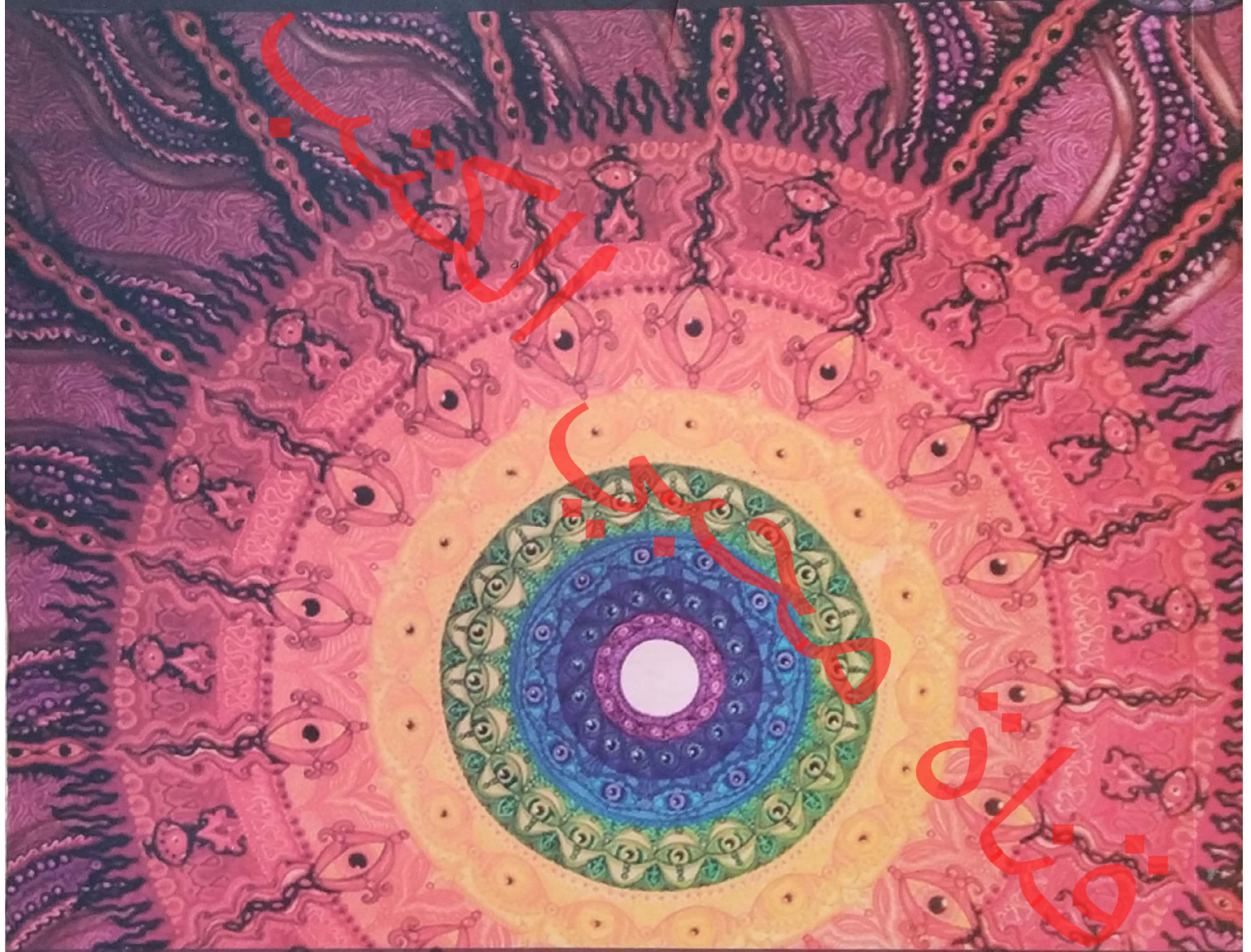


OSHO
أوشو



البحث عن العجائب

ترجمة: د. محمد ياسر حسكي



In search of miracles

البحث عن العجائب

أوشو

ترجمة: د. محمد ياسر حسكي

Copyright 1995 osho international foundation.

