

**الكارما
التحكم بالمصير**

А.А Левшинов

**ВЛАСТЬ
НАД
СУДЬБОЙ**

أندريه ليفشينوف

الكارما التحكم بالمصير

ترجمة
طه الولي



منشورات دار علاء الدين

- الكارما التحكم بالمصير.
 - تأليف: أندريه ليفشينوڤ.
 - ترجمة: طه الولي.
 - الطبعة الأولى ٢٠٠٥.
 - عدد النسخ /١٠٠٠/ نسخة.
 - جميع الحقوق محفوظة لدار علاء الدين.
 - تمت الطباعة في دار علاء الدين للنشر.
 - هيئة التحرير في دار علاء الدين.
- الإدارة والإشراف العام: م. زويا ميخائيلينكو.
- التدقيق اللغوي: ريانصر الحلاق.
- الفلاف: م. محمد طه.
- المتابعة الفنية والإخراج: أسامة راشد رحمة.

دار علاء الدين

للمنشر والتوزيع والترجمة

سورية، دمشق، ص.ب: ٢٠٥٩٨

هاتف: ٥٦١٧٠٧١، فاكس: ٥٦١٣٢٤١

البريد الإلكتروني: ala-addin@mail.sy

مقدمة المترجم

بدأت ترجمة مجموعة الكتب التي تتحدث عن الظواهر غير الطبيعية وعن الكارما والقدر لمجرد رغبتي بالتحدي ومعرفة حدود قدرتي على التعامل مع اللغة الروسية، فالمادة التي بين يديكم كتبت بلغة فلسفية على درجة من التعقيد، وترجمتها لم تكن بالأمر السهل مثلما هو الحال مع المواد السياسية أو التاريخية وغيرها.

بعد عملي على ترجمة عدة كتب في هذا المجال شعرت برغبة في الاستمرار، وهي الرغبة والتعطش للمعرفة. فمجموعة الكتب هذه تضع النقاط على الحروف في الكثير من القضايا التي يعيشها كل فرد ومجتمع، وصولاً إلى قضايا تمس شؤون الكون بأكمله وطبيعة العلاقات في داخله وانعكاسها على كل شخص وحياته ومستقبله.

في هذا الكتاب يتوقف المؤلف عند مجموعة من القضايا التي قد يرى القارئ في عنوانه شيئاً من الخيال أو ما شابهه من خرافات فكرية وُلدت بعد سقوط المعسكر الشيوعي وتراجع اهتمام الناس بالعقيدة الشيوعية التي رأوا فيها طوال عقود من الزمن الفكر الذي سيؤمن لهم وللجميع مستقبلاً جيداً عادلاً. إلا أن تغلغلي في عمق كل كلمة وحرف في هذا الكتاب لضرورة التمكن من نقل المعنى المقصود من النص، أحسست أن المادة التي أعمل عليها هي من الأساسيات في علم النفس وعلم الاجتماع، فققرات الكتاب تكشف لنا عن أسرار هي بالأساس بمتناول يدنا، لكننا عجزنا عن رؤيتها وإدراكها لعدة أسباب الرئيسي منها هو رؤيتنا الخاطئة للأشياء والأحداث من حولنا.

يُولد طفل في أسرة من أبوين لم يتمكنوا من تحقيق أحلامهما مثلاً على صعيد الإنجاز التعليمي والحصول على شهادات عليا في مجال معين، فتجد أن الأم تحاول أن يكون الابن تجسيداً لأحلامها، والأب من جانبه يسعى للأمر نفسه، فيشكلان ضغطاً على وعي وإدراك الابن الذي أتى إلى هذه الحياة وهو يحمل بناء الفكرية والذهنية الخاصة، ولديه طريق محدد يجب عليه أن يسير فيه لأنه يتناسب مع أسلوب تفكيره وإدراكه للأشياء. وهكذا قد يصبح الابن طبيباً عندما يكبر، لكن قد لا يكون الطب هو المجال الحقيقي الذي تحتاجه البنية الروحية والفكرية لهذا الإنسان، وحتى إذا كان مبدعاً في مجال عمله المفروض عليه من

والديه، فقد تجد أنه يعاني الكثير من الأزمات في حياته الشخصية، وقد يكون هو نفسه عاجزاً عن معرفة أسباب ما يجري معه، على الرغم من كل ما توصل إليه من إنجازات. لهذا يجب أن نفتح أمام الأبناء كل أبواب المعرفة، ونحاول أن نتحسس المجال الذي يشكل الاهتمام الرئيسي عندهم، ونساعدهم إذا أمكننا ذلك على تحقيق ما يطمحون هم إليه وليس ما نرغب به نحن لهم.

قبل ذلك نجد أن المؤلف يوجهنا بكل بساطة نحو التحكم بالقدر، فالتقدر هو من صنعنا ببعض أجزائه، لأن ما قد نعانيه يوماً ما من آلام أو صعاب غالباً ما يكون نتيجة فعل أو قول قمنا به دون إدراكنا لحجم المسؤولية المترتبة علينا نتيجة ما نفعل. فعدم إدراكنا لمسؤولياتنا هو ما يجرنا نحو الأزمات. كما أن إقبالنا أحياناً على القيام بأعمال دون التفكير المسبق قد يتسبب لنا أيضاً بالمشكلات، فقبل كل شيء يجب أن نتساءل: ماذا نفعل؟ ولماذا؟ ما الذي نريده من قيامنا بهذا الأمر؟ الإجابة على هذه الأسئلة ستبعدنا عن الكثير من القضايا المستعصية التي قد نواجهها ونتحول إلى جزء منها دون إرادة منا.

فأساس التحكم بالقدر من وجهة نظر الكاتب يكمن في قدرتنا على تحمل نتائج ما نقوم به من أعمال ونقول من كلام، حينها لن نتفاجأ بمسلكية القدر ولن نقول أن قدرنا سيئ، حتى إذا كانت نتائج أعمالنا سلبية وكنا قد أقدمنا على هذا الفعل بوعي تام وإدراك لنتائجها فلن نجد النتائج سيئة، لأننا نكون مهيين لمعالجتها ووضعها في الإطار السليم. في الوقت نفسه فإن تحكمنا بالقدر ومحاولة تصحيحنا لمساره والابتعاد فيه عن الآلام لا يعني أن نجلس من دون أي نشاط، كي لا نكون عرضة لمختلف المواقف. كل ما في الأمر أن دروب الحياة كثيرة أمام كل واحد منا، وكذلك الأمر بالنسبة لطرق حل المشكلات التي قد نتعرض لها، والتحكم بقدرنا هنا يعني أن نختار الدرب الصحيح في حياتنا، وأن نختار الطريقة الأمثل لحل المشكلة التي نحن فيها، وأن نحاول أساساً أن لا تكون المشكلات والصعاب هي النتيجة الحتمية لأفعالنا.

في الثلث الأخير من الكتاب يتحدث المؤلف عن أنواع الطاقة الكارمية، وهو ما أود تسميته بطريقة أكثر وضوحاً (جوانب حياة الإنسان)، فهناك الجانب المادي الجسدي، وهناك الجانب المادي، والجانب الحسي الانفعالي والجانب الجنسي، والجانب المعرفي البحثي، وحب الإنسان للسلطة، وأخيراً الجانب الروحاني الديني. في هذه الفقرة من الكتاب يعلمنا المؤلف كيفية الحفاظ على القوة الكامنة لكل نوع من أنواع الطاقة المسؤولة عن جوانب الحياة المذكورة سابقاً. بعد قراءة ما يوجهنا نحوه المؤلف تجد أنه يتحدث بلغة خاصة

عن الكثير من القضايا البديهية التي لم يسبق وأن توقفنا عندها بهذا التعمق من البحث والتحصيل. فالجانب المادي من حياتنا مثلاً هو درينا نحو تراكم طاقة السلطة. أي أن وجود الطاقة المالية لدى الفرد ومعرفته لكيفية استخدامها وعدم هدرها بسبب ومن دون سبب سيؤدي إلى بروزه كرجل قادر على مساعدة الغير في حل قضاياهم المالية وبهذا الشكل تتحول الطاقة المالية التي تمكن من الحفاظ عليها إلى طاقة السلطة التي وجد نفسه فيها. والأمثلة في تلك الفقرة كثيرة.

أخيراً، إن هذا الكتاب يأتي ضمن مجموعة من عدة كتب ولأكثر من مؤلف برزوا في المرحلة ما بعد السوفييتية إلا أن تاريخ هذه المدارس يعود إلى قبل هذا التاريخ، لكن لم يظهروا إلا بعد سقوط الاتحاد السوفييتي. وبغض النظر عن ما يقوله هؤلاء إلا أن مؤلفاتهم هي دراسات حديثة جديدة لم يسبق أن انتشرت بهذا الشكل وللقارئ الحق في أن يقرر مدى تقبله لهذا النوع من المؤلفات. بكل الأحوال هناك فرصة دائمة للحصول على ما هو مفيد حتى من سم الأفعى. والمعرفة بحد ذاتها سلاح يساعدنا على خوض غمار الحياة بأقل تكلفة ممكنة. وأن تعرف خيراً من أن لا تعرف!

أهم ما يجب معرفته للتحكم بالقدر

سر السلطة والتحكم

غالباً ما يتعامل الناس مع مفهوم القدر (الكارما) على أنه شيء لا يمكن الوصول إليه أو المساس به، ثقيل، وأهم شيء أنه يستحيل تغييره. ويعتقدون بأن القدر شيء غير حسي يضغط على حياتهم وغير خاضع لسيطرتهم. وما أناذا أقترح على الناس من القراء القيام بأول خطوات للتحكم بالقدر.

وتتكون هذه الخطوة من جزئين متكاملين يكمل أحدهما الآخر - إدراك معاني الحرية الذاتية وتحمل المسؤولية عن ما يختاره الفرد لنفسه.

حيث أنه لن يتمكن من السيطرة على قدره إلا ذلك الإنسان الذي يدرك معاني ما لديه من حرية إضافة إلى تمتعه بحجم المسؤولية المترتب على إدراكه للحرية وأسلوب تعاطيه لها. لنفرض أن أحدهم غير راض عن عمله ويرغب بتغييره. إلى أي حد يكون أمر كهذا واقع تحت سلطته وخاضع لتحكمه؟ ما الذي سيتمكن هذا الشخص من القيام به ليغير عمله وهو لا يملك سوى درجة محددة من الحرية، ودون أن يستخدم نصائحي وتوجيهاتي بخصوص تغيير القدر (الكارما)؟ سيتمكن من قراءة كل الإعلانات التي تُطبع في الصحف والمجلات طلباً لموظفين وعمال، وبمقدوره مراجعة بورصة العمل، أو تقديم طلب في الشركات التي تعمل في مجال تأمين فرص عمل. أو إنه سيسجل في دورات لتحسين المستوى المهني والتقني والتعليمي. وقد يحصل على اختصاص مهني آخر أو حتى شهادة جامعية ثانية. إذا كان هذا الشخص مدركاً لحجم إمكاناته (درجة حرئته) فعليه قبل أن يختار ويقرر أن يحسب نتائج ما سيقوم به (المسؤولية). إذا كان العمل الجديد محفوفاً ببعض المخاطر ويحمل نوع من المغامرة (على سبيل المثال قرر الشخص أن يقوم بمزاولة الأعمال التجارية

الخاصة) فقد يفقد ما كان يملكه، وقد يكون هذا الشيء ليس بذلك القدر المهم، لكنه قد يكون في الوقت نفسه دخل دائم مضمون. وقد يتطلب العمل الجديد من هذا الشخص جهداً أكبر ويتوجب عليه أن يعطي هذا الجهد وي بذل كل قواه، وهنا يجب أن يفكر ويحسب، هل توجد لديه القدرة الكافية الجسدية والسيكولوجية لمزاولة هذا العمل الجديد.

لكي يتحكم المرء بقدره، يجب أن يكون واعياً لمدى ما لديه من حرية وحجم مسؤوليته عن هذه الحرية. ولتأخذ مثلاً مجالاً آخر من مجالات الحياة - الصحة. ما هي مدى قدرتكم للتأثير على الصحة؟ وهل ترتبط الحرية في هذه الحالة بالوضع المادي للشخص؟ بمقدوركم أن تراجعوا أفضل الاختصاصيين وأن تذهبوا إلى أفضل المصحات والمنتجات في حال توفرت لديكم الإمكانيات المادية لذلك. وإذا لم تكن متوفرة؟ بمقدور الإنسان أن يعيد النظر بنظام وترتيب برنامج حياته اليومي، نظام الطعام، وأن يعرض جسده لعيب وضغط فيزيولوجي. أن يذهب إلى خارج المدينة ليستنشق الهواء النقي وما إلى ذلك... وهنا أيضاً لا بد من الأخذ بالحسبان نتائج خطوات كهذه. حيث يتوجب عليكم عند إقدامكم على تغيير نظام حياتكم اليومي أن تأخذوا بالحسبان أموراً أخرى لا يجوز تجاهلها، مثلاً عندما تقومون بتغيير طبيعة الطعام وحجم الوجبة قد تدخلون في إشكاليات مع أفراد الأسرة (هذا في حال قررتم فرض نظامكم الجديد عليهم) أو قد تهدروا المزيد من الوقت لطهي الطعام (في حال قررتم طهو الطعام الذي ترغبون به بشكل مستقل عن الآخرين في الأسرة) وهكذا دواليك...

إدراك حرية التصرف من دون إدراك المسؤولية عن نتائج التصرف لا يعطي

القدرة على التحكم بالقدر

خير مثال على ذلك مسلكية الشاب المراهق، الذي قد يقوم بأي عمل أو أي فعل (ما يعني بالنسبة له أنه يتمتع بالحرية)، لكنه بكل بساطة قد يتعرض نتيجة ذلك للمسؤولية القانونية أمام البوليس وغيره (إنه غير قادر على تقدير النتائج). في أساس المسلكية الإجرامية ولا سيما لدى الشباب غير البالغين من ناحية الوعي الاجتماعي، العاجزين عن اتخاذ القرار السليم، تكمن عدم القدرة على رؤية النتائج الحقيقية لما يقومون به من عمل. وهناك في الحياة العادية، بعيداً عن المسلكية الإجرامية الكثير من الأفعال العادية الحياتية التي قد يمارسها شخص لا يدرك ما قد ينتج عن أفعاله هذه.

تقرر فتاة أن تذهب في الليل إلى النادي للرقص لوحدها، (أو أن تتمشى على الشاطئ في منتصف الليل، تذهب للرقص مع صديقتها إلى مكان تجهلن طبيعته وما إلى ذلك) لا يستبعد أنها لن تعود إلى المنزل إلى مع الفجر وعلى وجهها آثار ضرب وثوبها ممزق، الدموع تملأ عينيها. وهذا رائع في حال اقتصر الأمر على ذلك. لقد كانت حرة حين اتخذت قرارها، لكنها لم تأخذ بالحسبان نتائج هذا القرار، أو حتى لم تحاول أن تخمّن هذه النتائج. بالمحصلة ليست هي التي تسيطر على قدرها، بل القدر هو الذي يتحكم بها ويسيرها. ولعل عبارة «سخر القدر منها» هي خير عبارة لهذه الحادثة.

مثال آخر: يسعى شخص بكل ما لديه من قوى ليجني ثروة مالية، ويتمكن من تحقيق ذلك. وبدا أنه قد أخذ في الحسبان نتائج سعيه وتقبل المخاطرة التي قد تنجم عن ذلك أو أثناء ذلك. لكن لا يكفي أن يأخذ بالحسبان نتيجة واحدة من نتائج قراره بجني المال. حيث تتغير مكانته الاجتماعية مع تغير وضعه المادي، فيبتعد عن الأصدقاء القدامى، بينما لا تناسبه أجواء الأصدقاء الجدد الذين يسعون مثله لجني الثروة. وتصبح الذكريات عن أيام الشباب والجامعة في جلسة حول النار أفضل بالنسبة له من وجبة عشاء في مطعم فخم، بحضور الأصدقاء الجدد ومناقشة مدى جودة هذه السلعة أو تلك. بالمحصلة يصبح هذا الإنسان ثرياً لكنه يفقد الإحساس بالسعادة لأنه يضيع بذلك الأجواء التي اعتاد عليها والبيئة الاجتماعية التي تناسبه داخلياً.

الرغبة في الحصول على الحرية دون وجود إدراك لتحمل المسؤولية يؤدي

إلى تشكيل سيكولوجية العبودية في الذات

عندما تم التخلص من البنية الفاشية في المجتمع السوفييتي منذ عدة أعوام ونادوا بالحرية، سارع الناس إلى التخلص من كل ما كان محظوراً في السابق والكثير من قوانين المجتمع الاشتراكي، وأخذوا ينادون بالحرية المطلقة لوسائل الإعلام وحرية التعبير وما إلى ذلك. لكن أحداً لم يفكر بنتائج هذه التغييرات السريعة والمفاجئة.

وسرعان ما هوت حرية الإعلام على المجتمع بالقضايا اللا أخلاقية التي أذهلت الجميع من الذين ترعرعوا في عهد النظام القديم ومن الذين بدأت حياتهم في عهد ما يُسمى بالانفتاح. حتى أن ممثلي «الغرب» الحر شعروا بالصدمة لأسلوب تفهم وسائل الإعلام لمعنى الحرية. وقد مضى منذ ذلك الحين مدة كافية تساعد على رؤية نتائج التمتع بالحرية دون إدراك ضرورة تحمل المسؤولية عن هذه الحرية. انتشار أقدم مهنة للنساء عرفها التاريخ في المجتمع، والجريمة المنظمة والمخدرات ومرضى السيدا (الإيدز). هل سعى أي ديمقراطي من المنادين بالحرية لكل

هذه النتائج في المجتمع؟ هذا أمر مستبعد. وكل هذا ليس إلا نتيجة لكم الهائل من المعلومات على الأرواح التي لم تكن مستعدة بعد لتفهم الحرية. نستنتج أمراً واحداً ألا وهو أن أحداً لم يكن يسيطر على الأحداث. وبالمحصلة تحول الكثير من الناس والأبناء إلى عبيد لهذا الكم الهائل من المعلومات.

هل أنت عبد أم مسيطر على القدر

إن كتاب «ذهب مع الريح» يعبر تماماً عن معنى السيكلوجية العبودية التي قد يحملها الإنسان بذاته.

«إن مؤسسة الأحرار التي أسستها الحكومة الفيدرالية لكي تهتم بمن كانوا سابقاً من العبيد والذين حصلوا على الحرية إلا أنهم لم يدركوا بعد ما الذي سيفعلونه بها، قد امتلأت بالآلاف من السود الذين أتوا من الحقول والقرى والمدن. وكان من واجبات المؤسسة أن تقدم لهؤلاء الطعام، إلا أن يجدوا عملاً لأنفسهم، إلا أنهم لم يكونوا على عجلة من أمرهم بسبب رغبتهم في تصفية حساباتهم من أسيادهم السابقين أولاً...».

بعد إلغاء العبودية في جنوب الولايات المتحدة أمضى الكثير من السود أوقاتهم يتسكعون بالشوارع، وناموا على الطرقات وقضوا أوقاتاً طويلة وكأنهم بشر رُحّل. والنتيجة كانت نمو مستوى الجريمة وظهور العائلات الإجرامية (المافيا) بسبب عدم وجود مسؤولية عن الحرية.

لا يقتصر معنى العبودية على الإنسان الذي يجهل ما الذي يمكن القيام به عندما يتمتع بالحرية، بل هو الإنسان الذي لا يعرف المعنى الحقيقي وتفسير الحرية ويعتبرها نوعاً من الإباحة المطلقة في أي مسلك وقد لا يدرك وجود أي مسؤولية تنتج عن ما يقوم به من أعمال باسم الحرية. أعود ثانية لكتاب «ذهب مع الريح» ولنتذكر العلاقة الطيبة التي كانت تجمع بطة الفيلم مع الأمة السوداء (الجدة). ولم تكن الجدة لتفارق سيدتها مهما كان الأمر ومهما ارتفعت الأصوات من حولها منادية بحرية العبيد. فالجدة كانت تعيش في المنزل ليس على اعتبارها أمة، بل كواحدة من أفراد الأسرة، ولم تكن الجدة تفضل البقاء مع هذه الأسرة لأنها أسرة جيدة، بل لأن الجدة تدرك تماماً معنى حريتها وتحمل المسؤولية كاملة عن تصرفاتها النابعة من تفهمها للحرية والتعامل. ومن هنا، ومع أنها كانت بالقانون أمة، إلا أنها في الواقع سيدة تتمتع بحريتها.

العبودية ليست صفة اجتماعية بل هي حالة داخلية

العبيد في المجتمعات الديمقراطية ليسوا أقل من العبيد في المجتمعات العبودية

إن المجتمعات الديمقراطية الحرة مثلها مثل المجتمعات العبودية والإقطاعية، مليئة بالعبيد. ولوحة العبد الحديث مطابقة تماماً للوحة العبد المعروف في التاريخ القديم. إذا لم يكن الإنسان مدركاً للحرية الفردية ولا يستخدمها بوعي ومتفهماً للمسؤولية التي يتحملها إذا قام بهذا الأمر أو ذاك. وإذا كان يحلم بأن يكون لديه ما يملكه الآخرون دون أن يسخر لذلك إمكاناته الذاتية، فإن هذه الحالة يمكن تشخيصها على أن هذا الشخص يعاني من سيكولوجية العبودية، أي أن سيكولوجيته هي سيكولوجية عبد. وإذا كان الإنسان يحلم (بالعلم الطيب) أو بحدوث ثورة، ويجلس بلا حراك على أمل أن يأتي أحد ما ويحسن له وضعه الحياتي والمادي، فإن هذا الإنسان يحمل سيكولوجية العبد.

نتيجة فصلية

إذا كان الإنسان مدركاً وواعياً لدرجة حريرته، ومسؤوليته عن هذه الحرية، فإنه يتمتع في هذه الحالة بالسيطرة على قدره. لقد تم وضع وتأليف هذا الكتاب ليتناسب مع أكبر عدد ممكن من القراء. فيما يتعلق بمن يتمتعون بالسيطرة على أقدارهم، فإن هذا الكتاب سيساهم في توسيع مجالات تحكمهم، ويثبت ما لديهم من تحكم بالقدر. أما الأشخاص الذين ما زالوا يسعون للسيطرة على قدرهم والتحكم به (أي الذين تظهر عندهم بعض عناصر سيكولوجية العبودية. ويسعون للحرية دون وجود أي تصور واضح لديهم عنها) فإن هذا الكتاب سيساعدهم في التخلص من الإحساس بفشل قدرهم وسوء طالعهم، ويخفف من حدة نتائج مسلكيتهم (الحرية) في مسيرة الحياة.

الإدراك هو النشاط الذهني الذي يمكن لأي شخص أن يمارسه

إدراك الإنسان لحجم إمكاناته (مستوى ودرجة حريرته) وتجسيد هذا الإدراك في الحياة العملية يجعل منه متحكماً بقدره وبأقدار الذين من حوله. ونتعامل في هذا الكتاب مع فهم الكينونة (الوجود) على أنه أحد أساليب تصحيح أجزاء الكارما. إن تصحيح وتمارين أجزاء الكارما أمر متصل بعمل الذهن ونشاطه وهذا موضوع شامل لأي شخص نظراً لعدم وجود قيود أو محظورات تعيق العقل عن عمله. فأني إنسان،

ومهما بلغ من العمر، قادر على القيام بعمل ذهني، وهو ما لا ينطبق على القيام بالأعمال التي تتطلب قوة جسدية.

ويسعى الإنسان الذي يعمل للسيطرة على قدره والتحكم به نحو هدف واحد، هو معرفة الحياة وفهمها. ولا بد من أن يكون هذا الفهم للحياة كاملاً وشاملاً بأكبر قدر ممكن. ولا بد من فهمنا لكل خطوة نقوم بها في حياتنا في لحظة تنفيذ هذه الخطوة، وعدم السماح للذات بالتصرف وكأنها تحت سيطرة «الطييار الآلي».

السؤالان اللذان يساعدان على التحكم بالقدر

ولتحقيق أفضل النتائج، غالباً ما أنصح تلاميذي بأن يسألوا ذاتهم سؤالين ويحاولوا في الوقت نفسه الإجابة عنهما. يكون السؤال الأول على النحو التالي: «ما الذي أقوم بفعله الآن؟» والإجابة عن هذا السؤال لا تتطلب الكثير من التفكير. يكفي تفعيل الإدراك في اللحظة الآنية للفعل وربط هذا الإدراك بالعمل الذي تقوم به. والسؤال الثاني الذي يجب طرحه والإجابة عليه فوراً بعد الإجابة على السؤال الأول هو: «لماذا أقوم بهذا العمل؟» وهنا غالباً ما تظهر التناقضات...

في الأيام الأولى التي تقومون فيها بتوجيه هذه الأسئلة لأنفسكم والإجابة عليها، ستجدون أن الكثير مما تقومون به من أعمال وتصرفات، غير ضروري ولا مبرر له.



«ما الذي أفعله الآن؟» تساءلت امرأة في الثلاثين من عمرها أثناء احتدام النقاش بينها وبين موظفة عندها. أجابت ذهنياً على هذا السؤال: «أكاد أدخل في شجار مع زميلتي، وأحصل لنفسي على عدو بدل الصديق». السؤال الثاني يفرض عليها أن تنظر إلى ما يجري بطريقة أخرى ويدفعها للتوقف عن الكلام «لماذا أفعل هذا؟».



شاب في مطلع العمر، متزوج منذ عام، استخدم طريقة الأسئلة هذه للتوصل إلى نتائج مهمة على صعيد القوانين والقواعد الذاتية في التعامل. وكثيراً ما كان يوجه لذاته هذه الأسئلة، فيؤكد بكل سرور أنه يعلم دوماً ما الذي يفعله، ولماذا يقوم بهذا الفعل أو العمل. فسارت أعماله التجارية على أفضل وجه. هذا فيما يتعلق بالعمل، لكن بعد الانتهاء منه، يتصل بزوجته ويقول لها أنه سيتأخر في اجتماع عمل، بينما يتجه في هذه الأثناء لزيارة عشيقته وقضاء الوقت معها. الطريق تتطلب الانتباه والتركيز، لا بد من تجاوز هذا والسماح لهذا

بالممرور والخ.. كي لا تحدث مخالفة لقوانين المرور. على الجسر يتوقف الشاب بسبب زحمة السير، فيسأل نفسه (ما الذي أفعله الآن؟) الجواب واضح (متجه للقاء عشيقتي. لكن الشاب وجد صعوبة في الإجابة على سؤال (لماذا أقوم بهذا العمل؟). عدم وجود إجابة على هذا السؤال تسببت للشباب بالدهشة. وما أن خرج من زحمة السير، غير وجهته وسارع إلى المنزل حيث تنتظره زوجته. لقد سعى نحو الإدراك والسيطرة على القدر، فما الذي يفرض عليه بأن يقوم بأعمال لا يدرك الهدف منها والتي بدورها (الأعمال) تقلل من مساحة حريته وتحرمه من فرصة أن يكون مسيطراً على قدره.

أمضى الشاب عدة أيام وهو يفكر، حتى استطاع أخيراً أن يجيب على سؤال (لماذا؟). أولاً قرر وصف مسلكيته بأنها لا واعية ولم يتمكن من أن يجد أي تفسير آخر يقنع به نفسه ويبرر العمل الذي كان يقوم به. ولم يتمكن من إيجاد الإجابة الدقيقة والوصف السليم لما هو عليه إلا بعد أن أخذ يمارس أسلوبه في تعديل وتصحيح وضع الكارما، وعلم خلال ذلك بوجود ما يُسمى البرمجة الكاذبة، ونظام الأولويات الكاذب الذي يأتي بالآلام.. إلا أننا سنتوقف عند هذا الموضوع بشكل واضح لاحقاً.

وهكذا فإن مجرد إدراك التصرفات والأعمال التي يقوم بها المرء في كل لحظة، وتوجيه السؤال: ماذا أفعل الآن؟ وسؤال: لماذا أقوم بهذا العمل؟ هي مسائل قادرة على تغيير حياة الإنسان كلياً، وتغيير نظام القيم عنده، وصولاً إلى تغيير وجهة النظر بالمحيط والذات.



«فلاديمير»، مهندس معماري، عمره ٣٤ عاماً، طالما اعتقد نفسه أنه صاحب هدف في الحياة، ومحِب للعمل، وناجح في عمله. إلا أن كل قدراته وذكائه بدت في الآونة الأخيرة غير ضرورية، ولم يحتج إليها أحد. واعتبر «فلاديمير» أن السبب هو المنافسة المتزايدة في مجال عمله. وأتى إليّ ليستشيرني في أسباب سقوط وضعه المهني كمهندس. ولأختار له مجالاً قد يكون ملائماً لما لديه من طاقات وقدرات أكثر من مجال الهندسة. وبعد أن ألقيت نظرة على بنى الكارما عند «فلاديمير» قلت له بأنه غير مضطر للتوقف عن العمل في مجال الهندسة، مجال عمله الحالي، لكن يتوجب عليه أن يوجه لنفسه بين الحين والآخر سؤال: ماذا أفعل الآن؟ وسؤال: لماذا أقوم بهذا العمل؟ ومضى أسبوعان بعد هذا اللقاء دون أن أسمع منه أي أخبار. بعدها اتصل بي «فلاديمير» هاتفياً، ويمكن القول إنَّ صوته كان له وزن آخر جديد مختلف.

«لقد تغير الكثير بالنسبة لي - يقص «فلاديمير» عليّ - لدرجة أنني لم أتمكن بعد من الاعتياد على المستجدات. لقد غير هذان السؤالان حياتي بشكل تام. عندما كنت أسأل

نفسى لماذا أقوم بما أقوم به الآن؟ كنت أعجز عن الإجابة في الكثير من الأحيان، وأدركت هنا: المسافة بيني وبين ما أنا أعتقد نفسي عليه ما زالت كبيرة. أصبحت أنظر إلى نفسي بأسلوب مختلف. واندعشت من إدراكي لحقيقة حجم الوقت الذي كنت أضيعه، وأنا أعتقد أثناء ذلك أنني أبذل الجهد لتحقيق الأهداف التي سمعت نحوها. لكنني بهذه الطريقة تمكنت من أفتح لنفسي وأكشف عن بحيرة لا قعر لها من الإمكانيات والقدرات عندي. فإذا عجزت عن الإجابة على سؤال: لماذا أفعل هذا؟ كنت أقوم بتحويل جهدي نحو مجال آخر وهكذا إلى أن أجد الإجابة على هذا السؤال. والنتيجة أنني تمكنت مساء الأمس - ولأول مرة منذ ثلاث سنوات - من الامتناع عن القبول بعرض عمل لتنفيذ مشروع هندسي، والسبب أنني منهنكم بحجوزات عمل لمدة ستة أشهر قادمة».

سؤالين فقط بمقدورهما أن يغيرا من نظرتكما للأشياء وللذات، وأن يعطيا للحياة المعنى والقيمة. وبهذا الشكل تُتاح لكم الفرصة بتغيير حياتكم والقدرة على التحكم بالقدر الذاتي. ما الذي سيعيقكم عن توجيه سؤال (ماذا ولماذا أفعل؟) بين الحين والآخر؟ لا شيء! أقل قدر من الهدر، لا يوجد أيّ حدود، والنتائج مذهشة. وهذه هي الخطوة الأولى فقط نحو تعديل القدر (أجزاء الكارما).

من المفيد أن يقرأ المرتابون هذا الكتاب

الكارما - هي واحدة من المفاهيم الرئيسية في اليوغا. وإذا تكونت لديكم نظرة سيئة نحو اليوغا، فإن السبب في ذلك هو كثرة المواد والكتب التي نُشرت حول اليوغا والتي تروج لتمارين معقدة لا يمكن تنفيذها إلى بعد تدريبات يتطلب تنفيذها تدريبات طويلة. وغالباً ما تُهمل هذه الكتب تاريخ وفلسفة اليوغا بحد ذاتها. اليوغا أوسع بكثير من مجرد التمارين الجسدية.

ينظر البعض إلى اليوغا بصورة سيئة، لأنه يعتبرها علم غريب لا يملك أيّ صلة بالتقاليد والحياة في روسيا. ويرى فيها البعض أنها جزء من ديانة أخرى، ولا يرغب هؤلاء بالعمل وفق أيّ قواعد لا تمت بصلة للديانة التي هم عليها. إذا كانت هذه الأسباب هي التي تمنعكم عن تفهم اليوغا، فإن نظرتكم للأمر ستختلف كلياً بعد تعرفكم على بعض الوقائع والمعطيات التاريخية.

هناك بعض الأدلة في الأدبيات التاريخية، تُشير إلى أن اليوغا وصلت إلى الهند منتقلة من شعوب الشمال. ولم يحدث هذا في العصور القديمة، كما ذكر البعض. حيث تؤكد بعض

الدراسات التاريخية أن اليوغا وصلت إلى الهند عبر الشعوب المسيحية المؤمنة بالعقيدة القديمة التي اتجهت نحو الهند محاولةً إنقاذ «نيكون الثاني». ومن المؤكد أن ترجمة اليوغا فيما بعد إلى اللغة السنسكريتية لا يعني تغيير الحقيقة فيها ، ولا يعني أنها غريبة على الحياة الروحانية عند شعوب روسيا.

إذا استتجتم بعد قراءة سطحية لكتاب ما عن اليوغا ، أن هذه الرياضة مفيدة للجسم لكن لا يوجد فيها تمارين لتطوير الحالة الروحانية ، فيجب أن تتذكروا أن الدافع الوحيد عند الإنسان كي يقرر أن يمارس اليوغا ، هو تقييم الإنسان لعدم الكمال الذاتي لديه وسعيه نحو الكمال. ويسمى هذا الإنسان لأن يكون أشبه بالإله من خلال العمل على تطهير الجسد وكذلك الروح أو المجال الأخلاقي الروحاني. وفي «وجود التوبة والخشوع - كما يؤكد المبشر «إغناطي بريانييتشانينوف» - فقد تظهر لدى الإنسان القدرة على رؤية الحقيقة».

ما في رؤوسنا - هو أجزاء القدر

القدر

كقانون العلاقة بين العلة والنتيجة

يمتلك كل إنسان قدره (الكارما الخاصة به). ما معنى هذا؟ إذا لم تتعرفوا بعد على كتابي السابقين، فلا بد من أن تعلموا أن اليوغا الكلاسيكية تتناول الكارما وتفسرها وفق قانون العلاقة ما بين العلة والنتيجة، الذي يتم على أرضيته النظر إلى شكل ونوع الولادة، واستمرارية الحياة (البقاء)، والوضع الاجتماعي وما إلى ذلك من مواصفات الإنسان، على أنه يتم تحديدها بنتائج النشاط في الحياة السابقة، هذا النشاط الذي ينمو في هذا الكائن الحي. والكلمة التي يمكن التعبير بها عن الكارما هي: القدر، النصيب...

أحجية القدر:

من الواضح أنكم أكثر من مرة لاحظتم ظاهرة التشابه الكبير، أو الاختلاف الكلي في أقدار الناس. على سبيل المثال: أخوان، يشبه كلاهما الآخر، تمت تربيتهما بنفس الأسلوب والطريقة في نفس الأسرة، ومتقاربين بالعمر. ونلاحظ أن قدر أحدهم أسوأ مما يمكن وصفه، بينما يبتسم الحظ للثاني أينما ذهب ومهما فعل. وبعد عشرين عاماً يتحول أحدهما إلى سكير، والآخر إلى رجل أسرة، ناجح لا ينقصه شيء في حياته وحياة أسرته، يلتفت حوله محبيه، وأولاده. إن هذا الاختلاف في القدر بينهما لا يمكن إحالته إلى التربية أو مستوى التعليم أو الوضع الاجتماعي. هنا يظهر لدينا مفهوم شعوبي مبهم غامض لعنى القدر، حيث لكل قدره بغض النظر عن علاقات القربى وغيرها، ويدور قدر كل شخص في مكان ما في السموات.

يمكن أن نأخذ مثلاً آخر. امرأتان، صديقتان حميمتان. أمضيتا الطفولة معاً في حي

واحد ومدرسة واحدة، كبرتاً معاً. ومن ثم انفصلتا ذهبت واحدة لتعيش في موسكو، والثانية قررت الذهاب للالتحاق بجامعة بطرسبورغ. وعلى الرغم من أنهما نادراً ما كانتا تلتقيان بعد ذلك، إلا أن قدريهما كانا متشابهين جداً. حيث تزوجتا في الوقت نفسه تقريباً، وبفارق عام واحد أنجبنا الأطفال، ومستقبلهما المهني كان يسير نحو الأفضل. كما أن الوضع المادي لدى كل واحدة كان قريب لمستوى الثانية. هل هذا مجرد مصادفة؟ أم أنهما تملكان كارما (قدراً) متشابهة؟

إن الوقائع الشبيهة لهذه، والتي كثيراً ما نصادفها في حياتنا، تخلق الكثير من التساؤلات. هل يوجد صفات عامة مشتركة بين مجموعة ما من الناس؟ هل لقدر الإنسان علاقة بطريقة حياته، أم أن قدره قد كُتب مسبقاً وهو ثابت لا يمكن تغييره؟ وإذا كان قدر الإنسان مرتبطاً بأسلوب حياته، فكيف يجب أن يعيش الإنسان كي يتجنب سوء الطالع؟ يمكن أن نجد بعض الإجابات في اليوغا الكلاسيكية، وأجوبة أخرى تحتاج إلى البحث والشرح. وسأقدم لكم في هذا الفصل كل الإجابات لكي تتمكنوا من التقرب قدر المستطاع من مفهوم ومعاني أجزاء الكارما (القدر).

ثلاثة أنواع من الكارما:

تميز اليوغا الكلاسيكية ثلاثة أنواع من الكارما:

١- المادية أو الجسدية.

٢- الوهمية (التي يمكن التعبير عنها بالكلام).

٣- العملية أو (نشاط الوحي).

ومن الأكد أن هذا التوزيع هو توزيع شرطي يتطلبه البحث، لأن أي نظام حي يفقد قدرته على البقاء في حال كان مقسماً. والمطلوب وحده قادر على أن يلتقط الفراشة ويقلع لها أجنحتها، ومن ثم يحاول لصقها وينتظر على أمل أن تطير الفراشة من جديد! من السهل جداً أن تقوم بالتقسيم، لكن حتى وقتنا الحالي لم يتمكن أي مخلوق من إعادة التجميع وإعادة الحياة.

الأجزاء الفيزيولوجية من الكارما:

يضم مفهوم الجزء الفيزيولوجي من الكارما كل ما له علاقة بالجسد. وهي على ارتباط وثيق بمعطيات الجسد مثل الطول والوزن وما إلى ذلك، ويمكن القول أنها تأخذ

الكثير من صفاته. وترتبط حالة الجزء الفيزيولوجي من الكارما بالحالة الصحية للجسد وكل ما يجري فيه من عمليات ونشاطات. وتترك الحالة الجنسية للإنسان الأثر الأكبر على الجزء الفيزيولوجي من الكارما. حيث تشكل القدرة الجنسية الجزء الرئيسي من طاقة هذا الجزء من الكارما.

على الرغم من أن كل الأجزاء الثلاثة للكارما هي وحدة واحدة غير مقسمة، إلا أنه يمكن في كل حالة من الحالات التركيز على أن طاقة جزء ما من أجزاء الكارما لدى شخص معين قد تكون أكبر وأقوى من طاقة الجزئين الآخرين. ولكي تكون الصورة واضحة تخيلوا محلولاً كيميائياً من ثلاثة عناصر ولنقل من الملح والسكر والماء. فعلى الرغم من أن عناصر المحلول هي ذاتها دوماً إلا أن التغيير في الكميات سيؤدي إلى تغيير الطعم ونسبة تركيز كل مادة في المحلول حسب زيادة أو قلة نسبة تركيز المواد الأخرى. والأمثلة نفسها بالنسبة للكارما. حيث أن تفوق جزء ما من أجزائها، يعطيها «طعماً» يتناسب مع طبيعة الجزء ذو التركيز الأعلى فيها.

هكذا فإن الإنسان الذي يتغلب عنده الجزء الفيزيولوجي من الكارما على بقية الأجزاء، غالباً ما يستغل قواه الجسدية والجنسية في علاقاته مع المحيط والآخرين. وبدل أن يشغل تفكيره في أمر معين، سرعان ما يستخدم قواه العضلية وحواسه مثل الشم واللمس، حيث يفضل أن يتحسس وينظر ويشم ويتذوق. الإنسان بمواصفات كهذه غير قادر على التكيف للبقاء في الوسط الذي تتعدم فيه الحاجة للجهد الجسدي. وأي عمل يتطلب التركيز الذهني سيؤدي إلى فقدان هذا الإنسان لعقله.

إلا أن تفوق الجزء الفيزيولوجي في (مزيج) الكارما عند شخص ما، لا يعني بالتأكيد أن إنسان كهذا بدائي، لا يملك الثقافة والذكاء، وغير مؤهل ليشغل مكانة عالية في السلم الاجتماعي. على سبيل المثال، «أرنولد شفارتسنيفر»، الذي أتيت به كمثال في كتابي الأول «كيف يمكننا تغيير القدر» هو أفضل وخير دليل على ذلك. إلا أن تحقيق إنجازات من هذا النوع لإنسان بهذه الصفات، يتطلب منه أن يتذكر دوماً حقيقة نفسه (طبيعته). وإذا اجتاز الدرب من حمال وصولاً إلى مدير عام، يجب أن لا ينسى أن جسده بحاجة إلى ضغط فيزيولوجي بين الحين والآخر. حيث يمكنه أن يستعاض عن الكراتين الثقيلة بتمارين يمارسها في قاعات الرياضة. وبكل الأحوال لا يجوز أن نتجاهل احتياجات الكارما. وإلا فإن الإنسان الذي سيتجاهل بعض الحاجات الضرورية للكارما قد يصاب بالأمراض ويقع ضحية المشكلات ما سيؤدي بالمحصلة إلى تضائل فرصه بالنجاح في الحياة.