www.osho.com

All rights reserved

حقوق الطبع العربية محفوظة للناشر ©

للطباعة والنشر والتوزيع



دالخيال

بناية يعقوبيان بلوك ب طابق 3-شارع الكويت

المنارة-بيروت-2036 6308

لبنان-تلفاكس : 009611-740110

E-mail: alkhayal@inco.com.lb

التنفيذ الفني دالخيال للطباعة والنشر والتوزيع

الطبعة الأولى 2014

ohso علامة تجارية مسجلة، عائدة إلى مؤسسة أوشو الدولية، لا يجوز استعمالها

إلا بإذن خاص من المؤسسة الأم.

لا يجوز نسخ أو استعمال أي جزء من هذا الكتاب في أي شكل من الأشكال أو بأية وسيلة من الوسائل سواء التصويرية أم الاللكترونية أم الميكانيكية؛ بما في ذلك النسخ الفوتوغرافي والتسجيل على أشرطة أو سواها وحفظ المعلومات واسترجاعها دون إذن خطي من الناشر.

أوشو

البحث عن العجائب

مكتبة

ثقافة

ترجمة: د. محمد ياسر حسكي

المحتويات

- 7..... الفصل الأول: الكونداليني - الثعبان النائم
- 35..... الفصل الثاني: المادة والإله شيء واحد
- 63..... الفصل الثالث: عروض أوشو الديناميكية
- 73..... الفصل الرابع: التأمل: الموت والقيامة
- 99..... الفصل الخامس: عروض أوشو الديناميكية
- 107..... الفصل السادس: نعمة الإله وجهودنا
- 135..... الفصل السابع: عروض أوشو الديناميكية
- 145..... الفصل الثامن: اللحظة الحاسمة في تناول اليد
- 181.. الفصل التاسع: طاقة «كونداليني»، «شاكتيات» النعمة «جريس»
- 211..... الفصل العاشر: التأمل ليست الصلاة التي تمتلك مستقبلاً عظيماً
- 249..... الفصل الحادي عشر: كيمياء التنفس الفوضوي
- 269..... الفصل الثاني عشر: الكونداليني تحوّلك

الفصل الأول

الكونداليني - الثعبان النائم

1970 - 5 - 2

أنا لا أعرف لماذا جئت إلى هنا، وربما أنت أيضاً لا تعرف، فمعظمنا يعيش دون أن يعرف لماذا يعيش وإلى أين يذهب ولماذا. نحن لا نسأل أنفسنا «لماذا»؟ إذا كنا نُمضي كل حياتنا دون طرح هذا السؤال المهم، فلا ينبغي أن نندهش إذا لم نعرف الغرض من مجيئنا إلى هنا. ربّما يعرف البعض جواب هذا السؤال ولكنهم قلائل.

نحن نعيش ونمشي وننظر ونسمع في حالة من السبات، وفي حالة من فقدان الوعي العميق يجعلنا لا نرى الواقع، ولا نسمع ما يُقال، ولا ندخل في اتصال ولا نتفاعل مع ما حولنا من جميع الجهات من الداخل والخارج، ولذلك ليس من المُستغرب إذا كنت أتيت إلى هنا دون أن تعرف لماذا وعلى نحو غير واع.

نحن لا نعرف لماذا نحن على قيد الحياة ولا نعي ماذا نفعل إلى درجة أننا لا نعي تنفسنا حتى.

أنا أعرف جيداً لماذا أنا هنا، وهذا هو بالضبط ما أريد أن أشاطركم

به.

يستمرّ البحث الإنساني منذ عدة حيوات، وبعد عدد لا يُحصى من الحيوات يقضيها الإنسان في محاولة المعرفة، فإنه يحصل فقط على لمحة مما نُسميه النعيم والسلام والحقيقة والإله، «الموكشا» أو «النيرفانا» أو سمّها كما شئت، لأنه ليس هنالك كلمات يُمكن أن تُعبّر عن ذلك. يصل

الإنسان إلى ذلك بعد العديد من الحيات، وجميع الباحثين يظنون أنهم سيكونون سعداء جداً عندما يصلون ولكنهم مُخطئون. عندما يصلون فإنهم يكتشفون أن الأمر ليس سوى بداية عمل وجهد جديد، وأنه ليس هنالك أي راحة.

لقد كان الباحث يُحاول حتى الآن أن يبذل أقصى جهده من أجل العثور عليه، وبعد أن يعثر عليه يتجه أبعد من ذلك فيحاول أن يتقاسم الأمر مع الآخرين. لو لم يكن الأمر كذلك لما تجول «بوذا» في مدننا ولا طرق «مهافيرا» على بابنا ولم يدعونا «المسيح». بعد الاتصال مع «الأعلى» يبدأ عمل جديد. في الواقع، عندما تجد شيئاً عظيماً في الحياة، فإن هذا الأمر يجلب فرحاً وسعادة كبيرين، ولكنّ الفرح والسعادة يتضاعفان عندما تتشاركه وتتقاسمه مع الآخرين. إن الإنسان الذي أنعم الإله عليه بهذا النعيم وهذه النشوة يبدأ دون أخذ قسط من الراحة بمشاركته مع الآخرين، كما تقوم الوردة المفتحة بنشر عبيرها وعطرها، وكما تُسقط السحابة مطرها، وكما ترتفع الموجة لتعانق الشاطئ، كذلك الأمر مع مَنْ وجد شيئاً من وراء الحدود، إذ تطمح روحه لملا كل الأماكن بهذا العطر.

إنني أدرك جيداً لماذا أنا هنا، وسيكون لاجتماعنا معنى إذا كنت هنا من أجل الأسباب نفسها، وإذا التقينا على نفس المستوى. خلاف ذلك، كما هو الحال غالباً، فلن يحصل الاجتماع مع أن مساراتنا تقاطعت. إذا لم تكن هنا من أجل الأسباب نفسها الموجودة عندي فلن نجتمع على الرغم من أننا نعيش على هذا النحو القريب.

أود حقيقة أن ترى ما أراه الآن. إنه قريب جداً ومن المدهش أنك لا تراه. أنا أظن أنك كثيراً ما أغلقت عمداً عيونك وآذانك، وإلا كيف استطعت تضييع وتفويت هذا؟ لقد قال يسوع مراراً وتكراراً إن الناس لديهم عيون ولكنهم لا يُصرون، ولديهم آذان ولكنهم لا يسمعون. إن الأعمى والأصم ليسا اللذين فقدوا حاسة السمع والبصر، وإنما هناك

أناس عمي وصمّ مع أنّهم يمتلكون الحواس. هذا هو سبب أنّك لا ترى ولا تسمع ولا تشعر بالشيء القريب جداً الذي يُحيط بك في كلّ مكان. ما الأمر؟

بالتأكيد، هناك بعض العقبات الصغيرة التي تمنعك من الرؤية ولكنها ليست كبيرة، وهي تُشبه حبة الغبار التي وقعت في العين وتمنعك أن ترى الجبل بأكمله. إنّ ذرة غبار صغيرة جداً قد تعمي عينيك. إنّ المنطق يقول إنّّه يجب أن تكون ذرة الغبار شيئاً كبيراً جداً ما دامت قد حجبت رؤية الجبل كله، والحساب يقول أيضاً إنّ ما يحجب الرؤية هو جبل كبير أكبر من الجبل الذي تُريد رؤيته، ولكن في الواقع، فإنّ ذرة الغبار هي شيء صغير جداً وكذلك عيناك صغيرتان، لأنّ ذرة الغبار أغلقت مجال الرؤية، مما يجعل الجبل يبقى مُغلِقاً وغير مرئي بالنسبة إلى العين.

بالطريقة نفسها فإنّ الشيء الذي يمنع الرؤية الداخلية الخاصة بك ليس جبلاً وإنّما ذرة صغيرة من الغبار، وهذا ما يجعلنا نعمى عن الواقع وتبقى بسبب عقبات ضئيلة كلّ حقائق الحياة مخفية عنّا.