بعد اعتزاله رياضة المبارزة بالسيف بدأ بطل العالم بهذا النوع من الرياضة

«ستانيسلاف. د» العمل كمدرّب رياضة في مدرسة ابتدائية، بعد عام وُجّهت له دعوة ليعمل في اللجنة الرياضية العليا كمنظم للبطولات الرياضية الدولية. في منصبه الجديد لم يكن «ستانيسلاف» بحاجة لبذل الجهد والحركة، حيث يجلس خلف طاولة يوقع الأوراق، وينقله السائق من وإلى المنزل. وبعد عدة أشهر من هذا العمل أحس «ستانيسلاف» نفسه لأول مرة ضعيفاً تسيطر عليه حالة الوهن والكسل، ولم يكن يشك حتى في الأسباب الحقيقية لحالته هذه، واعتقد أن السبب هو مرض ما يعاني منه. ما أدهشه أن نتائج الفحوصات والتحليل التي أجراها لدى مختلف الأطباء كانت تظهر نتائج إيجابية دوماً وتدل على أنه لا يعاني من أي مرض. هذه النتيجة هي التي دفعته ليأتي ويطلب مني أن أشخص حالته. منذ النظرة الأولى أدركت أن الأجزاء الفيزيولوجية من الكارما تتغلب لدى «ستانيسلاف»، يمارس الرياضة منذ الطفولة (لم يجلس يوماً من دون ممارسة الرياضة بمختلف أنواعها إلا أن توقف عند المبارزة بالسيف). عندما عمل مدرساً كان يركض ويقفز ويسبح مع تلامذته. «لن أجلس على المقعد وأصدر الأوامر، أليس كذلك؟ وبأي تمرين أثناء التدريبات يجب أن أكون المثل الأعلى». من جهة لم يرغب «ستانيسلاف» بالتخلي عن عمله الجديد «هناك يوجد أشخاص رائعون وأفكار عظيمة. لقد كانت زوجتي سعيدة جداً بعملتي الجديد، تكوي لي ثيابي قبل خروجي إلى المكتب بكل سرور! وبالطبع فإن مرتبي في هذا العمل كان جيداً جداً». من جهة أخرى اعتقد أن كل مشكلاته سببها العمل الجديد. «لم أعان أبداً في الماضي من حالة كهذه».

أطلعت «ستانيسلاف» على المفاهيم الرئيسية للكارما ومبادئ زيادة وحجز الطاقة، وعن طبيعة الأشخاص الذين أحدثكم عنهم (الرياضيين). علمت بعد فترة أن «ستانيسلاف» قد كتب النصيحة التي وجهتها له على لوحة كبيرة وعلقها على باب مكتبه، وإليكم النصيحة مثلما كتبها:

لكي يشعر الأشخاص الذين يسيطر عليهم الجزء الفيزيولوجي من

الكارما بالعافية والصحة ويحققوا النجاح، عليهم أن يبذلوا جهداً

جسدياً

إذا كنت مضطراً للعمل العقلي فقط فلا تنس العضلات، وستجد حينها أن أمورك

تسير نحو الأفضل!

الجملة الثانية كتبها «ستانيسلاف» بعد مدة قصيرة، أي بعد أن بدأت حالته تعود إلى وضعها الطبيعي السابق. بدأ علاجه من ممارسة الرياضة كمدرّب أيام العطلة في المسبح. وفي الأيام التي لا يكون فيها تدريب كان يمشي بخطوات سريعة من المنزل إلى العمل وكذلك الأمر أثناء العودة، حيث تخلّى عن خدمات السائق الشخصي. ووضع الهاتف في مختلف الزوايا في مكتبه، وهكذا لم يعد يجلس على الكرسي بل كان يركض من هاتف إلى آخر. استغنى عن استخدام المصعد. ما الذي يمكن إضافته هنا؟ لقد بدأ يشعر بالراحة والعافية، حصل على شهادة جامعية ثانية، وحصل على ترقية ليصبح نائباً للمدير العام.

تشكل قصة «ستانيسلاف» مثلاً واضحاً على التعويض الذكي للطاقة، والتي تشكل بدورها الأساس في بنية الكارما. إلا أنه كثيراً ما يحدث في الحياة، أن الإنسان الذي يعجز عن فهم حقيقة طبيعته ودوره، يبحث عنهما في وسط غريب عنه كلياً. وعلى سبيل المثال أم طفل في الخامسة من عمره، نادراً ما يتحرك ماشياً، فهو غالباً ما يركض كي يلحق بالآخرين من أبناء جيله. فتذهب الأم وتسجله في مدرسة موسيقية، حيث الهدوء الصفة المميزة للأطفال الذين يدرسون هناك، وهي ترغب بأن يكون ابنها مثلهم. وإذا لم يحالف الحظ هذا الطفل ولم يقوموا بطرده من هذه المدرسة لعدم تمكنه من القيام بالواجبات كاملة، فإنه سيهدأ ويتعلم النوتة الموسيقية. والأغلب أن هذا سيؤثر سلباً على شخصيته فيصبح شخصاً خاملاً لا مبال، وقد يؤثر الأمر أيضاً على حالته الصحية. إن «الأعراض» المماثلة هي التي تدلنا في أكثر الأحيان أننا نتحرك ونسير بالاتجاه الخاطئ. وبهذا الشكل تحديداً يوجهنا الإله ويفرض علينا أن نبحث عن الاتجاه والمسار الصحيحين الذين يجب علينا اتباعهما لحياتنا. وفي هذه الحالة يتم الأمر بتوجيه من الإله لدى الأشخاص الذين تتفوق عندهم وتسيطر عليهم الأجزاء الفيزيولوجية من الكارما، وغالباً ما يكون درب حياته متصلاً بالعمل الجسدي الشاق.

أكرر مرة ثانية، كي لا يفهمني البعض بصورة غير صحيحة، عندما يعتقدون أن الأشخاص الذين تتفوق عندهم الأجزاء الفيزيولوجية من الكارما لديهم القدرة على ممارسة الأعمال التي تتطلب جهداً جسدياً فقط، وبأنهم غير قادرين على رؤية العالم بشكل دقيق، وبأنهم لا يملكون القدرة على مزاوله الأعمال التي تتطلب جهداً ذهنياً، أقول أن هؤلاء (من تتفوق لديهم الأجزاء الفيزيولوجية) يمكنهم الوصول إلى أرفع المستويات وتحقيق أكبر الإنجازات، إذا أدركوا أن الجزء الرئيسي من احتياطي طاقة الكارما لديهم موجود في مجال الجسد، ولهذا يتطلب منهم مزاوله عمل يتطلب بذل الجهد العضلي. وللتوضيح والتأكيد أعرض الأمثلة التالية.

سيطرة ديكتاتورية (الجنرالات السود) على السلطة في اليونان، في عام ١٩٦٧م،
تم عزل الملك «قسطنطين أولدينبورغيسكي» عن سلطته. نلاحظ أنه بعد ذلك لم يخصص
الجزء الرئيسي من وقته لأفراد أسرته، وللقاءاته مع الملوك، بقدر ما خصص وقته للحصول
على ميدالية أولمبية. إنه محترف في رياضة القوارب والتجديف، واللجنة الأولمبية الخاصة
تكافح من أجل استعادة الملك لحقوقه المدنية في موطنه.

أما بشأن حقوق الملك الروماني «ميخائيل غوغينتسولين - زيغمارينغر» فقد
استعاد حقوقه كاملة وأعيدت له الجنسية الرومانية. يبلغ من العمر الآن ٨٠ عاماً، ومزج
طوال حياته بين أعماله السياسية والاجتماعية وممارسته للزراعة. في الواقع فإن
الأشخاص الذين تتميز عندهم الأجزاء الفيزيولوجية من الكارما غالباً ما يستطيعون
تلبية كل متطلبات واحتياجات الكارما كاملة عندما يستخدمون في نشاطهم الحواس
الخمس كاملة وبالطاقة القصوى الممكنة. وزراعة الحقول الصغيرة التابعة عادة للمنازل
الريفية، من أفضل الأعمال التي يمكن ممارستها والحصول على النتائج السابقة
الذكر. حيث يعمل الإنسان بيديه ويبدل جهداً، وهو يستمتع في الوقت ذاته لأصوات
الطيور تغني من حوله، ويعشق يتأمل الأزهار التي تنبت، ويستشوق روائعها الجميلة،
وقد يتذوق طعم ثماره.

سيطرة أجزاء الكارما الشفوية وتفوقها

الكارما الشفهية هي بالدرجة الأولى الكارما المرتبطة بالكلمات. الكلمة - الشكل
الشفهي - هي المكونات الرئيسية للكارما. وكل ما يرتبط في حياة الإنسان بالكلمة، يؤثر
بشكل أو بآخر على الأجزاء الشفهية من الكارما. عمليتنا التربوية والتعلم اللتان تعتمدان
بشكل كبير على اللغة الخطابية والكلام، هما أيضاً من المكونات الرئيسية للكارما
الشفوية. وهذا الجزء من الكارما متغير جداً ودائم القلب، فهي (الكارما الشفهية) تعيش في
عملية إبداع دائم، فالتناس من هذا النوع لا يستطيعون العمل من دون الكلمة، والكلمة تؤثر
على أقدارهم.

الإنسان الذي تتفوق عنده الأجزاء الشفهية من الكارما غالباً ما يكون مؤدباً أنيقاً
صادقاً، لطيفاً في المحادثة، حماسياً شاعرياً، وإظهار الأحاسيس والمشاعر يتطلب دائماً تفعيل
كل الأجزاء الثلاثة للكارما، الجزء الفيزيولوجي (التنفس- ضربات القلب - الإشارات
والإيماءات) والجزء الشفهي (الخطاب والصوت) والجزء الذهني (خلفية الفكرة وأرضيتها).

وتشكل النساء الجزء الأكبر من الأشخاص الذين يتفوق لديهم الجزء الشفهي من الكارما. وعلى الرغم من كل المواصفات الجميلة واللطيفة التي تتصف بها النساء عادة، إلا أن هذا الجزء من الكارما الذي يسيطر على النسبة الكبرى منهن هو جزء أكثر أهمية وقوة من الجزء الفيزيولوجي.

لاحظوا مثلاً: في الحالات التي تواجه فيها القوة الجسدية والعنف العجز عن إيجاد الحل أو المخرج من الأزمة، تكون النساء قادرات على إيجاد الحل والمخرج بفضل ما يتمتعن به من ليونة وحساسية وشاعرية وسهولة وجمالية أثناء إدارة الحديث. واليكم كيف يصف «فاير دو أوليفي» النساء في مجتمعات أجدادنا: «يختلف أحياناً محاربان من قبائل المحاربين، بغضببان ويتجهزان للانقضاض على بعضهما، في هذه اللحظة تدخل بينهما امرأتان من قبيلتهما، وتمسكان النزاع. الأولى هي أخت أحدهما والثانية زوجة الآخر. تبرق عيناهما، أما صوتهما فتبدو فيه نبرة السلطة، تصرخان وكلماتهما تضربان كالمطرقة»

الأحاسيس الانفعالية، ونبرة الصوت، والمعنى الخلفي العميق لما يُقال تؤثر بشكل واضح على الموقف وتدفع إلى الصلح، حيث تؤثر كل هذه العناصر على الأجزاء الفيزيولوجية من كارما المحاربين الذين أعماهها الغضب. هذه هي قوة الأجزاء الشفهية من الكارما، وهذه هي القوة الحقيقية لدى النساء في حال وُجدت الإمكانية على تطوير طاقة الكارما وقدراتها الكامنة.

إذا كانت الأجزاء الشفهية من الكارما تسيطر على «مزيج الكارما» لدى شخص معين، فإن درب حياته يجب أن يكون على صلة بالكلمة ومخاطبة الغير والأحاسيس. في مجال الأعمال التي تعتمد على الخطاب والأحاسيس يكون الإنسان من هذا النوع متفوقاً على غيره.

تؤثر المرأة على العالم المحيط بأحاسيسها وانفعالاتها وكلامها، ليس لأنها محرومة من القوة الجسدية (يوجد الكثير من النساء اللواتي يتمتعن بقوة جسدية تفوق كثيرين من الرجال) بل لأن هذا النوع (الأجزاء الشفهية من الكارما) هو الذي أعطته لهن الطبيعة. وفي عالمنا الحالي المتحضر كثيراً ما نلاحظ أن السيدات يبتعدن عن طبيعتهن، فتتسبن النعومة واللطف والأحاسيس والأدب والخجل (لا بد من التذكير بأن هذه الصفات هي التي تحدد وتميز الطبيعة الأنثوية، وهي في الوقت نفسه من وظائف النشاط الكبير للنصف الأيمن من الدماغ). في هذه الحالة تحديداً يقوم الإله (الطبيعة) بتذكيرها بأنها اختارت الطريق الخاطئ، محاولاً أن يدفعها إلى استعادة الأنوثة الحقيقية والأجزاء الشفهية من الكارما.

وللأسف فإن التذكير لا يكون بالضرورة على شكل مشكلات غير متوقعة، بل قد يأتي بشكل مرض محدد في الجهاز التناسلي (جينوكولوجيا)^(١).

في حال تشوه التوجهات الأنثوية الطبيعية (نزف الطاقة من الأجزاء الشفهية للكارما) فإن البنية الداخلية تتغير أيضاً: تتراجع عملية إنتاج المادة المؤثرة تماماً مثل تأثير الهرمونات الأنثوية، بينما يتزايد إنتاج هرمونات غدد الأعضاء الذكورية المسؤولة عن تشكيل الأعضاء الجنسية الذكورية الرئيسية والثانوية نظراً لأن الجزء الأيسر من الدماغ ينشط في هذه الحالة. وللسبب نفسه فإن الابتعاد عن مصدر الطاقة (الذكورية) والمراكز التي تفرز هرمونات ذكورية يساهم في تطور الأمراض الذكورية أيضاً. ومن هنا تتضح مبادئ معالجة العجز الجنسي: بتثبيط عمل الجزء الأيسر من الدماغ. فعلى الرجل أن يفكر ويحلل ويخطط ويبدع، لأن الحياة المليئة بالأعمال الإبداعية تقوي المهمة الجنسية وتحافظ على القدرة الجنسية وتقلها مع الرجل وصولاً إلى المراحل المتقدمة من العمر. أما عقارات مثل «فياغرا» وما شابهها، فإنها تأخذ من الرجل كل ما أهدته إياه الطبيعة من قوى جنسية، وسرعان ما يتحول بعد استخدامها المتكرر إلى شخص مريض جسدياً وسيكولوجياً.

سيطرة الأجزاء الواقعية من الكارما

إذا كان الأشخاص الذين تتفوق عندهم الأجزاء الشفهية من الكارما يعيشون بقلوبهم، فإن الأشخاص الذين تتفوق عندهم الأجزاء الواقعية اللحظية من الكارما يعيشون بعقولهم حصراً. الأساس في حياتهم يقوم على المنطق والتحليل والعلم والمعرفة ويتمتع هؤلاء عادة بسلطة حقيقية على أنفسهم وأهوائها بفضل ما لديهم من إرادة ذاتية، ويعرفون دوماً ثمن كل خطوة، ويعيشون في ارتباط ولا استقلالية عن المجتمع.

المأساة الوحيدة لدى الأشخاص من هذا النوع هي محاولتهم للتحكم بكل شيء باستخدام العقل والتفكير، حتى أنهم يسعون أحياناً للتحكم بالجسم وبعض وظائفه مثل الطعام والجنس والراحة والتنفس. ولديهم القدرة بأن يسيروا خطوة بخطوة وفق البرنامج الذي

١- في الترجمة من اليونانية تعني هذه الكلمة «امراة»، «ولادة»، «كلمة»، وإذا وحدنا المعاني الثلاث فيصبح المعنى العام (الكلمة بيت التوليد) أي الجزء الشفهي من الكارما. وفي أكثر الأحيان تكون الأمراض الجينيكولوجية مرتبطة بالأجزاء الفيزيولوجية من الكارما (الجسد والممارسة الجنسية). وكذلك مع الأجزاء الشفهية (الأحاسيس والكلمة). لهذا فإن علاج هذه الأمراض يجب أن يبدأ من التدريب الذي ذكرت أسسه في كتابي (سلامة القدر) الذي يساهم في تصحيح بنى الكارما وعلاج الأجزاء الشفهية منها.

يضعون لأنفسهم، وهكذا فغالباً ما يصبح منهم العلماء والباحثين وما إلى ذلك. والإنسان الذي يسيطر عنده هذا الجزء من الكارما هو الذي يمكن أن يصبح رجلاً من رجال العلم، والذي يحمل الكثير من العلوم وفي أكثر من مجال ويلم بمجموعات القوانين الطبيعية، إلا أنه ومع هذا كله تجده واقعاً تحت سيطرة زوجته، حيث لا يملك أيّ حقوق في الأسرة. الحياة الواقعية لهؤلاء الأشخاص تبدو غير منطقية أما الأحاسيس والانفعالات المحيطة بهم فهي غير مفهومة لهم، لأنها لا تتدرج بإطار العلاقة الموضوعية بين الأسباب والنتائج، أي لا تتفق مع أسلوب تحليلهم وتفكيرهم ورؤيتهم للأمور. والحياة اليومية تبدو لهم حالة اضطراب دائم وتوتر، وهم غالباً ما يشعرون بالمعاناة عندما يصطدمون وجهاً لوجه مع الحياة اليومية وهمومها.

مثال آخر يوضح صورة الأشخاص من هذا النوع، إنه العالم أينشتاين الذي وضع لزوجته بصيغة مكتوبة مجموعة قوانين وقواعد تحدد أسلوب تصرفها وعملها وحياتها الأسرية. ووضع لها قائمة (ممنوعات) منها مثلاً تحديد الوقت الذي يجب أن تقدم فيه الطعام، عدم مخاطبته إلا عند السماح لها بذلك، عدم الصعود إلى غرفة المكتب حيث يعمل على أبحاثه إلا بإذن منه، وغيره من القوانين. فما كان من زوجته (المرأة) التي تسيطر عندها الأجزاء الشفهية من الكارما، إلا أن هجرته بعد مدة قصيرة من إصداره لهذه القوانين والممنوعات، التي تفرض عليها أن تعيش بموجب قوانين الكارما الواقعية. إن هذه الحادثة تكشف عن صفة إضافية للأشخاص الذين تسيطر عليهم الأجزاء الواقعية من الكارما، إنها صفة التكبر. عندما تبلغ معرفتهم وعلومهم مستويات معينة يعتقدون أنه لا شيء أكبر وأهم من الذكاء في الوجود. والتكبر كما نعلم هو سبب من أسباب الكثير من الحالات المرضية.

بما أن الأشخاص من هذا النوع يعتمدون التفكير والتحليل والتحكم للوصول إلى النتيجة، فقد يستتجون ضرورة عملهم على تطوير الأجزاء الفيزيولوجية والشفهية من الكارما والمخططات المتعلقة بهما. إن إدراك هذه النتيجة يحد ذاته أمر رائع، لكن التطبيق على أرض الواقع، قد يتسبب بضغط كبير على الذهن. الحل الأفضل في هذه الحالة يكون عندما يملك الإنسان القدرة على التعامل بواقعية مع ضرورة التخلي عن التحكم بأجزاء الكارما، ومنح الفرصة بإظهار الحاجات الطبيعية لكل جزء من أجزاء الكارما. وبمقدور الأشخاص الذين تتفوق عندهم الأجزاء الواقعية من الكارما أن يطبقوا هذا الأمر عندما يواجهون طاقتهم الذهنية وذكائهم للتحكم باللوحة العامة الشاملة للحياة، وليس للتحكم ببعض أجزائها.

نتيجة فصلية

هكذا فإننا قد ذكرنا في هذا الفصل أن كل شخص يملك بنية الكارما المميزة له والخاصة به، والتي قد يكون أحد أجزائها أو مكوناتها الرئيسية أقوى من بقية الأجزاء. وأعتقد أنه بفضل الشرح المفصل لمواصفات أجزاء الكارما وتفوق جزء منها عند كل إنسان، تمكنتم من تحديد الجزء الذي تعيشون فيه من الكارما، كما تمكنتم من التوصل إلى استنتاج أولي حول مدى سيطرتكم على قدركم، وكيفية تعويضكم للنقص عن طريق القدر.

الأشخاص الذين تقابلونهم، يقومون بأفعال وأعمال، وقد ينطقون بأحاديث حماسية، أو يعبرون عن أحاسيسهم. بعد هذا الفصل أصبحت رؤيتكم للعالم المحيط والأشخاص من حولكم أكثر شمولية ودقة في تحديد طبيعة كل شخص، وهذا ما يساعدكم على إيجاد صيغة تخاطب أو تعامل مع الغير بسرعة ومن دون عقبات، بغض النظر عن فترة التعارف بينكم. إن الأشخاص الذين يتفوق عندهم الجزء الفيزيولوجي من الكارما (يفكرون) بأجسادهم؛ وأما من يتفوق عندهم الجزء الشفهي منها فهم (يفكرون) بقلوبهم (فهم يقولون ما لديهم ومن ثم يفكرون بما قالوا)؛ أما أولئك الذين يتفوق عندهم الجزء الواقعي من الكارما فإنهم (يفكرون) بعقولهم.

إن الناس مختلفون، ولهذا لكل منهم قدره الخاص، ووجبات طعامه المحببة، وأسلوبه الخاص في ارتداء الأزياء واختيار الملابس، ولكل سياسته في المنزل والأسرة.

كيف تتم

عملية برمجة أسلوب التفكير (الكارما)

التربية كجزء من أجزاء برمجة الكارما:

تبدأ برمجة الكارما لدى الإنسان قبل ولادته. والأطفال يأتون إلى الحياة بطريقتين، إما برغبة الوالدين (أي بتجسيد الفكرة المتفق عليها) أو بصورة غير متوقعة ومفاجئة وقد يكون حتى من دون رغبة وإرادة منهم. إلا أنه في كلا الحالتين يبدأ الوالدين أثناء فترة الحمل بالتفكير بمستقبل ابنهما وكيف سيكون وما هي الصفات التي يحملون رؤيتها فيه. وحتى لحظة ولادته، تتحول هذه الأحلام عند الوالدين إلى أسلوب معين في التربية يقوم على ما عاشوه خلال طفولتهم، وعلى الأولويات الكارمية لدى كل منهما، أي تفوق هذا الجزء أو ذاك من الكارما عند الطفل يبدأ من هذه المرحلة. أسلوب التربية هذا الذي يجول في مخيلة الوالدين هو الذي يضع أسس تفكير (كارما) الجنين.

حتى في أكثر الأسر تقاهماً وحباً، وحيث يحب الوالدين طفلهم حباً لا حدود له، غالباً ما ينقضان على المولود الصغير بحبهما له حاملين مع الحب هذا البرامج الفكرية (الكارمية)، وكل منهما يحاول أن يبرمج كارما الطفل بما يناسبه ويناسب رؤيته.

يبلغ عمر «داشا» سبع سنوات، يكن لها والداها محبة كبيرة ويمنحانها الاهتمام اللازم. ولا تنفك الأم تقيم مختلف الاحتفالات في المنزل وتدعو أصدقاء «داشا»، حيث تمضي الوقت معهم بمرح وتروي لهم القصص والحكايات المرحية. وهي تحب أن تلبس ابنتها أجمل الأزياء وترتبط لها على شعرها ربطات ملونة جميلة.

والدها يحب أن يأخذها معه إلى قاعة الرياضة للتمرين. وفي الواقع فهو يعتبر أن ربطات الشعر هي شيء لا ضرورة له، ويرفض الفساتين الجميلة جداً، فغالباً ما يحب أن يرى «داشا» مرتدية بدلتها الرياضية. «أعلى، أبعد، أسرع» هذه هو شعار الوالد وبرنامجه الذي يتقاسمه بكل كرم مع ابنته. «ليس هذا هو المهم. يقول الأب لابنته التي تبكي لأنه لم يسرح لها شعرها كما يجب بعد تمرين السباحة. المهم هو أن تكبري سليمة معافاة وقوية».

«ليس هذا المهم، تقول لها أمها في المنزل مشيرة إلى زي السباحة الذي لم يجف بعد. المهم هو أن تصبحي فتاة طيبة مرحة، ومحبة لمساعدة الغير، كما هو الحال في تلك القصة، هل تذكرينها؟».

كثيراً ما يحدث الخلاف في الأسرة «ما بك تدللينها طول الوقت أمنت وربطات الشعر هذه؟ - معترضاً يقول والدها». طبعاً - تقول الأم غير راضية - تريدها أن تصبح بطلة العالم بالجري أو السباحة أو أي نوع من أنواع الرياضة! يتشاجر الوالدان، بينما «داشا» تتألم بصمت، معتقدة أنها هي سبب ما يجري.

بهذا الشكل أو ذاك يفرض الآباء على أبنائهم رؤيتهم الخاصة للعالم، إضافة إلى ذلك يحاولون تحميل الأبناء الصفات المميزة للكارما الخاصة بهم كوالدين، عندما يحاول كل منهما أن يصنع من الطفل الحلم الذي يراه ويرغب بتجسيده في الواقع.

والد «داشا» - شخص يتفوق عنده الجزء الفيزيولوجي من الكارما، ويعتقد أنه لا يمكن الحفاظ على الصحة من دون الرياضة، والأهم أن نعيش لمدة أسبوع من دون التعرض لضغط جسدي. وهو يعرف تماماً من خلال تجربته الشخصية: ما إن يتغيب المرء مرة واحدة عن الذهاب إلى قاعة الرياضة كل أحد، حتى تبدأ حالات الأرق، ويتعكر المزاج، وبعده قد تسوء الحالة الصحية الجسدية.

أما والدتها فهي من الأشخاص الذين يتفوق عندهم الجزء الشفهي من الكارما. تعيش بالأحاسيس، وتحب أن تتكلم، حتى أنها لا تستطيع تصور الحياة عدة أيام من دون أن تحمل الهاتف وتتحدث مع صديقاتها وصولاً إلى مناقشة آخر الأنباء معهن. الوحدة تعذبها وتقتلها، حتى لو استمرت لعدة ساعات لا أكثر. ولا تشعر بالسعادة إلا عندما تخرج كل ما في داخلها. والجهد الجسدي بالنسبة لها يعني النهاية، وكأنه عقوبة. وما زالت حتى الآن تتذكر بألم كيف اضطرت أن توافق مع زوجها في السنوات الأولى لحياتها الزوجية على الذهاب للجري معه والقفز في الحديقة مساءً.

في هذه الوقت تنمو «داشا»، ويتفتح العالم من حولها أوسع فأوسع. وها قد بلغت الحادية عشر من العمر. وكثيراً ما توجه الكثير من الأسئلة لوالدها حياً منها لمعرفة كأي طفل في هذه السن «لماذا الأمر كذلك.. ولماذا لا يكون على نحو آخر» تسأل «داشا» عادة عن أي شيء قد تلاحظه أو تراه أو تسمعه.

«هذا لأن - يشرح لها والدها - العالم قاسٍ جداً. ولن يتعامل معك أي شخص في الحياة الواقعية مثلما نتعامل معك أنا وأمك. ولا يحتاجك أحد سوانا. ولهذا لا بد أن تكبري قوية قادرة على الاعتماد على نفسك وعلى يدك في كل الأمور. فإذا كنت قادرة على تنفيذ أي شيء بيديك وجهدك الذاتي فلن تتعرضي لأي هموم أو مشكلات في الحياة. إن وجدت الصحة فكل شيء يمكن أن يأتي معها، هل فهمت يا ابنتي؟».

تفهم «داشا» ما يقوله لها، لكن ليس كما يجب. هي تشعر أن شيئاً ما ناقص في لوحة العالم كما يراها والدها، وهناك أشياء ترعبها في هذه الرؤية، وأشياء أخرى تدفعها للابتعاد عن أفكار والدها، فتذهب إلى والدتها بحثاً عن الإيضاحات والشرح والإجابة.

«هذا لأن الناس - تقول لها والدتها مجيبةً - يفكرون أكثر من اللازم في الأمور والأشياء، ولا يستمعون إلى صوت القلب. بينما يشكل القلب مصدر التكهن والإلهام الوحيد في الحياة، حتى إنه مصدر النبوة. وكم هو مؤلم عندما نشعر أن الآخرين لا يدركون هذه الحقيقة. لم يعد الناس يعيشون بأحاسيسهم، وكل ما لديهم هو الأعمال والمشكلات المادية الحياتية. تتصل بأفضل صديقة، فتجيب: أنا مشغولة لا وقت لدي. هذا مؤلم ومزعج. طبعاً تتصل هي بعد مدة محتجةً: أين أنت لم نعد نسمع صوتك أو نراك. عندها أقول لها كل ما في داخلي بهذا الشأن ولا أخجل من التعبير عن كل ما أشعر به حيال ذلك. أتخلص من استيائي وانزعاجي وسرعان ما أشعر براحة في داخلي. هكذا يجب أن نعيش، بقلوبنا فقط».

تستمع «داشا» إلى والديها لكنها لا تفهم كل ما يقولان لها. فهي تنظر إلى عالمهم كأنه خيالي أو مصطنع في مخيلتهما. فهما لم يتمكنوا من توضيح أي شيء لها كما كانت ترغب أو كما توقعت. إنهم لا يعرفون أي شيء. تكبر «داشا» وتتزايد حالات سوء التفاهم في الأسرة، وها هي تدخل مرحلة المراهقة وتشعر باتساع الهوة بينها وبين والديها.

إذا قمنا بتشخيص بنى الكارما الخاصة بـ «داشا»، فإننا سنجد أنها تنظر إلى العالم بتفوق الجزء الواقعي في الكارما عندها. ولهذا فهي تجد صعوبة في تقبلها لنصائح والديها. لا يسهل عليها ممارسة الرياضة التي لا تشعر نحوها بأي رغبة، تمارس شيئاً لا ترغب به! كما تنظر إلى توجيهات والدتها بأن تنصرف وفق ما يمليه القلب علينا دون أن نفكر، بأنها توجيهات فيها شيء من الحمافة. لقد حاولت هي أن تسمع نصيحة والدتها، لكنها لم تشعر بأي أحاسيس مميزة. وإذا لم نفكر في كل خطوة نخطوها فقد نجد أنفسنا في موقف محرج، غريب كيف تتمكن الوالدة من تجاوز هذه المواقف بطريقة غريبة ما...

عندما يبلغ الطفل الثانية عشر من عمره وتتفوق عنده الأجزاء الواقعية من الكارما

فهو قادر على فهم الأب والأم، لكنه لن يقوم باعتماد نصائجهما وتنفيذها مهما كان الأمر. خلال عملية تربية الطفل كثيراً ما يقوم الوالدين بـ «تسجيل» رؤيتهم الخاصة للعالم في بيسيكلوجيا الطفل، ويسجلون معها رؤيتهم (لما هو السيئ وما هو الجيد)، وتكون المحصلة أن الطفل الذي وُلد وهو يحمل معه من الطبيعة كارما خاصة به وتميزه عن الآخرين، سيُحمل نتيجة التربية بهذه الطريقة، رؤية كاذبة غير صحيحة للعالم المحيط، وللعلاقات بين الناس ولطبيعة العلاقة مع الوسط المحيط بمختلف أشكاله (اجتماعي - طبيعي وغيره). ورؤية العالم بمنظار الوالدين غالباً ما توصل الطفل إلى جدار مسدود. الأولويات لدى الوالدين، التي تُقل إلى الطفل عبر النصيحة والتوجيهات قد لا تكون هي المناسبة له ليحل المشكلات التي قد يواجهها، ولن تساعده على الخروج من المواقف التي سيواجهها مع الكبار الذين لا يرغبون التخلي عن أولوياتهم ومبادئهم. تتغير الحياة، تزداد تعقيداً، ونصائح الوالدين إما أن تصبح غير مقبولة أو أنها لا تعطي النتائج المطلوبة التي يتوخاها الابن، وهذا ما يجعل حياة الابن، بغض النظر عن عمره، مليئة بأحاسيس الخيبة والألم.

غالباً ما يكون الحسد أو العمل (السحر) معشياً في الفكر

عندما يبدأ نشاط كارما الوالدين المسجلة في أساس تكوين الإنسان، بالتراجع يتولد الإحساس باليأس والاستياء. ومن وجهة نظره هو (الوالد أو الوالدة) يقوم بالعمل الصحيح (يطبق البرنامج)، بينما تكون نتائج نشاطه معاكسة تماماً للنتائج المطلوبة. وحسب المستوى التعليمي ودرجة اليأس التي يصل إليها، فإن إنسان من هذا النوع سيستتج أمر من اثنين:

١- «لقد أصبت بضربة عين» أو «لقد صنع لي أحدهم عملاً (سحراً)».

٢- «هذه هي طبيعتي ما العمل...»

إذا حاولنا تحليل النتيجة وفق مبادئ وأسس الكارما، نجد أنها نتائج كاذبة جزئياً إلا أن النتائج المذكورة عادلة نوعاً ما. (و يبقى الأمر على هذا النحو حتى يدرك الإنسان ما الذي يجري معه وإلى أن يبدأ بتصحيح وتسوية وضع الكارما الخاصة به). وما يعتقد الإنسان (عمل - سحر) أو (ضربة عين) هو ليس إلا برنامج كارمي كاذب أدخله والديه إلى أساس منشأ الكارما خاصته في المراحل المبكرة من حياته أو في الفترة التي كان فيها غير مستقلٍ عنهما بعد. ويؤثر الوالدين على هذا النحو على تطور أسلوب التفكير والتحليل وعلى الحالة النفسية لدى الطفل من خلال فرض رؤيتهم للأمور عليه.

غالباً ما يعود والد «فيكتور» إلى المنزل مرهقاً وفي وقت متأخر من المساء. واعتاد «فيكتور» أن يراقب كل حركات والده عندما يعود من العمل، كيف يخلع معطفه القديم ويعلقه بهدوء، يذهب ويغسل يديه ومن ثم يجلس ليتناول وجبة العشاء التي أعدتها زوجته. والد «فيكتور» رجل قليل الكلام، وفكر «فيكتور» أن هذا إما يعود لطبيعة والده أو لأنه يأتي مرهقاً من العمل فلا يتكلم كثيراً. وكان الابن يحب والده كثيراً ويتذكر كل كلمة يقولها. «لا تتسرع وأنت خلف مقود السيارة! كان يُعلم ابنه بعد أن رد على زوجته، والدة «فيكتور» بسبب شكواها من قلة المال - إن هذا أمر مخزٍ يجب أن نعيش بإخلاص وشرف!»، «دعه وشأنه - قالت الأم معترضةً - على الأقل قد يتمكن هو من أن يصبح إنسان». «إنسان؟» قال الأب ضاحكاً - وماذا نحن برأيك، لسنا بشراً؟ أولئك الذين يظهرون على شاشات التلفاز؟ كلهم لصوص، وأنا شخصياً لم أكن لأثق بأي منهم، حتى أنني أرفض مد يدي لهم!».

في سن الخامسة عشر من عمر «فيكتور» مات والده نتيجة أزمة قلبية. وكثيراً ما كان يتذكر والده ويحزن على فقدانه لأنه لا يستطيع أن يستشير في شؤونه. إلا أنه كان يتذكر كل الكلمات التي سمعها من والده ويأخذ منها نقطة علام في تصرفاته ولتنظيم أمور حياته، مثلما يأخذ الطليعيون من علم قائد الفرقة نقطة علام لتنظيم صفوفهم. على الرغم من أنه حصل على نتائج جيدة جداً في نهاية مرحلة التعليم المدرسي، إلا أن «فيكتور» رفض قطعياً الذهاب إلى الجامعة، وكيفما حاولت والدته إقناعه بضرورة متابعة التعليم الجامعي إلا أنه كان يرفض الانصياع لرغبتها. لم يبق إلا هذا الأمر! لا فالذهاب إلى الجامعة - مثلما كانت والدته تقول - يعني فرصة ليشق المرء طريقة بين الناس ويصبح إنساناً جديراً. والسعي لأن يصبح إنساناً أمر مخزٍ! هذا ما كان يعتقد ويكرره والد «فيكتور»... أنهى «فيكتور» الخدمة الإلزامية، مع ما لديه من بنية ذهن رياضية - حسابية وما ملكه من قدرات ذهنية مميزة، بدأ الجيش له حالة لا تُعقل من الفوضى، حيث لا يوجد أي نوع من المنطق، ولا سيما في العلاقة بينه وبين أبناء جيله. إلا أن «فيكتور» كان في سره يحسد طلاب الجامعة الذين يجلسون في المكتبات ويطالعون الكتب ولا يجبرهم أحد على الاستيقاظ في الخامسة صباحاً.

بعد عودته من الجيش أنهى الدراسة في معهد متوسط بدرجة ممتاز وبدأ يعمل في المجموعة نفسها حيث عمل والده طوال حياته. تزوج وأنجبت زوجته ابناً، إلا أن هذا كله لم يمنحه ذلك الشعور أو الإحساس بالسعادة. ومكان السعادة كان يشعر دائماً بالخيبة والألم.

وأخذ يتابع باهتمام كبير حياة كل أصدقاء الدراسة. إن أغلبهم يحصل الآن على مرتبات عالية، ولديهم سياراتهم الخاصة، ويوجهون الأوامر عبر الهاتف الجوال من سياراتهم. «يجب عليك أن تتابع تحصيلك العلمي! بصوت متوتر قالت له زوجته - تتمتع بقدرات مميزة. وبمقدورك أن تصبح إنساناً مهماً!» «إنساناً؟» تساءل «فيكتور» تماماً مثلما كان والده يفعل - وما رأيك ألسنت إنساناً؟ أنا سعيد وأنا بحالي هذه!»

لكن إذا كان والده يقول هذه الكلمات بصدق، فإن «فيكتور» كان يقولها مبتذلةً ولا علاقة لها بحالته الروحانية، فهو يجبر نفسه على تكرار هذه العبارات. وفي الواقع لم يكن سعيداً بحاله. الخيبة والألم كانتا تتراكمان في روحه يوماً بعد يوم، وهكذا بدأ يشرب الخمر لينسى أو يهرب من ذاته. وعندما يشرب يتحول شعوره بالخيبة إلى غضب على الجميع وكل شيء...

يقولون أن الجيد بالنسبة للروسي هو موت الألمانى⁽¹⁾ وإذا حاولنا تفسير هذه العبارة بصيغة أخرى فنجد أنها تعني أن (السعادة) بالنسبة لمواطننا تعني (أسوأ) ما يمكن للغير. ولكي نستفيد من نصائح الآخرين يجب أن نكون قادرين أولاً على معرفة حقيقة البنية الطبيعية للذات.

على الرغم من وضوح ومنطقية كل ما سبق من تحليل، إلا أن البرمجة التي تأتي عبر الأسرة والوالدين هي التي تتحول غالباً إلى حجر يتعثر به المرء في درب حياته دون أن يدرك وجوده. ويحدث هذا لأن الناس يمضون الوقت الرئيسي من حياتهم من دون وعي حقيقي لما يجري. إن عمل الوعي بنشاط ليس مطلوباً لمتابعة برامج التلفاز أو للقيام بالأعمال الاعتيادية فقط، أو للتقل في المدينة. إن حصر مهمات التفكير والتحليل في مسائل من هذا النوع يعني أن الإنسان يعيش وفق برنامج (الطيور الآلي) أي أنه يقوم بهذه الأعمال وفق برنامج زرع في وعيه مع الوقت وهو لا يحتاج إلى بذل الجهد الفكري كي ينهي الأعمال المذكورة وما شابها. فهو في هذه الحالة يقوم بالأعمال دون أن يفكر ما الذي يفعله ولماذا. ومن هنا يأتي جهل الأسباب الحقيقية للفشل والخيبة الذاتيين. وكيف يمكن معرفة الأسباب إذا كان الوعي لم يشارك في «إنتاج» هذه الأعمال والأفعال، ولا يعرف أي شيء عن كل ما يقوم به المرء من دون وعي؟

١- الأغلّب ان هذه المقولة اتت من فترة الحرب العالمية الثانية ولا علاقة لها بحاضر العلاقات بين المانيا وروسيا (المترجم).

«فيكتور» - شخصية قد نمت بشكل تام وهي تحمل برنامجاً كارمياً كاذباً زرعه فيه والده في سن الطفولة. وبعد وقوعه في حالة اليأس والخيبة الدائميتين (ووجود ما يغذي عنده هذه الحالة) فهو عاجز عن وضع يده على المصدر الحقيقي لهذا الشر الذي يؤثر عليه، ويعجز بالنتيجة عن إيجاد الحل لما يجري معه، الذي يتلخص بضرورة التغييرات الجذرية في أسلوب حياته. ولهذا فهو بحاجة للمساعدة التي يمكنه الحصول عليها بذكائه المميز من هذا الكتاب بشكل رئيسي.

البرمجة من نوع «كُن مثلي»

يحلّم الكثير من الآباء والأمهات وتحديدًا غير الراضين عن حياتهم، يحلم هؤلاء بأن تكون حياة الأبناء أفضل، وبأن يتمكن الأبناء من إنجاز ما عجز عنه الآباء. يتم الأمر بمبدأ: لم أتمكن أنا من إنجاز هذا، فليفعل ذلك ابني (ابنتي). ويقوم الوالدين في هذه الحالة بشد الابن بعيداً عن قدره الحقيقي، ويوجهونه نحو الدرب التي يعتقدون أنها الدرب الصحيحة في الحياة.

على الرغم من قوة التأثير التي تتميز بها كلمات أحد الوالدين، فإن فرض وجهة نظرهم على الأبناء تجري على مستويات الكارما، حيث ينطبع فيها أسلوب حياة الوالدين، طريقة الخطاب، عاداتهم وما إلى ذلك كلها تنتقل جبراً إلى كارما الابن. وقد يقول الوالدين الكثير من الكلمات ويقرؤون محاضرات للأبناء عن الأخلاق والمسلكية، إلا أن انتقال المعلومات يتم من خلال مراقبة تصرفاتهم وقراءة ما بين أسطر الكلام والتوجيهات التي يحاولون إملاؤها على الأبناء.

يوجه الأب ملاحظة قاسية لابنته المراهقة لأنها تجلس خلف الطاولة بطريقة غير سليمة حانية ظهرها نحو الأمام. وعلى الرغم من أنه هو يجلس بالطريقة نفسها، وكذلك الأمر بالنسبة للأم، إلا أنه يعلم ابنته ويوجهها: «إنني أتمنى لك الخير! اجلسي بالشكل السليم، ولا تتظري إلينا أنا ووالدتك، فشأننا نحن شأن آخر. أما أنت فالحياة كلها ما زالت أمامك. ومن سيأخذ فتاة حذاء كزوجة له؟ اجلسي بشكل مستقيم وانظري إلى الأمام كما يجب». هذه نصيحة الأب لابنته التي يراقبها من تحت حواجبه.

من هنا فإنني لم أتوقف من دون سبب في كتابي الأول من تدريب بنى الكارما عند ضرورة أن نحيا بوعي وصدق. فالطفل يرى بوضوح كل الكذب في كلام الوالدين، ويلاحظ الفرق الشاسع بين كلام وفعل من يريه.

لم يتمكن أي أب من إجبار ابنه على القيام بأمر ما بأسلوب لم يسبق أن

اتبعه الأب للقيام بالأمر نفسه

«تعلم، ادرس! إن إنهاء المرحلة المدرسية بنتيجة جيدة هو مفتاح لكل الأبواب في هذه الحياة!». إن هذه الكلمات التي يقولها الأب والأم هي كلمات منطقية جداً. لكن المؤلم أنهما لا يهتمان شخصياً بأي شيء ولا يحاولان تعلم أي شيء (في هذه الحالة يمكن أن يقول إن زيارة المسرح ومشاهدة التلفاز وقراءة الكتب في المنزل أمور لا تؤخذ بالحسبان لأنها أمور تتدرج في إطار الحاجة الخاملة غير السلبية للمعلومات، فهي لا تخضع للتحليل من قبلها أو للنقد والأهم أنها لا تدفعهم نحو الاستنتاج الواقعي) فتكون النتيجة أن الخير الذي يمكن الحصول عليه من هذه الأعمال يمر مرور الكرام دون أن يؤثر على كارما الطفل التي يتم تسجيل المعلومات فيها من خلال ما يروج له الوالدين بأعمالهما: «لا يكثران بأي شيء!» فيكبر الطفل على شكل مطابق تماماً لهما وللبرنامج الذي يتم زرعه في بناء الكارمية، وسرعان ما تبدأ الأمراض والإحساس بالإحباط والخيبة دون أن يتمكن من معرفة أسباب ما يجري معه. الأم الوحيدة هي المثال الكلاسيكي والأكثر انتشاراً لحالات فرض أسلوب الحياة الخاص على الابن والسعي لدفعه نحو إنجاز ما عجزت هي عنه. ولا تولد النسوة عادة وحيدات بأثبات، إلا أنهن يصبحن كذلك والسبب لا يعود إلى كون الرجال جنس سيئ كسبب من أسباب الشقاء في حياة المرأة - الأم، بل السبب الأهم الذي يجعل حياتهن بائسة هو تأثرهن بأمهاتهن اللواتي يأخذن منهن البرنامج الكارمي المسبب لهذه الحالة والذي غالباً ما يكون صادر عن الأم التي أمضت حياتها وحيدة من دون الأب وتفعل كل ما بوسعها كي تحمي ابنتها من تكرار المأساة فتكون النتيجة الحقيقية أنها تدفعها مباشرة نحو التكرار، لأنه كما سبق وذكرنا لا تتأثر كارما الأبناء بما يقوله الوالدين بل هي تتقبل وتحمل كل ما تراه من تصرفاتهما وأسلوب حياتهما.

تعمل «ناديجدا» البالغة من العمر ٢٩ عاماً مديراً في شركة بناء، وهي فتاة جميلة، أتت إليّ لأساعدها بالتخلص من مجموعة من مختلف الأمراض التي قد تخطر على البال. وأثناء تشخيصي وتفحصي لبنائها الكارمية اتضح لي أنها وعلى الرغم من حبها لعملها، ووضعها المالي الجيد، وذكائها، إلا أنها تعاني من حالة اكتئاب وبؤس لا حدود لها. إنها تتألم من الوحدة لدرجة أنها أصبحت ترى كل الحياة بمختلف جوانبها وأطيافها باللون الأسود.

سبق وأن تزوجت «ناديجدا» مرتين، إلا أنها بدت عاجزة في كلا الحالتين عن الحفاظ على بنية الأسرة وتماسكها. استمر الزواج الأول أكثر من نصف سنة بقليل، وتبرر «ناديجدا»

أن فشل هذا الزواج بصغير سنهما وعدم وجود خبرة كافية في الحياة عندها، إضافة إلى عدم التفكير كما يجب قبل الزواج والعجلة في «الزواج من الرجل» الذي طالما كان التفاهم بينها وبينه سائداً على علاقتهما في العمل. أما الزواج الثاني فلم يستمر أكثر من أربعة أشهر ما جعل «ناديجدا» تشعر بعقدة نقص وهمية تدفعها إلى الاعتقاد بأنها عاجزة عن بناء علاقات طويلة الأمد كالعلاقة الزوجية وبناء الأسرة. وقصة زواجها (الأولى والثانية) هي قصة مشكلات وخلافات كبيرة مولدة للحقد والكراهية. بعد الطلاق الثاني (بلغت حينها السادسة والعشرون) استمرت «ناديجدا» وحيدة تربي ابنها، وتخلل ذلك خلافات متكررة مع زوجها والد الطفل بخصوص رؤيته لابنه واللقاء معه.

عندما حدثتني «ناديجدا» عن طفولتها بعد طلب ملح مني، لم ألاحظ أي مشاعر أو أحاسيس في كلامها أثناء حديثها عن ذكرياتها مع والدتها التي تعيش الآن في مدينة أخرى. ولم تكن تتذكر والدها لأنه طلق أمها وغادر المنزل عندما كانت طفلة في الثالثة من عمرها. وحسب قول ناديا فإن أمها ربتها بالشكل الصحيح وكانت تقول لها دائماً بأن الطفل يحتاج إلى أبي وأن الأسرة يجب أن تكون كاملة مكتملة. إلا أن ناديا التي كانت تسمع ما تقوله لها والدتها لم تتذكر أن رجلاً ما من غير الأقرباء قد زارهم يوماً في منزلهم، أي أنها لم تعش لحظات العلاقة بين الأب والابنة بصورتها الحقيقية، وكان الرجال الذين يزورونهم من الأقرباء والأصدقاء لكن لم يكن والدها بينهم. وكانت النتيجة أن كبرت «ناديجدا» دون وجود مثال واقعي وصورة حقيقية عن معنى الأسرة والعلاقات داخلها، وكل ما تعرفه عن هذا الأمر هي كلمات والدتها التي تذكرها تماماً «يجب الإمساك بالزوج بكل ما لديك من قوة». سبب فشل زواجها الأول يعود إلى أن «ناديجدا» حاولت أن تتصرف مع زوجها تماماً مثلما تتصرف مع أمها وصديقاتها (أي مثلما اعتادت أن تتصرف مع النساء). إلا أن زوجها كان «غليظاً، صامتاً، لا حلول وسط عنده، باختصار كان رجلاً⁽¹⁾» وأما في المرة الثانية فقد تزوجت «ناديجدا» وهي على قناعة مطلقة بأن الرجل هو مخلوق لا يشبه النساء أبداً، إلا أن هذا لم يجعل الحال أفضل ولم يأت فهمها لهذه الحقيقة بدفع العلاقات الأسرية التي طالما حلمت به. زد على ذلك فقد أدت محاولاتها لـ (الإمساك به وعدم إضاعته باستخدام كل ما لديها من قوة وحنكة) إلى نشوب خلافات بينهما على أرضية الغيرة والاتهامات وما إلى ذلك.

١- بين الهزل والجد تقوم النساء أحياناً باستخدام وصف رجل باللغة الروسية دون قصد المعنى الحقيقي للكلمة بل على اعتبار كلمة (رجل) كمعنى للإنسان السيئ؛ وهو تعبير منتشر في روسيا.

إن الأم الوحيدة البائسة تنقل إلى ابنتها برنامجها الكارمي ويؤثر على الكارما عند الابنة بشكل مباشر، ومن هنا فإن الابنة تبقى وحيدة لأنها تبحث عن الحلول لمشكلاتها معتمدة على مبادئ وأسس التفكير والتحليل عند والدتها، أي أن الابنة تعتمد على كارما الأم في حل مشكلاتها الذاتية.

قد تكون المبادئ مختلفة (كل الرجال حقراء) تقول الأم، أما الابنة التي تتأثر بهذا الكلام فإنها تبقى بقية العمر وحيدة. «دافعي عن حقوقك لا تتنازلي له أبداً وإذا لم يعجبه الأمر فبمقدورك أن تستمري من دون وجوده في حياتك» إن هذا المبدأ سيؤدي حتماً إلى الطلاق القريب، ناهيك عن ما سيتركه من انطباعات سلبية بحق كل الرجال وعدم النظر إليهم على أنهم من البشر حتى. وتكون النتيجة الوحيدة من جديد والزوجة (الابنة التي تأثرت بوالدتها) تبقى وحيدة مع ابنها أو ابنتها تزرع فيها دون إرادة منها الكثير من المسببات لعدم السعادة في المستقبل. وقد تكون الأم الوحيدة المريرة للطفل على دراية بكيفية تربيته له، لكنها للأسف لا تملك أدنى تصور ومعرفة عن كيفية بناء العلاقة الصحيحة مع الرجل، النصف الآخر الضروري في الأسرة. فهي لم ترى يوماً كيف تكون العلاقة مع الرجل الزوج - الأب لأنها نمت وترعرعت من دون وجوده في الأسرة، بالمقابل كانت ترى عكس ذلك، أي ما الذي يجب القيام به حتى يبتعد الرجل عنها، وهذا من خلال الممارسة الواقعية التي لامستها في حياة والدتها بغض النظر عن ما كانت تقوله لها الأم من عبارات وتوجيهات تقادها ببناء حياة مختلفة عن حياتها، لكن التأثير لا يكون من الكلام بل من خلال مراقبة العمل الواقعي. تعيش «ناديجدا» الآن حياة أفضل وظهرت علامات تحسن في حياتها الشخصية وكذلك على حالتها الصحية، لكنها بذلت الكثير من الجهد لتعيد برمجة بناها الكارمية.

برمجة الكارما على مستوى المجتمع

المبادئ نفسها لبرمجة الكارما بين الأم أو الأب من طرف والابن أو الابنة من طرف آخر هي نفس القوانين التي تنطبق على برمجة الكارما على مستويات المجتمع، المنطقة أو الإقليم وعلى المستوى السياسي الجغرافي «الجيوپولتيكي» بشكل عام.

تتم برمجة الإنسان في الكثير من الحالات من خلال ارتكاز المعلومات التي

يتقبلها على بعض المعطيات السليمة المزروعة من الطبيعة في وعيه،

وهذا ما يحدد من قدرة الإنسان على كشف الخطأ بنفسه أو

معالجة نفسه بنفسه.

إذا كان الإنسان مبرمجاً فسيكون من الصعب عليه أن يحصل على رؤيا صحيحة وواضحة عن العالم المحيط. وعضواً عن ذلك يعتمد على المزيج الغريب من المعلومات الذي عبر إلى وعيه من خلال أسلوب التفكير التقليدي للبيئة التي يعيش فيها.

تبرمج البيئة المحيطة العضو أو الفرد فيها لتقبل المعلومات بأسلوب واحد محدد بدقة، وهذا ما يحد من إمكانية استغلاله الكامل والصحيح للمعلومات التي يتقبلها ويتلقاها.

أوضح الأمر بمثال بسيط. لنفرض أن شخصاً أصيب بحالة مرضية، وبعد التشخيص اتضح أنه يعاني من التهاب معوي. إصابته بهذا المرض هو معلومة. ويصاب كثيرون بهذا المرض ويدركون أنه ليس بذلك المرض القاتل والخطير ويُعالجون منه بسهولة. وبدا كأنه لا يوجد وجهتي نظر فيما يتعلق بعلاج الالتهاب المعوي، لكن....

العلوم الغربية:

بعد أن يتم تقييم المعلومات يُستنتج وجود خلل في عمل بعض الغدد المعوية. ويوجه الطبيب نصيحة للمريض بأن يتبع حمية غذائية معينة، ويشرب المياه المعدنية، حتى قد ينصح بتغيير مكان السكن ليغير المناخ الذي يعيش فيه بمناخ جوي لمنطقة أخرى. ولكي تعمل الغدد التي أصيبت بالخلل فإن الطبيب ينصح باستعمال بعض الحبوب ونوع من البودرة. كثيرون منكم يعرفون هذا العلاج للتهاب الأمعاء. لكن بما أنكم تحملون الآن كتاباً وضعه طبيب يعلم بأسلوب غير تقليدي ويساعدكم على استعادة حالة الكمال التي سبقت المرض، ولا تحملون كتاباً لطبيب يعمل وفق الأسلوب العام المعروف، فهذا معناه أن رؤية الأمور بالشكل الذي وصفته أعلاه لا تناسبكم أو لم تأت عليكم بالنتائج المتوخاة.

وجهة النظر الشرقية:

بعد تمرير المعلومات نفسها وتقييمها فإن الطبيب سيضع تشخيصاً للحالة المرضية من وجهة نظر مبادئ العلاقة التبادلية والتفاعلية بين طاقتين (أنثوية، سلبية) و (ذكورية، موجبة). وتمتد المدرسة الشرقية أن زيادة محددة في الطاقة هي التي تسببت بهذه الحالة المرضية، ليتم على هذا الأساس وضع برنامج حمية غذائية يُدخل الطبيب فيه تلك المواد التي تحمل للجسم الأنواع التي تنقصه من الطاقة والتي أدى نقصها إلى ظهور زيادة في النوع الآخر ما أدى إلى المرض. بعبارة أخرى يتم وضع حمية غذائية تعيد للجسم توازنه الطاقوي.

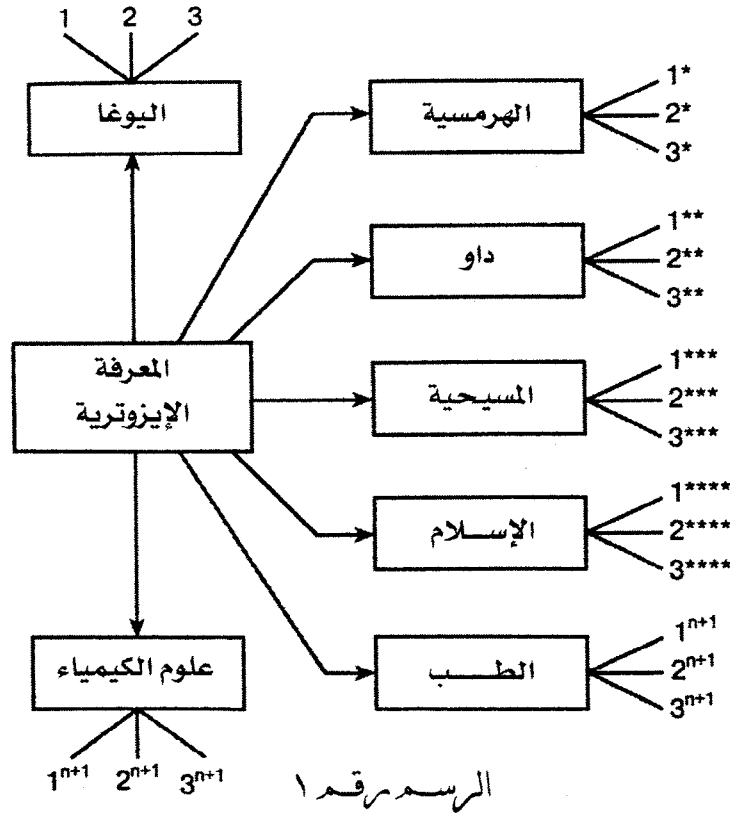
أما رجل الدين:

فقد يقوم بتمرير المعلومات حول الحالة المرضية عبر «القلب» - بشكل أحاسيس وانفعال إيجابي، وقد يرى أن سببها هو الخوف. ويقترح على المريض كل ما بحوزته من أساليب روحانية دينية تساعده على تخطي الخوف. ورجل الدين قادر على أن يعالج من المرض إلا أنه يفعل هذا بطريقة أخرى تماماً.

إن أساليب وطرق مساعدة الإنسان عندما يُصاب بالمرض هي كثيرة ومتنوعة. ويجب أن يدرك هذه الحقيقة كل إنسان وتحديداً أولئك الذين يعانون من حالات مرضية خطيرة يُقال عنها أنها غير قابلة للعلاج ولا أمل عنده للشفاء منها. لكن عندما تراهنون على أسلوب واحد من أساليب العلاج، وتُحدون من تدفق المعلومات كاملة، مغلقين بذلك أمام أنفسكم الفرصة للشفاء.

الإنسان الذي يكون مبرمجاً إما من خلال تحصيله العلمي، أو من خلال المجتمع الذي يعيش فيه، يكون وعيه عاجزاً عن استيعاب الأساليب والطرق المختلفة والمتنوعة للعلاج والحفاظ على الكمال، والتي تساعده على حل المشكلات الموجودة في عالمنا. فهو يصبح أسير اللوغاريتمات والحلول الجاهزة ويفقد القدرة على الإبداع بحرية لأنه يُقيد نفسه بالحدود التي وضعها المجتمع. و فقط الطبيب التقليدي، والطبيب الذي يعمل باعتماد أسلوب العلاج الشرقي، ورجل الدين، فإن نصائحهم مجتمعة هي التي تعطي صورة عامة للعالم المحيط. والمعلم الشرقي يعلمنا قبل كل شيء طريقة جديدة نتمكن بمساعدتها من التحقق من أيّ معلومات وتشخيصها، وبهذه الطريقة يحصل الإنسان على صورة أكثر شمولية وأكثر دقة للعالم المحيط، ووضعه وموقعه الحقيقي في هذه اللوحة، ووجهة حركته فيها.

إن الخلل بعمل غدة من الغدد التي تفرز بعض المواد المساعدة لعمل المعدة، لا يمكن شرحه باعتماد طريقة (الطاقة الأثوية والطاقة الذكورية) فقط، أو بطريقة الانفلاق المحكم على الروحانيات. تعالوا ننظر في الرسم رقم (1) هل ترون كم من طريقة موجودة لتوضيح كيفية بنية الكون، ودور الإنسان فيه، وحركته أثناء الحياة في هذا العالم؟ العلوم، الإسلام، المسيحية، البوغا، وغيرها... إن كل واحدة من هذه النظم الكونية لها أكثر من مستوى فهم وإدراك للعالم والفرد. على مستوى الإدراك 1^{n+2} , 1^{n+1} , 1^{****} , 1^{***} , 1^{**} , 1^* , 1 تكون النظريات غير متطابقة مع العلم أنه في أساس كل واحدة منها تكمن نفس المعلومات الوعي «الإيزوتريكي» ومع أن هذه المفاهيم قد تكون مفاهيم غير دقيقة إلا أنها قريبة جداً من الحقيقة.



إذا لم يكن الإنسان على معرفة عالية بالعلوم التي تدرس الديانات والفلسفة والعلوم الطبيعية، فإن وعيه ومعرفته للعالم تكون محدودة جداً وسطحية، لأنها تكون مرتكزة على جانب واحد من جوانب النظام الشامل. وهذا هو المستوى من المعرفة الذي يجعل الأفكار مشتتة في حقيقة الأمر ويخلق لدى الإنسان حالة رفض لآراء ومواقف الآخر. ومن هنا نلاحظ أن بعض الديانات يتعامل مع ديانات أخرى على أنها خرافية وغير حقيقية ومشوهة. ونلاحظ أن هذه الظاهرة منتشرة في وسائل الإعلام، لأن المفاهيم البسيطة (من المستوى الأول) هي تلك المفاهيم التي يمكن بمساعدتها تحويل معنى أي معلومات إلى المعنى الذي تراه هذه المحطة أو تلك صحيحاً للفكرة، دون الاكتراث لبقية وجهات النظر والرؤى حول هذه المعلومات. إن هذا الأسلوب يزرع العدا، والعنصرية والتفرقة الدينية والفكرية والسياسية، والإنسانية بشكل عام. وهي تعطي الإنسان رؤيا خاطئة عن الحقيقة، وعن الصورة الحقيقية للعالم، وعن وظائفه والطرق فيه.

إن أي إنسان هو عرضة للتأثر بمبادئ وأولويات الأسرة المبرمجة أو المجتمع الذي يعيش

فيه ويتفاعل معه. يتوجب على الإنسان الذي يسعى إلى تصحيح بناء الكارمية أن يتخلص أولاً من تأثير برامج السلوك التي تفرض عليه من خلال علاقاته بالأسرة أو المجتمع المحيط، وكذلك الأمر أن يحرر وعيه وأسلوب تفكيره من التأثر الخارجي، وأن يتحرر من ردود الفعل الحماسية المدفوعة بما زُرع فيه خلال تعرضه لبرمجة الكارما. ويمكن القيام بهذا الأمر من وجهة نظري على النحو التالي:

١- الدراسة الشاملة والمعمقة لكل المفاهيم التي يحتويها علم واحد ما. هذا يقربكم من الحقيقة.

٢- الدراسة المعمقة والشاملة لمفاهيم كل ما يتوفر لكم من نظم ومدارس فكرية وفلسفية ودينية وعلمية. (اليوغا - العلوم الطبيعية - الفلسفة - العلوم الطبية) هذا يساعدهم على التقرب أكثر من الحقيقة ويعطيكم قدرة على رؤية أكثر صدقاً وواقعية للعالم المحيط.

٣- التقرب من (المعلم)^(١) الذي يستطيع أن يتلمس الحقيقة مباشرة، والمنفتح على المعرفة، ودراسة كل الطرق التي يعرفها للتقرب من الحقيقة تحت إشرافه. إلا أن هذه الفقرة الثالثة تنطبق على الأشخاص الذين تتوازن عندهم الأجزاء الثلاثة المكونة للكارما، وبحيث تكون هذه الأجزاء متفاعلة فيما بينها دون تفوق واحد على الآخر. إن بناء علاقة جيدة مع المعلم، حتى ولو كانت غير منظمة ولا يكون التدريس أساسها، فقد يكون العمل هو الذي يجمعنا معه أو العيش بجواره، فإن هذه العلاقة ستعطي نتائج مذهشة في مجال تصحيح الكارما.

٤- إن الحالة الروحانية الداخلية وطريقتها نحو معرفة العالم تظهر الكثير من التشابه أو الاختلاف في مجموعة الأولويات لدى كل شخص، وتساعده على أن يأخذ القرارات الصحيحة في الحياة، دون أي توتر أو عدوانية، إذا كان الحب هو الأساس في تفكيره وبحثه عن الأفضل.

١- كلمة المعلم هنا هي كناية عن المعلمين في مدرسة اليوغا مثلاً أو عند البوذيين حيث يعني المعلم الرجل الملم بالكثير من العلوم والمعرفة والفلسفة ويربطها مع الواقع. مثل ما نراه في بعض الأفلام أحياناً حيث يكون دور المعلم أكثر من المعنى العربي الحرفي للكلمة. (المترجم).

إن عدم وجود أولويات ثابتة غير قابلة للتغيير هو مفتاح التفاهم المتبادل بين الناس. والإنسان المبرمج كارمياً يكون أصم وأعمى في علاقته مع الإنسان الذي قد يحمل نظام كارما من نوع آخر. وخير توضيح وشرح لهذه الحالة نجده في الشعر الذي كتبه «ريديارد كيبلينغين». حيث يعبر شعره بوضوح عن المواجهة بين الغرب والشرق، وعن أسلوب التفكير والتحليل والفرق بينهما في الشرق وفي الغرب، حتى أن شعره يتناول الفروقات بينهما في المسلك والعادات والتقاليد.

إن التفاهم المطلق بين الناس يبدو مستحيلاً ما دام كل واحد يتبع بتصلب قواعده الخاصة ومبادئه في الحياة. ، هذا لا يقتصر على العلاقات والاتصالات بين الأفراد، بل يشمل المجال السياسي والحكومات، ورجال السياسة، وبشكل خاص المسؤولين عن حياة المجتمع والبلد، عليهم هم بالدرجة الأولى أن يتخلصوا من أسلوب التفكير المنقوش غير القابل للتغيير. إلا أن العكس يكون صحيحاً في هذه النظرية، فالإنسان الذي يتخلص من الأفكار المفروضة عليه والمنقوشة في وعيه يستطيع أن يحصل على سلطات أوسع على القدر وعلى أقدار المحيطين به.

المعاناة المفروضة

المعاناة المفروضة بسبب... الحالة الجوية!!

إن كل إنسان يعرف معنى بهجة العيد واللهفة لمجيء يوم العيد. ولا سيما الأعياد الخاصة والمميزة مثل عيد رأس السنة أو عيد ميلاد الشخص. لكن كثيراً ما يحدث أن شيئاً ما بسيط جداً ولا قيمة له قد يعكس صفو المزاجية الرائعة المرافقة عادة لأيام الأعياد، وغالباً ما يرى الناس أنهم غير مسؤولين عن أسباب تعكير مزاجهم...

وُلدت «لودميلا» في منتصف الصيف ولهذا فهي نادراً ما تحتفل كما يجب بعيد ميلادها، حيث يكون أغلبية الأصدقاء في مختلف المناطق يقضون فترة الإجازة الصيفية. إلا أن «لودميلا» بدت سعيدة الحظ هذا العام، حيث يتواجد في المدينة معظم الأصدقاء والأقارب الذين ترغب برؤيتهم في حفلة عيد ميلادها. ووعدها الجميع بأن يأتوا إلى منزلها الريفي خارج المدينة لمشاركتها فرحتها بالعيد. كان فصل الصيف في ذلك العام جميلاً، وتوقعات مراكز الرصد الجوي كانت مبشرة جداً، فقررت «لودميلا» أن تقيم احتفالات لن ينساها أحد طول العمر. وضعت برنامجاً موسعاً، حفلة شواء، رحلة إلى البحيرة القريبة سيراً على الأقدام وسط الغابة الجميلة، رقص تحت ضوء القمر والنجوم المطلة من السماء الصيفية الصافية الجميلة، وبين الأشجار وزهور الياسمين المتفتحة هنا وهناك..... نامت «لودميلا» ليلتها وهي تشعر بسعادة لا حدود لها وكانت تراودها مختلف الأفكار الإبداعية لتجعل من حفلة الغد حفلة تاريخية. كان كل شيء جاهزاً للاحتفال، وتم وضع الخطط كاملة بأدق تفاصيلها. استيقظت «لودميلا» صباح اليوم الثاني، يوم العيد المنتظر، لكنها عوضاً عن اهتمامها بتحضير نفسها لاستقبال الضيوف، دخلت في حالة حزن واكتئاب، وأخذت تبكي... لم تفعل هذا من دون سبب، لكن لا دور لها في ما حدث، لقد امتلأت السماء بالغيوم الداكنة، والمطر يهطل بتزايد مستمر، والفقاقيع كانت تطفو على سطح مياه الأمطار المتجمعة في الحفر. لقد رأت «لودميلا» في الأمر إشارة واضحة فالأمطار كانت قوية وبدا أنها لن تتوقف قريباً.

«هل هذا هو وقت الأمطار! - كانت تقول «لودميلا» لنفسها - طول الشهر لم تهطل نقطة واحدة، والآن في يوم عيد ميلادي...» ومن جديد عادت تبكي. لقد انزعجت وتمكر مزاجها بشكل لا مثيل له، واضطرت أن تضع الماكياج على عيناها المنتفختين من البكاء، واستقبلت الضيوف بضحكة مبتذلة...

لعلكم ستوافقون معي أنكم سبق وأن تعرضتم لموقف مشابه، ووقعتم تحت تأثير الأفكار التي تؤكد أن حالة الجو في يوم العيد أو يوم العطلة الأسبوعية يجب أن تكون جيدة، وإلا فإن هذا اليوم سيتحول إلى يوم كئيب لا شعور فيه بالراحة والسرور. كم من الأشعار قرأنا في الرحلة الابتدائية عن يوم الأول من أيار الشمس، وعن الصباح المنير ليوم العيد. وكم سمعنا من والدينا: «ما هذا؟ يوم الأحد والجو ممطر؟ لقد ذهب يوم العطلة بلا فائدة». تتأثر بهذه الكلمات ونكون قد تقبلنا وحملنا منها برنامجاً غير واقعي، كاذباً، عن مسلكية العالم المحيط والبيئة. ولهذا فإنكم عندما تستيقظون في الصباح وتظنون من النافذة في الأيام الماطرة تقولون: «الجو سيئ اليوم ولن يتحسن اليوم، إنها تمطر من جديد!».

إن نوعاً شبيهاً لهذه الأفكار وأسلوب تحميلها لبرامج الآخرين ووعيهم وأسلوب تفكيرهم نجده في الدعاية، حيث تتم برمجتنا لنتظر حالة جوية معينة. على سبيل المثال أن عيد الرأس السنة لن يكون عيداً إذا لم يتساقط الثلج ويكسو الأرض والأشجار بغطاء أبيض، وفي هذا الوقت يجب أن تتساقط من السماء قطع الثلج الكبيرة الجميلة البيضاء الشبيهة بالقطن النظيف الذي يتطاير مع نسيمات الهواء متميلاً من جهة إلى أخرى حتى لحظة ارتطامه بالأرض والتصاقه مع القطع الأخرى ليساهم بتشكيل اللوحة الجميلة التي ترسمها الطبيعة. أما حالة الجو في عيد الأول من مايو وعيد النصر في التاسع من مايو فيجب أن تتميز بأن تكون مشمسة، مع وجود نسيمات هواء لطيفة غير مزعجة ولا وقاحة في ملامستها لأوجها ومداعتها للأعلام التي يحملها المحتفلون. أما يوم عيد ميلاد أحدنا فيبغض النظر عن الفصل والموسم، يجب أن يكون هذا اليوم مشمساً حتى لو كان هذا في الخريف أو في الشتاء أو الربيع أو الصيف المهم هو أن تضيء الشمس ذلك اليوم. السبب في هذا أننا منذ الطفولة تعودنا أن نتعامل مع معنى الشمس أنه يرتبط بالسعادة والبهجة، أما الأيام التي تتراكم فيها الغيوم فهي أيام حزينة. «لتكن الشمس ساطعة دوماً» من منا لا يعرف هذه الكلمات من الأغنية التي طالما كررناها في طفولتنا؟ إنهم كثيرون الذين تأثروا بهذا البرنامج وينتظرون الشمس لتسطع كل يوم؟

حالة الجو دفعت «لودميلا» للبكاء. لكن حتى لو لم تبكوا في يوم العطلة إذا كان مائطراً، فإن حالتكم النفسية تتأثر وتتغير المزاج طوال اليوم. إن مصدر ردة الفعل على حالة الجو هو العقل. وهو يعيق الإنسان عن الاستراحة والاستجمام والاستمتاع بالحياة بكل ظواهرها ومظاهرها، ويتحول الإنسان إلى «وحش» حاقد على الطبيعة. إن «لودميلا» لم تفكر حتى بأن انزعاجها بسبب الحالة الجوية هو نوع من تخليها وابتعادها عن الإله، لأن الإله هو الذي يحدد ماهية وميكانيكية عمل كل شيء على الأرض بما في ذلك الحالة الجوية. وعندما يستاء الإنسان من المطر، لأنه يهطل في وقت غير مناسب ولا يتوافق مع خطة اليوم، فإنه يظهر غضبه بحق الإله، ويعنون غضبه للقوى العليا، فيزج بذلك انفعالات سلبية في منشأ المستقبل وبنيته (انظر كتاب حماية القدر والحفاظ على كماله). في الوقت نفسه فإن حالة التوتر والغضب التي يدخل فيها بسبب الجو السيئ تُخرب عليه وعلى المحيطين به صفو الحياة وهدوئها. التوتر هو السبب الأول والرئيسي لمعظم الأمراض، وهذا معناه أن الإنسان يجلب لنفسه المشكلات الصحية عندما يتوتر بسبب الحالة الجوية.

عندما تكون كل أجزاء الكارما لدى الإنسان متوازنة فيما بينها، فلن تؤثر عليه أي عناصر خارجية مثل حالة الجو وغيرها ولن تعكر له مزاجه أو تتحول إلى عائق على درب حياته. إن الجو والمناخ وغيرها من الظواهر الطبيعية تؤثر على أجسادنا وحالتنا النفسية بهدف دفع الجسم والروح للتأقلم مع الظروف المحيط والاستمرار بالحياة الطبيعية وفق الشروط المستجدة. على سبيل المثال، يدفع البرد الجسم إلى تشغيل ميكانيكية التدفئة الداخلية كما يلي:

- يشعر الإنسان الذي يتفوق عنده الجزء الفيزيولوجي من الكارما بحاجة متزايدة إلى النشاط الجسدي، فيبدأ بالتحرك ويرفع من درجات استخدام جسده في العمل، ما يعني أن يقوم بتشغيل قواه الكارمية الاحتياطية.
- أما الإنسان الذي يتفوق عنده الجزء الشفهي من الكارما، فإنه يقلق في حالات البرد، فتتشط حالته الانفعالية. ولنتذكر كلمات الشاعر العظيم «ألكساندر بوشكين»: «العيون الكئيبة فتانة...». تغير الحالة الانفعالية يؤدي إلى تدفئة الجسم. حيث أن تشغيل احتياطي الكارما لا يدع الإنسان يتجمد من البرد (طبعاً نحن نتحدث عن إنسان في شروط حياة طبيعية لديه منزل ويملك ما يرتدي من الألبسة).

- وعند الإنسان الذي يتفوق لديه الجزء الواقعي، العقلاني من الكارما، فإنه يرد على

البرد بعقلانية، حيث يبدأ بالبحث عن كل الوسائل المتوفرة لتدفئة المنزل، وللحفاظ على الدفء في داخله، وقد يستخدم لهذا الغرض التدفئة بالماء الحار «الشوفاج» أو غيره من الأساليب المتعارف عليها، وقد يلجئ إلى ارتداء الألبسة التي تعطي الدفء.

إذا كان تقييم الإنسان الداخلي لبناء الكارمية وطبيعتها غير سليم ومشوه، فإنه يعيش بالأفكار والبرامج التي تُزرع في بناء الكارمية: يوم ماطر هذا معناه أن اليوم سيئ، وما شابه ذلك. وهو لا يدرك أن الإله - من خلال المطر - يحاول أن يُعد جسمه للتغيير، ويسعى من خلال هذه المواقف أن يُنشِط احتياطي الكارما لدى الإنسان.

الإنسان الذي يعيش وفق ما نُقش فيه من أفكار وبرامج، يكون فاقداً

للديناميكية والمرونة، وهذا معناه أنه غير مهياً للحياة كما يجب.

تخيلوا لو أن الإنسان يرغب بالراح مثل إلحاحه على ضرورة أن يكون يوم العيد يوماً جميلاً، يرغب بأن يكون دوماً ممتلئ البطن وبأن لا يشعر يوماً بالجوع. إن الأمر الوحيد الذي قد يُوصل إليه تحقيق رغبات الإنسان الذي يعيش وفق الفكر وأسلوب التفكير المنقوشين فيه والمزروعين في بناء الكارمية، هو الإصابة بمجموعة من الأمراض المختلفة. وقد كتب الأديب الروسي الكبير «إلدار ريزانوف» بضعة أسطر عن هذا الأمر:

«لا يوجد في الطبيعة جو سيئ

أي حالة جوية هي عطاء وخير

المطر والثلج في أي وقت من العام

يجب أن نتقبلهما بالشكر والحمد»

تعالوا لنُجيب من دون ابتذال وخداع، هل هم كثيرون المستعدون لتقبل الأمطار الخفيفة أو تساقط الثلج بالشكر والحمد لا سيما إذا كانوا قد قرروا القيام بأمر ما يتطلب تواجدهم في الشارع أو الطبيعة أو غيره من الأماكن؟ الجواب لا. لكن الكثيرين من هؤلاء يرى نفسه مؤمناً حقيقياً، بينما يتابع بتصميم شتمه للطبيعة والحالة الجوية دون أن يدرك أن ما يقوم به أمر موجه في نهاية المطاف نحو الإله الذي خلق كل شيء والذي يحدد حركة الظواهر الطبيعية والمناخ وحالة الطقس.

«يا لهذه القذارة، النوح في كل مكان - بتعابير وجهه تعكس استيائها تقول سيدة لصديقتها وهي تعطيها المعطف. إلى متى يمكن أن يستمر هطول المطر هذا؟! إننا لم نرَ

الصيف في هذا العام، وما نحن كما أعتقد لن نرى الشتاء بثلوجه! متى سينتهي هذا كله؟ إن قلقها النابع من أسلوب التفكير الذي حملته من الوسط الاجتماعي العام، ونبرة حديثها تنتقل للآخرين، فهي تعبر عن الانزعاج أولاً بين الزملاء في الوسط المهني، ومن ثم ينعكس الأمر عليها هي؛ حيث تشعر بانزعاج من زوجها ومن تصرفات الأبناء، وهذا يؤدي إلى توتر الوضع في المنزل فتتأثر العلاقة بين الزوجين، والسبب في هذا كله حالة الجو السيئة!

إلا أن الناس الذين اعتادوا أن يشيروا بأصابع الاتهام نحو الجو وغيره من مظاهر الطبيعة على أنه السبب في مشكلاتهم وأزماتهم، هم عادة الأشخاص الذين لا يدركون معنى المسؤولية عن تصرفاتهم وأقوالهم ومسلكيتهم. ولعدم استخدامهم الوعي واعتمادهم عليه في مجرى حياتهم غالباً ما يبحثون عن أسباب أزماتهم في العوامل الخارجية التي - حسب اعتقادهم- خارجة عن مسؤوليتهم، وكأنهم ليسوا السبب المباشر والمسبب لكل ما يجري معهم. فإذا تعثروا بحجر فسرعان ما يلقون اللوم عليه دون أن يقرروا بأن السبب هو عدم انتباههم. إن طريقة كهذه في الحياة غالباً ما تؤدي إلى تضيق مجال رؤيا الأشياء بالشكل السليم، ويفقد هؤلاء الأشخاص عادة كل الإمكانيات لرؤية أي مستقبل في درب الحياة، وهم يقيمون إمكانياتهم على هذا النحو لذلك يفقدون أي سيطرة على القدر والتحكم به.

عندما تتوقف عن الاستياء من العالم المحيط فإنك ستتمكن من تهدئة

الوعي

يقول الصينيون إن الوعي هو مثل سطح الماء، إذا كان متوتراً في عمقه فلن تشاهد على السطح إلا العكر والأوساخ، أما عندما يكون هادئاً مستقراً في أعماقه فسترى فيه انعكاس السماء والغيوم البيضاء الجميلة إضافة إلى انعكاس صورتك الحقيقية.

عندما تقوم بتهدئة وعيك فإنك سترى العالم بصورته الحقيقية، وسترى

فيه الدرب السليم الذي عليك اتباعه في الحياة، وستدرك أن كل ما

يجري في هذا العالم هو من عند الإله، وكل هذا موجه لتطوير

الإنسان وحماية روحه.

العذاب «المنقوش»^(١)، المفروض علينا نتيجة نصائح الآخرين

عندما يستخدم الناس أداة ما أو وسيلة لإنجاز عمل ما في شؤون حياتهم، وتحقق هذه الأداة نجاحاً، فإنهم غالباً ما يتشاطرون تجربتهم لهذه الأداة مع الآخرين من حولهم، وفي الوقت نفسه فإنهم يطبعون وينقشون في وعيهم ضرورة تجربة هذه الأداة العجيبة. كل الناس (متشابهون) ولهذا فإن الوسيلة التي تفيد الفرد هي مفيدة للآخرين، هذا إذا كنا نتحدث عن نوع معين من الغذاء، حيث قد تكون بعض الوجبات وبعض الصفات مناسبة لأغلبية الناس. إجمالاً فإن بنية جسم الإنسان مبنية بصورة متطابقة لا فرق فيها بين إنسان وآخر، والمواد الغذائية التي نتناولها هي متشابهة أيضاً، ومن هنا فإن نصح الإنسان السليم بأن يتذوق وجبة ما حديثة لن يتسبب له بالأذى. لكن عندما نتحدث عن مواقف الحياة ومشكلاتها وعن الرغبات وأساليب تجسيدها في الواقع، فإن نصائح الآخرين قد تكون في هذه الحالة في غير مكانها وقد تأتي للغير بالكثير من الخراب والأذى.

يبلغ عمر «فاسيلي فلاديميروفيتش» ٥٥ عاماً. أُحيل إلى التقاعد في سن مبكرة، حيث كان يعمل في السنوات الأخيرة قبل التقاعد مهندساً رئيسياً في واحد من أهم مصانع المعادن. وتقديراً لخدماته في العمل قدمت له إدارة المصنع مفاتيح سيارة جديدة استلمها مع بطاقة التقاعد. وكانت هي المرة الأولى التي يقود فيها «فاسيلي» سيارته الخاصة به. لقد كانت حياته سابقاً مفعمة بالنشاط، يركض ويمشي ويقود الدراجة، ولم يَشْكُ يوماً من أي مرض. بعد التقاعد فقد «فاسيلي» اهتماماته الحياتية، ودخل في مرحلة خمول وضعف وبدأ يشكو من آلام في الرأس. أخذت زوجته تعالجه بكل ما تعرفه من أساليب (عصائر الأعشاب، خلق جو من الهدوء المطلق في المنزل، تُسمعه الموسيقى الهادئة، إضافة إلى أنواع من الحبوب والأدوية). «كل ما أسمعته منها: حاول أن تنام هذا سيساعدك، تناول هذه الحبة، تمدد، استرخ، - قال «فاسيلي» بنبرة لا تخفي انزعاجه - إنها ستوصلني إلى القبر بنصائحها هذه!»