بالطبع، أنا لا أتحدث عن العيون الفيزيائية التي نرى بواسطتها الأشياء وهذا يخلق المزيد من الارتباك. تذكرُ جيداً أنّ المهمّ بالنسبة إلينا في الوجود هو تلك الحقيقة فقط التي نستطيع أن نشعر بها ونتقبلها ونفهمها ونتفاعل معها. إذا كنتُ لا أملك آذاناً فلن أستطيع سماع هدير البحر وضجيج القوي الذي يصمّ الآذان، وحتى لو بقي المحيط على هديره إلى الأبد فلن أستطيع سماعه، وسيبقى هدير المحيط بسبب عدم وجود السمع أمرٌ غير ذي جدوى بالنسبة إليّ. عندما لا يكون لديّ عينان فلن أستطيع رؤية الشمس ولو أتت على عتبة بابي. إذا لم يكن لديّ يداّن فلن أستطيع اللمس مهما كنتُ أريد ذلك.

هناك حولنا حديث كثير عن الإله والنعيم: يُوجد في العالم الكثير من الكتب المقدسة، وهناك الملايين من الناس الذين يُصلّون ويُغنون التراتيل في الكنائس والمعابد والمساجد، ولكن على الرغم من كلّ ذلك، لا يبدو

أنا في اتصال مع الإله، فنحن لا نراه ولا نسمعه ولا نشعر بنبضه في
 كياناتنا، ويبدو كل هذا مجرد كلام فارغ. ربّما نستمرّ في الحديث عن
 الإله على أمل أنّه من خلال هذه الأحاديث يُمكن أن نجد الإله أو ندحض
 امكانية مُعَاينة الإلهي، ولكن إذا تحدّث الأصمّ طوال حيوات كثيرة عن
 الأصوات الموسيقية، وتحدّث الأعمى إلى الأبد عن الضوء فلن يحدث أيّ
 شيء. ربّما مع ذلك، قد يكون كلاهما ضحية الوهم بأنهما ليسا من
 المكفوفين أو الصمّ. عندما يتكلمان عن هذا، يُمكن أن يُؤكّدا أنّهما على
 علم ما الصوت وما الضوء.

لقد تمكّنتُ المعابد والكنائس والمساجد التي أنشأناها في كلّ الأرض
 من انشاء الوهم والخداع. إنّ الناس الذين يجلسون في هذه المعابد
 وحولها لا يملكون إلا الأوهام. إنّ أقصى ما يُمكنهم أن يفعلوه هو أن
 يُؤمنوا بالإله ولكنهم لا يستطيعون معرفته. إنّ الاعتقاد ليس أكثر من
 مُجرد كلام وأحاديث، إذ إنّنا نستطيع أن نعتقد عندما تكون الكلمات
 مقنعة تماماً. إذا كان هناك شخص يُثبت بقوة وجود الإله، ولا نستطيع أن
 نُثبت عدم وجوده، فإننا نشعر بالهزيمة ونقبل الإله، ولكنّ الإيمان ليس
 المعرفة، فمهما حاولنا إقناع رجل أعمى بوجود الضوء، فلن يستطيع أن
 يعرف النور ولا يُمكن أن يراه.

أنا هنا مع التفهم بأنّ المعرفة أمرٌ مُمكن.

بالتأكيد، لدينا مركز في الداخل لا يعمل وهو في حالة غير نشطة،
 هذا المركز لا يُوصّل إليه إلا في حالات نادرة جداً. عندما وصل
 «كريشنا» إلى هذا المركز بدأ يرقص في نشوة كبيرة، وعندما وصل
 «يسوع» إلى هذا المركز صرخ على الصليب: «أبتاه اغفر لهم، فإنّهم لا
 يعلمون ما يفعلون!». لقد وصل «مهافيرا» وعرف هذا المركز، وبفضل
 هذا المركز أصبح «غاو تاما سيدهارتها» يُدعى «بوذا المستنير». على وجه
 التحديد، هناك مركز له علاقة بالعين والأذنين وهو نائم الآن، وأنا هنا
 بالضبط من أجل مُساعدتك على إيقاظ هذا المركز.

إنّ المصباح الكهربائي الذي يُضيء لنا جميعاً، إذا قطعت الأسلاك التي تُوصِّله مع محطة توليد الكهرباء فسينطفئ ويتوقف عن الإضاءة على الرغم من أنه سيبقى كما هو. إذا لم يصل التيار الكهربائي إلى المصباح فسيكون لدينا هنا ظلام بدل الضوء. إنّه المصباح نفسه ولكنه توقّف عن العمل لأنّ التيار لا يمرّ خلاله. ماذا يُمكن أن يفعل المصباح المسكين إذا كان التيار لا يصل إليه؟

هناك مركز داخل كلّ واحد منّا نستطيع من خلاله معرفة الإله، ولكن بما أنّ قوة الحياة لا تصل إلى هذا المركز، فهو لا يعمل ويقع في حالة من السُّبات العميق. إنّ عيونك عديمة الفائدة حتّى لو كانتا طبيعيتين وتمتعتان بالصحة، إذا لم تصلهما قوة الحياة لتُنشطهما.

لقد أتوني بامرأة شابة كانت تُحبّ شاباً وعندما علمتُ أسرتها بالأمر منعوها من لقائه وبنوا جداراً بينهما «جدار حقيقي». نحن بحاجة إلى إنشاء عالم طبيعي لا يبني الجدران بين المحبين. أوقفتُ الأسرة أيّ نوع من الاتصال بين الفتاة وصديقها. هذه الفتاة تنتمي إلى أسرة مُحترمة، ويعيش حبيبها جاراً لها في الحي، وكانا عادة يريان بعضهما البعض على أسطح منازلهما، ولذلك، بالمعنى الحرفي تمّ بناء جدار كي لا يتقابلا.

في ذلك اليوم عندما تمّ بناء الجدار، أُصيبَت المرأة الشابة بالعمى.

في البداية لم يُصدّق والديها وظنّوا أنّها تتظاهر بالعمى. قاموا بشتمها وتوبيخها وهددوها بالضرب، ولكنّ العمى لا يتمّ علاجه بالضرب. ثمّ بدأوا باستشارة الأطباء، الذين قالوا إنّ كلّ شيء على ما يُرام بشأن عينيها، ولكنهم أكّدوا أيضاً أنّها لا تكذب وأنّها لا ترى حقيقة. قال الأطباء إنهم لا يستطيعون فعل أيّ شيء حيال ذلك، وإنّ الأمر نوعٌ من العمى النفسي. لقد توقفتُ قوّة الحياة عن القدوم إلى عينيها وكان هناك حاجز ومانع أمامها، ولهذا السبب أُصيبَت الشابة بالعمى على الرغم من أنّها لم يحدث أيّ شيء فيزيائي مع عينيها.

عندها تمّ إيصال الوالدين من خلال أقاربهما إليّ. حاولتُ أن أفهم ما

الأمر، وسألْتُها ماذا حدث بالفعل، وهل حدث شيء ما على مستوى تفكيرها. روت لي القصة بأكملها ثم أضافت: «عندها أوصلني تفكيري إلى أنه ليس هنالك منفعة من العيون إذا لم تتمكن من رؤية الشيء الوحيد الذي كان يستحق أن تراه. من الأفضل أن تتوقف عن الرؤية، وبقيت هذه الفكرة تلاحقني طوال اليوم عندما تمّ بناء الجدار، وبسبب ذلك أصبحت عمياء. لقد تمّ رفض الشخص الوحيد الذي تُريد عيناى أن تراه، وهو يعني كل شيء بالنسبة إليهما، ولذلك من الأفضل أن يفقدا القدرة على النظر».

إنّ تفكير المرأة الشابة أوصلها إلى العمى فقد توقفت قوة وطاقة الحياة عن الذهاب إلى عينيها. إنّ عينيها في حالة جيدة، وتستطيع أن ترى بهما، ولكنّ الطاقة التي كانت تدعم الرؤية لم تعدّ تصل إليهما.