١- المقصود بهذه الكلمة هو كل ما قد نحمله من أفكار وآراء وعادات وتقاليد متأثرين بالآخرين الذين يكررونها إما بالعمل أو بالقول مجموعة أفعال وكأنهم ينقشونها في أدمغتنا مثلما ينقش الفنان لوحته على الحجر. فتثبت آرائهم في وعينا وكأنهم نقشوها فينا مع العلم أن ما ينقشه الآخرون ليس بالضرورة هو ما نحتاجه نحن. (المترجم).

بالفعل فإن الكثير من التوجيهات والنصائح التي قد يوجهها لنا الأصدقاء والأقارب قد تكون على درجة من الخطورة على حياتنا. وكل مشكلات «فاسيلي» سببها أنه من النوع الذي تتفوق عنده الأجزاء الفيزيولوجية من الكارما، أي أنه يحب الحركة والنشاط وأن يبذل جهداً جسدياً. وعندما حصل على شهادة سوق لم يعد يتحرك كثيراً، وهو أمر على درجة من الخطورة بالنسبة لإنسان مثل «فاسيلي». فالجزء الرئيسي من الطاقة عند هؤلاء الأشخاص يتحرر عندما تتعرض أجسادهم إلى ضغط وجهد. ومن دون ذلك فإن أجهزة الجسم لن تحصل على تيار الطاقة الذي تحتاجه للقيام بوظائفها، وعدم بذل الجهد يؤدي إلى بداية انسداد معابر الطاقة وطرق انتشارها في الجسم، وهذا يؤدي بالطبع إلى مختلف الحالات المرضية. إن السيارة الجديدة جعلته ينسى إيقاع حياته السابق (يسير في المدينة، وفي الريف يتنقل مسافات طويلة على الدراجة). ونصائح زوجته التي حاولت أن تبعده عن أي جهد جسدي، وهو ما قد يترك نتائج سلبية جداً على حالته الصحية بشكل عام. وما أن عاد إلى نظام حياته السابق وأخذ يتدرب واعتمد (أساليب المدرب العام لأجزاء الكارما) حتى عادت الأمور إلى ما كانت عليه، تحسنت مزاجيته، وعاد إليه النشاط والأمل والرغبة في الحياة.

إن النصائح قد تكون فعلاً على درجة من الخطورة إذا كانت قائمة على التجربة الشخصية لإنسان لا يدرك مدى الاختلاف بين شخص وآخر. وإذا حرمانا الشخص الذي تتفوق عنده الأجزاء الفيزيولوجية من الكارما من رغبته بالحركة وممارسة الأعمال التي تتطلب منه بذل جهد جسدي، وأخذنا نعطيهِ مختلف أنواع الأدوية بهدف علاجه من مرض ما، فإننا لن نُعيد إليه بهذه الطريقة طاقته، بل سنزيد الأمر تعقيداً وقد يتحول مرضه البسيط بهذا الشكل إلى حالة مرضية سيصعب الشفاء منها.

العذاب، المعاناة (المنقوشة) تأثراً بقوانين المجتمع

تذكروا معي المثال الذي رويته لكم في بداية الكتاب عن الرجل الذي كان متجهاً للقاء عشيقته، حيث كنت قد وعدت بأن أروي لكم إلى ما انتهت القصة. وهكذا كان الرجل يقود سيارته متجهاً للقاء عشيقته، فسأل نفسه: لماذا أفعل هذا الأمر؟ وكان عاجزاً عن الإجابة. لقد حصل على الإجابة لكن ليس مباشرة في حينها. لكنه تمكن من الإجابة عن هذا السؤال بعد أن أنهى تدريبه الرياضي في النادي. كان يحب زوجته في الوقت الذي لم يكن يحمل في داخله أي أحاسيس نحو العشيقة. كثيراً

ما شعر بأنه مذنب أثناء عودته إلى المنزل بعد اللقاء مع عشيقته. لكنه لم يفكر يوماً لماذا ما زال يتابع مواعدها، وما الذي يدفعه إلى الاستمرار في هذه العلاقة! اتضح أنه يعاني من الأفكار التي نُقشت في وعيه، والتي يساهم من خلالها المجتمع في تكوين وعي الفرد. عملياً اعتقد كل أصدقاؤه من رجال الأعمال أن الإنسان لن يصبح مهماً بالفعل إلا عندما يمتلك كل مميزات الرجل المحترم (سيارة جديدة أحدث الموديلات، هاتف نقال، شقة فخمة في المدينة ومزرعة في أقرب منطقة ريفية من المدينة، وأخيراً عشيقة شابة وجميلة). هذه هي الأفكار التي كانت منتشرة في الوسط الاجتماعي المحيط بهذا الرجل، وهي الأفكار التي زُرعت في وعيه وأسلوب تفكيره ونظرتة للحياة، وهو لم يفكر ولو مرة واحدة، هل هو بحاجة إلى كل هذا؟! سيارة ومنزل، هما ضروريان طبعاً، وكذلك الأمر بالنسبة للهاتف، لكن ما هي مدى ضرورة بقية الأشياء المذكورة له كرجل أعمال وما هو أثرها على نجاحه في العمل وفي الحياة؟ لدى الجميع يوجد صديقات، فهل أنا أقل شأنًا منهم؟ هذا هو السبب الذي يدفعنا أحياناً للقيام بأعمال ليست ضرورية ولا تتناسب مع طبيعتنا.

إذا كان الإنسان يعيش في وسط اجتماعي له قوانينه الثابتة، فإن أول ما يحمله الفرد من هذه البيئة الاجتماعية التي يتعرع فيها هو الفكر، الهدف والوسيلة التي يحتاجها في درب حياته. وهناك مثال حي منتشر جداً بيننا (تشتري صديقة ما شيئاً جديداً، إذاً لا بد أن نشترى نحن أيضاً هذا الشيء). ونحن نقرر الشراء فقط لمجرد أنها تملك هذا الشيء بينما لا يوجد عندنا مثله. مثال آخر عن تأثرنا بأفكار الوسط الاجتماعي، مجموعة من الأصدقاء (بما أنهم مجموعة أصدقاء فالأفكار واحدة) يدخلون جميعهم في شجار ما لكن دون أن يسأل كل واحد منهم نفسه: وما هي حاجتي ومصالحتي في ذلك؟

هناك قصة فكاهية معروفة، هي خير تجسيد لمعنى التأثر بأفكار الوسط الاجتماعي: «يسير رجل في الحديقة. فجأة يصرخ أحدهم: اركض يا سعيد إنهم يضررون زوجتك. يركض الرجل ويدخل في الشجار. يتدارك نفسه وهو على المقعد في الحديقة يتحسس جراحه. يقول له أحدهم: يجب أن تذهب إلى المشفى عليك مداواة الجرح. فيبتسم ويتمتم: يجب مداواة حالتي النفسية وعقلي، فاسمي ليس سعيداً وأنا لست متزوجاً» فهو ليس متزوجاً إذن، لكن الأفكار السائدة في وسطه الاجتماعي عودته أن يدخل الشجار ولا سيما عندما يتعلق الأمر بالعرض، وكان متأثراً بهذه الأفكار إلى درجة أنه لم يدرك مباشرة وضعه الحقيقي وتقمص اللوحة التي طبعت في وعيه وإدراكه، فكانت النتيجة...!

للأسف فإننا قد نضحك بعد سماع هذه القصة لكن الأغلبية منا لن يلاحظوا تعرضهم لحوادث ليست مماثلة، لكنها مطابقة من حيث المعنى والنتيجة. إن الأمور التي تكون جزءاً اعتيادياً متناقلاً يُنقش في وعي الآخرين، بما في ذلك العادات والتقاليد لكل مجتمع، إضافة إلى مجموعات القوانين التي تحكم هذا الوسط الاجتماعي أو ذلك، هي أشياء على درجة من الخطورة لأنها تُفقد الإنسان قدرته الذاتية على تحليل الأمور بشكل حر ومستقل عن العوامل الخارجية، وهذا ما قد يأتي للفرد بالكثير من الآلام دون أن يدرك السبب^(١).

١- (لا يقصد المؤلف أن نتمرد كلياً على قوانيننا الاجتماعية، لكنه أراد القول إن كل إنسان قد يتعرض لمواقف مختلفة، ومعالجة المواقف كلها لأبناء الوسط الاجتماعي الواحد وفق القوانين ذاتها لن يحل المشكلة، لأن حياة كل إنسان تختلف عن الآخر وكذلك الأمر بالنسبة لما قد نواجهه من مشكلات، حيث تحكم كل موقف ومشكلة شروط خاصة بها وبناء عليه يجب البحث عن الحل بما يتناسب مع ما يسعى إليه الإنسان نفسه بغض النظر عن القواعد العامة التي تحكم الجميع) (المترجم)

الألبسة

كتجسيد ظاهري للعلاقة مع الذات والخارجية مع الآخرين

الألبسة الحديثة - محاولة تغيير

يعتقد كثيرون أن الألبسة الحديثة التي تواكب الموضة والباهظة الثمن قادرة على التأثير بشكل إيجابي على حياتهم، وبأن المظهر الخارجي قد يؤثر على الحالة الداخلية. وهذه فكرة واسعة الانتشار ويتم مؤخراً تشبيتها في الأذهان عبر الدعايات والإعلانات، والمجلات والصحف معظم وسائل الإعلام.

إذا كان الإنسان مريضاً أو يعاني من حالة نفسية معينة فإن هذا يكون على الأغلب نتيجة خلل في وظائف الجسد أو في قنوات الطاقة. وفي هذه الحالة يكون التواتر الداخلي للجسم ونشاطه سلبياً، وهذا يشمل الحديث والسلوكية والحقول البيولوجية التابعة للجسم. ودور أي عقاير قد يتناولها الإنسان لن يتجاوز التهدة للألم، كما أن معظم النصائح لن تؤدي إلا إلى التهدة المؤقتة لحالة المعاناة في حال كان الإنسان يعاني من حالة نفسية ما غير طبيعية (وأحياناً قد يقتصر الأثر على الوقت الذي يوجه فيه الإنسان النصيحة للمريض)... إن علاج أي حالة مرضية جسدية غير ممكن إلا بمساعدة مصادر طاقة (أعلى وأقوى). وكل أنواع المعاناة الدنيوية الحياتية التي قد تقع ضحية لها لا تُعالج إلا روحانياً. ومن هنا فإن الأدوية والنصائح تبدو عاجزة عن تقديم الحل الفعلي للمريض جسدياً أو سيكولوجياً.

بدورها تقوم التوترات والأمواج السلبية بجذب الأوضاع والمواقف الظاهرية السلبية إلى حياة المريض. ويشعر الإنسان بغريزته وكأنه قادر على تغيير الوضع إذا قام بتغيير ما في خزائنه من ألبسة، وبأن هذا العمل سيؤدي إلى جذب الطاقة الإيجابية إليه وإلى حياته فيغير الوضع القائم، وهكذا فهو يأمل بأن يحسن الإحساس الذاتي ويخرج من معاناته. إلا أن التأثير والأثر نتيجة تبديل الألبسة القديمة بجديدة حديثة هو تأثير محدد من حيث المدة التي يستمر خلالها.

المؤكد أن اليوم الأول من ارتداء زي ما جديد ، ومن الموضة الحديثة قد يترك أثره ، فظهور الموظفة بين مجموعة من الزميلات في العمل بزي جديد ، وماكياج مميز مختلف ، وقصة شعر جديدة تم تنفيذها في أكثر الصالونات شهرة ، هو حدث مهم لذلك اليوم بالنسبة للسيدة التي حدثت ألبستها ولزميلاتها كذلك. فالمرأة التي تغير في مظهرها غالباً ما تكون محط اهتمام وانتباه الجميع. ومن المحتمل أن يمضي أصدقاؤها وصديقاتها في العمل اليوم كله وهم يتحدثون عنها. لكن في اليوم الثاني سيتراجع هذا الاهتمام تدريجياً ، والمظهر الجديد يصبح عادياً وقديماً مع مرور الوقت ، ويتولد هذا الإحساس لدى المحيط ولدى المرأة نفسها التي سعت للتغيير من خلال تغيير المظهر. وإذا خمنت المرأة أنها ستقوم بتغيير الحالة الداخلية من خلال تغيير مظهرها ، فإنها ستصطدم بالخيبة بعد أيام قليلة من ظهورها بالمظهر الجديد ، حيث سيعود كل شيء إلى ما كان عليه. وبما أن آمالها بالتأثير على الوضع وتحسينه عبر التغيير الخارجي لم تتحقق ، فإن خيبة الأمل ستؤدي إلى تقوية الطاقة السلبية: محاولة تغيير الحياة والتحول إلى «إنسان جديد» فشلت.

مع هذا كله فإن اختيار الألبسة هي ليست مجرد مسألة ذوق ، بل هي أيضاً مسألة عملية معقدة تجري في بنى الكارما. لاحظوا أنواع وموديلات الألبسة التي ظهرت في المجتمع خلال السنوات الأخيرة ، وستجدون بأن الناس وعلى اختلاف طبيعة بناهم الكارمية ، إلا أنهم يرتدون تقريباً نفس الألبسة أو لنقل أن جميع أنواع الألبسة التي يرتدونها متشابهة في الخطوط العريضة للموديل وللتنوع.

الكارما وعلاقتها بالألبسة:

الأشخاص الذين تتفوق عندهم الأجزاء الفيزيولوجية من الكارما يفضلون الألبسة الرياضية:

البزة الرياضية والحذاء الرياضي ، انتشار موضة حلق الشعر كله عن الرأس (لدى النساء قصة الشعر القصير). «إن هؤلاء لا يشبهون الرياضيين» ستقولون لأنفسكم بعد ملاحظة كل هذا ، وهذه هي الحقيقة ، فالرياضيون بين هؤلاء هم قلة ، بينما ستجد الكثيرين من الذين يظهرون بهذا المظهر الرياضي من جيل الشباب المراهقين ، ومن بعض الأشخاص الذين لديهم تاريخ إجرامي ، ومن الذين يحبون المغامرة والأحاسيس المشوقة ، وغيره من الأعمال التي تتطلب جهداً جسدياً التي تلبى حاجتهم وتعطشهم لتذوق الطاقة الفيزيولوجية من بناهم الكارمية الخاصة. وقد تجد

بين هؤلاء أشخاص لا يعرفون في حياتهم العملية معنى الجهد الجسدي. إلا أن الأجزاء الفيزيولوجية من الكارما تتفوق عندهم ولهذا هم يرتدون بشكل غريزي هذا النوع من الألبسة. وأما حقيقة أن حياتهم اليومية خالية من أي جهد جسدي، فإن هذا سيؤدي إلى المعاناة والمرض وغيره من الإشكاليات التي تحول الحياة كلها إلى معاناة وعدم استقرار.

إن الأسلوب الرياضي في اللباس لم يعد مقتصرًا على النصف القوي من البشرية (الذكور)، فهو يشمل في وقتنا الحالي الفتيات والنساء أيضاً. إن التفوق النوعي للمستوى الفيزيولوجي في المستويات الكارمية العامة يدفع النساء إلى ارتداء الألبسة الرياضية والظهور فيها في الأماكن العامة، حيث أصبح الجينز مثلاً مع الحذاء الرياضي من الموضة الكلاسيكية التي تصلح لكل الأوقات وهي دارجة دوماً. والظهور بمظهر جميل مميز لهؤلاء السيدات يعني، شراء أفضل أنواع البدلات الرياضية أو بناطيل الجينز، إضافة إلى أحسن أنواع الأحذية الرياضية من أكثر العلامات التجارية شهرة. والأمر يجري هنا بشكل غير واعي، وإذا سألت أي منهن عن سبب ارتدائها لهذا الطراز من الألبسة فإنك ستسمع في إجابتها عن الكثير من المشكلات التي يتسبب بها الكعب في الحذاء النسائي، وعدم وجود راحة تامة في الحركة عندما ترتدي التنورة، وغيره من المبررات الشبيهة. إن كل هذه المبررات يمكن وضعها في إطار الرفض للأجزاء الشفهية والواقعية من الكارما التي تحرم النساء من الحرية والراحة في الحركة والعمل، وهكذا يختار أغلبية الناس في أيامنا هذه ألبستهم ومع اختلاف طبيعة الجزء المتفوق عندهم من الكارما، وفق رؤية الأشخاص الذين تتفوق عندهم الأجزاء الفيزيولوجية من الكارما^(١).

١- ويبدو أن هذه الظاهرة ليست منفصلة عن العصر الحالي الذي نعيشه، حيث ترى الأغلبية يسارعون إلى تحقيق الإنجازات المادية وهذا ما أدى إلى زيادة واضحة لعدد النساء اللواتي يمارسن مختلف المهن التي كانت مقتصرة سابقاً على الرجال، فكان أن تأثرت النساء كثيراً بطبيعة الرجل وأسلوبه في الحياة واللباس وغيره من جوانب أما الرجال فإن الأغلبية أيضاً قد دخلوا في هذا السباق الذي جرننا إليه عصر العولمة، حيث القيمة الرئيسية لكل شيء أصبحت تقترن بالمادة وحجم ثروة الإنسان، من هنا فإن الحياة العملية هي الطابع الغالب على معظم فئات المجتمع في مختلف مناطق العالم، ومن الطبيعي أن تترك الحياة العملية والمهنية والاقتصادية أثرها على كل جوانب حياة الفرد والمجتمع، بما في ذلك على أسلوب اللباس إنه عصر السرعة في كل شيء، لكن من يدري إلى أين نحن على عجلة من أمرنا وإلى ماذا سنصل في نهاية هذه الجولة. (المترجم)

يفضل الأشخاص الذين تتفوق عندهم الأجزاء الشفهية من الكارما ارتداء أحدث الموديلات، والألوان، وغير التقليدي عموماً:

كما ذكرت سابقاً فإن عدد النساء اللواتي تتفوق عندهن الأجزاء الشفهية من الكارما يفوق عدد الرجال. وهن بالتحديد أول من يسارع إلى البحث عن أحدث صيحات الموضة التي تعكس الأنوثة والإثارة والذوق الرفيع في المظهر. فهن يتصفحن مجالات الموضة بحثاً عن الجديد. يفضلن الفساتين التي يتوسطها فتحة طويلة إما من الجنب أو الأمام أو الخلف، وتكون محاكاة بطريقة مميزة تظهر فيها الثنيات وغيرها من الفنون التي تعطي للشوب مظهراً لائقاً. وقد يعجبهن البدلات النسائية من قطعتين والتي تتميز بزينة معينة. هذه الأصناف من الألبسة تشير مباشرة إلى الشخص الذي تتفوق عنده الأجزاء الشفهية من الكارما. وقد لا تشاهد مختلف أنواع الحللي والزينة والشالات إلا عند هؤلاء الأشخاص.

الأشخاص الذين تتفوق عندهم الأجزاء الواقعية من الكارما يفضلون الأسلوب الكلاسيكي - العملي في اللباس والمظهر:

المرأة التي تتفوق عندها الأجزاء الواقعية من الكارما، غالباً ما تفضل أن يبقى شعرها طويلاً لكنها تحاول تسريحه بطريقة معينة بحيث لا يكون مبعثراً وملقباً على كتفيها، وبحيث لا يتدلى على وجهها. أما الرجل فيسعى بأن لا تكون تسريحة شعره غير عادية.

إن الأسلوب الكلاسيكي يعكس صفة المحافظة لدى الأشخاص الذين تتفوق عندهم الأجزاء الواقعية من الكارما، والذين يسعون لأن يجعلوا من العقل والتفكير معياراً لقياس كل الأمور وموازنتها. (لا يجب أن تكون الألبسة غير عادية كي لا تعيق عن التفكير في ما هو أهم من المظهر، لكن يجب أن تكون بالتأكيد أنيقة وعادية، بحيث تسمح لصاحبها بأن يظهر ويكون محط انتباه واهتمام بمساعدة قدراته العقلية فقط).

«نستقبل الأشخاص بمظهرهم، ونودعهم بعقولهم^(١)»، إنها مقولة شائعة من مخيلة أشخاص على الأغلب غير طبيعيين. فمن المستبعد أن يرتدي شخص تتفوق عنده الأجزاء الواقعية من الكارما قميص ما فاقع اللون، أو كنزة مزينة بمختلف الرسومات المضحكة،

١- في الواقع فإن النظرة الأولى عن الإنسان تتكون من خلال مظهره، لكن بعد الحديث معه نتعرف إلى أسلوب تفكيره ونتمكن من تقيمه بشكل أدق بعيداً عن المظهر الذي قد لا يعكس بالضرورة الحالة الداخلية للإنسان. وفي الحياة العملية اليومية كثيراً ما نعيش موقفاً بحيث نتعامل مع شخص لحظة التعرف عليه بموجب مظهره، لكن يتضح بعد قليل أنه شخص آخر تماماً غير الذي ظننا. (المترجم).

بما في ذلك أيضاً احتمال استخدامه للحلي في مظهره الخارجي. والأغلب أن مظهر كهذا بالعكس قد يزعج هذا الشخص لأنه يرى فيه أسلوب لبس بعيد عن التفكير المنطقي ولا ضرورة منطقية في ارتدائه.

في المنزل، فالأغلب أن الأشخاص الذين تتفوق عندهم الأجزاء الواقعية من الكارما سيرتدون الزي نفسه من دون تغيير في الخطوط العامة (الأسلوب المحافظ) لكن يكون ما يرتدون في ظروف المنزل ألبسة قديمة حتى إذا لم يكن القدم ظاهراً عليها، لكنها قديمة محافظة من حيث الموديل والأسلوب. أما المرأة التي تتفوق عندها الأجزاء الواقعية من الكارما، فهي تفضل أن ترتدي في المنزل الفساتين القديمة التي لم تعد صالحة لارتدائها خارج المنزل، وهي تفضل هذه الفساتين عن ما نشاهده من موديلات حديثة لقمصان نسائية منزلية تصل حتى الركبة وأعلى من ذلك أحياناً. بينما يفضل الرجل أن يرتدي في المنزل ما لديه من بناطيل قديمة أو بيجامة. أما الكمينو المخملي والبيجامة الجديدة المزركشة، التي يفضل ارتدائها في المنزل الأشخاص الذين تتفوق عندهم الأجزاء الشفهية والأجزاء الفيزيولوجية، فهي ألبسة غريبة بالنسبة لمن تتفوق عندهم الأجزاء الواقعية من الكارما.

من المؤكد أننا قد لا نصيب في تقييمنا للإنسان الذي نراه للمرة الأولى. فالتناس لا يختارون الألبسة حسب بُناهم الكارمية مائة بالمائة، بل قد تؤثر الأجزاء التي تتفوق عندهم في الكارما بشكل أو بآخر على أسلوب لباسهم. إضافة إلى هذا فقد لا يكون ما يرتديه المرء هي ألبسة قد اقتناها بنفسه، حيث يهدي الأقارب في بعض الأحيان ألبسة لبعضهم في المناسبات، وقد تكون هذه الألبسة بعيدة جداً عن أسلوب اللباس الذي يفضله الإنسان حسب بُناه الكارمية. ومن الطبيعي أن المرأة التي تتفوق عندها الأجزاء الفيزيولوجية من الكارما لن تذهب إلى حفل رسمي بحذاء رياضي وبزة رياضية، فهي سترتدي الزي الذي يتناسب مع المناسبة وطبيعتها. وعندما نقابلها في هذا الزي الذي لا يتوافق مع بُناها الكارمية فإننا قد لا نصيب في تقييمنا لها، والأغلب أننا سنرى فيها من النساء اللواتي تتفوق عندهن الأجزاء الشفهية من الكارما. والطريقة الأفضل لتحديد طبيعة الإنسان هي أن نشاهده في أكثر من مكان وبأكثر من زي في المنزل وفي العمل. لكن إذا تمكنت من تطوير شدة الملاحظة مع الوقت، فقد تتمكنون من تحديد طبيعة الإنسان من النظرة الأولى.

تأثير التوترات الداخلية على اختيار الألبسة:

الأسلوب الكارمي في اختيار الألبسة يؤثر بشكل واضح على شكل اللباس الذي يختاره الإنسان. ولا يرغب الإنسان بأن يخفي طبيعة جمال جسده تحت الألبسة، ولهذا متعارف أن الإنسان يقتني ألبسة تعكس طبيعة تركيبته الكارمية (أي أنها تتناسب مع أسلوب تفكيره وحياته)، بمعنى آخر تكون الألبسة متناسبة مع طاقته الكارمية. فالكارما إذاً تؤثر على طريقة لباسنا واختيارنا لأزيائنا، لكن من جانب آخر فإن ما نرتديه يؤثر بشكل أو بآخر على حالتنا العامة، وعلى الخلفية الانفعالية وعلى الحالة الصحية. «الألبسة من على كتفي الغريب» هذا ما يمكن وصفه بالفعل غير المطابق لكارما الإنسان عندما يرتدي ما لا يناسبه فكأنه ينسلخ عن طبيعته الحقيقية، عن حقيقته الداخلية. ويمكن استعمال هذه المقولة لكل فعل يقوم به الإنسان لكنه لا يتناسب مع طبيعته الداخلية. لا بد وأن الكثيرين منكم عاشوا موقف كره الزي الجديد بعد مرور فترة قصيرة من شرائه، حتى أن هذا الزي قد يستدعي لدى البعض ما يُوصف بحالة الرفض الداخلي، وعدم الرغبة بأن يرتدي هذا الزي مجدداً. وقد تكونون قد لبستم هذه القطعة الجديدة مرة أو اثنتين، بعد ذلك يصبح أبعد مكان في خزانة ملابسكم موقعها الدائم، إنها لم تناسب كارمياً لهذا لم تعد قطعة مطلوبة ومرغوباً بارتدائها، مع العلم أنها قد تكون من أحدث صيحات الموضة ومصنوعة بأفضل شكل ومن أفضل المواد، وباهظة الثمن.

إذا لم يستمع الإنسان لصوت حالته الداخلية أثناء شرائه للألبسة، واستمع لنصائح الغير أو حاول أن يلتزم بالموضة الدارجة، أو قد يلتزم بمتطلبات العمل والوضع الاجتماعي أثناء اختياره للباسه، أو إذا قام أحد ما بشراء الألبسة له، والديه أو زوجته، فإن الإنسان في هذه الحالة سرعان ما سيشعر بعدم الرغبة في ارتداء هذه القطعة من الألبسة، وسيشتري مرة بعد الأخرى شيئاً ما جديداً ومختلفاً. وإذا كان العمل أو الوضع الاجتماعي يفرض على الإنسان أسلوباً معيناً في اللباس لا يتناسب في الواقع مع طبيعته الكارمية، فإن هذا الإنسان سيكون سعيداً بأن يجسد في المنزل أسلوب اللباس الذي يتناسب مع بناءه الكارمية. فقد تشاهدون صحفياً على سبيل المثال في زي رسمي، لكن عندما تقومون بزيارته في المنزل قد تشعرون بالدهشة لما قد يرتديه، فهو قد يظهر لكم ببنزة رياضية قديمة، وحذاء منزلي مر عليه الدهر، أو غير ذلك من مظهر لا يتناسب أبداً مع مظهره بالبنزة الرسمية. وقد نرى عارضة أزياء مثلاً أثناء العرض فتشعر وكأنها لم تريد يوماً إلا

الألبسة الباهظة الثمن من مختلف أنواع الفرو الطبيعي، وأفضل أنواع الأقمشة. لكن قد نتفاجأ عندما نراها في المنزل وهي ترتدي بكل بساطة وراحة الروب الذي حصلت عليه بعد جدتها. إذا كانت طبيعة اللباس من المسائل المهمة في مجال العمل (هذا يشمل مثلاً: الصحافيين ورجال الأعمال وأعضاء البرلمان، ورجال الاستعراضات التلفزيونية، وعمال المطاعم وغيرهم) فإنه يصعب في هذه الحالة تحديد الجزء من الناس الذي ينتمي إليه هذا الإنسان حسب تصنيف الجزء المتفوق من الكارما لدى هذه المجموعة أو تلك، إلا إذا تمكنا من رؤيته في المنزل.

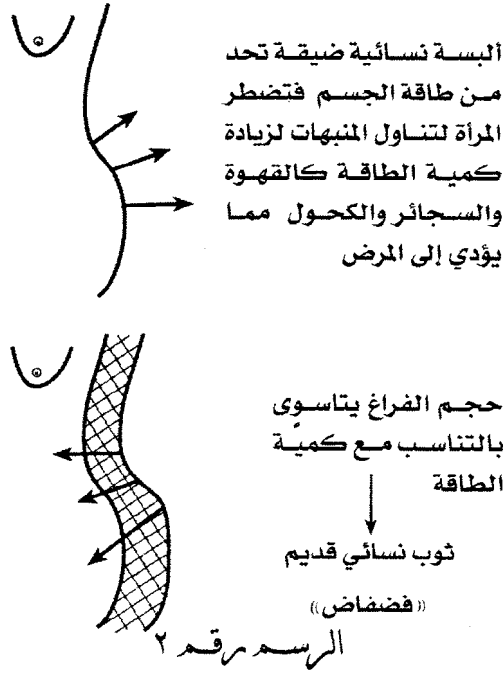
أما مدى تأثير التوترات الداخلية مقارنة بالمظهر الخارجي فإنكم تعرفون هذا الموضوع من خلال مجموعات كثيرة من القصص منها نذكر قصة (الأمير والفقير) لـ «مارك توين»، حيث كان الطفل الفقير توم على درجة كبيرة من الشبه مع الأمير إدوارد الوريث الوحيد للعرش، وعندما التقيا قررا تبادل الأماكن حياً بالمغامرة والمعرفة. في الواقع فإن كلاً منهما أراد أن يقيس حياة الآخر ويجربها على نفسه. فبالنسبة للأول كان ممتهماً أن يعرف معنى أن تشعر بالشعب طوال اليوم، وأن لا يسمع التوبيخ بشكل دائم من الأب والجدة، وبأن يعرف معنى أن تكون في السلطة. أما إدوارد فقد رغب بأن يرتدي زي وحياة توم الذي وعلى الرغم من الفقر والجوع إلا أنه يعيش مفعماً بالأمل والحيوية ولم يعرف يوماً معنى الملل. فكلما الطفلين اعتقد أن الزي (الذي على وجه التحديد لأن وجهيهما كانا متطابقين جداً) قادر على تغيير حياتهما لدرجة أن يصبح كل واحد منهما سعيداً.

لكن مثلما كانا عاجزين عن ارتداء الزي الغريب (زي كل منهما بالنسبة للآخر) فهما كانا عاجزين عن تغيير عاداتهما وميولهما وقدرهما والبنى الكارمية. فإدوارد يرفض تقبل المال الذي يقدمه له الناس كمساعدة لفقير ويطالب الجميع بأن يعملوا على خدمته، أما توم فما زال يأكل بيديه ويعرض كل ما تعلمه في حياة الشارع والفقير. والنتيجة أن الوسط الاجتماعي المحيط لكل منهما رأى فيهما مجنونين، لأن كل منهما كان يتصرف بما لا يتناسب مع موقعه الجديد وطبيعة الوسط الاجتماعي الجديد الذي وجد كل واحد منهما نفسه فيه بعد التبديل.

هكذا نتوصل إلى تأكيد فكرة أن الحالة الداخلية تؤثر بشكل كبير على الشكل الخارجي، أكثر من تأثير الحالة الخارجي على الحالة الداخلية. ويجري الأمر على هذا النحو لأنه في كل إنسان يوجد جزء إلهي، بينما يتوسع في المحيط الكون الذي خلقه الإله. والإله دائماً أقوى من مخلوقاته.

طاقة الألبسة والحالة الصحية:

إن الموضة هي ظاهرة لا حدود لها ، فاليوم يقترحون موديلات سرعان ما يظهر غيرها بعد وقت قصير، اليوم الألبسة الضيقة هي الموضة وغداً قد يكون القماش الصناعي، وبعد غد الأقمشة الطبيعية وهكذا دواليك... لكن في غمرة السباق مع صيحات الموضة قلة من يعرفون الحقائق البسيطة التي تتحدث عن الألبسة وتأثيرها على الحالة الصحية للإنسان. وعلى سبيل المثال معروف أن حجم الهواء بين الجسم والأقمشة التي تغطي هذا الجسم يكون متناسباً مع حجم الطاقة التي يحصل عليها الجسم وأجهزته. فكلما كان حجم الهواء أكثر كلما كانت كمية الطاقة التي تصل إلى الجسم أكبر، فيكون الجسم بحالة صحية أفضل، ويضعف تأثير العناصر المعيقة للطاقة.



عشاق الموضة الذين يرتدون ألبسة ضيقة جداً، يحرمون أجهزة الجسم من تيارات الطاقة الضرورية لعملها بشكل سليم وتام (انظر الرسم ١) وظاهرة الألبسة الضيقة التي تظهر معالم الجسم ومفاته منتشرة بشكل كبير بين الفتيات، لكنهن لا يعلمن أن هذا الأسلوب وهذه الأزياء تقوم بحجب الطاقة الضرورية للجسم في الفضاء المحيط له وتمنعها من الوصول إلى الجسم، وهو ما يؤدي إلى تأهرم الجسم بسرعة. أما إذا استخدمت هذا النوع من

الألبسة لفترة قصيرة وغير متواصلة، فإن النتيجة ستكون الإحساس بالتعب والإرهاق (علامات نقص الطاقة) كما يظهر لديها رغبة باللجوء إلى المواد التي تعتقد خطأً أنها قادرة على تنشيط الطاقة الجسدية وزيادتها، مثل القهوة والمشروبات الكحولية، والسجائر. أما إذا كانت المرأة ترتدي هذه الأزياء بشكل دائم، فإنها ستعاني من حالة تعب دائمة، ناهيك عن الجوانب السلبية الناجمة عن استخدامها الدائم لمحفزات الطاقة التي ذكرناها سابقاً، والتي تشكل في الواقع مواد ضارة جداً للجسم وأجهزته وأعضائه، إضافة إلى هذا كله فهي ستكون عرضة لمجموعة من الأمراض التي تتسبب بها الألبسة الضيقة، وهذه الأمراض كثيرة تأتي على الجهاز العصبي والدورة الدموية والجهاز التناسلي وما إلى ذلك من أمراض. إن الألبسة الفضفاضة تشكل في محيط الجسم مجالاً هوائياً، ونتيجة لذلك يتشبع الجسم بالطاقة ويحتفظ بها. (انظر الرسم ٢).

إن هذا يوضح أسباب شعور المرأة بالراحة وهي ترتدي ثوباً فضفاضاً مثل الموديلات القديمة، أكثر من شعورها بالراحة وهي ترتدي الألبسة الضيقة، الأكثر حداثة من حيث الموضة. إن المرأة التي ترتدي ألبسة فضفاضة تحصل على الكثير في طريق عودتها من العمل. فالجسم الذي كان يعطي الطاقة طوال يوم شاق في العمل، يحتاج إلى من يتعاطف معه، ويحتاج إلى مصدر تغذية من الطاقة. والإنسان القادر على سماع الصوت الداخلي لجسمه لا بد وأن يعمل للاستجابة وتأمين متطلبات هذا الجسم ويرتدي الألبسة الفضفاضة، معطياً لجسمه بذلك الفرصة ليتغذى من جديد بالطاقة ويستعيد ما فقده منها.

أعتقد أن نصائحي لن تُسعد أولئك الذين يعتقدون أن الألبسة هي وسيلة لتغيير العالم. أجل إنه يستحيل أن نؤثر من خلال اللباس، على الأقل لا نستطيع أن نؤثر من خلالها بشكل فعال ولمدة طويلة من الزمن على العوامل الخارجية المحيطة بنا. في الوقت نفسه يمكننا أن نؤثر على الوسط المحيط بطرق أخرى! لهذا لا بد من التعرف على مدرب الكارما، والمرور من خلاله وتغيير التوترات الداخلية بما يتناسب مع حقيقة البنية الكارمية لكل منا. حينها فقط يمكنكم أن تشعروا بالحياة في أفضل شكل لها ومهما كانت الأزياء التي ترتدونها.

إضافة إلى أن الألبسة غير قادرة على تغيير حياة الإنسان نحو الأفضل، فهي قد تكون السبب في أن تغير له الحياة نحو الأسوأ ولمدة طويلة.

تبلغ «زينا» ٣١ عاماً وتعمل طبيبة أسنان. على الرغم من أن مظهرها يبدو رائعاً دوماً وتبدو جميلة، إلا أن السعادة الحقيقية تتجاوزها دون أن تتوقف عندها. فعالباً ما يكون الأشخاص الذين تقابلهم في درب حياتها من النوعية السطحية والتافهين من الشباب، وعندما

يحدث تقارب في العلاقة تكتشف أن اهتماماتهم في الحياة تافهة جداً ومملة، أما فكرة تأسيس وبناء أسرة فهي تعيش في مخيلتهم فقط ولا علاقة لها بالواقع الذي يسعون نحوه. وصلت «زينا» إلى عيادتي وهي بحالة يأس شديدة، وقد أصبحت تعتقد أن فيها عيباً ما «الرجال الطبيعيون يبتعدون عنها»، كانت تكرر بألم: لم أتسبب يوماً بالأذى لأي إنسان، لماذا تعاقبني الحياة بهذا الشكل؟

كانت ترتدي معطف ضيق لونه أحمر فاقع، وتورة سوداء ضيقة قصيرة. تشخيص حالتها لم يكن بالأمر الصعب، ومن بين مجموعة النصائح ركزت على حثها لتبديل أسلوبها في اللباس، وبأن تختار الأسلوب الذي يتناسب مع بنائها الكارمية. وقد وقعت نصائحي على أرضية مهياة، حيث كانت «زينا» قد قرأت بعض كتبي المتعلقة بأسلوب الطعام الصحي. وها هي الآن قد فتحت لنفسها أفقاً جديداً من خلال تعرفها على المدرب العام لأجزاء الكارما، وتعلمت كيف تفكر بأسلوب جديد مختلف عن الماضي. تغير شكلها بصورة جذرية، فأصبحت الأقمشة الفضفاضة هي الرئيسية في الأزياء التي ترتديها. ونظراً لأن طبيعة عملها تعني التعرف يومياً على أشخاص جدد، فقد لاحظت أن طبيعة الرجال الذين أخذوا يظهرُوا الاهتمام نحوها قد تغيرت. إنهم ليسوا من النوع القديم من المخادعين والتافهين، بل من المحترمين، المهذبين، أي من النوعية التي يمكنها الثقة بهم والاعتماد عليهم. فتغير محيطها بصورة واضحة وتغيرت طبيعة علاقاتها والأشخاص الذي تعرفهم. وبعد عام ونصف أصبحت «زينا» والدة سعيدة لطفلها الأول، وتتحدث بمتعة وسعادة عن ابنتها الصغيرة وأعمالها، وبنفس الحس تتحدث عن الكعكة التي لم تتجح في إعدادها وبسعادة تتحدث عن زوجها الذي يعيرها وابتنتها الاهتمام اللازم.

إذا حاولنا أن ندرس موضوع (عرض) الألبسة في المجتمع الحديث، فإننا سنلاحظ مسألتين، الأولى: أن أبسط أنواع الألبسة والتي تكون عادة فضفاضة هي تلك التي يرتديها رجال الدين. حيث الطاقة تغذي الجسم بشكل دائم، ولا يوجد ما يعيق الاتصال المباشر عبر الطاقة مع الخالق.

أما الألبسة الضيقة فإننا سنشاهدها بشكل رئيسي بين فتيات الهوى، أو من لا يمكن وصف مسلكيتهم عموماً بالإيجابية. أجسادهن تعطي الطاقة، ولعدد من الأشخاص تلعب هذه الطاقة دور الجذب. وفي هذا النوع من الألبسة يبرز التعلق بالجانب المادي الدنيوي من الحياة. لكن عاشقات هذا النوع من الألبسة غالباً ما يُصبحن أسيرات مختلف الأمراض وحتى المميتة منها.

نتابع العمل في مجال التقليد والعادات المنقوشة، مثلاً التحليل السيكلولوجي للحمية

على اعتبارها طريقة لتغيير النفس والقدر الذاتي

سيكولوجية الحمية

محاولة تغيير الإنسان للقدر

وسيلة إضافية غير مفيدة نستخدمها للتغيير:

الحمية... الحمية... الحمية... لم يعد ممكناً إحصاء الحميات الغذائية التي ابتكرها البشر في عصرنا الحالي. إن الحمية هي من الموضوعات الأكثر انتشاراً في مختلف الأوساط الاجتماعية ومن هنا نلاحظ أن تعدد أنواعها مذهل جداً. فهناك الحمية الصينية والحمية الفرنسية، والأميركية، والحمية بطريقة (اليوغا)، وحسب وصفات رجال الفضاء، وغريب أن أحداً لم يفكر حتى الآن بوضع إعلان على صفحات المجلات الكبرى عن حمية من (سكان الفضاء والكواكب الأخرى)! هناك إحساس وكأن الإعلان عن حمية من هذا النوع لن يبدو أمراً غريباً أو غير متوقع لكثرة ما نسمع عن أنواع وأساليب الحمية.

إن كل هذه النصائح المختلفة في مجال وجبات الطعام والغذاء ليست جديدة، لأنها طريقة قديمة جداً استخدمت كأسلوب لتغيير أسلوب تفكير الإنسان، وواقعية وجوده (الجزء الرئيسي من الكارما - الواقعية) ولتغيير كلي في حياة الإنسان من الألف حتى الياء.