إنّ مركز لوجودنا مُختبأ في داخلنا، هذا المركز يعرف الإله، ومن خلاله نحصل على لمحات من الحقيقة، ونرتبط بالطاقة الحيوية الابتدائية. في هذا المركز تُسمع الموسيقى السماوية التي يتمّ إنشاؤها دون استخدام أدوات، ومن خلال هذا المركز بالذات يصل إلينا عبير عطر لا يُمكن وصفه وهو غير موجود على وجه الأرض. إنّهُ المركز نفسه الذي لا يعرف الحدود وهو الباب إلى الحرية المطلقة. يقودنا هذا المركز إلى ما وراء الحدود حيث الفضاء بلا حدود والفضاء اللامتناهي الذي لا يعرف الحزن، والذي ليس أيّ شيء آخر غير النعيم، بل وشيء أكبر بكثير من النعيم، إنّهُ وفرّة النعيم.

في الواقع فإنّ قوة حياتنا لا تصل إلى هذا المركز، وتبقى محبوسة في مكان ما في الطريق إليه، وتحوّل في مكان ما بالقرب منه إلى اتجاه آخر. يجب أن نفهم هذا على نحو جيد، لأنّ ما أسمىه التأمل، سيكون أقصى ما نفعله في هذه الأيام الثلاثة من أجل أن تصل قوة الحياة إلى هذا المركز، حيث يُمكن أن تفتح الزهرة ويُضيء المصباح، وتفتح العيون والعين الثالثة، حيث يُمكنك الوصول إلى الاستشعار العالي. هذا المركز

هو بالذات الذي شاهد البعض الحقيقة، أو الإله، أو أيّ تسمية أخرى من خلاله، والذي يمتلك الجميع كلّ الحق في رؤيتها من خلاله.

ليس بالضرورة أن تتحوّل البذور إلى شجرة لأنها بذور فقط. إن أيّ بذرة تمتلك الحق في أن تُصبح شجرة، ولكن لا يحصل هذا مع الجميع. على الرغم من أن البذرة تمتلك الإمكانية الداخلية في أن تُصبح شجرة، ولكن من الضروري في البداية زرعها وتسميدها. ثمّ من أجل أن تُصبح شجرة، ينبغي أن تنبت هذه البذرة وتفنى وتموت كبذرة في التربة. إن البذرة التي على استعداد أن تتفتت وتختفي في باطن الأرض هي فقط يُمكن أن تتحوّل إلى شجرة، وإذا نظرنا إلى كلا البذرة والشجرة جنباً إلى جنب، فإنّه من الصعب أن نُصدّق أن مثل هذه البذرة الصغيرة يُمكن أن تُصبح هذه الشجرة الكبيرة. إن الأمر يبدو مستحيلًا.

يبدو من المستحيل أن تتحوّل بذرة صغيرة إلى شجرة كبيرة. ينشأ هذا الشعور دائماً عندما نرى شخص مثل «كريشنا» أو «بودا». عندما نقف جانب «كريشنا» نرى أنه أمرٌ مستحيل أن نُصبح مثله، ولذلك نقول: «أنت إله، ونحن من عامة الناس، ولا يُمكن أن نكون مثلك. أنت رمز وتجسد، ونحن شعب مسكين نستطيع بالكاد أن نكون موضع اهتمام الوجود. لا نستطيع أن نكون مثلك أبداً». عندما كان الناس يُقابلون «بودا» أو «مهافيرا» في الطريق كانوا يُلامسون أقدامهم ويقولون: «أنت» تريتهانكارا»، تجسد الإله، ونحن أناس عاديون جداً». لو كانت البذرة تستطيع أن تتكلّم لقاتل للشجرة الكلام نفسه: «أنت إله، أما أنا فبذرة بسيطة، ولا يُمكن أن أكون مثلك». كيف يُمكن للبذرة أن تُصدّق أن هناك شجرة ضخمة مُخبأة داخلها؟

إنّها حقيقة أن ما هي الآن شجرة ضخمة قد كانت يوماً ما بذرة صغيرة، وأن بذرة الغد كانت في الأمس شجرة ضخمة.

إنّ الامكانيات اللانهائية مُخبأة في كلّ واحد منا، ولكن ما دمنا لا نعيها فلن نستطيع أيّ كتب مقدسة ولا أيّ شخص رباني أن يُثبت

وجودها مهما كان صوت صراخهم عالياً. هكذا ينبغي أن يكون، لأنه خداع واضح أن نؤمن بما لا نعرف، ومن الأفضل أن نقول إننا لا نعرف ما الإله.

من الصحيح أيضاً أن بعض الناس قد عرفوا الإله، وهناك بعض الأشخاص الآخرين الذين عرفوا هؤلاء العارفين، وتغيرت حياتهم تماماً بسبب هذا: لقد رأوا الزهور السماوية وهي تفتح في كل مكان حولهم، ولكننا لا نستطيع رؤية هذه الزهور من خلال عبادة هؤلاء الناس. للأسف، فقد توقفت الأديان عند العبادة. كيف يمكن للبذرة أن تصبح شجرة من خلال عبادتها للشجرة؟ إن النهر لا يمكن أن يصبح محيطاً مهما اشتغل في عبادته، وكذلك البيضة مهما عبدت الطير، فلن تستطيع فتح أجنحتها باتجاه السماء. يجب أن يكسر الصوص قشرة بيضته، في البداية يجب أن تختفي البيضة. عندما يخرج الصوص من بيضته، فهو لا يستطيع أن يتخيل أنه يمكنه أن يطير. عندما يرى الطيور فلن يُصدق أنه يمكنه أن يطير أيضاً، وحتى عندما تطير أمه وتدعوه إلى الطيران، فإنه لا يمتلك الشجاعة الكافية ويرتجف. إنه يجلس على حافة الفروع ويستجمع قواه وشجاعته. كيف يمكن لشخص لم يُجرب الطيران سابقاً، أن يُصدق أنه يستطيع الطيران والبدء برحلة طويلة في السماء الهائلة؟

أنا أعلم أنه خلال هذه الأيام الثلاثة، هناك من سيجلس على فروع أشجار الصنوبر ويتعجب: هل الرحلة إلى المجهول أمرٌ ممكن؟ مهما دعوتك بصوت عالٍ إلى القفز، وإلى القيام بقفزة نوعية، وإلى الطيران، فلن تُصدق بإمكانية أنك تستطيع أن تطير، مثل الطائر الذي لم يفتح أجنحته قط، هل يمكن أن يُصدق في إمكانية الطيران؟ لا يوجد سوى طريقة واحدة وهي القفز. ذات يوم سيتوجّب عليك أن تقفز دون أن تعرف الأمر. يجب أن تكون قفزة في الظلام ومن هنا يبدأ كل شيء. عندما يُريد إنسان أن يتعلم كيفية السباحة، فلن يكون مُخطأ إذا قال

إنه لن يدخل في النهر ما دام لا يُتقن السباحة. يبدو الأمر صحيحاً ومنطقياً، كيف يُمكنه أن يدخل في الماء قبل أن يتعلّم السباحة؟ ولكنّ المُعلم يقول إنه من غير الدخول في النهر فلن يُمكنه أن يتعلم السباحة، وقد يستمرّ هذا النقاش إلى ما لا نهاية، ما الحل؟ يُصرّ المدرب أنه عليه أن يدخل المياه أولاً، وإلا فإنّ تعلّم السباحة سيكون أمراً مستحيلاً. في الحقيقة، إنّ المدرب على حق، لأنّ التعلّم في الواقع يبدأ من دخول النهر. إنّ كلّ الناس يُتقنون السباحة ولا حاجة إلى تعلّمها. إذا كنت تتقن السباحة فأنت تعرف أنه لا حاجة إلى تعلّمها. كلّ الناس يُتقنون السباحة، ولكن ليس كلّ أحد يعرف كيفية السباحة الصحيحة على نحو منهجي. أنت تحصل على الطريقة وتعمل على اتقانها بعد دخول النهر. في البداية أنت تُلوّحُ بيديك وقدميك على نحو عشوائي، ولكن كلما مارست السباحة أكثر، أصبحت أكثر مهارة في القيام بالأمر. كلّ الناس يُتقنون التلويح بالذراعين والساقين، ولكن إذا تدرّبتَ بعض الوقت، يُصبح التلويح أكثر انتظاماً، ولذلك فإنّ أولئك الذين يعرفون، يقولون إنّ الناس لا يتعلمون السباحة، وإنّما يتذكرونها.