حمية للعقل:

من المعروف أن فكرة الحمية بحد ذاتها هي فكرة يستقبلها ويتعامل معها أولاً العقل. حتى أن هذه الفكرة غير قادرة على السيطرة على كامل المخ والذهن، نظراً لأنه يتم استقبالها في أجزاء نشطة محددة من المخ، تلك الأجزاء المسؤولة عن استقبال المعلومات الجديدة والتعرف عليها. ويمكن تشبيه هذه الأجزاء بالمر الرئيسي في داخل المنزل. حيث يمكن لأي شخص (الجار - ساعي البريد - الحارس...) بأن يصل إلى تلك المنطقة، لكن من المستبعد أن تؤدي زيارة هؤلاء الأشخاص إلى إحداث تغييرات فعلية في منزلكم. فلن يتغير نتيجة وصولهم إلى المر الرئيسي وضع الأثاث في المنزل ولن يؤدي هذا إلى زيادة أو نقصان أعضاء الأسرة، ويبقى كل شيء على حاله. هناك حالات خاصة طبعاً قد لا ينطبق عليها هذا الأمر، فمثلاً إشعار يحمله ساعي البريد بضرورة الانتقال إلى السكن الجديد، أو إشعار من

السلطات بضرورة التحاق الابن لخدمة العلم. إلا أن هذا النوع من الأحداث لا يتكرر كثيراً في حياتنا، حتى يمكن التأكيد أنها حالات نادرة وقليلة جداً. لكن في الحالات العادية فإن زيارة لم تتجاوز الممر الرئيسي في المنزل لا تغير من حياة الأسرة والمنزل. الأمر نفسه يجري بالنسبة لفكرة الحمية، «التي تأتي إلى الذهن» على شكل معلومة جديدة من المجلة أو شاشة التلفاز، أو عبر الأصدقاء. فالفكرة هذه لا تقف طويلاً في هذا الممر الذهني، وهي لا تغير عملياً أي شيء في الجسم، التي من المفروض أنها موجهة نحوه. يرى معلمي أن العمل يجب أن لا يقتصر على الشكل الجماعي، بل يجب أن يكون هناك أحياناً جلسات خاصة حسب الحالة التي يعاني منها الشخص الموجود ضمن المجموعة، فقد يتطلب الأمر أن تتم متابعته بشكل فردي أيضاً. لهذا كنت قد وضعت لبعض الذين يحضرون جلسات نظام حمية بسيط جداً وغير معقد، على الرغم من هذا كانوا يواجهون صعوبة عالية في تطبيقها. ولو أنكم رأيتم نظرتهم وسعيهم نحو «الممنوع»، فعلى الرغم من أنه تم تحديد الامتناع عن هذه الوجبة أو تلك لبعض الأسباب المتعلقة ببنية أجسامهم، إضافة إلى أن أجسامهم كانت تطلب هذه الوجبات، لكن العقل المريض كان يبحث دوماً عن «الممنوع» ويطالب به. هل سمعت عبارة (يأكل بعينه)؟ لقد كانوا يأكلون بعينونهم كل ما لم يُسمح لهم بتناوله.

إن هذا السعي للحصول على الممنوع، أو الرغبة غير المحدودة لتنفيذ المحرم والحصول على الممنوع يُسمونها في الديانات، الشهوة. الإنسان الذين يكون أسير شهواته لا يتصرف حسب ضرورات ومتطلبات (الجسم، التفكير السليم، أو الروح)، بل بإملاءات من المخيلة المريضة، والرغبات البعيدة عن الواقعية، الذي يكون جزء منها متناقضاً كلياً مع التفكير السليم ومع المتطلبات الضرورية للجسم والصحة.

إن الشهوة، إذا تابعت الرؤية الدينية لهذا الأمر، تؤدي إلى فعل الحرام، ومعناه تؤدي إلى تدمير العالم المحيط. تذكروا الرواية الدينية عن أول إنسان أقدم على ارتكاب المعصية والقيام بما هو محرم عليه.

توسوس الحية لحواء عن الثمار على أشجار الجنة، وتقول لها أن ثمار الشجرة التي تقف في الوسط، والتي يُمنع الإنسان من لمسها حتى، هي ثمار غير عادية..:

«...أَنَّهُ يَوْمَ تَأْكُلَانِ مِنْهُ تَنْفَتِحُ أَعْيُنُكُمَا وَتَكُونَانِ كَاللَّهِ عَارِفَيْنِ الْخَيْرِ وَالشَّرِّ»

(تكوين ٣: ٥)

بهذا الشكل أتت المعلومة الجديدة، وتم نقل فكرة غير معهودة. لكن لم يكن هناك من ضرورة موضوعية للتأكد من صحة هذه المعلومة حينها، أو حتى لاستخدامها. لا يوجد لدى الروح ولا لدى الجسد أسباب للبحث عن ما هو أكثر أو أكبر مما كانا يمتلكان. لكن الفكرة التي تم إيصالها بخبث عن التغييرات النوعية (ستصبحون مثل الآلهة...) تضع عقل حواء - عقلها تحديداً - في حالة يشعر فيها بشهوة عالية ورغبة ليتعرف على ما تحدثت عنه الفكرة الجديدة. وهي لم تفكر ما الذي ستحصل عليه نتيجة ترفها هذا، وما الذي قد تفقده (و إذا تذكرنا ما جاء سابقاً في هذا الكتاب، نجد أن حواء غير مسيطرة على قدرها لأنها لا تفكر بنتائج تصرفاتها). وهي تقع أسيرة الشهوة والرغبة:

﴿فَرَأَتِ الْمَرْأَةَ أَنَّ الشَّجَرَةَ جَيِّدَةٌ لِلْأَكْلِ وَأَنَّهَا بَهِيمَةٌ لِلْعَيْنِ وَأَنَّ الشَّجَرَةَ شَهِيَّةٌ لِلنَّظَرِ. فَأَخَذَتْ مِنْ ثَمَرِهَا...﴾

(تكوين ٣ : ٦)

لكن في الواقع، فإنه لا يمكن تحديد صلاحية الأشياء والثمار للأكل من خلال رؤيتها فقط. ولن يجعلها صالحة للأكل إلى ذهن الإنسان الذي يشوّهه الرغبة والطمع. النتيجة كانت كما تعلمون، الطرد من الجنة، وغيرها من النتائج التي نراها اليوم على الأرض، لن أذكرها لكم لكثرتها.

هذه هي الحال تماماً بالنسبة للأشخاص الذين وضعت لهم حمية غير قاسية، فهم لم يتمكنوا من تقبلها ذهنياً بالدرجة الأولى. إنه العقل على وجه التحديد، وأسلوب التفكير (الكارما التي لم يتم إصلاح بُناها) هي التي خلقت لدى مرضاي مختلف الأحاسيس السيئة في أجسامهم. لهذا يجب أن نبدأ أي حمية بإعادة تهيئة وتصحيح أسلوب التفكير، وتصحيح الحالة النفسية بشكل عام كي تتقبل ذهنياً الحمية. ولن تأتي الحمية بنتائجها إلا إذا تم تهيئة الذهن لتقبلها أولاً، وعلى الإنسان أن يدرك تماماً كل نتائج أسلوب تفكيره هذا المتعلق بالحمية، وأن يحدد الوجبات المفضلة لديه، مقارنة بالنظرة الحديثة العصرية للحمية. وإذا عاد الإنسان إلى أسلوب طعامه القديم بعد مرور فترة من التزامه بالحمية فهذا معناه أن التغييرات المتوقع حدوثها في الأجزاء الواقعية من الكارما لم تحدث، وبالنتيجة لن تحدث أي تغييرات في بنية الجسد تأثراً بالحمية. العقل لم يستوعبها تماماً وبهذا لا تؤدي هذه الحمية إلى نتائج مادية ملموسة.

تعمل «زويا إيفانوفنا» محاسبة في معمل تعدين، وهي تحب الحلوى بشكل كبير، حيث اعتادت أن تتناول وجبة كبيرة من مختلف أنواع الحلوى في فترة الغداء. «لو لم يكن

مرتبي كافياً لشراء ألبسة جديدة كل ستة أشهر تقريباً لكان الأمر سيئاً ، حيث سرعان ما

تصبح الألبسة التي أشتريها غير مناسبة لجسمي بسبب حبي للحلوى وتناولتي لها بكميات كبيرة. أعلم أنه لا يتوجب عليّ تناول الحلوى بهذا الشكل ، لا سيما وأن بنية جسمي بالأساس ليست صغيرة ، فأنا ممتلئة الجسم. أقول لكم أيضاً أن نسبة السكر عندي في الدم عالية جداً ، وهذا سبب ثانٍ يوجب عليّ عدم تناول الحلوى. لكن للأسف مهما حاولت فالنتيجة عدم».

لا يمكن القول أن «زويبا إيفافوفنا» سيدة ساذجة ، فهب مثقفة وقرأت الكثير من الكتب ، حتى الطبية منها ، وهي تعلم تماماً ما هو مفيد وما هو ضار. إنها تفهم كل هذه الأمور ذهنياً وتدرکها ، إلا أن ذهنها يؤكد لها دوماً أنها إذا امتنعت عن الحلوى فلن يُعيد هذا الأمر لها عافيتها ، بل قد تصبح تعيسة.

يبلغ عمر «إليونورا» ٣٢ عاماً ، وهي مديرة صالون تجميل ، تتبع حمية صحية منذ مدة طويلة بفضل قوة إرادتها ، واعتيادها أن تنهي العمل الذي بدأت به. لكن للأسف وعلى عكس ما كانت تتوقع فقد أتت نتائج الحمية معاكسةً تماماً لما توخته منها. فهي قد رسمت في مخيلتها بنية الجسد المثالية بعد أن قرأت في واحدة من الصحف مقالة تحدثت فيها ممثلة من هوليوود عن حمية فرنسية تعيد للجسم جماله وجاذبيته. كل ما كانت تسعى «إليونورا» إليه هو التخلص من بعض الكيلوغرامات من وزنها. مع العلم أنها تتمتع أساساً ببنية جسد جميلة متناسقة ، لكنها اعتقدت أن اتباعها للحمية سيجعلها أكثر جمالاً وجاذبية بنظر الرجال الذي يهتمون لأمرها حتى دون أن تخفف وزنها.

عاشت «إليونورا» معاناة استمرت شهرين وهي تمتع عن تناول الوجبات التي طالما أحببتها ، ومحاولة أن تتعود على وجبات غريبة عنها من حيث الشكل والمذاق. شهرين من المعاناة كانت تعيش خلالها تحدي للذات ولا سيما في تلك الليالي التي كان الأرق يسيطر عليها وتتأمل الثلاجة بحسرة ، بينما كانت كثيراً ما تنظر إلى رفوف محلات الأغذية بشوية عالية تسيل اللعاب رغبة بتناول هذه الوجبة أو تلك. كانت نتيجة الشهرين أنها تخلصت - وفق البرنامج - من ثلاثة كيلوغرام ، إلا أنها أبعدت عن نفسها كل محبيها الذين كانوا ينظرون إليها بعجب ودهشة ، والسبب هو أنه في وقت الحمية تراكمت عندها عدوانية كبيرة قادرة على أن ترعب جيش بأكمله ، فما هي حال رجل واحد معها وهي على هذا النحو!!! في واقع الأمر فإن الحمية التي كان هدفها جذب أكبر عدد من المعجبين عبر تخفيف الوزن ، وهو ما رغبت «إليونورا» بالحصول عليه من خلال التزامها بالحمية هذه ،

كانت عملية استوعبتها وتقبلتها «إليونورا» بعقلها فقط. حيث كان يحلم ذهنها بعدد كبير من المعجبين بجمال جسدها الذي سيصبح مثل الطعم تصطاد به رجل أحلامها، هذا في وقت لم يكن الجسد يشعر بأي رغبة بإقامة علاقة جنسية. أي أن الحمية لم تكن تعكس رغبة مشتركة بين العقل والجسم والأحاسيس والرغبات، فهي بعيدة عن الحالة الروحانية العامة لها.

الأمر نفسه قد يحدث مع الشخص الذي يعاني من ضعف في القدرة الجنسية. بغض النظر رجل كان أم امرأة. فالإنسان يحلم بأن يكون جذاباً جداً ويصعب مقاومته بالنسبة للجنس الآخر الذي لا ينتمي هو له، فيغير جسده بشكل يجذب ممثلي أو ممثلات الجنس الآخر، مثلما تجذب الزهرة النحلة، بينما يكون حجم الطاقة التي تصدر منه قليلاً إلى درجة أنه لن يكفي حتى لجذب مُعجب واحد أو مُعجبة واحدة. إنه لا يدرك ذهنياً هذا الأمر وعقله يدفعه نحو مختلف الأساليب والوسائل الغريبة العجيبة التي تساعد على تحقيق هذا الهدف، وهو غالباً ما يفشل بالوصول إلى مراده. الجسد لا يسعى إلى التغيير! وهو لا يرغب بأن يتحول إلى طعم ليُصطاد به ممثلي الجنس الآخر، فهو أساساً لا يرغب بهم إلى هذا الحد!

في هذه الحالات تجد أن الإنسان ينتظر بفارغ الصبر من دون وعي منه ذلك اليوم الذي سينتهي فيه كورس العلاج ويتمكن من إيقاف الحمية الغذائية. وتجري العادة أن هؤلاء الأشخاص سرعان ما يستعيدون وزنهم السابق بعد أيام قليلة من انتهاء الحمية، ويعودون إلى عاداتهم القديمة وأسلوب حياتهم السابق، وإلى الكثير من الأشياء التي يصعب أن نتخلص منها بمجرد التزامنا بحمية غذائية ذهنية لم يتطلبها الجسد أيضاً.

لهذا السبب أعمد أثناء محاضراتي وعملي مع المتدربين في مدرستنا أن أنقل المستمعين من الطلبة إلى أسلوب جديد في الحياة خلال الأيام السبعة عشر الأولى من التدريب. فأحملهم معلومات إيجابية جديدة وأهين عندهم حالة حسية تتناسب مع الأسلوب الجديد في النظرة للأشياء والتعامل مع الأمور، أحاول التأثير على أحاسيسهم، على الأجزاء الشفهية من بناهم الكارمية، وأعرض عليهم مجموعة من التمارين الخاصة بتنظيم بنية الجسم وطبيعة عمله وتحسين المستوى الصحي.

الحمية تقوى الشهوات

تكون النتيجة أن المستمعين من النساء والرجال إما أن تولد عندهم كارما جديدة، أو أن تعود إليهم من جديد الحقائق التي تناسوها عبر الوقت عن طبيعتهم وبنيتهم الخاصة، فيعرفون أنفسهم من جديد. بعد ذلك لا يعود أحد منهم إلى العادات السيئة والمدمرة لهم وللوسط المحيط.

إن كل الشهوات كما هو معروف تأتي (من العقل) وهي مرتبطة بالجزء الواقعي من الكارما، وليست مثل الأحاسيس التي - نظراً لطبيعتها بنية طاقتها - تنتمي إلى الأجزاء الشفهية من الكارما

إذا كنتم تعتقدون دوماً أن الشهوة هي حالة حسية انفعالية تتفاعل وتنمو إلى مستويات كبيرة، فيجب عليكم الآن أن تتخلوا عن هذا التصور التقليدي. الحالة والفعل الحسيين هما كائن خفيف وسهل التكون، قادر على أن يخلص الإنسان من حالة الضغط ويبعده عن التوتر من خلال عملية التعبير عن هذه الأحاسيس والحالات الانفعالية الحسية. وإذا كان الإنسان يبكي أو يضحك معبراً بذلك عن حالته الحسية وانفعالاته، فإن هذا الأمر ينعكس بصورة إيجابية على عافيته وصحة جسده. حتى الدموع - التي تكون الحالة الصحية لمن يحبسها سيئة مثلما هو الحال عند معظم الرجال - هي ظاهرة طبيعية تعبر عن انفعال حسي.

الشهوة أو الرغبة، هي حالة الأجزاء الواقعية من الكارما التي تيرمج مسلكية الإنسان في اتجاه واحد ضيق مرتبط بشكل مباشر مع مادة أو موضوع الرغبة والشهوة. أمر آخر، إن الشهوة والرغبة غير خاضعة للسيطرة في الكثير من الأحيان، لأنها بغالبية أشكالها تكون كائناً صادراً عن اللاوعي. لهذا إذا حاول الإنسان أن يواجه شهوة معتمداً على قواه العقلية فقط فإنه سيفشل في ذلك. فالوعي غير قادر على مواجهة الكائن الجديد المولود في عالم اللاوعي. وفي حالة محاولة تحدي الرغبة باعتماد الوعي والعقل فقط فإن أمواج الكائن القادم من اللاوعي تسلك مسلكية المياه التي يعترض مسارها سداً، فهي تبحث عن الأماكن التي يمكن أن تعبر منها وتتابع مسيرها من دون توقف. إن ما سبق قوله متعلق أيضاً بموضوع الحمية الغذائية. فإذا كان الإنسان مضطراً أن يمضي فترة طويلة ملتزماً بالحمية الغذائية فإن شهوة عقله نحو الممنوع - المرغوب، سيتم الاستعاضة عن تحقيقها بأساليب أخرى مثل التدخين، الكحول، المسلكية السيئة غير المبررة.... وعبر هذه التصرفات يحصل الإنسان والعقل الذي يوجهه نحو الرغبة، على ذلك القدر من النشوة الذي كان سيشعر به أثناء مضغه لوجبة الطعام الممنوعة عنه. العادات السيئة مثبتة في الشهوة والرغبة (برنامج في اللاوعي)،

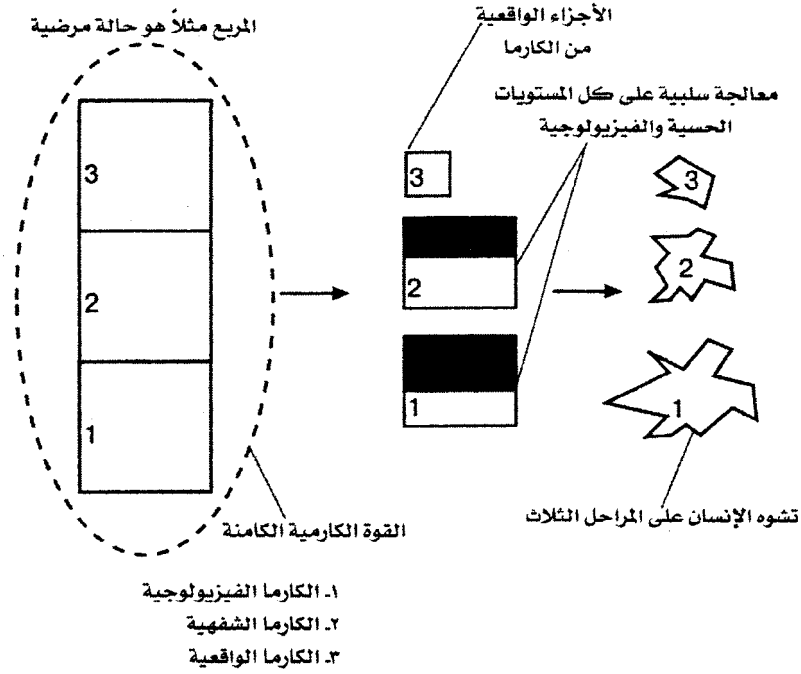
وممارسة هذه الشهوات والنزوات بشكل كبير حتى تصبح معه عادة دائمة يؤثر سلباً على البنية الفيزيولوجية للإنسان (جسمه وحالته الصحية)، ويتسبب هذا بالأمراض والمعاناة والشقاء. وحالما يمرض الإنسان يتجه نحو الأدوية التي تساعد على التخلص من الألم، لكنه قد يتخلص من الإحساس بالألم إلا أن هذا لا يجعله يشعر بالتحسن الفعلي. يشعر وكأن لا مخرج له من الأمر، أجل إنه سيشعر بذلك طالما يعتقد أن الأدوية وحدها هي التي ستقذه، بينما سينقذ نفسه عملياً بمجرد تغيير البرنامج وحجب التأثير المتزايد للأجزاء الواقعية من الكارما.

أما الحمية الغذائية فإنها لا تؤثر عملياً على الأجزاء الواقعية من الكارما، بل تقوم بمحاصرتها والحد المؤقت من تأثير قوانينها وقواعدها على بنية الجسم وهكذا إلى أن تجد كل هذه التراكمات مخرجاً لها لتتابع سيرها مسببة الدمار لكل ما سعى الإنسان نحوه ملتزماً بالحمية.

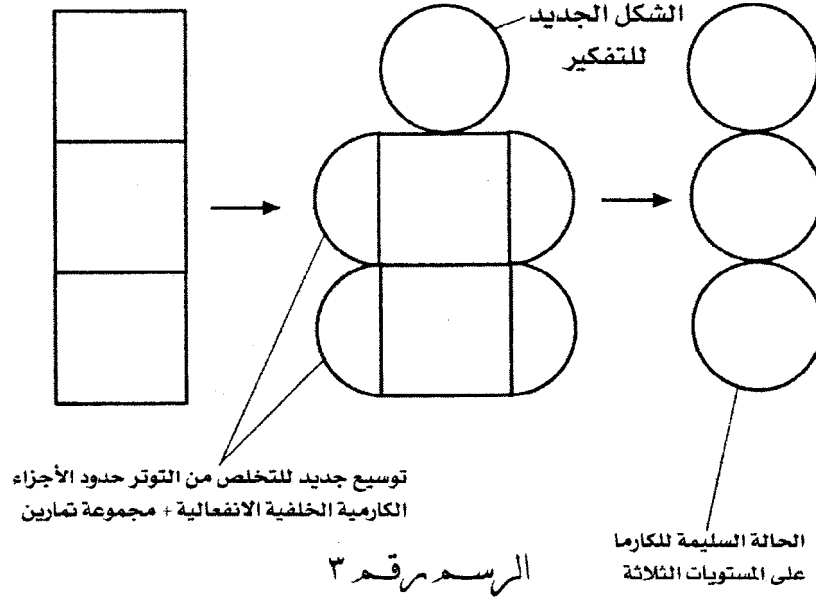
إذا استخدمتم سيارة الأجرة فيجب عليكم أن تتفقوا مع سائقها

إن كل إنسان يتحرك في هذه الحياة وفق مسار محدد. فهناك أشخاص تم تحديد مسارهم الذي لا يتميز بأي شيء ويمكن تصنيفه على أنه عادي وعام. وهذا المسار في الحياة يذكرنا بمسار الحافلات أو أي نوع من أنواع المواصلات في المدينة. حيث يتطلب التنقل الصحيح بواسطة هذه الوسائل قضايا على درجة من البساطة، مثل تحديد الاتجاه واختيار الرقم الصحيح لوسيلة النقل التي تسير نحوه، ومعرفة أن النوع الذي تم اختياره من وسائل النقل سيقوم بنقلنا إلى المكان المقصود تماماً وفي الوقت المناسب. ويتنقل الكثير من الناس بهذا الشكل، هذا ما يمكن تأكيده من خلال مشاهدة مجموعات كبيرة من الناس تنتظر، على الرغم من برودة الجو، حافلة محددة. إن هذا النوع من الحركة في الحياة يناسب عادة الأشخاص الذين يتأثرون وبيّنون مواقفهم نتيجة تأثرهم بالوسط المحيط والأشخاص من حولهم (يحاولون أن يعيشوا مثل الآخرين)، ويكتفون بالحصول على الحد الأدنى من الدخل ولا يخالطون إلا من كان مثلهم. إن مسارات المواصلات العامة قد تم وضعها لأناس من هذه النوعية أي الذين يخرجون من البيت إلى العمل ومن العمل إلى البيت ومن البيت إلى المحال التجارية ومنها إلى البيت. فإذا كنت واحداً من مجتمع الحشود هذه، تخضع للقوانين والدراسات والإحصائيات العامة، وتشكل جزءاً لا يتجزأ من هذه السيكلوجية الجماعية، فكل ما عليك فعله هو تحديد وجهتك والمكان الذي تقصده، وهدفك النهائي في المحطة النهائية، المدرسة، أم المستقبل المهني،

رسم توضيحي لتأثير الحماية



رسم توضيحي لكيفية تصحيح الكارما



أما إذا كنت تتمتع بشخصية مميزة تختلف عن الآخرين ولا تتطوي في إطار المعايير العامة. وإذا كنت قد وُلدت بشخصية تتمتع بأسلوب تنكير وتحليل مميز، فإن طبيعة مسار حياتك لن يكون مستقيماً مُسبق الرسم، بل سيكون متعرجاً معقداً محملاً بمختلف الأفكار النوعية، ويكون الهدف النهائي منه هو القفز (القفز من بين الحشد والانفصال عنه) والتحليق (الارتفاع - الارتقاء إلى الأعلى فوق الحشد). فإذا كنت من هذه النوعية فإن المواصلات العامة التي تسير وفق خط سير سبق وضعه وتحديده وتحديد كل محطاته، كما أن سرعة حركة وسائل النقل العامة لن ترضيك أو تحقق لك نظرتك لكيفية التحرك وسرعته واتجاهه.

الأغلب أنك لن تضيع وقت في التدافع وسط الحشد على المحطة بانتظار وسيلة النقل، ولن ترضى بأن تتشد مع هذا الحشد بأن واحد إلى صالون الحافلة، وأن تخرج أيضاً مع الجميع. إنك شخص لا تنطبق عليه القواعد العامة الأكثر انتشاراً ولهذا لا يناسبك كل ما هو مسبق الصنع أو كل ما تم تحديده مسبقاً، فأنت شخص مختلف ومثلك كثيرون، ترغبون في أن ترسموا مسار حياتكم بأنفسكم بما يتناسب مع رغبتكم بالتحليق فوق الحشد الذي طالما التزم بخط السير الموضوع مسبقاً. ستقوم بإيقاف سيارة تكسي وتتفق مع السائق. الضرورة تلزم دوماً أن نحدد الشخص المسؤول عن حل المشكلة أو اتخاذ القرار، في هذه الحالة يكون سائق سيارة الأجرة هو صاحب القرار في أن يختار المسار، أما أنتم فتحددون له الهدف فقط.

في الكثير من المواقف تجد الفرد أثناء سعيه لحل مشكلة ما كالمجنون الذي قرر أن يفر من المشفى فيقوم بإيقاف سيارة عابرة ويركع أمامها طالباً منها أن تساعده. حتى أكثر المجانين ذكاءً قد يدخل رأسه إلى صالون السيارة ليطلب أمراً ما، لكن الغريب أنه يعجز عن تحديد من هو السائق ومن هو المسافر (الراكب)، فيتوجهون بطلبهم نحو الأخير. فيبدأ حديث غير مجرٍ ولا نتيجة منه بين الاثنين إلا أن يلاحظ السائق أنه قد توقف أكثر من اللازم وعليه أن يتابع سيره بعيداً عن هذه الأحاديث التي لا نفع منها ولا ضرر لأنها لم توجه للشخص أو الجهة المعنية. وهكذا يبقى الأحمق على ناصية الطريق مع ما لديه من مشكلات.

من هو سائق السيارة في أقدارنا - الكارما؟ وما الذي يحدد جهة حركته؟ إذا تمكنت من وضع هدف استراتيجي وحددت لبوغه طريقاً غير عادية ومميزة، وتوفرت لديكم القدرة على اختيار الأشخاص أو الجهات التي عليكم أن تجروا معها المحادثات بشأن بلوغكم لهدفكم الأعلى الذي وضعتم، عندها ستتمكنون من النظر إلى العالم والظروف

التي تحيط بكم بأسلوب جديد. ويمكن تصحيح نتائج التصرفات التي أقدمت عليها دون سابق تفكير كافٍ، أو تعديل وتغيير أسلوبكم ومسلكتكم، لكن الأصح والأسلم هنا هو أن تعملون على إيجاد المؤثرات لتحفيز ميكانيكية عمل الأجزاء الواقعية من الكارما. في هذه الحالة فقط يجري ما يمكن تسميته بالتعديل والتصحيح الحقيقي لبُنى الكارما - القدر.

بالدرجة الأولى لا بد أن نتخلص من أسلوب التفكير التقليدي المتوارث الذي يرافقنا في كل خطوة نخطوها على درب الحياة، والمنقوش في كل واحد منا حسب البيئة التي نما وترعرع فيها. فالأسلوب التقليدي المزروع في الفرد تحت تأثير الوسط الذي يعيش فيه، يدفعه إلى اتباع خط السير العام الذي يسلكه الجميع من حوله. بسرور يتابع الكثيرون منا في الفترات المسائية تلك الأفلام التي يقع فيها البطل في مواقف شديدة التعقيد وغير عادية، إلا أنه يكون المنتصر في النهاية. ولا بد من التفكير الآن بأن هذا «البطل» هو الذي يُوجد في بداية الفيلم أسباب تعقيد الموقف، ومواجهته بعد ذلك للكثير من المشكلات والصعاب، فكل ما يجري بعد ذلك أنه يقوم بتناول العصيدة التي أعدها بنفسه دون إدراك منه بأنه هو المؤلف الرئيسي لما يجري معه وعليه أن يتحمل النتائج. وكما جرت العادة في هذا النوع من الأفلام، فإن البطل يحل مشكلاته باعتماد العنف وحتى التدخل أحياناً بشؤون الغير.

إن تدريب الأجزاء الواقعية من الكارما يبدأ أولاً من تكوين رؤيا جديدة ووجهة نظر حديثة مختلفة لتلك الأشياء التي نعرفها منذ زمن بعيد (و يجب التركيز على هذه القضايا التي اعتدناها منذ زمن ونعرفها لمدة طويلة، لأن كل ما نحمله من العادات والأساليب المنقوشة فينا غالباً ما يكون مختفياً بين طيات كل ما هو قديم ويبدو لنا اعتيادياً). ويبدأ التدريس في أكاديميتي (تدريب الكارما) من التعرف على ثلاثة كتب لتدريب الكارما: «كيف تغير القدر» (المدرّب العام للأجزاء الفيزيولوجية من الكارما)، «كمال القدر» (المدرّب العام للأجزاء الشفهية من الكارما)، «التحكّم بالقدر» (المدرّب العام للأجزاء الواقعية من الكارما). والإنسان الذي يتمكن من فهم ما تحمله هذه الكتب الثلاثة من معلومات، سيجد سهولة في متابعة التعليم والتعمق في هذا المجال، وسيحمل من الدروس العملية معرفة أكثر بكثير من الشخص الذي قد يجد صعوبة في استيعاب كل ما جاء في الكتب الثلاثة الآتفة الذكر.

إن كتاب المدرّب العام للأجزاء الواقعية من الكارما يدفع الإنسان إلى إعادة النظر ببعض ما تكون لديه من معتقدات، وحتى في بعض عاداته مثل أسلوب طعامه وطريقة سيره،

كما ويؤثر ذلك على الأعضاء داخل الجسم، مثل حالة العمود الفقري، وعلى الجانب الاجتماعي من الحياة مثل العلاقة بين الجنسين. ويمكن القول أنه يساعد الإنسان على التغيير بشكل عام يشمل كل جوانب حياته. ويتطلب العمل على الأجزاء الواقعية من الكارما أن نعيد النظر من جديد ونحدد ونقيم موقعنا ووضعنا الذي نحن عليه بصورته الحقيقية، ومن هذه النقاط ننطلق ونحاول التأثير على العلاقة بين الأسباب والنتائج، التي تتسبب بخلق المواقف السلبية والمسببة لنا المشكلات.

يبلغ عمر «فيكتور» ٢٨ عاماً، ويعمل مدير قسم المبيعات في شركة تجارية ضخمة، تعمل في مجال تصنيع قطع غيار السيارات. و «فيكتور» شخص يتصف بأنه تنفيذي، دقيق، ويمكن الاعتماد عليه. فأوراقه مرتبة دائماً، لا يتأخر أبداً على مواعيد العمل مع التجار والزبائن، لا ينسى شيئاً، وينفذ العمل في الوقت المحدد له تماماً. على الرغم من كل هذه الصفات المميزة في شخصية «فيكتور» إلا أن المدير أبلغه أنه يفكر بفصله عن العمل. هذا مع العلم أن المدير كان منذ فترة قصيرة جداً مسروراً لأبعد الحدود من «فيكتور» وطريقته في العمل. فما الذي حدث؟ هل أصابه أحدهم بالعين؟ أم أن قطة سوداء قد عبرت الدرب^(١) بينه وبين المدير؟ هذه هي الأشياء التي فكر فيها «فيكتور» وهو يحاول البحث عن أسباب ما يجري.

تشخيص الكارما عند «فيكتور» أظهر أن الأمر مختلف تماماً عما يعتقد. وبالمناسبة فإن حالته هي حالة منتشرة جداً ويمكن وضع تشخيص لهذه الحالة بوصفها (تراجع في الترقية الوظيفي).

عندما ترأس «فيكتور» قسم المبيعات كانت الشركة التي يعمل فيها جديدة وصغيرة ولم يزد عدد موظفيها عن العشرين شخصاً. والطلب على منتجات الشركة لم يكن كبيراً في البداية، ولهذا لم يكن حجم الإنتاج كبيراً. لكن بفضل الجهود التي بذلها في قسم التسويق، توسع الطلب على منتجات الشركة وازداد حجم المبيعات، وحجم الإنتاج طبعاً ما أدى بالضرورة إلى ازدياد عدد العاملين فيها. الشركة الصغيرة أصبحت الآن مؤسسة كبيرة يبلغ عدد موظفيها بضعة مئات، منهم من يعمل في الإنتاج إضافة إلى الموظفين في مختلف الأقسام التي تؤمن نجاح عمل الشركة واستمراريتها. لقد أصبحت الآن شركة مختلفة

١- عادة منتشرة في المجتمع السوفييتي عموماً، حيث يُعتبر أن مرور قط أسود مقاطعاً درب سير أحدهم هو علامة شؤم، ويسعى هذا الشخص أن ينتظر حتى يمر شخص آخر قبله أو وسيلة نقل ما لأن هذا يسقط حسب الاعتقاد الأثر السلبي الذي قد يأتي به قطع القط الأسود للدرب.

تماماً، تضع أمام موظفيها مهمات جديدة. فإضافة إلى الدقة وغيرها من الصفات المذكورة سابقاً، كان لا بد لمدير قسم المبيعات أن يتمتع بقدرة على قراءة السوق والتفكير بشكل معمق وسليم يساعده على رؤية المستقبل ووضع خطط تنموية لعمل الشركة بما يتناسب مع رؤيته لحركة السوق ومنتجات الشركة فيها. لم يكن «فيكتور» مستعداً لتطور من هذا النوع وبهذا المستوى. ولم تكن عدم قدرته على مواكبة تطور الشركة مقتصرأً على الجانب السيكولوجي عنده، حيث كانت طاقته الكارمية غير متناسبة ولا تتوافق مع المتطلبات المتزايدة والمتوسعة في مجال عمله.

كانت النتيجة متناقضة وغير موضوعية، هذا من وجهة نظر الإنسان البسيط، فـ «فيكتور» بذل كل ما لديه من جهود وأعطى العمل حقه الكامل ومع هذا سيتم فصله. وفي الواقع كان الأمر على الشكل التالي: لقد كبرت الشركة ونمت، أما «فيكتور»، ومع أنه كان موظفاً نشيطاً، ولعمله دور في نمو الشركة، إلا أنه لم ينم معها وبقي على نفس المستوى الذي كان عليه في بداية العمل، ولهذا لم يعد صالحاً لتنفيذ المهمات المطلوبة منه.

هل يمكن تغيير أي شيء في هذه الحالة التي تواجه «فيكتور» وقد تواجه أي شخص آخر؟ بالطبع يمكن تغيير الوضع، لكن هذا يتطلب تقييماً مفاجئاً وسريعاً للقدرات والإمكانات الذاتية. وبتدريب بُنى الكارما يمكن الحصول على ذلك الاحتياطي من الطاقة الذي يؤهل العامل لتنفيذ المهمات الجديدة المطلوبة منه في عمله. إلا أن أول ما يجب على المرء القيام به في هذه الحالة هو الاختيار بين أمرين إما وسيلة النقل وخط السير العام (أي ما هو عليه حال الأغلبية الذين يتحركون بخط رُسم لهم، واضح ودقيق ولا يتزحزون عنه. ويكون أكثر راحة وأماناً)، أو أن يختار الدرب الخاص به (يكون عادة مترافقاً بالمغامرة والخطر ويدفع نحو هذا الخيار وجود رغبة ذاتية ببلوغ ما لم يصل إليه الآخرون حيث الدرب العام). بدأ «فيكتور» إنساناً غير ميال للخوض في غمار وضع خط السير الذاتي وما يترتب على ذلك من مغامرة ومخاطرة، بل على العكس تماماً، كان ميالاً لأسلوب الحياة الهادئ الواضح الذي لا يتطلب منه التوتر بانتظار النتائج، بل يكفي بتنفيذ العمل الذي تكون نتائجه واضحة مسبقاً. ولهذا، وبعد أن قيم قدراته وإمكاناته قرر «فيكتور» أن ينتقل إلى العمل في مؤسسة حكومية حيث توضع مهمات واضحة أمام الموظفين ولا يتطلب منها المبادرة المفاجئة أثناء العمل، هناك مهمات واضحة يجب تنفيذها والأمر يقتصر على ذلك. وفي وقتنا الحالي يشغل «فيكتور» في وظيفته الحكومية منصباً جيداً، وقيمه رؤسائه عالياً. هذا هو ما نسميه الرجل المناسب في المكان المناسب.

من الخطأ الاعتقاد بأن المستقبل هو شيء تجريدي تم تصميمه للإنسان من القوى العليا. مستقبلنا في داخلنا، والتعلم كيفية التحكم به عبر تصحيح وضع الحالة الداخلية وأساليب التفكير والتحليل وميكانيكية التأثير على أسلوب التفكير، هي مسألة على درجة عالية من التعقيد، لكنها ليست مستحيلة أو إعجازية. ويساعدكم في هذا الأمر كتيبي ودروسي.

من يأتي إلى مدرستي؟ ولمن وضعت هذه الكتب والدروس العملية؟ وضع هذا كله بالدرجة الأولى للأشخاص الذين يرغبون أن يتعلموا كيفية التحكم بالذات والقدرة، وكيف يمكن أن يتخلصوا من سيطرة العادات والتقاليد المنقوشة فيهم والمؤدية في أغلب الأحيان إلى دمار حياتهم الشخصية. لأولئك الذين لا يناسبهم «أن يسبحوا مع التيار» الذي يدفعهم نحو إما الرأي العام أو وسائل الإعلام والدعايات أو العادات التي يعيش بها العامة من حولهم وما إلى ذلك. لأولئك الذين لا يرغبون بأن يكونوا أسرى أفكار الغير ورؤية الآخرين للأمور، ووجهة النظر الغربية عن معنى الحياة أو الشكل «الصحيح» للأفكار والتفكير. وعادة يضع هؤلاء الأشخاص أهدافاً كبيرة في حياتهم ويسعون لاختيار الوسيلة المناسبة لتحقيق أهدافهم. فهم لا يسعون لبلوغ مستويات عالية ومناصب مرموقة، بل يحاولون أن لا يفقدوا عافيتهم والنشاط والحيوية، والحفاظ على السعادة في الحياة. هؤلاء هم الأشخاص الذين يعملون جاهداً للسيطرة على أقدارهم - هذه هي طبيعتهم. وأنا أشير لهم نحو أفضل الطرق لبلوغ الهدف.

إن التطور الضخم لوسائل الاتصالات يحمل معه الأبحاث والأساليب العلمية الحديثة للتأثير على الوعي البشري. فكروا! ما الذي تريده منكم الدعايات والإعلانات؟ مهمتها الرئيسية هي أن تفرض عليكم توليد الرغبة بشراء هذه السلعة أو تلك، وأن تعطوا أموالكم. ولا أعتقد أن الإعلانات تهتم فعلاً لعافيتكم وصحتكم، أو لتطوركم الداخلي، ولا تعطي أي قيمة لوجود قدرات أو صفات مميزة لكل شخص قد لا نجدها عند الآخرين. الكثير من الأفلام الإعلانية تزج المعلومات فينا زجاً محاولة رفع الطلب على البضاعة التي تعلن عنها. على سبيل المثال تنصحكم بعض الدعايات أن تحصلوا على القوة خلال يوم العمل الشاق، أو أثناء بذل الجهد في التمارين الرياضية أن تتناولوا قطعة من الشوكولا مع الفستق والبندق، مع العلم أننا نعلم جميعاً أن الجسد يلتهم المواد السكرية التي تساعد بعض الغدد على فرزها أثناء قيام الإنسان بالتمارين الرياضية، وهو ما نسميه بالعامية (بحرق الطاقة). وإذا استمرينا تناول تلك القطعة أثناء التمرين، فإن السكر سيصل إلينا عبر الدم الذي يحمله من المعدة حيث تتم عملية هضم قطعة الشوكولا المذكورة، وبهذه الحالة ستأخذ الغدد قسطاً من

الراحة ولن تبذل جهداً لفرز السكريات طالما نحصل عليها من مصدر آخر، وهذا ما يؤثر مباشرة بشكل سلبي على عمل الغدد المسؤولة عن تحويل الغلوكوز إلى سكريات للجسم. وعدم وجود حاجة ملحة لعمل غدة مثل البنكرياس سيؤدي في نهاية الأمر إلى مرض السكري. وبالمناسبة فإن هذا المرض منتشر بشكل واضح لدى الكثير من الرياضيين، الذين يمارسون التزلج مثلاً، حيث يقدمون لهم وهم في منتصف مسافة المسابقة محلولاً سكرياً كشراب مقوٍ لهم ويعطي الطاقة. ويتكون هذا الشراب في واقع الأمر من الغلوكوز الذي يجب على غدد الجسم أن تعمل لفرزه وتوجيهه نحو الأعضاء عبر الدم، والحصول عليه من مصدر خارجي سيوقف عمل الغدد.

كما أدركتم الآن فإن دعاية الشوكولا مع الفستق والبندق ليست وحدها الشر في هذا المجال. والأفخاخ من هذا النوع موجودة على طول درب الحياة في عصرنا الحالي. ولن يكون صعب المنال من الهجمات الفكرية كلها إلا ذلك الإنسان الذي يتمكن من التحكم بنفسه والتحكم بالجزء الواقعي من بناء الكارمية. وأزيد على ذلك بأن الإنسان الذي يمكنه التحكم بنفسه وبنائه الكارمية هو الإنسان الوحيد القادر على حل الأحجية الأكثر تعقيداً، أحجية السلطة السرية أو غير المعلنة.

العمل على الكارما الواقعية

معرفة الذات

تجف الألبسة المبتلة بسرعة إذا قمنا بنشرها

على الأغلب أنكم تشعرون بالدهشة والاستغراب من اسم هذا الفصل. إضافة إلى اعتقادكم بمدى بساطة الموضوع الذي سيتناوله. إلا أننا كثيراً ما نعتقد خطأً أن هذا الموضوع أو ذاك موضوع بسيط، بينما يكون في الحقيقة على درجة من التعقيد عندما نحاول أن نتمعم في البحث فيه. فأن نعيش سعادة وأصحاء هي أيضاً أمور نراها بسيطة، لكن الغريب أن قلة من يملكون القدرة للعيش بهذا الشكل.

بساطة أسلوب وضعي لكتبي واحد من أهم الأسس لإيصال المعلومات ونقلها للآخرين. ومن الطبيعي أن يكون لكل مجال علمي لغته الخاصة التي لن يفهمها فهماً كاملاً إلا الأشخاص العاملين في المجال نفسه لعدة سنوات. هل يمكنكم أن تحصلوا ولو على نتيجة واحدة في علوم الرياضيات من خلال حديث عن هذه العلوم بين دكتورين متخصصين في هذا المجال؟ على الأغلب أنكم لن تفهموا من حديثهما إلا القليل جداً. وقد تعجزون عن فهم معنى كل ما تحدثا به.

العلوم التي تتخصص في مجال دراسة العالم الشفاف غير الملموس وغير المرئي، هي أكثر تعقيداً من بقية العلوم. ومنذ القدم كان العلماء والمعلمون يستخدمون الاستعارة والأمثلة لنقل المعلومات وتدريب الآخرين وتعليمهم. ويتم العمل بهذا النحو بهدف نقل العلوم هذه وما فيها من معلومات معقدة بطريقة بسيطة وأكثر وضوحاً للإنسان العادي الذي لم يسبق له أن تعامل مع هذا النوع من المعلومات. ولهذا لا تتدهشوا عندما سأبدأ هذا الفصل من قصة قصيرة سيبدو لكم أنها لا تمت بصلة لموضوع بحثنا.

عندما كنت في السنة الجامعية الأولى كان أول ما اصطدمت به هو العمل الزراعي،

حيث جرت العادة أن يذهب جميع طلاب السنة الأولى، وطلاب الجامعة عموماً إلى الكلخوز (جمعية زراعية بالأسلوب السوفييتي) لحصاد البطاطا. وقام المدرس الأول لطلاب السنة الأولى بتنظيم عدة مجموعات من طلبة السنة الأولى، وشاء القدر أن أكون المسؤول في واحدة من هذه المجموعات. وأعتقد أن السبب في اختياري مسؤول المجموعة هو كنزة البحارة المخططة التي ظهرت من تحت قميصي وتركت انطباعاً لدى المعلم أوحى له بالرجولة والقوة والقدرة على تحمل المسؤولية، حيث أعطتني كنزة البحارة مظهر الشخص الجدي. وكانت المهمة تعشيب جزء محدد من الحقل وتنظيفه من الأعشاب الضارة والطفيلية. وأما مهمتي الرئيسية فكانت توزيع المهمات بين أعضاء المجموعة بما يتناسب مع متطلبات تنفيذ العمل بشكل جيد وسريع. وعندما هممت بأن أصدر التعليمات بعد أن جمعت أعضاء مجموعتي أدركت أنني حتى لا أعرف هؤلاء الشباب وهم معي جدد في الجامعة، حيث لم تتسن لنا الفرصة والوقت الكافي للتعرف بعد، حتى لم نكن نعرف أسماء بعضنا الآخر. فكان من المحرج جداً أن أخاطبهم وأصدر الأوامر ونحن لم نتعرف بعد. لكن ما أن تعارفنا وأصبحت أعرف اسم كل واحد منهم حتى شعرت بأن الوضع قد تغير كلياً. وتمكنت في النهاية من توزيع المهمات وبدأ العمل.

على الرغم من مضي السنين على هذا الحادث إلا أنني ما زلت أذكره بشكل جيد وهذا لأن النتائج التي توصلت إليها في ذلك اليوم كانت مهمة وما زلت أستخدمها في دروسي وعملي مع المرضى حتى يومي هذا. كما هو معروف فإن المعلم أو المدرب كثيراً ما يلتقي بأشخاص يجهلهم ويراهم للمرة الأولى. وبهذا فأنا أجد نفسي بشكل شبه يومي في موقف لا يختلف عن ذلك الموقف الذي حدثتكم عنه. وعملي لا يكون عادة مع شخص واحد بل أعمل أكثر الأحيان مع مجموعة من الناس، وعلي أن أقود وأوجه هذه المجموعة من الأشخاص الذين أراهم للمرة الأولى. وللتخفيف من التوتر الذي قد يعتري البعض في مواقف كهذه، أخذت أوزع السترات على الحضور بحيث يكتب كل واحد اسمه على السترة وهذا ما يساهم في خلق جو مناسب لبدء الحديث. ولو كان هناك ميزان مخصص لقياس حرارة العلاقة بين الناس لكان هذا الميزان قد أظهر ارتفاعاً في درجة العلاقة بعد مرور دقائق من التعارف. وعملية نقل المعلومات للآخرين، وتجميل الأسئلة والأجوبة تتملك بعض الأشخاص وتشحذهم، وهذا ما يجعل عملية التعليم أكثر نشاطاً وفائدة وتنتهي حالة الخمول والتوتر في القاعة.

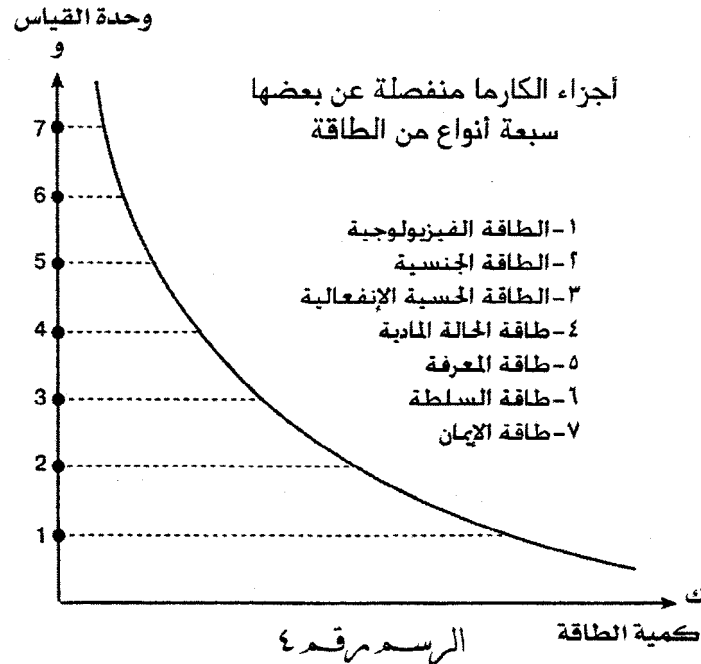
الأمر نفسه بالنسبة للأجزاء الواقعية من الكارما. فما زلتم تجهلون (أسماء) كل مكوناتها، كما هو الأمر بالنسبة لأي مفهوم تجريدي آخر، سيكون من الصعب عليكم التعمق في طبيعتها ودراستها لتطورها أو تعديلها. لكن عندما تكون أسماء أجزائها ومكوناتها معلومة لكم إضافة إلى صفات هذه المكونات وطبيعتها وقوانينها وتأثيرها بين بعضها البعض وتأثيرها بالأمور الأخرى، وطريقة تصحيحها، عندما تعرفون كل هذا سيبدو هذا المعنى التجريدي المعقد موضوعاً بسيطاً وسهلاً لكم للتعامل معه.

إذا كان قدر الإنسان معقداً، والمشكلات تحيط به من كل صوب، وإذا كان مرتبطاً منذ زمن بعلاقات متشعبة معقدة مع الكثيرين منذ زمن بعيد، ولا يعرف هذا الإنسان من أين عليه أن يبدأ بحل مشكلاته، لإنسان كهذا أقول: «الألبسة المبللة تجف بسرعة أعلى إذا قمنا بنشرها».

أكثر من مرة كنت أتعرض لهطول أمطار غزيرة أثناء المسير، وكنت أقوم بعد ذلك بتجفيف ملابسي. وحدث مرة أنني تبللت لدرجة أن كل خيط يدخل في تركيب ملابسني كان مشبعاً بمياه الأمطار، فكان لا بد من تجفيف الألبسة كلها، لكن قطعة بعد قطعة، حيث توجب عليّ خلع كل ما أرتدي لو قررت تجفيفها كلها بأن واحد. الحذاء والمعطف والقميص والكنزة والسروال، كلها كانت مبللة لأقصى درجة. وبقدر ما كنت أمد ملابسني بشكل أوسع لتتعرض لأشعة الشمس، أو الحرارة القادمة من النار التي أشعلتها، كلما كانت الملابس تجف بسرعة أكبر عن تلك التي لم أكن قد مددتها كما يجب وبشكل جيد. الأمر نفسه بالنسبة للكارما (القدر). فلنصالحه» وعلى أمل أن تتلاشى المشكلات، والحصول بأسرع ما يمكن على النتائج المتوخاة لا بد من مد (فرد) كل جزء من أجزاء الكارما بشكل منفصل عن الآخر. في القصة التي ذكرتها لكم عن ألبستي وكيف جففتها، كانت الشمس والنار تعنيان الدفاء، وفي حالة الكارما الدفاء هو الوعي والإدراك الذي يقوم بتجفيف أجزاء الكارما ويجعلها أكثر تقبلاً للتطور والنمو. أما إذا قمنا بلف الملابس كلها في مجموعة واحدة غير منظمة، وقربناها من النار (الوعي)، فقد نشاهد الدخان يتصاعد لكتنا لن نحصل على أكثر من هذه النتيجة. والرطوبة التي ستستقر في الألبسة يمكن تشبيهها بالأمراض أو المشكلات التي يتعرض لها الإنسان في قدره. وإلى أن تتبخر (تتلاشى) هذه الرطوبة، ستبقى كارما الإنسان منهكة ومرهقة وغير صحيحة، حيث يعاني الإنسان من المرض، وسيصاحبه سوء الطالع والحظ، والآلام والمهوم.

الطب الروحاني، والإدراك روحانياً لما نقوم به من تصرفات، هو عبارة عن القيام بإجراء بعض (القطب) و (الشيئات) على الأجزاء الواقعية من الحقول البيسيكيولوجية. والقدرة على فصل أجزاء الكارما عن بعضها، والتعامل مع كل جزء بصورة مستقلة، ووضع المهمات والسيطرة على النتائج، هذا كله ما يُسمى عند اليوغا (قم بتجفيف ملابسك). وبأنها تجف بشكل أسرع في حال قمنا بمدّها أو نشرها، فإننا نعرف الآن هذه الحقيقة. الألبسة - هي غلاف الإنسان ولهذا نشبهها بالكارما - الجسد الفيزيولوجي، والغلاف الشفهي، والأجزاء الواقعية منها. المعرفة الروحانية لما نقوم به من تصرفات - الكذب، التكبر، وغيرها من الأمور السيئة، هو أمر لن يؤدي إلى تحسين حالة الإنسان في لحظتها فقط، بل ستؤثر بشكل إيجابي على مستقبله وتجعله أفضل وأكثر هدوءاً وسعادة. لأننا سنكون قادرين على التخلص من هذه الأشياء عندما نتمكن من معرفتها روحانياً فالروح ترفضها وتطهرنا منها. أما عدم معرفة الكارما لمعنى الألبسة المبللة وتصرفات مثل تلك السابقة الذكر، فإنه يؤدي إلى مختلف الحالات المرضية ويتسبب بتوتر العلاقات مع الآخرين.

في الفصل القادم سأعلمكم الطريقة الصحيحة (لتجفيف ملابسكم)، الأصح أنني سأشرح لكم كيف يجب عليكم أن تمدوها ل (تجف) تحت تأثير (الدفء)، دفة ووعي بُنى ومكونات الكارما.



تشاهدون أمامكم المصور البياني لبُنى ومكونات الكارما منفصلة عن بعضها البعض. ويعكس هذا الرسم البياني قدرة الإنسان الحياتية في لحظة تكوين الرسم. والخط المنحني على الرسم هو توصيف لكارما إنسان متطور ومتفاعل مع المحيط. وأريد أن أقول لمن يحمل كتاب أول مرة أن توضيح وشرح معاني الأنواع السبعة من الطاقة موجود في كتابي السابقين. وما أفعله هنا هو أنني أذكر القراء عن كيفية ترابط الكارما مع طاقة الإنسان. إن بنية الحقول الطاقية - المعلوماتية عند الإنسان أو بنية الكارما الخاصة به، تتكون من خلال التفاعل المتبادل بين سبعة أنواع من الطاقة: الفيزيولوجية - الجنسية - السيكلوجية الانفعالية أو طاقة الانفعالات السيكلوجية - طاقة الحالة المادية (المال) طاقة الوعي (المعلومات) - طاقة السلطة (النظام، تنظيم موجات الطاقة وتوجيهها) - طاقة الإيمان (الطاقة الروحانية).

ينتمي إلى الكارما الفيزيولوجية أول نوعين من الطاقة (الفيزيولوجية والجنسية). أما الأجزاء الشفهية من الكارما فينتهي إليها النوعين الثالث والخامس من الطاقة (السيكلوجية الانفعالية وطاقة الوعي). بينما تنتمي المستويات: الرابع والخامس والسادس، أي (طاقة المال وطاقة الوعي وطاقة السلطة) إلى الأجزاء الواقعية من الكارما. أما طاقة الإيمان فهي التي تحدد تواصل الإنسان مع الخالق، ومع الطبقات العليا من مستويات الكارما.

إن كل أنواع الطاقة الكارمية منظمة وفق مقامات ومراتب محددة ثابتة من الأقل مرتبة ومقاماً بينها (الطاقة الفيزيولوجية)، وصولاً إلى الأعلى في المقامات (طاقة الإيمان). وعندما تجري عملية تعويض النقص في جزء من أجزاء هذه الطاقة فإن التعويض يتم على حساب نوع آخر من أنواعها. إن قانون من قوانين الكارما - قانون انتقال نوع معين من الطاقة وتحوله إلى نوع آخر، ينص على:

إن طاقة من المقامات الدنيا (الأقل مكانةً بمنصبها بين أنواع الطاقة) بين

أنواع الطاقة قادرة على الترقى إلى النوع الأعلى بالترتيب فالأعلى

إذا تمت عملية تراكم لهذه الطاقة الدنيا.

الصفات المختصرة للأنواع السبعة من الطاقة:

الطاقة الفيزيولوجية:

طاقة من المستوى الأول، تعكس الحالة العامة للجسد، لهذا نجد في أساس بنيتها بالدرجة الأولى الحالة الصحية لصاحبها، حالة العمود الفقري وعافيته، طبيعة حركة ومرونة المفاصل، العمل السليم للجهاز المعوي الهضمي، وسلامة الأوعية والشرايين القلبية والدورة الدموية في الجسد كله، سلامة النظام العصبي، وسلامة غيرها من أجهزة الجسم والتي تكون سلامتها مسؤولة عن الحالة الصحية للإنسان. إن مفهوم الطاقة الفيزيولوجية يشمل أيضاً نمو وتطور وسلامة الأعضاء المسؤولة عن الحواس الخمس، وقيامها بمهامها بشكل صحيح. وإذا تراكمت الطاقة الفيزيولوجية فإنها مؤهلة للانتقال إلى النوع الأعلى في سلم المقامات من الطاقة، أي تصبح قادرة للانتقال والتحول إلى الطاقة الجنسية. ومتابعة العمل على الطاقة الفيزيولوجية يساعد على إشباع أجهزة الجسد بكميات كافية من الطاقة تساعد على تنشيط عمل الكثير من أنواع الطاقة الكارمية من المستويات العليا. ولمعرفة كيفية قيامكم بهذا الأمر طالعوا كتاب (كيف تغير القدر) أو (المدرّب العام للأجزاء الفيزيولوجية من الكارما).

الطاقة الجنسية:

هي من المستوى أو المقام الثاني، واحدة من أهم مكونات بُنى الطاقة المعلوماتية عند الإنسان. وقلة الطاقة الجنسية هي صفة تتناسب مع حالات الشذوذ الجنسي حيث قد يكون نمو الأعضاء الجنسية الثانوية ضعيفاً لدى هذا الإنسان. كما يعاني من يوجد لديهم نقص في الطاقة الجنسية من حالات الضعف الجنسي الوظيفي، إضافة إلى بعض التشوهات الجنسية الأخرى التي يكونون عرضة لها (المعاشرة الجنسية مع نفس الجنس، فقدان القدرة الجنسية كلياً أو ضعفها، وغيره من أمراض). هذا كله مؤشر على عدم كفاية الطاقة الجنسية عند الإنسان. وتكون سيكولوجية من يعانون من حالات الشذوذ الجنسي موجودة على أقطاب متناقضة للعلاقة بالمسألة الجنسية والممارسة، فهم إما يرفضون كلياً كل ما يتعلق بموضوع الممارسة الجنسية، أو أنهم يظهرون بعض التطرف في الممارسة الجنسية وتبرز عندهم أحياناً ميولاً نحو الشذوذ والانحراف والقذارة في الممارسة الجنسية. بعيداً عن موضوع الممارسة الجنسية يتصف الأشخاص الذين يعانون من نقص في الطاقة الجنسية بسعيهم ومحاولاتهم تحميل الآخرين مسؤولية ما يعانون ومسؤولية كل المشكلات التي قد يتعرضون لها. والممارسة الجنسية تحرم الأشخاص الشاذين من الطاقة الجنسية وتأخذها منهم.

تحدثنا أعلاه عن حالات الشذوذ الجنسي وتأثير نقص الطاقة الجنسية على الإنسان. هناك من نسميهم (العاديون، أي من لا يعاني من نقص الطاقة ولا يعاني من حالات جنسية غير عادية) ويكون هؤلاء من الأشخاص الذين تنمو كل أعضائهم الجنسية الرئيسية والثانوية بشكل طبيعي، ويكون عندهم مستوى الطاقة الجنسية عادياً ويتمتعون بسيكولوجية طبيعية. وبعد الممارسة الجنسية فإنهم يشعرون بتدفق للطاقة على عكس الشاذين الذين يشعرون بأن الطاقة تؤخذ منهم. وعلى عكس النوع السابق، لا يسعى هؤلاء للبحث عن مذنبين لتحميلهم مسؤولية ما يعانون منه من مشكلات ومتاعب في الحياة. فهم يقيمون فشلهم بكل واقعية ويبحثون عن الأسباب الحقيقية لهذا الفشل، ينظرون إلى الحياة الواقعية المطلقة وليسوا من النوع الذي يحب فرض رأيه على الآخرين.

أما النوع الثالث فهو الأشخاص الذين تكون كميات الطاقة الجنسية عندهم كبيرة جداً وتزيد عن الحاجة العادية، وهو ما يساعدهم لاستخدام هذه الطاقة الزائدة وتوجيهها لتساعدهم في النمو أكثر من غيرهم. ويتميز هؤلاء بأنهم قادرين على البقاء مع نفس الشريك الجنسي لمدة زمنية طويلة دون تولد شعور بالحاجة للتغيير، فهم يحصلون على المتعة كاملة وكل الأحاسيس التي تترافق مع العملية الجنسية بممارسة الجنس مع الشريك نفسه ومهما طال الزمن على هذه العلاقة بينهما. أما الشاذين جنسياً فسرعان ما يبدؤون البحث عن شريك جديد للممارسة الجنسية، لأنهم كما هو معروف لا يحصلون على كل الأحاسيس التي يحصل عليها العاديون من خلال ممارسة الجنس مع شريك واحد.

تراكم الطاقة الجنسية يسمح لها بالتحول إلى المستوى الأعلى من الطاقة، أي إلى طاقة الانفعالات الحسية.

طاقة الأحاسيس الانفعالية (السيكولوجية الانفعالية):

تتميز بتطور المجال الحسي لدى الإنسان - مختلف ردود الفعل والانفعالات، الأحاسيس العميقة، تهيج الشهوات، وقوة الرغبة. وبمساعدة الإرادة يمكن للإنسان أن يستخدم هذا النوع من الطاقة ويوجهه نحو تحقيق الأهداف. ووجود هذا النوع من الطاقة على المستويات المتدنية يولد لدى الإنسان الخوف أو اللامبالاة، فهو قد لا يرغب بشيء أو قد لا يسمح لنفسه بأن يرغب، ويكون هذا النوع من الأشخاص عادة من الذين لا يهتمون لأي شأن في الحياة، ومهما حدث فهم لا يخرجون من حالة يمكن وصفها بالسبات. الأسلوب الثابت في الحياة وعدم التغيير، هي مؤشرات إضافية تدل على تدني المستوى الثالث من الطاقة.

الانفعال - هو التعبير الظاهري لنيران التهيج الداخلي. فإذا كانت الاتصالات الداخلية

تعمل بشكل سليم وجيد، فسرعان ما تنتقل حالة التهيج إلى الشكل الظاهري للإنسان، فيتغير صوته، ويظهر الأثر على نبرة وأسلوب الحديث والحركة. وعندما لا يعمل الإنسان على الحد من نشاط هذه الاتصالات الداخلية، أي أنه يعبر عن مشاعره بشكل ظاهري كردة فعل على نشاط المحرض للتهيج والانفعال، ويرد بشكل طبيعي وسريع، فيكون بهذه الحالة قد عمل على مراكمة الطاقة السيكولوجية الانفعالية، وهو ما يؤثر إيجابياً على حالته الصحية. أما إذا تعمد الإنسان أن يحافظ على عدم التعبير عن الانفعالات الجارية في داخله، فإن هذا سيتسبب له بسوء الحالة الصحية.

طاقة الحالة المادية (المال):

هي طاقة من المستوى الرابع وهي أكثر رقيماً، تعكس الحالة المادية للإنسان. ومن السهل جداً تحديد وجود هذا النوع من الطاقة لدى الإنسان. حيث ينطوي تحت معنى هذه الطاقة كل الشروط المادية الضرورية لبقاء الإنسان ووجوده ككيان، مثل المرتب الجيد، الشقة الكبيرة، السيارة وما إلى ذلك. والإنسان الذي يمتلك هذا النوع من الطاقة قادر على أن يُطعم عشرة أشخاص كحد أدنى، قد يكونون من أفراد عائلته أو من العاملين معه. وإذا انتبهتم إلى الرسم البياني ستجدون أن طاقة المال موجودة في المركز، وإنها تحافظ على البنى الكارمية وعلى توازنها وتعطيها حالة من التوازن. ولهذا يُقال أن كل إنسان يحصل على قيمة محددة من المال، بقدر ما يحتاجه لعملية التطور الروحاني. ومن المؤكد أن العمل هو شرط ضروري لتوسيع حجم طاقة الحالة المادية. إلا أن العمل وحده وحتى لو كان بمستويات عالية وبمطاء كبير، ليس كافياً لتوسيع حجم طاقة الحالة المادية.

يبلغ عمر «فاليري» ٣٩ عاماً، أسس شركة تجارية صغيرة، وتأسس الشركة هذه تطلب منه بذل أقصى ما لديه من جهد. وكلما زاد حجم العمل الذي يقوم به في اليوم، كلما توسع مجال نشاط شركته، وكلما تطلب ذلك منه أن يزيد من بذل الجهود في اليوم التالي. وكانت شركته أشبه بفراخ العصافير التي ما أن تلتهم الدودة حتى تفتح منقارها من جديد طالبة دودة أخرى. وكان «فاليري» يعمل من دون راحة، إلا أن العمل لم يأت له بشيء جديد أكثر من التعب.

ذات يوم استيقظ باكراً وقرر أنه لن يذهب اليوم إلى العمل، وسيقضي يومه مثلما يحلو له، يذهب إلى المسبح، يقوم بزيارة صديق قديم، وفي المساء يذهب إلى والديه في القرية.

استمرت فترة راحته هذه لمدة ثلاثة أيام لم يتذكر خلالها الواجبات الملقاة على عاتقه في الشركة، ومسؤولياته فيها. وعندما عاد إلى الشركة قرر أن يغير إيقاع ووتيرة العمل. وما هي إلا بضعة أشهر حتى بدأ وضع الشركة يتحسن، بما في ذلك الاحتياطي المادي الشخصي لـ «فاليري».

ما الذي جرى في واقع الأمر؟ أولاً، لقد حصل «فاليري» على قسط من الراحة وتراكمت لديه الطاقة من المستويات الأول والثاني والثالث، وهو ما يؤثر بشكل إيجابي على الطاقة من المستوى الرابع - طاقة الحالة المادية (المال). ثانياً: أدرك «فاليري» عدم صحة وجدوى بعض تصرفاته وبذله جهد إضافي في العمل، وهذا بحد ذاته عنصر التوبة، ومعرفة مدى التكبر الذي كان عنده، وهذه الحالة هي طاقة من المستوى السابع - طاقة الإيمان.

طاقة الحالة المادية يمكن أن تتحول إلى طاقة الوعي والمعلومات إذا تم تراكمها.

طاقة الوعي (المعلومات):

طاقة من المستوى الخامس. وهي التي تحدد مستواكم التعليمي وحجم الكثير من المعرفة والثقافة، والمعلومات الخاصة المهنية، وكل ما تم تراكمه عندكم من معلومات حتى اللحظة الحالية (معلومات سيكولوجية، مهنية خاصة، أدب، وغيرها) والتي يمكنكم استخدامها في حياتكم اليومية. طاقة الوعي هي ليست وثيقة إنهاء المرحلة المدرسية وليست شهادات التقدير أو الشهادات التي تحصلون عليها خلال مرحلة الدراسة الجامعية، بل هي درجة تفهمكم وإدراككم للمعرفة التي حصلتم عليها خلال الدراسة وغيرها من تجارب في مدرسة الحياة، والقدرة على تجسيد المعلومات هذه في الواقع عند الحاجة وتطبيقها في الحياة العملية.

تراكم هذا النوع من الطاقة يساعدها على التحول والانتقال إلى نوع أكثر رقياً من أنواع الطاقة، إنه طاقة السلطة.

طاقة السلطة (الطاقة التنظيمية):

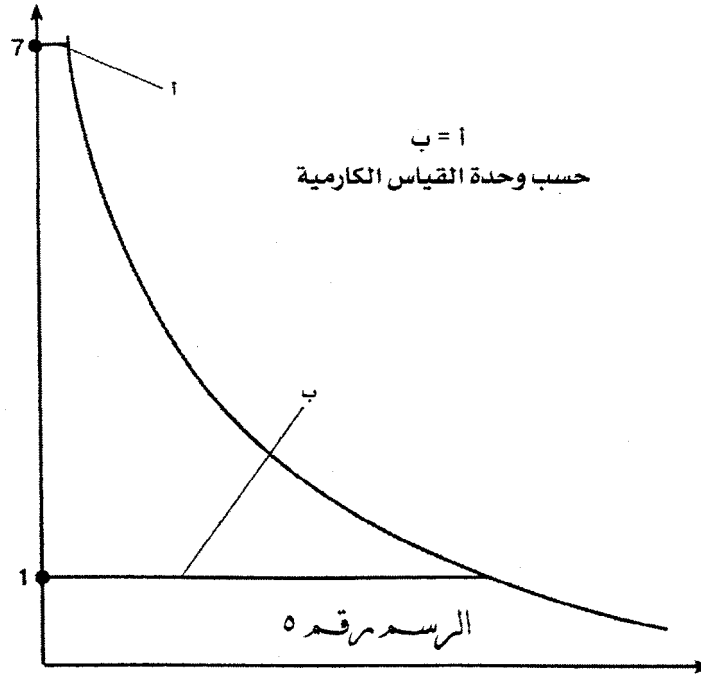
تعكس إمكانات الإنسان الإبداعية، وقدرته على تنظيم وتوجيه وإدارة مؤسسة ما، إنتاجية أو اجتماعية أو سياسية وإلخ... وتحدد هذه الطاقة درجة القدرة في التأثير (جسدياً، اجتماعياً، وروحانياً) على الآخرين، ودرجة ارتباطهم بكم وتبعيةهم لقراراتكم ورغباتكم.

طاقة الإيمان:

هي أكثر الأنواع رقيماً في المرتبة من أنواع الطاقة. قادرة على منح الإنسان السلطة والسيطرة على كل أنواع الطاقة الكارمية الأنفة الذكر، ابتداء من الطاقة الفيزيولوجية ووصولاً إلى طاقة السلطة. وبما أن الناس نادراً ما يحملون هذا النوع من الطاقة بشكله الكامل والحقيقي نجد أنه من الأفضل أن نأتي بأمثلة عن هذا النوع من الطاقة من الإنجيل. فالسيد المسيح كان يتمتع بهذه الطاقة، طاقة الإيمان، وبها تمكن من إطعام خمسة آلاف شخص (أي أنه كان مسيطراً على طاقة الحالة المادية) وساعد النساء على الشفاء التام من أمراض شديدة مستعصية، حتى أنه أحيا الموتى، أي أنه كان مسيطراً على (الطاقة الفيزيولوجية وعلى الطاقة الحسية الانفعالية)، وكان يعلم ويتنبأ بالمستقبل (طاقة الوعي - المعلومات).

نعود الآن إلى الرسم البياني وإلى ألبستنا التي نود تجفيفها. فإذا قلنا أن قدر هذا الإنسان سيئ، هذا معناه أننا سنأتي بالألبسة مجموعة في كومة واحدة إلى النار (الوعي). وستكون النتائج محزنة بالطبع، حيث لن نشاهد أكثر من الدخان يتصاعد من ألبستنا (الوعي سيقدم على ردة فعل وقائية مثل الخوف أو القلق أو التوتر العصبي...). لهذا تعالوا لنفرد الألبسة ونمدها بشكل سليم.

«الأوعية الطاقية» تلعب دور صلة التواصل بين مختلف أنواع الطاقة، وتساعد كل نوع من أنواع الطاقة بالتحول إلى نوع آخر أكثر رقيماً. على سبيل المثال تزايد احتياطي الطاقة من المستوى الخامس (الوعي) عند الإنسان سرعان ما سيتحول ويرتقي إلى طاقة السلطة، أي إلى المستوى السادس. لكن طاقة الوعي لن تزايد بذاتها! وهذا معناه أن الإنسان الذي يرغب بتزايد احتياطي نوع معين من أنواع الطاقة يجب أن يقوم بعمل ما يحافظ على تدفق الطاقة وتراكمها. الطاقة الروحانية - هي أهم طاقة (سريعة، قوية، ومنيرة). وتولد في الإنسان كل الأنواع المتبقية من الطاقة (العمل). إلا أنه لا يُستبعد أن يعيش الإنسان لفترة طويلة وتكون حياته مستقرة وهو بهذا لن يفكر يوماً بما هو أعلى وأسمى. ويكون من الصعب جداً على إنسان من هذا النوع أن يرتقي إلى المستويات الروحانية لأن هذا سيتطلب منه عملاً كبيراً وشاقاً على المستويات الفيزيولوجية (راجع الرسم رقم ٥). والعكس صحيح: إن أبسط جهد وعمل على المستويات الروحانية يؤدي إلى تكوين طاقة كبيرة على المستويات الفيزيولوجية. ويمكن أن تكون هذه المكونات الجديدة التي نشأت على مستويات الطاقة الفيزيولوجية عبارة عن حالة شفاء وتخلص من المرض وغيره من المشكلات الفيزيولوجية، بمساعدة التأثيرات الروحانية.



هكذا فإن ألبستنا ممددة الآن والأنواع الثلاثة من الطاقة الكارمية أصبحت معروفة لنا وننصح بعدم الخلط بينها والحفاظ على ترتيبها الواحدة تلو الأخرى كما جاء. ولتكن الطاقة الفيزيولوجية (الطاقة من المستويين الأول والثاني) عبارة عن السرورال في المثال الذي نتناوله عن الألبسة، ولنعتبر أن الأجزاء الشفهية من الكارما (المستويان الثالث والخامس من الطاقة) هي القميص، أما الكارما الواقعية (المستويات الرابع والسادس مع السابع من الطاقة) فلتكن القبعة بين مجموعة الألبسة التي نريد تجفيفها. أول ما سيفعله أي واحد منا هو عدم الخلط بين السرورال والقبعة فلا نرتدي الأول عبر رأسنا، ولا نتعامل مع القبعة على أنها قميص، مثلما فعلت (إيرينا).

تدير «إيرينا» قسم إعداد الموظفين في شركة صغيرة. ومن ضمن مهماتها تنظيم الرحلات والجولات الخارجية للإدارة الشركة، إضافة إلى تنظيم الدورات التعليمية للعاملين في الدول الأجنبية بهدف رفع مستواهم المهني. وبما أن الشركة لم تكن تملك مركزها التدريبي التعليمي الخاص كان الجهد الرئيسي الذي تبذله «إيرينا» موجه نحو إعداد الوثائق ونقلها بين أعضاء الإدارة ليقوموا عليها ويصدقوها، أي أنها كانت تبذل الكثير من الجهد الجسدي الفيزيولوجي. ومع هذا كانت «إيرينا» تنظر إلى عملها بكل جدية، ورأت أنها لا تمارس عملاً جسدياً بل عملاً فكرياً وتنظيماً. فكانت تبدو وهي متجهة نحو نائب المدير

وكأنها قد تمكنت من حل مسألة لوغارتيمية معقدة، وتعود إلى القسم الذي ترأسه وعلى وجهها علامات مثل التي تبدو على وجه علماء الرياضيات. وقد حاولت أن تعطي ل عملها طابع العمل الذهني المنهك، إلا أنها لم تكن تمارس عملاً من هذا النوع في واقع الأمر. طردها من العمل كان مفاجأة غير متوقعة، لكن لها وحدها كان الأمر مفاجأة. فالجميع من حولها كانوا يدركون أن العمل الذي تمارسه هو الركض من مكتب إلى آخر، وتحاول أن تخلق شعوراً بأن ما تقوم به هو عمل ومن أكثر المهمات أهمية. مع العلم أن أي عمل يتطلب مع الوقت طريقة أخرى للتعامل معه، أي يتطلب جهداً عقلياً محدداً. وفي حالتنا هذه مع «ايرينا» قامت إدارة الشركة بطرد موظف تتميز ببناء الكارمية بأنها متشابكة متداخلة فيما بينها، ليكونوا قد نظفوا بهذا القرار البنية الكارمية العامة للشركة كلها.

هناك طرق أخرى تؤدي إلى خلط أجزاء الكارما وتشابكها فيما بينها. فهناك على سبيل المثال ظاهرة منتشرة جداً لدى الكثيرين، حيث يترافق بذل الجهد الذهني عندهم بجهد على العضلات. وهذا ما يزيد من حجم الطاقة التي يفقدها الإنسان. فالطاقة التي يجب أن تتجه نحو العمل الفكري، تنقسم وتوزع ويذهب جزء منها نحو العضلات التي يبدو عملها في هذه المرحلة غير ضروري. ولهذا أحاول أثناء محاضراتي ولا سيما تلك التي يدخل فيها المستمعون في حالة روحانية معينة حيث يبدو وكأنهم تحت التتويم المغناطيسي، في هذه الحالة أؤكد على ضرورة أن يكون كل واحد منهم قد اتخذ الوضعية المناسبة بحيث يتمكنون من الاسترخاء والسماح للعضلات المطلوب عملها أن تعمل دون بذل جهد عضلي للعضلات التي لا يشكل عملها في هذه المرحلة مسألة ضرورية. وإذا قمنا بتنشيط الجزء الشفهي من الكارما وتمكنا من إفراز طاقته الكامنة بصيغتها النقية، فقد نتمكن عندها من وضع اليد على مكان الخلط بين مختلف أجزاء الكارما، والمهمات الكارمية التي قمنا بالخلط بينها، ويمكن عندها أن نفرز بين هذه المكونات التي تداخلت فيما بينها خطأً ونعيد كل واحدة إلى موقعها الطبيعي السليم، ما سيساهم في قدرتنا على إيجاد الحل المناسب لتنفيذ هذه المهمات الكارمية.

إدراك معنى طاقة الكارما، يعني القدرة على التغيير

يوجد في اللغة الإنكليزية مصطلح «See» الذي يعني «لقد فهمت»، لكن الترجمة الحرفية لهذه الكلمة الإنكليزية هو «أنا أرى»، أي أنه رأى، معناه أنه قد فهم وأدرك. لكن المعنى الحرفي للكلمة يمكن فهمه على أنه «رأى بوعيه»، أي أدرك. على الرغم من هذا فإن

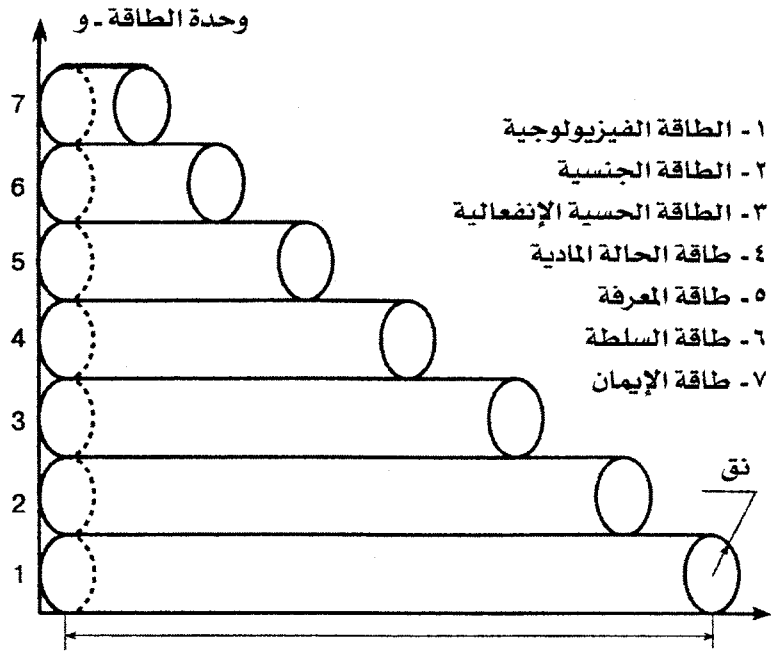
الكثيرين يقولون (فهمت، أنا أفهم) على الرغم من أنهم لم يفهموا الفكرة الحقيقية لما يقوله محدثهم بشكل تام. ويبقى هؤلاء الناس عادة (عميان) فهو لم يرَ أو لم يدرك معنى ما سمعه، ولم يدرك ولم يفهم المشكلة، وهذا معناه أنه لم يدرك المسؤولية. فما هو المعنى الحقيقي لفهم هذا التعبير في المعنى الحقيقي للكلمة؟ لقد سبق وأن جاء الجواب في اللغة الإنكليزية نفسها، حيث أن رؤيتنا ومشاهدتنا للوضع القائم أو للمشكلة، يعني أننا فهمنا الوضع، وبالمحصلة فنحن قادرين على اتخاذ التدابير اللازمة حياله. فإذا صادف الإنسان موقفاً إشكالياً فإنه لن يدخل مباشرة ليصطدم مع هذه المشكلة، بل سيخفف من سرعته، وقد يعتمد إلى تجنب الوضع بأكمله ويتجاوز المشكلة، أو قد يخفف من سرعته ويحاول البحث عن حل لها لكي لا يصطدم بها. الفهم والإدراك يعطينا الإمكانية الحقيقية للتصرف وفق ما يتطلبه الأمر. الفهم والإدراك معناه القدرة على القيام بالشئ الذي تعرفه وتدركه. وقد يكون لدى الإنسان معلومات واسعة وشاملة، لكنه لا يملك القدرة على تسخير هذه المعرفة والمعلومات لقضايا تتجاوز حل الكلمات المتقاطعة، مع العلم أن ما لديه من معرفة قد تكون مفيدة له جداً في الكثير من المواقف المختلفة، لكنه يعجز عن تسخيرها ولهذا سيكون عاجزاً عن استخدامها لتغيير قدره. وإدراك معنى الأجزاء المكونة للكارما وإدراك معنى كل جزء منها بشكل تام ومستقل، وكذلك الأمر بالنسبة لمستويات الطاقة، فإن هذا كله يعني تنشيط الأجزاء الواقعية من الكارما.

المعرفة (بما في ذلك مكونات الكارما) تتحول إلى قوة عندما يقوم الإنسان

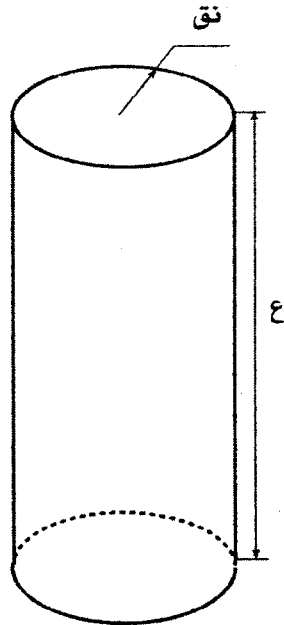
باستخدام هذه المعرفة في الواقع العملي. تحول المعرفة إلى قوة

(طاقة) ينشط عمل الأجزاء الواقعية من الكارما.

تعالوا لننظر ونبحث في مفهوم الطاقة الفيزيولوجية في البنى الكارمية. إدراك وجود القوة الجسدية يعني أن الإنسان يدرك بأن قدميه تقفان بثبات على الأرض، ولهذا عندما ينظر من ارتفاع طوله إلى الأرض لا يخشى أن يقع. كما أنه يعرف بأنه قادر على مد يده إلى فمه بين الحين والآخر ليضع فيه الطعام الذي يتطلبه الجسد، ولذلك فهو لا يخشى أن يموت من الجوع. ويدرك أنه قادر على مد يديه نحو جيبه ليضع شيئاً ما أو ليخرج محفظة النقود أو ليضع فيها شيئاً ما مفيداً، أو يخرج النقود ليشتري مادة ضرورية له. الإنسان البسيط لا يملك الفهم الكامل لهذه المهمات الفيزيولوجية لأعضاء جسده (لا يقدر الحجم الفعلي للطاقة الفيزيولوجية الكارمية) وإذا حدث أي أمر لجسده فسرعان ما يركض إلى الطبيب. لماذا؟ لأن الطبيب (يفهم) ويدرك حجم ودور الطاقة الفيزيولوجية.



الرسم رقم ٦ كمية الطاقة ك



الرسم رقم ٧

إن كل ما ذكرناه سابقاً يمكن توضيحه برسم بياني (انظر الرسم ٦) ستلاحظون مكونات الكارما مفرودة كل واحد منها مستقل عن الآخر، وهي تبدو على الرسم أشبه بالآلة الموسيقية (الفلوت). وتم التعبير عن كل مستوى من مستويات الطاقة بأنبوب من أنابيب هذه الآلة الموسيقية، بارتفاع (ع) ونصف قطر (نق).

نذكر بأن القياسات الظاهرية للأنابيب لا تعكس الحجم الحقيقي للطاقة من مختلف المستويات التي نعبّر عنها في الرسم. ففي الأنبوب السابع يوجد أكثر السوائل ثمناً، ولنفرض أنها من الذهب، أما الأنبوب الأول فليكن فيه إما الماء أو الرمل.

لننظر الآن في المستوى الأول من الطاقة - الفيزيولوجية. ولكي يكون الحديث أكثر وضوحاً فسأقوم بالتعبير عنه بشكل طولي. أي سأقوم بعزله عن الرسم البياني العام وأرسمه مستقلاً كما هو في الرسم رقم (٧)، حيث سأأخذ بشكل طولي.

كما هو معروف فإن المستوى (ع) الطاقة الفعلية للمستوى الفيزيولوجي من الطاقة، هي أكبر من مفهوم نق (ع << نق). ولهذا نجد أن الإنسان في معظم الأحيان يكون عاجزاً عن علاج نفسه بنفسه، أو أنه يعجز عن تغيير بنية جسده من دون تدخل خارجي. فيرغب الإنسان مثلاً بأن يخفف وزنه وينحف، دون أن يبذل أي جهد للحصول على هذه النتائج، أو إنه قد يرغب بأن يتماثل للشفاء من المرض بسرعة دون أن يفكر بأسباب ما يجري معه أو ما أدى إلى الإصابة بالمرض. وللأسف فإن هذا ما تدفعنا نحوه الدعاية السيئة التي لم تتم دراستها ودراسة تأثيراتها علينا مسبقاً.

هكذا لنفرض أن الإنسان مريض. فيكون حجم الطاقة الفيزيولوجية الكارمية الكامنة عنده يساوي حجم الأنبوب: (ج^١ = ٢ × نق^١).

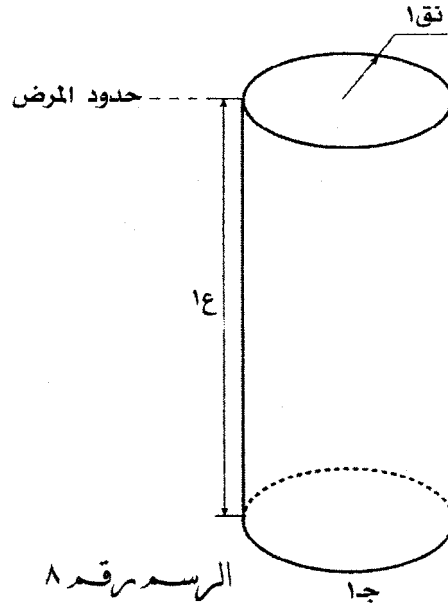
نق^١ قيمة صغيرة جداً، لهذا لا يستطيع الإنسان أن يعالج نفسه أو أن يغير بنية جسده بشكل مستقل من دون اتباع برامج معينة وشراء الأدوية.

تتخفف كمية الطاقة في المستوى ع^٤ بسبب هدر الأموال لشراء الأدوية، (ج^٤ > ج^٤) (حيث ج هي كمية ما أنفقنا من أموال لشراء الأدوية) وينتقل إلى المستوى ع^١. راجع الرسم ٩. نتيجة ع^١ < ع^١، يتم تجاوز حدود المرض، ويرتاح الإنسان للنتائج.

لكن ما الذي سيحدث لو تأملنا هذا المخطط بتركيز أعلى؟ القوة الكامنة لـ ج^٤ انخفضت، لكن هذا ليس بالأمر المخيف، حيث يمكن أن نحصل على المال من جديد وج^٤ يعود إلى مستواه وينمو من جديد حتى المستوى ج^٤، أما ع^١ < ع^١، أي تبقى أعلى من حدود المرض، إلا أن نق^١ < نق^١ لأن الإنسان لم يعرف أي شيء، ولم يدرك ولم يفهم أي شيء عن

أسباب مرضه عندما اشترى الأدوية. والنتيجة تكون ج^١ = ع^١ × ب^٢ نق^١ = ج^١ = ع^١ × ب^٢ × ج^١ = ب^٢ × ع^١ × ج^١

نق^١: القوى الكامنة على المستوى الفيزيولوجي تبقى متساوية، أما المستوى ع^١ فقد نما على حساب طاقة المال (و٤) التي تحولت إلى قوة عندما تم استخدامها في الواقع العملي، بتبديل المال إلى دواء، أما الفهم، فهم التأثير على الجسم نتيجة هذه العملية (التصرف - النشاط) فإنه قد تراجع أي: نق^١ > نق^١. وإذا استمر الإنسان على هذا النحو فقد يجري معه التالي: الطاقة الكامنة لـ ج^١، ج^٢، ج^٣، (انظر الرسم) متساوية فيما بينها، لكن نق^٢ > نق^١. وهذا معناه أن الطاقة الكارمية تواجه صعوبة عالية في الدخول إلى الوعاء (الأنبوب) الكارمي الفيزيولوجي (حاولوا أن تدخلوا الماء في زجاجة فوهتها صغيرة من دون استخدام القمع المخروطي الشكل)، والنتيجة تكون أن الإنسان يحافظ على حالته الوظيفية على حساب طاقة المال (و٤) ولهذا فهو يمرض ويمرض. إن حالة مشابهة قد تتكرر على المستويات الأخرى من الطاقة الكارمية.

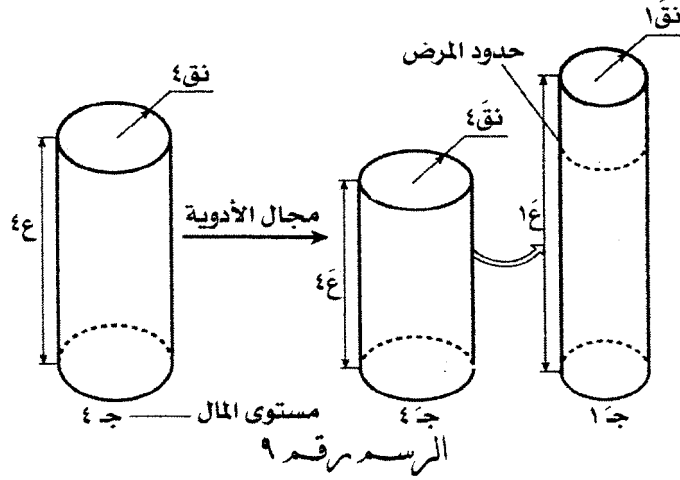


على المستوى الجنسي (مستوى الطاقة الجنسية): يبدو الأمر على النحو التالي. يواجه الإنسان بعض المشكلات في الحياة الجنسية أو في أعضاء الجهاز البولي التناسلي. لكن بدلاً من أن يحاول وضع يده على الأسباب الحقيقية للمشكلة هذه، تراه يوجه أصابع الاتهام نحو الشريك الجنسي، الانفعال والاتهام (المستوى الانفعالي الحسي)، وعادة يقوم الإنسان الذي يعاني من هذه الحالة بتغيير الشريك الجنسي مراراً، وتكون المحصلة أنه يصبح مع الوقت عاجزاً جنسياً.

أما القدرة الكامنة في طاقة المستوى الانفعالي الحسي، فيمكن السيطرة عليها من خلال طاقة السلطة. مثلاً يشعر الإنسان بالوحدة من حين إلى آخر ولهذا يدخل أحياناً في حالة اكتئاب. فتجده كثير الشكوى، وتباكي حالته المؤلمة في حديثه مع المقربين، لكنه لا يقوم بأي عمل ليتخلص من وحدته السبب الرئيسي لما هو فيه. فيشفق عليه الآخرون ويواسونه، ما يعطيه شعور مؤقت بالراحة والهدوء. إلا أن حالته سرعان ما تعود إلى ما كانت عليه.

بطريقة شبيهة لهذه (الشكوى الدائمة) يمكن الحفاظ على القدرة الكامنة لطاقة مستوى الحالة المادية، حيث يوجد أشخاص يعانون دائماً من شح المال ونقصانه أو عدم وجوده، إلا أن هذه الظاهرة ليست إلا انعكاس لك (الرغبة) بأن يعيش هؤلاء متطفلين على الآخرين، لا سيما إذا كان الشخص الذي يتطفلون عليه يسمح لهم بذلك.

القدرة الكامنة لطاقة مستوى السلطة، يمكن الحفاظ عليها على حساب طاقة المال. ونعلم جميعاً أن الكثيرين من رجال السلطة يدفعون لمن هم أعلى منهم أو لأصحاب السيطرة والنفوذ الفعلي مبالغ طائلة جداً من أجل أن يسمح لهم هؤلاء المتنفذين بأن يحافظوا على مراكزهم في السلطة. وليست نادرة الحالات التي ينتهي فيها الصراع على المركز السلطوي بمرض سيكولوجي.

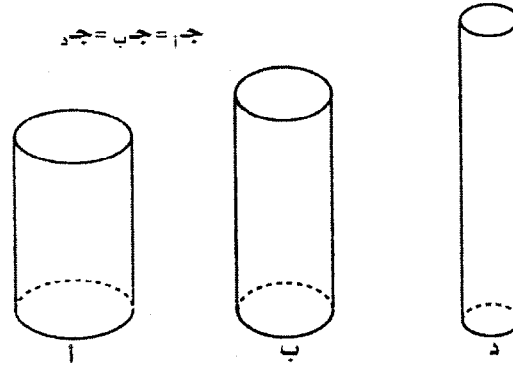


القدرة الكامنة لطاقة مستوى المعرفة يغذيها الناس في كثير من الأحيان على حساب المستوى المادي. على سبيل المثال، تتكرر في حياة إنسان المواقف المزعجة ذاتها. مع العلم أنه يقرأ الكتب ويشارك في المحاضرات والندوات، إلا أنه يعجز عن استخدام ما تراكم عنده من معلومات في الحيز العملي من حياته، وينتظر إلى أن تتغير الأشياء بنفسها من دون

تدخل منه. وتكون النتيجة أن تصبح هذه المعلومات حملاً ميثاً على كاهل صاحبها، تدمره تدريجياً من داخله. وكثيراً ما نسمع الأشخاص الذين يعانون من هذه الظاهرة يقولون: «قرأت الكثير من الكتب، وما زلت مثلما كنت، مجنوناً لم أغير».

أخيراً القدرة الكامنة لطاقة مستوى الإيمان: حيث يمكن الحفاظ عليها على حساب مستوى المعرفة: لماذا يتوجب عليّ أن أبذل جهداً ما، وأن أعمل على نفسي، إذا كان من الممكن أن نجد دوماً الشرح العلمي لأي موقف؟ تذكروا علاقة العلوم الرسمية بما نسميه الظواهر غير الطبيعية! (كذب، خداع، دجل، شعوذة، سحر...) أو يقولون أن هذا أمر مستحيل ولا يمكن أن يحدث في الطبيعة، لأنه لا يمكن أن يحدث أبداً!

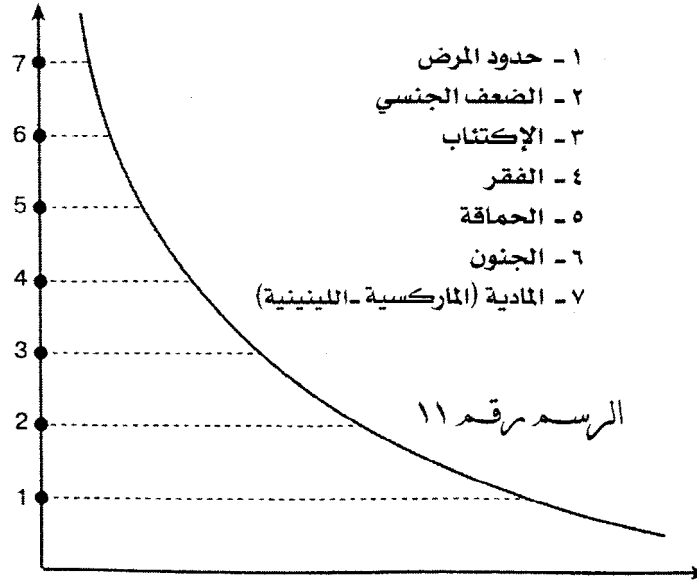
نعود إلى المستوى الفيزيولوجي من الطاقة، فبعد أن يدفع الإنسان مقابل التدريب والتوجيه والتمارين المخصصة لتحسين حالة الطاقة الكارمية الفيزيولوجية، سيتسع عنده الفهم والإدراك نق، نظراً لأنه يحصل على إمكانية المناورة الذاتية في هذا المجال. فهو لا يحصل على معرفة (مجردة) وإنما يحصل على فهم لكيفية العمل من أجل تغيير الذات، وبأن هذا الأمر ممكن في الواقع العملي، ويحصل على معرفة جديدة ترشده كيف يقوم بهذا. والآن صيغة الفهم (م + ح) / ٢، حيث (م) هي المعرفة، و (ح) هي الحياة الواقعية أو التجربة العملية التي نستخدم فيها المعرفة. وهكذا أعتقد أن الصيغة أصبحت واضحة لكم. عندما لا تعود الأوضاع الموجودة القائمة تناسب الإنسان - على واحد من المستويات الكارمية أو بشكل عام - ويحصل على فهم كيفية تغييره لهذا الوضع الذي لا يناسبه، فإنه يبدأ بالعمل الدؤوب من أجل التغيير، وهو ما يعتبر معياراً إيجابياً لكيفية تفهم وإدراك هذا الإنسان لمعنى الفهم. أما إذا صرح الإنسان (كل شيء واضح بالنسبة لي)، وتبقى المشكلة موجودة، فيمكن استخلاص النتيجة التالية عن هذا الشخص: تُعجبه مشكلاته، ولا يريد أن يتخلص منها!



الرسم رقم ١٠

عدم الرضا على الذات - دافع جيد للعمل الدؤوب

هكذا، المدرب العام للأجزاء الواقعية من الكارما. الخطوة الأولى نحو تغيير الأجزاء الواقعية من الكارما هي إدراك وفهم القدرة الكارمية الذاتية الكامنة. لنفرض أن إنساناً قد تعثر في دروب الحياة، وأدرك ما يحدث معه فبدأ يبحث عن المخرج من حالته. فبدأ بحضور دروس التدريب (المدرب العام للكارما)، والمحاضرات، وبيذل جهده لتنفيذ كل التمارين والتعليمات بشكل صحيح، وبنفس الجهد، لكن فكرياً يتعرف على الأدبيات في هذا المجال، و.. لا يجبر نفسه على انتظار التغييرات نحو الأفضل، لا سيما إذا كان هذا الإنسان يحسب في تقنيته التي يتبعها لتعديل القدر، الجهد في العمل مع الجسد الفيزيولوجي، أو الكارما الفيزيولوجية. وإذا تم العمل بالشكل الصحيح، فإنه لا بد وأن يأتي بالنتائج المتوقعة، تغيرات ظاهرة على كل المستويات الطاقية.



كثيراً ما يحصل الناس على معرفة بعض المعايير السليمة لحالة الجسد من بعض الصحف والمجلات. فعلى سبيل المثال الجميع يعرفون أن الضغط الطبيعي عند الإنسان هو ٧٠/١٢٠، أو بالقرب من هذا. وإذا حدث أي انحراف عن هذه المقاييس الطبيعية فإن أكثرنا يلجأ إلى مختلف الوسائل مثل الأدوية، أو الحمية أو التمارين أحياناً. وسأعرض هنا المستوى المتوسط للطاقة الكارمية الكامنة، وهو الشرط الذي يمكن اعتبار الوضع الطاقى معه وضعاً سليماً. انتباه! إن هذه المعلومات قد تتحول إلى قوة قادرة على التغيير!

- ١- يمكنكم اعتبار مستوى طاقتكم الفيزيولوجية جيداً وكافراً إذا كنتم معافين كلياً، وكل أجهزة جسمكم تعمل بشكل طبيعي من دون خلل.
 - ٢- المستوى الجنسي، يمكن اعتباره طبيعياً إذا تمكن الإنسان خلال ساعتين من ممارسة الجنس التوصل إلى الذروة، والنشوة.
 - ٣- ويمكن وصف المستوى الطاقوي الانفعالي الحسي بأنه طبيعي إذا كانت زوايا الشفتين موجهة نحو الأعلى وليس نحو الأسفل، وإذا كان يشعر بالسرور والسعادة أكثر من شعوره بالهم والحزن.
 - ٤- يمكن القول إن الإنسان يملك ما يكفي من طاقة الحالة المادية إذا كان دخله الشهري يساوي تقريباً ٣٠٠٠ دولار. (هذا الرقم ينطبق على روسيا في وقتنا الحالي، أي عام ٢٠٠١).
 - ٥- إذا كان الإنسان متعلماً بما فيه الكفاية، مدرسة، معهد، جامعة، وغيره، وكان في الوقت نفسه قادراً على استخدام ولو ٢٠٪ فقط من ما حصل عليه من معرفة فبمقدور هذا الإنسان أن يعتبر نفسه بأنه يملك المستوى الطبيعي من طاقة المعرفة.
 - ٦- أما طاقة السلطة فإن مستوياتها المتوسطة موجودة لدى الإنسان القادر على إطعام نفسه وعشرة آخرين. فإطعام النفس وآخرين يعني تأمين طاقة الحالة المادية، بحيث يقوم بتوفير هذه الطاقة للجميع (٣٠٠ دولار \times ١١ = ٣٣٠٠٠ متوسط الدخل الجماعي) عندها يكون مستوى طاقة السلطة عند هذا الفرد جيداً.
 - ٧- عندما لا يوجه الإنسان الأسئلة للناس ومع هذا يكون متمتعاً بطاقة كارمية كاملة عالية، فإن هذا الإنسان يقف عند المستوى الطبيعي من طاقة الإيمان.
- حاولوا أن تتعاملوا بهدوء مع مفهوم المستويات رقم ٤ ورقم ٦. هذه هي الصورة الحقيقية لبني الكارما الخاصة ببيئتكم الاجتماعية. فالناس في بلدنا لا يملكون أي سلطة على أقدارهم. إلا أنك ستجد دائماً الوجه الآخر لهذه العملة. من جانب آخر يمكن زيادة طاقة السلطة، من خلال السيطرة على النفس (الذات) على المستويات السيكولوجية وكذلك الأمر على المستويات الفيزيولوجية. والتدريب على هذه العملية هو عملي الرئيسي في صفوفنا وأثناء محاضراتي والتدريبات التي أعلمها للمستمعين، على المستويات الواقعية من الحياة.
- إن الأثر الحقيقي لمدرّب الكارما الذي أدعو إليه هو التوسيع الدائم طاقة الإيمان - الروحانية. في الحالات الأخرى من العمل مع الكارما، يقتصر الأمر على الحديث عن

الموضوعات (الرقية العليا) دون أن يحدث أيّ تغييرات نحو الأفضل بالنسبة للجسد ، والجيب ، والحياة الجنسية ، وفي طبيعة الأصدقاء. وكل ما يجري هو مجرد شرح لا نتيجة مباشرة منه (بالمقابل تغير كل شيء على المستوى الكوكبي!) الإيمان يقوي التغيرات في حياة الإنسان، حيث تجري هذه التغيرات أثناء عمله على الكارما لتحسين وضعها. وتظهر فرصة ليجد الإنسان مكانه ومهمته في الحياة الآن وفي المستقبل وحتى في حياة ما بعد القبر. فإيمان الإنسان بأبديته هو وحده الطريق العقلاني الذي يساعده على بلوغ أهدافه أثناء تواجده على الأرض. ويتولد هذا الإيمان هنا والآن، أثناء اعتراف الإنسان بإمكانية التغير والتغيير.

الرجبة في أن نحيا ونحيا أبداً التي تعيش في قلب كل واحد منا (تذكروا الأناييب التي يجمدون فيها أجساد الأغنياء الذين يوصون بذلك قبل موتهم على أمل أن يكتشف الإنسان يوماً سر الحياة فيعيدها لهم) وهذه الرغبة معطاة من الإله ومزروعة فينا لغرض إلهي نعجز عن تفسيره. لكن هذه الإشارة الأولى إلى أبدية الروح وتطلب منا ضرورة الإعداد للحياة القادمة.

لا بد من الإشارة أن قدرة الإنسان (طاقته الكارمية الكامنة) لا تتطور وتتمو بشكل تلقائي إلى أعلى مستويات تنفيذها لمهامها. إلا أن الإله لا يدع ما صنعه ناقصاً غير كامل. ولهذا فهو برحمة منه وبحكمته الإلهية يحافظ لنا على أرواحنا (المستوى السابع) في حياة أخرى حيث يتمكن الإنسان أن يصبح من يشاء أو من يرغب بأن يصبح. وهذا العمل الهادف إلى السير بالذات نحو الكمال يبدأ من التقييم السليم الصحيح للذات. وأتأمل أنكم بعد قراءة هذا الفصل من الكتاب ستجدون دافعاً يحفزكم للقيام بعمل ما...

كيف يمكننا أن نزيد من حجم الطاقة الكارمية الكامنة

إنني أدرك تماماً أن كتابي عن الكارما ، ليس الكتاب الأول الذي يتحدث في هذا الموضوع ، وقد تجدون كتباً أخرى أكثر جمالاً عن (الكارما). إلا أنني لا أعمل في مجال تأليف الكلام الجميل والأدب المنمق ، ولثقتي بقرائتي فأنا أعمد من خلال كتاباتي أن أتحقق من النتائج عندهم في الواقع العملي. فأنا بطبيعتي عملي، ولهذا فإن أسلوب لي تصحيح بُنى الكارما هو أسلوب عملي وليس نظري، والأمر نفسه بالنسبة للتحكم الموضوعي بنتائج التغيرات التي تجري على الكارما أثناء تصحيح بُناها ، أو التحكم بنتائج ما نفعله. والخبرة المستمرة طوال عدة أعوام دفعني للتركيز على نقاط مبدئية في عملية التغيرات الكارمية ، ووضعت ما يمكن أن أصفه بالأساليب (الفعالة) لتغيير القدر، وهي الأمور التي يفهمها تماماً

كل من قرر أن يمر عبر تصحيح الكارما. وبالنسبة فإن كل التغييرات تجري عند الفرد

الذي قرر أن يسير على درب التغيير، بالدرجة الأولى، بفضل إدراكه الداخلي لدوره في الحياة على الأرض ومهمته عليها.

معرفتي لأدق الأمور عن الكارما والبُنى الكارمية، وطرق تحول الطاقة الكارمية، كل هذا ساعدني على وضع أسلوب محدد وواضح في مجال تصحيح الكارما. وإليكم بعض صفات طريقتي وأسلوبتي:

- أساليبي بسيطة جداً وكل شخص قادر على تنفيذها وتجريبها نظراً لأنها لا تتطلب أي إعداد خاص قبل العمل بها.

- عند العمل بأسلوبتي لتغيير القدر وتحسينه، فإن سرعة وطبيعة التغيرات ترتبط بشكل مباشر برغبة الإنسان الذي يقوم بها على التغيير.

- فقرات العملية لاستخدام أسلوبتي ممتعة لدرجة ما ولا يوجد فيها أي آثار أو انعكاسات جانبية.

- يمكن من خلال أسلوبتي تعديل حتى التغيرات التي قد تطرأ أثناء العمل، أو قد يُعاد كل شيء إلى ما كان عليه.

- إن أسلوبتي وتمارينني لا تهدد بأي شكل الحالة الفيزيولوجية أو السيكلولوجية لمن يعمل بها.

- يمكن العمل بأسلوبتي بشكل ذاتي دون الحاجة لمساعدة الآخرين.

- تغير الكارما يجري تحت السيطرة التامة للإنسان الذي يعمل على تغييرها بأسلوبتي.

- أسلوبتي لا يتعارض مع أي قوانين كونية أو إنسانية، ولا تفرض على الإنسان أن يتعمق في عالم الخيال والوهم ولا تُظهر الحياة له من زاوية رؤية أو بطريقة لم يعهدها سابقاً.

- قدرة الأسلوب على التغيير تم تثبيتها من خلال الآلاف من حالات التغيير الإيجابي.

- أسلوبتي في تغيير وتصحيح وضعية بُنى الكارما يشمل مختلف جوانب حياة الإنسان.

- أسلوبتي عمومي، ولهذا من الممكن التعرف عليه واتباعه بسهولة والأمر سيان بالنسبة

لحل المشكلات الكبيرة المهمة، أو لحل القضايا المتعلقة بالتغيير الجذري

العميق للقدر، وكذلك بالنسبة لتغيير القدر ولحل المشكلات على مستوى

علاقة الفرد بالإقليم مثل الرغبة بتعلم لغة شعب ما، أو الرغبة في الفوز بالمرتبة

الأولى في نوع من أنواع الرياضة أثناء البطولات الدولية.

- إن أسلوبى قابل للاتحاد والتفاعل بسهولة مع أى نظام أو أسلوب آخر دون أن يُحدث خللاً للنظام الآخر ولا يفقده فاعليته.

- إن نظامى مناسب ليستخدمه كل فرد بغض النظر عن عمره وجنسه ذكر أم أنثى وانتمائه الدينى.

لا أشك بأن تصريحات مثل التي جاءت في حديثي عن ميزات أسلوبى ونظامى، تحتاج إلى برهان وتأكيد. ولهذا سأقصر عليكم بعض الحالات التي واجهتها في الواقع العملي أثناء العمل بأسلوبى ونظامى لتغيير القدر (لكارما).

«لودميلا» سيدة عمرها ٢٤ عاماً، عملت بائعة صحف بالقرب من منزلي. وكثيراً ما كانت تبيع كتيبي أيضاً حيث يأتي بها الموزعون من دار النشر إلى كشك الصحف والكتب حيث تعمل «لودميلا». وكانت قد قرأت كتيبي في البداية لتتخلص من الملل في بعض أوقات النهار، ومن ثم أبدت اهتماماً جدياً بكتيبي. لم تكن «لودميلا» سعيدة بالعمل بائعة صحف وكتب في كشك صغير. بدأت تسعى لتغيير روحانيتها، وذات يوم أتت إليّ، لتشارك في محاضراتي ودروسي التدريبية.

بعد فترة عام ونصف عملت خلالها «لودميلا» على التغيير باستخدام برامجي وأسلوبى، حصلت على فرصة عمل جديدة، وأصبحت مذيعة في محطة راديو بطرسبورغ. وكان عملي معها موجهاً نحو الأجزاء الثلاثة من الكارما. فيزيولوجياً - المظهر، طريقة المشي، السيطرة على حركات الجسد وجعلها أكثر أناقة وجمالاً. في الجزء الشفهي من الكارما عملنا على تحسين مستوى الصوت، واللكنة، وأسلوب الحديث الانفعالي، والقدرات التمثيلية، والبيلاغة وعلم البيان. أما الجزء الواقعي من الكارما فقد أدى العمل مع هذا الجزء إلى إدراك «لودميلا» لواقع وضعها الكارمي وهذا ما ساهم بفتح آفاق جديدة في حياتها.

يبلغ عمر جانا ٢٦ عاماً، تعرفت على نظام عملي مع الكارما في باريس. حيث كانت قد سافرت إلى هناك بهدف الإقامة الدائمة، لكنها لم تتمكن أبداً من الاندماج مع أسلوب الحياة الجديد هناك، لم تتمكن من تكوين صداقات جديدة، ولم تستطع أن تبني أسرة كما كانت تحلم. وكانت ثماني جلسات عمل معي كافية لكي تتمكن جانا من تحقيق كل أحلامها. وفي أوقات الراحة بين الجلسة والأخرى، كانت تعمل جانا ذاتياً لتحسين وضعها الكارمي (مدة العمل معها استمرت ثماني جلسات خلال أربعة شهور).

فيليب رجل أعمال عمره ٤١ عاماً، كان يواجه مشكلة في اختياره للبضائع التي يمكن أن يأتي تصديرها إلى روسيا عليه بالريح، وإجمالاً كان يواجه مشكلة في اختيار النوع الصحيح

من البضائع للتصدير إلى روسيا. سابقاً كان لديه حدس في هذا الشأن وكان سعيداً بقدرته على

الاختيار. إلا أن هذا الحدس قد أصيب بعطل ما ، حتى أنه كاد أن يؤدي بصاحبه إلى الإفلاس. عملت معه عدت جلسات لتدريب الكارما وتصحيح وضعها ، وكانت النتيجة أن امتلأت (أنابيبه) الكارمية بالطاقة ، معطية الحياة من جديد لكل ما كان لديه من قدرات وإمكانات، بما في ذلك قدراته في مجال الطب البديل ، والتخاطر. منذ ذلك الحين وحتى يومنا هذا لم يعد فيليب يفتار في نوع البضاعة التي عليه أن يعمل معها لينجح ، وعمله يتطور يوماً بعد يوم.

«ديمتري إيفانوفيتش» مواطن روسي يعمل مديراً لواحد من أجهزة أمن الدولة ، عمره ٥٢ عاماً. تميز دوماً بالحالة الصحية الجيدة ، لكن مع الكبر ، إضافة إلى طبيعة عمله والتوتر الدائم فيها ، بدأت حالته الصحية تتراجع نحو الأسوأ. إضافة إلى هذا وحسب كلام ديمتري ، بدأ يعاني مشكلة في الرؤيا ، لكن هذا لم يكن متعلقاً بالبصر بحد ذاته ، بل يقصد ديمتري هنا العلاقة مع الآخرين من حوله. (لقد فقدت قدرتي على التفهم والتحليل) قال لي والأسى يبدو عليه. ولحل كل مشكلاته تلك نحتاج لأكثر من عدة جلسات للعمل معه على تصحيح وضع الكارما والقدرات الكامنة فيها ، لكي يتغير الوضع الذي هو فيه الآن تغييراً كلياً ، بحيث تتحسن حالته الصحية ، وتعود إليه قدراته المهنية.

آنيا فتاة يبلغ عمرها تسعة عشر عاماً ، كانت تغني في واحدة من فرق «الروك» المحلية. أتت لمراجعتي بناءً على نصيحة والدها ، كانت حالتها سيئة يرثى لها. فصوتها لم يعد ذلك الصوت الجهوري الجميل ، والسبب هو حالة مرضية في غدة اللوزتين ، ضف على ذلك أن الفرقة التي كانت آنيا تغني فيها قد تفرقت وانحلت. وعلى الرغم من أن كل شيء حولها كان يتساقط ويتهاوى ، إلا أنها كانت تتمتع بحب سليم طبيعي للذات لا يخرج عن حدود المعقول ، ولديها رغبة قوية بأن تحقق الكثير من الإنجازات في حياتها. «قل لي من فضلك كيف يمكن أن أحسن؟» كررت عليّ هذا السؤال عدة مرات في أول لقاء لي معها. استمر العمل مع آنيا قرابة العام ونصف العام ، تخللها بعض فترات الراحة. لم تتغيب عن أيّ محاضرة من محاضراتي ، والتزمت بالمشاركة على المشاركة في الصف الذي كنت أدرب فيه وأعالج بأسلوبتي. والآن ها هي ستنتهي الدراسة قريباً في معهد الغناء الأوبرالي بدرجة ممتازة ، واختصاصها مغنية أوبرا ، ويبدو أنها ستحصل على دعوة للعمل في مسرح «البولشوي».

كثيراً ما أنشغل بالتفكير عندما أتذكر كم من قدر تغير نحو الأفضل بمساعدتي وباعتماد أسلوبتي في العمل على تصحيح القدر (الكارما). وأفكر في هذا الأمر لأنني سعيد لما يجري من تغيرات نحو الأفضل بين الأشخاص الذين عملت معهم وساعدتهم على تحسين

وضع بُناههم الكارمية، حتى أنني أشعر بالاعتزاز والفخر لما فعلت. إلا أن أكثر ما أقيمه هو النتائج التي توصلوا إليها، لأنهم أصبحوا مثل شارات التوجيه للآخرين ونقطة علام يعتمد الآخرون عليها أولئك الذين ما زالوا يبحثون عن دربهم الصحيح في الحياة. الطريق موجودة الآن تعالوا لتتحرك نحو الأمام.

من أحد الأساليب التي أستخدمها لتصحيح وضع الأجزاء الواقعية من الكارما هو وضع جدول يراقب ويدون نشاط هذا الجزء من الكارما. انظر الجدول رقم ١.

جدول رقم ١

لا يوجد حدود لعدد المواصفات والمميزات الداخلية للإنسان التي يمكن ذكرها									صفات الحالة الداخلية / العوامل الخارجية
									لا يوجد حدود للعوامل الخارجية التي يمكن ذكرها

على الرغم من وجود عدد محدود من الأعمدة في الرسم إلا أنه ليس من الضرورة أن تلتزموا بهذه القوائم وحدها، بل يمكن التوسيع وإضافة المواصفات الداخلية الروحانية والسيكولوجية، وكذلك الأمر بالنسبة للمواصفات والميزات الظاهرية والفيزيولوجية. بإمكانكم وضع الجدول بعدد أعمدة حسب رغبتكم وحسب متطلبات عملكم على تحسين بنى الكارما.

لكي يتم ملء الجدول بشكل صحيح لا تخطئوا ولا تتوقفوا عند فقرة من فقراته، تعالوا نقرر لأنفسنا مؤقتاً ما الذي سنسميه المواصفات والميزات الداخلية، وما الذي سنسميه المواصفات والميزات الخارجية.

مواصفاتنا الداخلية هي التي تحدد القوة والضعف

إن الجدول الذي يستخدمه الكثيرون من تلاميذي لتحسن حالة بُناهم الكارمية، تعكس الصورة الحقيقية لحياة الإنسان الداخلية (الكارمية)، وتساعد في معرفة ما الذي يجب القيام به من إجراءات. ولكي يتحول الجدول فعلياً إلى مرآة للكارما، اكتبوا من الأعلى بشكل عامودي صفاتكم الداخلية واحدة تلو الأخرى بغض النظر عن عددها. يحمل كل إنسان في داخلة الإيجابيات والسلبيات، أو السيئ والجيد معاً. ونشعر بأننا سعداء لبعض ما نتصف به من مميزات، بينما نشعر بالاستياء لوجود صفات أخرى في شخصيتنا. فبعض ميزاتنا الذاتية تشكل عنصراً داعماً ومساعداً لنا في الحياة، بينما تشكل الأخرى عنصراً معيقاً لنا ومسبباً للألام والصعاب. ونحاول دوماً أن نخفي الصفات السلبية التي قد تكون جزءاً من شخصيتنا، ونعمل على إبعادها والحفاظ عليها في داخلنا بعيداً عن أعين وآراء الآخرين. (والحقيقة أن هذه الصفات تكون مثل الصراصير التي تتواجد في جدران منزل قديم وتخرج من كل فتحة وثقب قد يكون في الجدران، وهي تمكر بهذا الشكل صفو الحياة والطمأنينة).

فما هي الصفات التي يمكن تدوينها في الجدول إذا؟ وهل ندون السيئة منها أيضاً؟ اكتبوا في الجدول كل الصفات من دون استثناء، لا تتسوا أي صفة كنتم قد لاحظتم وجودها في شخصيتكم. دونوا تلك التي ترغبون بامتلاكها وتلك التي ترغبون التخلص منها. ولا تتسوا أيضاً تلك الصفات التي تعتبرونها محايدة ولا تسيطر كثيراً على شخصيتكم أو تتحكم بمسلككم (فكثيراً ما ينسى البعض ذكر هذه الصفات، وهناك من ينساها كلياً). عليكم إذا كتابة كل شيء. سيصبح هذا كله مادة مهمة ولها قيمة عالية، حيث

ستخضع في الخطوة الثانية إلى التحليل والتقييم. وإليك واحد من الأمثلة عن ملء الصف الأول من جدول تعديل الكارما وتصحيحها.

جدول رقم ٢

التفاخر	الكراهية	الأمل	الإيمان	القوة الفيزيولو جية	المودة - الطيبة	الذاكرة	الصفات الداخلية/ العوامل الخارجية

عندما نبدأ بتدوين المعلومات في الجدول يجب أن نتذكر كل الأحداث المهمة والرئيسية في حياتنا. تذكروا تلك الأحداث واحداً واحداً، وحاولوا أن تحددوا ما هي الصفات التي تحملونها والتي كانت سبب وقوع كل حدث منها، ولماذا جرت الأمور حينها على ذلك النحو ولم تجرِ على نحو آخر؟ ما هي الصفات التي أدت إلى تطور الموقف حينها على ذلك المنحى، وما هي الصفات التي حالت دون تطور الوضع؟ سيكون من المفيد العبور خلال الذاكرة واختيار مختلف الأحداث من مختلف الأنواع، بما فيها تلك الحالات التي حققتم فيها النجاح الباهر، وتلك التي لم تتمكنوا من اتخاذ القرار حيالها. ولا تمتنعوا عن تحليل تلك الأحداث والمواقف التي ما زالت تثير لديكم التساؤل والدمشة.

عائلة السيدة كيرا، عائلة ساد فيها الحب والمودة بين الجميع، هي وزوجها، وابنتها، أمضوا ستة أعوام لم يحدث خلالها أي شجار أو سوء تفاهم عائلي، ولم يصادف أن وجه أحدهم للآخر كلمة سيئة، التي قد تكون ضمن الخطاب العادي في أي أسرة أخرى. وعندما بلغت كيرا الثلاثين من عمرها، رغبت بإنجاب طفل ثان، وصرحت عن رغبتها هذه لزوجها. وكما هي العادة فقد أبلغته برغبتها بكل صراحة ومن دون خداع. والغريب أن ما لم يكن معهوداً في هذه الأسرة جرى حينها، حيث لم يتوقف الأمر على رفض الزوج تفهم رغبة الزوجة، بل صرح لها بأنه لا يريد الحديث حتى بشأن إنجاب طفل آخر. إلا أن كيرا

قررت أن تضع حلاً للأمر بطريقتها الخاصة. وكانت تعتقد أن ردة فعل زوجها هي مجرد كلام قاله ومضى في سبيله. واعتقدت أن زوجها سيكون سعيداً عندما تلد كيرا الطفل الجديد ، تماماً مثلما ستكون سعادتها أيضاً. ولهذا قررت كيرا أن تقوم بالحمل بأسلوب مخادع.

ما أن علم زوجها بالحمل حتى تغيرت حياة الأسرة. لم يعد يتحدث مع زوجته التي حملت منه دون أن تبلغه حقيقة ما تسعى إليه من ممارستها الجنس معه. وكان إذا تحدث معها فغالباً ما يتحدث بصيغة فظة ، أو بلهجة حادة ، وهو ما لم يفعله سابقاً. لكن كيرا استمرت مطمئناً نفسها بأن الأمر سيتغير عند ولادتها الطفل الثاني ، وسيهدأ قلب زوجها من سعادته بالطفل الجديد. في أيلول أنجبت كيرا طفلة جميلة. لكنها كانت مضطرة أن تذهب إلى دار الولادة لوحدها من دون مساعدة الزوج. أما عند العودة إلى المنزل بعد الولادة ، فقد ساعدها الأصدقاء. لكن ما توقعته لم يحدث ، والزوج لم ينظر ولو لمرة واحدة نحو المولود الجديد ، وكل ما فعله أن جمع بعض الأشياء التي يحتاجها وانتقل إلى الغرفة الثانية...

انتهت هذه القصة بسلام وبشكل جيد ، فقط بعد أن أتت كيرا إلي للاستشارة. لكن الحقيقة أن الوضع قد تحسن متأخراً بعض الشيء ، أي بعد أن كانت قد قدمت مع زوجها الأوراق المطلوبة للطلاق. لقد ساعدهم مدرب الكارما حتى في هذه الحالة المعقدة. تعالوا الآن لنرى ما هي الصفات التي دفعت الزوجة وزوجها في هذا الموقف.

الصفة أو الميزة الأولى هي الحب. الحب الذي تشعر به المرأة نحو طفلها الذي لم تلده بعد (سأذكر لاحقاً الصفات التي أدت إلى وضع كيرا في هذا الموقف ، دون توضيح وشرح لهذه الصفات ، وسأذكرها محددة بين قوسين). لقد صرحت لزوجها بصدق عن رغبتها ، فالصفة هنا هي (الصدق والإخلاص). الصفة الثالثة هي (العند أو الثبات على الموقف) ، حتى أنها اعتمدت على (الحنكة والخبث) في تحقيق هدفها. بعد هذا كله تقبلت كيرا انفصالها عن زوجها على أنه أمر طبيعي باعتباره عقوبة لها على ما فعلت. لقد صممت لكنها كانت تتألم (الطاعة).

كذلك أنتم بمقدوركم أن تحلوا الوضع الذي تعانون منه ، وتصرفاتكم التي قمتم بها. وجرت العادة أن يلجأ أطباء علم النفس إلى واحد من أكثر الاختبارات شهرة لدراسة الصفات الداخلية للإنسان ، إنه اختبار «كيتل». وهو يبرز بعض صفات الشخصية ، مثل: اجتماعي - منغلق انطوائي.

نسبة الذكاء عالية- نسبة الذكاء منخفضة.

تابع - أو شخصية مستقلة قيادية. القدرة على الحياة بين المجموع متكافلاً معه - عنده القدرة على الحياة بشكل مستقل معتمداً على ذاته.

يثق بالآخرين- لا يثق بأحد. مطيع اجتماعياً- متمرد على المجتمع.

ذكوري - أنثوي (حيث يمكن أن تظهر عند المرأة بعض الصفات التي تميز شخصية الرجال، والعكس، حيث قد تبرز عند بعض الرجال بعض الصفات التي تميز النساء).

البساطة والوضوح (المباشرة دون خداع) - الخداع والاحتيال.

أخيراً الثقة بالنفس- شخصية مهتزة لا يثق بنفسه (دائم القلق والتوتر والحييرة في أمره).أعتقد أن صفات وميزات الطباع ستساعدكم أيضاً أثناء تدوين المعلومات في الجدول. وما تقومون به الآن مع أنفسكم هو ما يمكن وصفة بالتحليل السيكولوجي، وأؤكد لكم أن جهدكم لن يذهب هباءً. وبفضل المعلومات التي ستقومون بتدوينها في الجدول ستحصلون على فكرة شاملة عن كيفية تصحيح وضع الكارما خاصتكم (القدر).

ما الذي يؤثر علينا في واقع الأمر أكثر من كل شيء آخر:

إذا أجرينا استطلاع رأي وسألنا الناس ما هي الأشياء التي تؤثر على حياتهم أكثر من غيرها، سنجد أن الأغلبية من الذين سيضملمهم استطلاع الرأي واقعون تحت سلطة الأحلام والوهم. سيجيبون على السؤال بأول فكرة تتبادر إلى أذهانهم، على الرغم من أن ما قد يجيبون به قد لا يكون هو فعلياً العنصر الرئيسي المهم الذي يؤثر عليهم. إن ذهننا يحاول أن يخلط الأوراق ببعضها، أو كما يقولون، يحاول أن يخفي الأدلة ويُبعد صاحبه عن المسؤولية. ما الذي سيجيب به إذا الأغلبية من الذين سنسألهم؟ مرتكزين على ما نُقش وُزِع فيهم من أفكار وأسلوب تحليل، أي الرؤية الكاذبة غير الصحيحة للعالم المحيط التي تُنقش في تفكيرهم متأثرين بعبادات وأفكار الوسط الاجتماعي، نجد أن الإجابات الرئيسية حول ما يؤثر على حياتهم أكثر من غيره تكون على النحو التالي:

١- النجوم. ٢- الأبراج. ٣- الدولة.

٤- الرئيس. ٥- الرأي العام.

هذه هي اللوحة التي نحصل عليها نتيجة استطلاع الرأي هذا. فالنجوم قد تكون تلك التي في السماء أو أن تكون النجوم التي تعبر عن مركز السلطة (الرتب العسكرية) هي التي تؤثر أكثر من غيرها علينا. لكن ما الذي تُشير إليه هذه الآراء؟ تُشير النتائج بالدرجة الأولى

إلى أن الإنسان يتعمد ويسعى لتحميل المسؤولية عما يجري للأخريين بغض النظر أشخاصاً كانوا أم حكومات المهم أن لا تقع مسؤولية ما يجري على عاتقه. ونلاحظ أنه يعمل على تحميل المسؤولية لتلك المواقع والمراكز التي لا تقع ضمن حدود سلطته الذاتية. فصاحب النظرة الواقعية في الحياة يحمل المسؤولية للرئيس، والنظام السياسي، والحكومة، وعجز الميزانية... أما من يتعامل مع الحياة بنظرة فكرية أو عقائدية، فإنه يحمل المسؤولية للإله والقوى العليا. فالنتيجة التي يريد الإنسان أن يصل إليها هي نتيجة بسيطة جداً: يؤثر على مجرى حياتي تلك العوامل الخارجية التي لا يمكنني فعل أي شيء حيالها، لأن هذه القوى والعوامل خارج حدود سلطتي أو سيطرتي وتحكمي. أما النتيجة الثانية فهي أكثر بساطة من الأولى: بما أنني عاجز عن فعل أي شيء حيال العوامل هذه التي تؤثر على حياتي بشكل رئيسي، فأنا بالمحصلة عاجز عن تغيير حياتي. كل ما بوسعي فعله هو أن أجلس بقلبي منتظراً الانتخابات الرئاسية التالية (النظرة الواقعية)، أو أن أذهب إلى عالم فلك (الخيالي - المثالي). لكن ما الذي يجري في واقع الأمر؟ وما الذي يؤثر على مجرى حياة الإنسان في واقع الأمر؟ في واحد من كتبي التي أتحدث فيها عن الحياة في هذا العالم قلت أن حالة الجو تؤثر على الإنسان بشكل رئيسي، أي تلك الظواهر التي تدخل في تشكيل حالة الطقس: الحقول المغناطيسية والكهربائية. هذه هي القوى التي تؤثر على عمل الأجهزة السيكلوجية، وعلى مسلكية الإنسان.

إليكم ما الذي نتوصل إليه! لا يمكنكم التأثير على النجوم أو على أجهزة السلطة والرئيس (إلا إذا كنت صحفياً كبيراً أو رجل سياسة مهم) لكن في الوقت نفسه يمكنكم أن تأثروا على حالتكم الصحية وعلى مسلككم، هذه أمور نحن بالتأكيد قادرين عليها. وهنا تتجسد مقولة: يمكن للإنسان أن يؤثر على الفضاء من خلال ذاته (من خلال تأثيره على نفسه)... فما الذي يمكن أن نكتبه إذاً في عمود العوامل الخارجية في جدول تصحيح الكارما؟ وبالمناسبة لا بد أن ندون هناك تلك الظواهر والعوامل التي تؤثر علينا أكثر من غيرها وبشكل أعمق. لهذا الغرض أجد أنه من المفيد أن نتذكر المقولة الهندية: (ناموسة على الجبين أكثر خطراً من نمر في الغابة). ومن المحتمل أن نفوت أو ننسى معلومة ما صغيرة جداً وتبدو ليست ذات أهمية، لكنها قد تكون في واقع الأمر هي العنصر أو العامل الظاهري الرئيسي الذي يحدد مجرى حياتنا. والآن تعالوا لنفتح قائمة العناصر والعوامل الخارجية التي تؤثر على تكوين وبناء الكارما، أي تلك التي تشكل اللبنة الرئيسية في بناء أقدارنا، وتحديد حالتنا الصحية، وبنية أجسادنا، وطبيعة علاقاتنا مع الآخرين.. وما إلى ذلك.

بما أن، كما اتضح لنا سابقاً، الحالة الصحية تشكل عنصراً على درجة من الأهمية بالنسبة لنا، فسنضع الصحة في المرتبة الأولى من قائمة العوامل الخارجية المؤثرة.

- الصحة. - الطقس. - الضغط.

- المعرفة والمعلومات. - الرطوبة. - الهواء.

- درجة الحرارة. - موسم السنة. - الألبسة (دافئة، مريحة، غير مريحة)

كما ترون فإن هذه العناصر هي تلك الناموسة التي تؤثر علينا أكثر من تأثير نمر قاتل لكنه بعيد عنا. أي أن هذه العناصر تؤثر علينا بشكل في الواقع أكبر من تأثيرها الذي نتوقعه في تفكيرنا. وبالطبع فإن الحالة الجوية على الأرض تتحدد في الفضاء، لكن أن نلبس بما يتناسب مع حالة الجو ودرجة الحرارة هي مسألة مرتبطة فينا ولا علاقة للفضاء بها. وعندما نعمل من أجل تحسين حالتنا الصحية ونقوم بكل ما هو مطلوب للبقاء أصحاء معافين، فإن ملاحظتنا وردة فعلنا على العوامل الخارجية المؤثرة على الصحة ستصبح أعلى وأكثر حساسية وانتباهاً. وبهذا نتمكن من الحفاظ على حالتنا الاستقرار في حالتنا الداخلية، وعلى حالتنا الصحية والقدرة على العمل، أي أننا نحافظ على سلامتنا وقدرتنا الجسدية.

الغذاء هو عنصر خارجي يؤثر علينا بشكل كبير أيضاً مثلما هو الحال بالنسبة للعنصر السابق. فهناك نوع من الطعام يجعل الإنسان هادئاً خاملاً وتخفف من نشاطه الذهني، ونوع ثانٍ يجعله شغوفاً حساساً وشهوانياً، وأخيراً نوع ثالث من الطعام والشراب يعطيه القوة والنشاط والقدرة على التفكير.

إن الطعام نفسه، لكن في أوقات مختلفة ولأشخاص مختلفين، قد يترك نتائج تختلف بين حالة وأخرى، ومن شخص لآخر. فلنأخذ على سبيل المثال الحمضيات، الليمون والبرتقال. في الصيف غالباً ما تكون هذه المواد من النوعية الثالثة، لأنه يترك أثراً منعشاً منشطاً. وفي الشتاء يكون أثر هذه المواد (الحمضيات) مختلفاً، حيث تبرد الجسم، ومعناه أنها في هذه الحالة تترك أثر المواد الغذائية من النوعية الأولى. وإذا أخذنا على سبيل المثال شخصاً يعاني من الحساسية اتجاه الحمضيات، فإن البرتقال والليمون ستكون بالنسبة له دوماً مواد غذائية من النوعية الأولى.

المشروبات الكحولية (الفودكا مثلاً)، فإن كميات محدودة منها تلعب دور المواد الغذائية من النوعية الثانية، وإذا شربنا منها كميات أكثر فإنها سرعان ما تأخذ مفعول المواد الغذائية من النوعية الأولى، لكن في حالات الأنفلونزا فإن كميات معينة من الفودكا تصبح بأثرها مثل المواد الغذائية من النوعية الثالثة.

أثناء تدوينكم للمعلومات في الجدول لا تنسوا تسجيل المواد الغذائية (الطعام والشراب)

التي تتناولونها أكثر من غيره، وتلك الأطعمة المفضلة عندكم، أي تلك التي يسعى إليها جسدكم والروح. حتى لو أنكم لم تتذوقوا هذه الأطعمة إلا مرة واحدة إلا أن طعمها ما زال محفوراً في ذاكرتكم حتى اللحظة، كل هذا يجب عليكم تدوينه في الجدول، أو يستحسن عدم نسيانه. وأحياناً قد يؤثر نوع ما من الطعام قد نكون تناولناه مرة واحدة وأعجبنا جداً بطعمه، قد يؤثر هذا على قدرنا أكثر من تأثير كل ما أكلناه طوال حياتنا. (إذا لم تثقوا أو تدرکوا ما أقول فتذكروا آدم وحواء والتفاحة التي تلتذوا بمذاقها والنتيجة التي حصلنا عليها).

الآن، بعد أن عرفنا بأمر (الناموسة) التي تشكل خطراً أكثر من نمر متوحش، تعالوا لنضيف إلى جدولنا (العوامل الخارجية) أي الناس من حولنا. ولا نقصد هنا تلك الشخصيات التاريخية أو العلماء والفلاسفة وغيرهم من المشاهير، بل يجب تدوين أسماء الأشخاص الذين يعيشون معكم، بالقرب منكم، وكل من يتفاعل معكم في الحياة، في المنزل والحي والعمل... أما إذا كان عمركم ١٦ عاماً وتمشقون مغنية أو مغنٍ ما، فدونوا اسمه أو اسمها، فهم في هذه المرحلة من العمر يؤثرون على أسلوب تفكيركم (الأجزاء الواقعية من الكارما)، وعلى مسلككم وتصرفاتكم أكثر من أي شخص آخر مقرب منكم.

بعد ذلك، في الجزء السفلي من الجدول، يمكن ذكر أسماء البرامج التلفزيونية التي تشد انتباهكم، وكذلك الأمر بالنسبة للصحف والمجلات ومحطات الراديو المفضلة عندكم. نعم! إنها أيضاً من العوامل التي تؤثر على الأجزاء الواقعية من الكارما، وبالنتيجة فإنها تؤثر على حياتكم بشكل عام.

تذكروا أنكم تعرفون الآن معنى الأفكار المنقوشة التي تُزرع في الوعي عبر المؤثرات الخارجية مثل الوسط الاجتماعي وعاداته وتقاليده، وكذلك الأمر بالنسبة لوسائل الإعلام وأسلوب عملها في برمجة تفكير الإنسان ورؤيته للحياة والأشياء أيضاً. والآن فإن العالم غارق في بحر هائج من المعلومات، وصل مستويات تدخله في حياة كل فرد منا إلى درجة تحديد نشاط الإنسان لكل ساعة من ساعات النهار. لكن لا نرى ضرورة الآن بتحليل هذا الأمر وأسبابه ونتائجه. ونادراً ما تجد من العاملين في برامج التلفاز وفي إنتاج الأفلام السينمائية وفي كتابة مختلف المواد في الصحف شخصية إيجابية. والحديث هنا بشكل رئيسي يتعلق بالنساء، فقد تجد سيدة - باحثة لكن غالباً ما تكون في حياتها الكثير من المشكلات الاجتماعية وغيرها مع العلم أنها وصلت في مجال عملها إلى مستويات راقية ومميزة. فإما أن تكون وحيدة من دون أسرة وأبناء، وقد تجدها سلبية في أسلوب حياتها وعلاقتها مع الآخرين

وتحديداً فيما يتعلق بتعاملها مع الرجال مثلاً. مع هذا كما ذكرنا فهي قد وصلت إلى أعلى المستويات في مجال تخصصها. على الأمثلة والقضايا التي يتناولها هؤلاء ينمو ويكبر وبتعرض أبنائنا، الذين يكبون يوماً بعد يوم، وقد يأخذون مثلاً أعلى من واحدة من هذه الشخصيات التي تبدو أعمالها مميزة لنا، لكننا نجهل الكثير عن حياتهم الخاصة.

إذا نظرت من حولكم نظرة تأمل عميقة، ووجدتم عوامل ظاهرية (خارجية) أخرى تؤثر على حياتكم فدونها هي أيضاً. وتذكروا أن العوامل الخارجية المؤثرة على حياتكم هي ليست تلك التي تفكرون بها، بل تلك التي تشعرون بها وبتأثيرها. (الجدول رقم ٣).
ها هو جدولنا قد تم وضعه كاملاً. والآن جاء وقت الانتقال إلى التحليل.

جدول رقم ٣

الصفات الداخلية / العوامل الخارجية	الحكمة	العدوانية	العمل القدرة على	الظلم	التعاطف	الإخلاص
الضغط الجوي						
الأمطار						
الأخت						
الكلب						
برنامج (أسرتي)						

الجدول الذي يعطي نظرة شاملة للحياة

لقد تم وضع الجدول. الأغلب أنه سيبدو لكم غريباً نوعاً ما. حيث توقعتم، كما جرت العادة (عودتكم وسائل الإعلام أن تتظنوا دوماً ما هو غير عادي وغير مألوف) أن تشاهدوا جدولاً فيه شيء من الخيال واللا اعتيادي. لكن في الواقع بمقدوري أن أراهنكم أنكم غير معجبين بأنفسكم. وماذا بالنسبة للعوامل الخارجية؟ هنا أيضاً يبدو كل شيء مبتدلاً. أقرب إلى الجسد أو إلى الروح هو ما يؤثر علينا بشكل مباشر. وهذا الجدول عبارة عن فرصة حقيقية لتصحيح وتعديل الكارما الذاتية.

قد يكون جدولكم كبيراً جداً أو متوسطاً، لكنه لن يكون بأي حال من الأحوال

صغيراً. وإذا تمكنتم من تحديد وتدوين ثلاثة أو أربعة عوامل خارجية فقط تؤثر عليكم، فهذا معناه إما أنكم قد تكاسلتم أو لم تتعاملوا مع الموضوع بجدية.

أصبح ديمتري البالغ من العمر ٢٨ عاماً نائب المدير العام لواحدة من أكبر الشركات التي تعمل في مجال التوظيف. كان هدفه وضع برنامج دقيق وصارم في العمل الجماعي، الذي لن يكون فيه أي شيء في غير محله أو لا ضرورة له. فالاستراحة للتدخين والأحاديث الجانبية وغير ذلك من قضايا تستهلك وقت العمل كان لا بد من اختفائها بلا عودة إلى الحياة العملية. ولتحقيق هذا الهدف بدأ ديمتري من ذاته. وقرر أن أي كان أو أي ظرف لن يشغله عن القيام بعمله، و لهذا بنى علاقاته مع الموظفين والزملاء بطريقة لا تتأثر فيها بأسلوب عملهم، ولا يتأثر بهم بشكل عام. (قرر ديمتري أن يقلص عدد العوامل الخارجية التي قد تؤثر عليه). والحاجز الذي وضعه في علاقته مع المحيطين به كان يزداد ارتفاعاً يوماً بعد يوم. وذات يوم اكتشف ديمتري أنه وضع نفسه في عزلة مطلقة عن الجميع؛ لم يعد يستمع أحد لرأيه، يحاول زملاؤه تجنبه، لا يرغب أي موظف بالتقرب منه. بهذا الشكل هدفه ورغبته (العمل فقط العمل) أدت إلى أنه أصبح غريب في وسط المجموع. (الصفات الداخلية لديمتري تحولت إلى عامل خارجي مؤثر على حياته وعلى قدره وعلى مستقبله المهني).

النتيجة:

لن تهرب من نفسك. لهذا لا بد من أن نتعلم كيف نتعامل مع العوامل الخارجية، لا أن نهرب منها ونقلصها إلى الحد الأدنى.

الآن لننتحدث عن المهم- نملاً كل مربع من مربعات جدول تصحيح الكارما بإشارة زائد أو إشارة ناقص. وتعالوا لننظر كيف يؤثر هذا العنصر الخارجي أو ذلك على صفاتكم وميزاتكم الداخلية. إذا كان هذا العنصر الخارجي يؤثر بشكل يساعد على تقوية أو نمو أو تنشيط حالة داخلية ما لديكم، فنضع إشارة (+)، أما إذا كان أثره عكس ذلك فنضع إشارة (-)، إذا لم تجدوا لديكم أي فكرة لتحديد تأثير العنصر الخارجي عليكم فحاولوا الاستعانة بأحاسيسكم، وقرروا ما هي الإشارة التي ستضعونها. في بعض الحالات النادرة يمكن وضع خط مائل كإشارة إلى أنكم عجزتم عن تحديد الإجابة بالنسبة لهذا العامل الخارجي.

هكذا سنقوم الآن على سبيل المثال بملء جدول «فلاديمير أندرييفيتش» (الجدول رقم ٤). يمكنكم أن تنظروا إلى هذا الجدول نظرة سريعة، لكي تعرفوا الكثير من الأمور عن هذا الإنسان.

جدول رقم ٤

الصفات الداخلية / العوامل الخارجية	الحسد	الطيبة	الذاكرة	النشاط	القوة الجسدية	الكسل
حرارة الجو العالية	~	~	-	-	-	+
الجو البارد	~	~	+	+	+	-
الزوجة	-	+	+	+	+	-
المدير	+	-	+	+	~	-
التلفاز	+	-	-	-	-	+

على سبيل المثال عندما يكون في المنزل ويجد نفسه تحت تأثير (لا نقول خاضع لسيطرة، بل تحت تأثير الزوجة وهو الأمر الذي لا يمكن لأحد الهروب منه) زوجته، تنشط عنده في هذه الحالة ميزات وصفات داخلية مثل:

- الطيبة (زوجته سيدة هادئة، خجولة، لا تصرخ أبداً على الأطفال فهي تحبهم وتحب زوجها).

- الذاكرة (يشعر «فلاديمير» وهو في المنزل بالراحة والهدوء ما يعطيه شعوراً بالحرية، ولهذا فإن ذهنه يعمل بصفاء وبشكل جيد وهو في المنزل).

- النشاط (يشعر بالمتعة دوماً في أن يتحدث مع زوجته فالحديث معها ممتع وجميل، أو أن يخرج ليتمشى معها، وبعد هذا كله يشعر نفسه وكأنه كان مستقياً للراحة، أي أنه لا يشعر بالتعب)

- القوة الجسدية (لا بد من أن تجد أي عمل للرجل في المنزل، فهناك الكثير من الأشياء التي تتعطل في كل يوم ولن يتمكن أحد إلا رب الأسرة من إصلاحها، و «فلاديمير» يقوم بهذه الأعمال بكل سعادة).

لكن بالنسبة لشعور مثل الكراهية، وهو ما لاحظته «فلاديمير أندرييفيتش» على نفسه أكثر من مرة، فإن هذا الشعور يتقلص عندما يكون بجانب زوجته. فأولاً زوجته جميلة وذكية، (لتكن هذه وجهة نظره التي قد لا تكون صحيحة، لكن لا يوجد عنده غير ذلك). ولهذا لا توجد

حاجة لحسد الأزواج الآخرين على زوجاتهم، ف «فلاديمير» سعيد بزوجته ويرى أنها وحيدة لا مثيل لها. ثانياً: فهو يشعر بالراحة عندما يكون معها، وبالاكتفاء الذاتي والاستقرار والقوة، وأهم شيء يشعر بالحب. فمن سيحسد «فلاديمير» وممن يغار وهو في هذه الحال؟

الأمر يختلف كلياً عندما يكون «فلاديمير» في مكتب مديره. فالمدير ديكتاتوري ومتعجرف، (إلا أن ذاكرة ونشاط «فلاديمير» تتشيطان هنا أيضاً)، ويؤكد المدير دوماً أن الشركات المنافسة تزيد من قوتها على حساب شركتهم، وهو يقوي بذلك الشعور بالحسد لدى «فلاديمير أندرييفيتش».

وعندما يجلس «فلاديمير» أمام التلفاز فإنه يتحول خلال ثوانٍ إلى شخص آخر. حيث يملؤه الحسد (كم من الممكن أن يعرضوا سيارات الليموزين والقبيلات الفخمة) وتتبخر منه الطيبة والمودة (قل لي من فضلك ولماذا ومع من يجب أن أكون طيباً وأنا أنظر إلى ما يعرضه هذا الصندوق؟ هل أكون طيباً مع المجرمين الذين يعرضون صورهم وحكاياتهم كل يوم؟ أو مع القتلة المأجورين، وفتيات الهوى واللصوص الذين لا يخلو أي فيلم من العشرات منهم؟) يتوقف عمل الذاكرة، وعضواً عن النشاط والحيوية والقوة الجسدية يحل الكسل والخمول. وأمر آخر يبدو للوهلة الأولى أنه غير مهم، ف «فلاديمير» يشعر بالراحة الداخلية أكثر عندما يكون الجو بارداً. والجو الحار يجعله متوتراً، ويعطل عمل ذهنه. ومن هنا لا يبدو غريباً أنه قام بتعطيل كل أجهزة التدفئة المركزية التي تتوزع على جدران منزله، منذ الأيام الأولى التي بدت مؤشراً على قدوم فصل الربيع.

قد تسألون لماذا قررنا تسمية الجدول باسم الشامل؟ لأن لوحة العالم تصبح أكثر وضوحاً. وبعد ملء الجدول ستصبح لوحة الحياة أفضل وليس أسوأ. وتصبح أكثر واقعية ومفهومة لكم. إن العمل الذي قمتم به الآن - تحليل سيكولوجي لأنفسكم. وليس من حاجة لكم الآن بالطبيب النفساني. ويكفي أن تضعوا من دون ملل أو تذمر إشارات الزائد والناقص، كل واحدة في مكانها حسب رؤيتكم للجدول، وأن تقيموا النتائج باهتمام وتأمل.

كيف يمكن تسخير جدول تصحيح الكارما لخدمة مصلحتكم

الأمر هنا سهل جداً نظراً لأنه، وفق قانون الكارما.. تنجذب العوامل

الخارجية نحو الصفات الداخلية أو نحو صفات الشخصية.

بعد ذلك لا بد من ملاحظة ضرورة تقوية أو زيادة تلك الصفات الداخلية التي - حسب رأيكم- تشكل عنصراً ضرورياً تنجذب نحوه العوامل الخارجية. بشكل عام فنحن نسعى

نحو أعلى درجة ممكنة من الكمال، وتقوية قدراتنا الذاتية، كما نسعى في الوقت نفسه إلى تقليص حجم وتأثير بعض الصفات الداخلية مثل الحسد، والتكبر. فننظر إلى الجدول ونبحث عن العوامل الخارجية التي تؤدي إلى تضخم هذه الصفات بداخلنا، ونحاول جاهداً أن نستبدل هذه العوامل الخارجية المسببة، بعوامل أخرى يكون من شأنها لعب دور عكسي وتقلص حجم الصفات الداخلية التي نرغب التخلص منها، وتقوم في الوقت نفسه بتقوية الصفات الإيجابية التي نرغب بتسميتها في شخصيتنا.

لاحظوا أن الحديث يدور بشكل دائم عن العمل على تغيير الصفات الداخلية المميزة للشخصية. لماذا لا أنصح بالتخلص من العوامل الخارجية التي نسميها (الضارة)؟ لأن الإنسان مبني بطريقة معينة، بحيث إذا قرر التخلص من عنصر خارجي يتأثر به، فهو سرعان ما سيستبدله بعنصر آخر، شبيه لذلك الذي تخلص منه. والإنسان قادر إلى حد ما، على تحمل الضغط الجسدي والسيكولوجي، ولهذا فإن زيادة الضغط على الذات أو التخفيف منه لن تؤثر سلباً على الإنسان، لا سيما إذا تم الأمر بشكل مفاجئ أو سريع.. وإليكم عينة اعتيادية عن مسلكية الإنسان الذي حُرِم من الضغط الفيزيولوجي الذي اعتاد عليه.

يعمل «بوريس بيتروفيتش» محاسباً. كان في الآونة الأخيرة مضطراً إلى العمل بدوام إضافي، (لقد تغير الزمن ولم يعد العمل الإضافي ظاهرة غريبة). أُحيل للتقاعد في الثانية والستين من عمره. بعد تقاعده تقلص عدد العوامل الخارجية التي تؤثر عليه. وأصبح لديه الكثير من الفراغ في الوقت، لكن لم يكن لديه خيار أو شيء آخر بديل عن ذلك. لم يكن يعلم بعد ما الذي يفعله بهذا الفائض من الوقت الحر. وفجأة انهالت عليه الأمراض المختلفة، كأنها غيمة كانت تنتظر لحظة واحدة لتسقط كل ما احتبس فيها من مياه. فما أن يُشفى من مرض حتى يُصاب بغيره. وأصبح يمضي وقتاً كبيراً في مراجعة الأطباء وانتظار دوره في المشافي. هناك كثيرون مثله، متقاعدون، يسجلون دورهم لزيارة الطبيب منذ السادسة والنصف صباحاً، وغالباً ما يقوم الطبيب الأول بتحويلهم إلى أطباء مختلفين حسب الحالة المرضية. إلا أن المتقاعدين لم يشعروا بتحسّن على الرغم من كل ما يصفه لهم المختصون من أدوية.

بداية الأمراض عند الرجل الذي تقاعد مؤخراً، هي طريقة لمقاومة العوامل الخارجية المستجدة. فالتراجع المفاجئ لتأثير مجموعة من العوامل الخارجية على الإنسان يؤدي إلى التعرض للإصابة بمختلف الحالات المرضية. وتقوم (الأمراض) بدورها بإعادة حالة الضغط - ضغط العوامل الخارجية (المشقى، الألم، الأدوية وغيره...). بهذا الشكل فإن الضغط الذي يشعر به الإنسان وهو يعمل ويفقده فور توقفه عن العمل، يعود إليه من جديد، وهذا ما يجعله يشعر بأنه (كالسمكة تعود إلى الماء).

التقاعد مشكلة سيكولوجية معقدة وشائكة ، ويجب أن يتم حلها والتعامل معها بذكاء ، والبحث عن أسلوب لإيجاد ضغط فيزيولوجي وسيكولوجي مطابق ومشابه لذلك الضغط الذي كان المتقاعد يشعر به وهو في العمل. وإليك الاستنتاج السيكولوجي- التحليلي، الكارمي، بهذا الشأن: إذا قال الإنسان بأنه لا يرغب بأن يمرض - فلا يمكن اعتبار ما يقوله على أنه الحقيقة.

مثال آخر عن ملء الجدول الكارمي (الجدول رقم ٥). في هذا الجدول المعلومات تخص «تتيانا» البالغة من العمر ٢٤ عاماً. وهي ربة منزل وضعت لنفسها جدولها الكارمي على النحو التالي. فالصفة الأهم بالنسبة لها هي أن تكون اجتماعية ومضيافة. فهي ترغب بأن يكون منزلها ممتلئ بالأصدقاء دوماً. لكن المشكلة في أن زوجها لم يكن يحب التجمعات وما يصدر عنها من ضجيج أثناء الحديث. وكانت النتيجة أن «تتيانا» تلتقي مع صديقة واحدة تعرفها منذ أيام الدراسة.

جدول رقم ٥

الصفات الداخلية/ العوامل الخارجية	الطيبة	اجتماعي أم لا	مضيافة أم لا	التكبر	الاتعاق	الحب
الدفء	-	-	-	+	+	-
البرد	+	+	+	-	-	+
الرطوبة	+	+	+	-	-	+
الزوج	+	-	-	+	+	+
الصديقة	-	+	+	+	-	-
الوالدة	+	+	+	-	-	+

هذه الصديقة بدورها حضرت في روح «تتيانا» التكبر، وساهمت في الوقت نفسه بتقليص الطيبة والمودة والحب في شخصية «تتيانا»، كما هو في الجدول. «تتيانا» شخصياً كانت تشعر بأنها تمضي وقتاً ممتعاً مع هذه الصديقة الوحيدة. أما أمها (والدة «تتيانا») التي كانت نادراً ما تراها، فقد ساهمت، على العكس، في تأجيج النواحي الإيجابية وتشبيتها في شخصية «تتيانا».

النتيجة أن منزل «تتيانا» لا يخلو الآن من الضيوف، لكن الأغلبية منهم هم من الأقارب إضافة إلى والديها ووالدي زوجها. تحسن الوضع في المنزل بشكل ملحوظ. وتحول زوجها من رجل منغلق انزوائي غير اجتماعي إلى شخص مرح، متحدث، ونشيط.

إضافة إلى ذلك، ساعد الجدول «تتيانا» في التخلص من حالات الأنفلونزا التي كانت تتعرض لها بشكل شبه دائم. حيث كان الجو الدافئ الجاف في شقتها يؤثر عليها بشكل سلبي. أما الآن، وعلى الرغم من أن النافذة الصغيرة في شقتها نادراً ما يتم إغلاقها، إلا أن «تتيانا» لم تعد تعاني من الأنفلونزا.

مثال آخر أقدمه لكم. «فالتين»، مصمم يبلغ عمره ٢٥ عاماً. كثيراً

جدول رقم ٦

الثقة	الغضب	الحكمة	النشاط الفيزيولوجي	النشاط الإبداعي	القلق	الكرم	الصفات الداخلية/العوامل الخارجية
+	-	+	+	+	-	+	أشعة الشمس
+	+	-	-	-	+	-	البيرة
+	+	-	+	-	+	~	موسيقا الروك
+	-	+	-	+	-	+	لوحات ريريك
+	-	+	-	-	-	+	الجدة

ما تأتيه نوبات من القلق والخوف. بعد أن حلل الجدول الذي وضعه، استطاع أن يدرك ما هي العوامل الخارجية التي تولد عنده هذه الأحاسيس. حيث اعتاد «فالتين» أن يسمع موسيقا «الروك» وهو مع أصدقائه، وكان كل يوم يذهب معهم بعد العمل إلى البار ليشرب كأساً من البيرة وأثناء ذلك يستمعون إلى الموسيقا، مع العلم أنه لا يمكن التأكيد بأنهم كانوا فعلياً يحبون هذا النوع من الموسيقا بشكل كبير. ولم يتخيل «فالتين» أن هذا الأمر قد يكون السبب في ما يعانيه من حالة نفسية. وبمساعدة الجدول تمكن «فالتين» من أن

بدرك بأن تمضية الوقت بمشاهدة لوحات فنان ما يحبه، أو بالخروج إلى الشارع والسير تحت

أشعة الشمس هي أشياء أفضل بكثير من الجلوس في أوقات الفراغ بعد العمل لشرب البيرة وسماع «الروك». وهذا ما فعله «فالتين»، أخذ يشغل وقت الفراغ بقضايا أخرى غير النادي والبيرة والموسيقا. كما أنه أدرك بأن تجاهل الجدة لمجرد أنها تعيقه عن ممارسة عمله أحياناً، هو تصرف غير سليم. واتضح أن المحادثة معها ولدت عنده أفضل الصفات، مثل الحكمة، والكرم، والثقة بالنفس، وبهذا أثرت بشكل جيد على ما كان يراوده من شعور بالخوف الذي أخذ يتلاشى من خلال أحاديثه مع الجدة وإعادة العلاقة معها إلى شكلها الطبيعي.

وهكذا فإن الجدول الشامل لتصحيح الكارما هو في حقيقة الأمر العمل مع الأجزاء الواقعية من الكارما، التي لا بد وأنكم ستشعرون بالنتائج إذا قمتم به، سيتغير الصوت، وتتحسن الحالة الصحية، ويزداد الدخل المادي. ويمكن استخدام هذا الجدول أثناء علاج مختلف الحالات المرضية، لكن بشرط أن نعرف ما هي الصفات الداخلية التي تناسب كل حالة مرضية وتترافق مع ظهورها. إن هذا الموضوع واسع جداً وأرى أنه من الأفضل أن ندعه الآن إلى حين ظهور كتاب كبير عن العمل مع الكارما.

البديل عن الخاتمة

أحياناً يكتشف الإنسان عندما يملأ جدولته الخاص، بأن الأقرباء والإدارة في العمل هم السبب الرئيسي في مشكلاته. حيث يتضح له أن الأقرباء والإدارة هم تحديداً من يؤثر عليه بشكل سلبي، ويحفزونه لإظهار المواصفات الداخلية السيئة، التي تقوم بدورها بشدها نحو النتائج السلبية. والمشكلة أنه لا يمكن التخلص من الإدارة بهذه البساطة، وكذلك الأمر بالنسبة للأقرباء، فما العمل إذاً؟

اعمل على نفسك! قم باختيار تلك المواقف والظروف التي تؤدي إلى تقوية القوة الإيجابية الكامنة في الكارما. بالدرجة الأولى هنا تأتي الحالة الصحية، فالصحة الجيدة ستسمح لك بأن تعيش وتعمل.

حاول أن تؤثر على العوامل الخارجية عبر الصفات الداخلية التي تتمتع بها شخصيتك! وإذا لم تتجحوا بأمر ما من هذا القبيل، فتعالوا لزيارتي، وسأريكم كيف يمكنك الانتقال كلياً إلى لوحة أخرى مختلفة للعالم، ضمن الظروف الإيجابية، وأشدد هنا الإيجابية فقط التي تؤثر على القدرة الكامنة للكارما. وما أقصده هنا هو الدورات التي أقوم بها حيث أنظم صفوف من المهتمين، أعلمهم كيفية التعرف على القيم الحقيقية للحياة. وبأن يعتمدوا دوماً على ما هو مؤكد وثابت وواضح، وعلى ما يمكن أن يؤمل به ويُعتمد عليه. (تذكروا أثناء وضعكم لجدول تصحيح الكارما الخاص بكم، أن علاقة الثابت والواضح مع الفارغ الذي لا جدوى منه، تعطي دوماً نتيجة سلبية، لا جدوى ولا فائدة). والقدرة على التمييز بين ما يمكن تسميته ثابتاً ويمكن الارتكاز والاعتماد عليه، وبين ما لا يمكن الارتكاز عليه، هو عمل يتطلب المهارة. والقدرة على استخدام هذه الإمكانيات (المهارة) في مجال الصحة، ولحل المشكلات الشخصية والاجتماعية، هو بحد ذاته العمل على الأجزاء الواقعية من الكارما. إنه الحكمة.

مع احترامي.

أندرييه ليفشينوفا

الفهرس

مقدمة المترجم ٥

الفصل الأول ٩

أهم ما يجب معرفته للتحكم بالقدر

سر السلطة والتحكم

هل أنت عبد أم مسيطر على القدر ١٢

العبيد في المجتمعات الديمقراطية ليسوا أقل من العبيد في المجتمعات العبودية ١٣

الإدراك هو النشاط الذهني الذي يمكن لأي شخص أن يمارسه ١٣

السؤالان اللذان يساعدان على التحكم بالقدر ١٤

من المفيد أن يقرأ المرتابون هذا الكتاب ١٦

الفصل الثاني ١٩

ما في رؤوسنا - هو أجزاء القدر

القدر كقانون العلاقة بين العلة والنتيجة

أحجية القدر ١٩

ثلاثة أنواع من الكارما ٢٠

الأجزاء الفيزيولوجية من الكارما ٢٠

سيطرة أجزاء الكارما الشفوية وتضوقها ٢٤

سيطرة الأجزاء الواقعية من الكارما ٢٦

كيف تتم عملية برمجة أسلوب التفكير (الكارما)

التربية كجزء من أجزاء برمجة الكارما ٢٩

غالباً ما يكون الحسد أو العمل (السحر) معشياً في الفكر ٣٢

البرمجة من نوع «كُن مثلي» ٣٥

برمجة الكارما على مستوى المجتمع ٣٨

العلوم الغربية ٣٩

وجهة النظر الشرقية..... ٣٩

أما رجل الدين..... ٤٠

المعاناة المفروضة

المعاناة المفروضة بسبب الحالة الجوية!!..... ٤٥

العذاب «المنقوش» المفروض علينا نتيجة نصائح الآخرين..... ٥٠

العذاب، المعاناة (المنقوشة) تأثراً بقوانين المجتمع..... ٥١

الألبسة كتجسيد ظاهري للعلاقة مع الذات والخارجية مع الآخرين

الألبسة الحديثة - محاولة تغيير..... ٥٥

الكارما وعلاقتها بالألبسة..... ٥٦

تأثير التوترات الداخلية على اختيار الألبسة..... ٦٠

طاقة الألبسة والحالة الصحية..... ٦٢

سيكولوجية الحمية - محاولة تغيير الإنسان للقدر

وسيلة إضافية غير مفيدة نستخدمها للتغيير..... ٦٥

حمية للعقل..... ٦٥

الحمية تقوي الشهوات..... ٧٠

الفصل الثالث..... ٧٩

العمل على الكارما الواقعية

معرفة الذات

تجف الألبسة المبتلة بسرعة إذا قمنا بنشرها..... ٧٩

الصفات المختصرة للأنواع السبعة من الطاقة..... ٨٤

الطاقة الفيزيولوجية..... ٨٤

الطاقة الجنسية..... ٨٤

طاقة الأحاسيس الانفعالية (السيكولوجية الانفعالية)..... ٨٥

طاقة الحالة المادية (المال)..... ٨٦

طاقة الوعي (المعلومات)..... ٨٧

طاقة السلطة (الطاقة التنظيمية)..... ٨٧

طاقة الإيمان..... ٨٨

- ٩٠..... إدراك معنى طاقة الكارما ، يعني القدرة على التغيير
- ٩٧..... عدم الرضا على الذات - دافع جيد للعمل الدؤوب
- ٩٩..... كيف يمكننا أن نزيد من حجم الطاقة الكارمية الكامنة
- ١٠٤..... مواصفاتنا الداخلية هي التي تحدد القوة والضعف
- ١٠٧..... ما الذي يؤثر علينا في واقع الأمر أكثر من كل شيء آخر
- ١١١..... الجدول الذي يعطي نظرة شاملة للحياة
- ١١٤..... كيف يمكن تسخير جدول تصحيح الكارما لخدمة مصلحتكم
- ١١٩..... البديل عن الخاتمة

من منشورات دار علاء الدين

- | | |
|--|---|
| ● طاقة بيتك | ● الكارما الطاهرة |
| الكسندر بيريفين، نتاليا بيريفينا | س.ن. لازاريف |
| ● كيف تكون ظاهرة فريدة | ● وزن الماكروبيوتيك العودة للشباب وإطالة العمر |
| ألبرت إيغانتنكو | غ. أوساوا |
| ● المساج بدون لمس وطرق توجيه الطاقة وتصويب الكارما | ● من أسرار العقل |
| إ. كوبيتوف | غدويس و غروست |
| ● فن العلاج النفسي | ● لغة الجسد |
| إيمي بوليس، بيل هينكين | غدويس و غروست |
| ● التقمص أحاديث مع متقمصين تجارب عملية | ● الأخلاق وقوانينها في الكون الثنوي |
| تورفالد دتلفزن | فلاديمير جيكارنتسف |
| ● الشفاء عن طريق التقمص معايشة الولادة المتكررة | ● البنية الثنوية للكون وقوانينه |
| تورفالد دتلفزن | فلاديمير جيكارنتسف |
| ● مختارات في الخير والشر | ● العوض في ازدواجية الكون |
| تورفالد دتلفزن | فلاديمير جيكارنتسف |
| ● الطريق إلى القيادة وتنمية الشخصية | ● إبعاد الحياة بين التأمل والتركيز |
| ج. كورتوا | فلاديمير جيكارنتسف |
| ● رحلة الأرواح دراسات لحالات عن الحياة بين الحيوانات | ● نظرة في أعماق النفس |
| د. ميشيل نيوتن | فلاديمير جيكارنتسف |
| ● الحياة بعد الحياة | ● فانتغا اعترافات البصارة العمياء |
| رايموند ماودي | كراسيميرا ستويانوفا |
| ● الكارما | ● الاككتاب |
| س. ن. لازاريف | ليز ماكليرن |
| ● تشخيص الكارما | ● الكارما تغيير المستقبل |
| س. ن. لازاريف | ميخائيل ميلر |
| ● تشخيص الكارما الارتقاء الروحي | ● النوم والأحلام |
| س. ن. لازاريف | ميس خوسي |
| ● تشخيص الكارما أسئلة وأجوبة | ● من ما وراء الحس الميتافيزيقي إلى العوالم الأخرى |
| س. ن. لازاريف | ن. فد فيرينتسوف |
| ● تشخيص الكارما تخطي السعادة الحسية | ● الحقل البيولوجي المعالج |
| س. ن. لازاريف | ي. أتريباكوف |
| ● تشخيص الكارما طرق التطهير الروحاني | |
| س. ن. لازاريف | |