✦ أولئك الذين يعرفون يقولون إنّ تجربة الإله هي تذكّر فقط، وليست شيئاً علينا أن نتعلمه اليوم. في ذلك اليوم عندما نصل إلى المعرفة سنهتف: «أوه، هذا ما تعنيه السباحة! لقد كُنّا نعرف كيف نفعل ذلك طوال الوقت، ولكن لم تكن لدينا الشجاعة من أجل القيام بقفزة، لقد كُنّا نقضي الوقت دائماً ونحن نتمشى على شاطئ النهر». إنّ القيام بخطوة في الماء هو أمرٌ ضروري جداً، إذ يبدأ العمل عندما تصل لتكون في الداخل فقط.

إنّ المركز الذي أتكلّم عنه مخفيٌ في دماغ الإنسان. إذا سألتَ الأخصائيين في الدماغ، فسيقولون إنه ليس هنالك سوى جزء صغير جداً من الدماغ في حالة نشطة وفعالة ويبقى الجزء الأكبر خاملاً ولا يعمل، ومن الصعب معرفة ما هو الشيء المخفي في هذا القسم الأكبر. إنّ

العباقره حتى يستخدمون جزءاً صغيراً جداً من الدماغ ويبقى الجزء الأكبر خاملاً وغير مستخدم. إن الدماغ هو مسكن ومنزل ما نُسَمِّيه الاستشعار العالي، الحاسة السادسة أو العين الثالثة. هذا المركز مُغلق وغير نشط، ولكن عندما يفتح، فإننا نرى أبعاداً جديدة كثيرة في الحياة، إذ تختفي المادة ويظهر الإله، وتضيع الصيغة والشكل ويظهر اللاشكّل، وتذوب الصورة ويُعرف الأصل، ويتوقف الموت ويُفتح الباب أمام الخلود. هذا المركز الذي يُرى كلّ هذا من خلاله مُغلق في الوقت الراهن، كيف يتمّ تنشيطه وتفعيله؟

كما قلتُ، إنّ المصباح يبقى دون عمل حتى يصله التيار الكهربائي. قُمْ بوصل المصباح إلى التيار وسيُضئ ويعود إلى الحياة. إنّ المصباح ينتظر دائماً لحظة وصله بالتيار، ولكنّ التيار الكهربائي لا يظهر بنفسه، وحتى عندما يتحرّك من خلال الأسلاك فهو بحاجة إلى المصباح ليُظهره. إنّ التيار والمصباح مُضطرّان إلى بعضهما البعض بالقدر نفسه لكي يظهر الضوء. إنّ قوة الحياة موجودة فينا، ولكنّها لا يُمكن أن تظهر ما لم تصل إلى المركز، الذي يجعل ظهورها أمرًا مُمكن.

نحن نقول أننا أحياء، ولكن هل تعتقد أنّ التنفّس هو الحياة؟ هل تعتقد أنّ هضم الطعام هو الحياة؟ هل الحياة حقيقة هي مُجرّد أن تستلقي في فراشك ليلاً ثمّ تستيقظ في الصباح؟ هل الحياة أن ينمو الطفل ويكبر ليُصبح شاباً ثمّ يهرم ويشيخ ويموت؟ هل يُعقل أن تتكون الحياة من الولادة والموت فقط؟ أم أنّها فقط في المغادرة وإبقاء أولاد ورائك؟

كلا، فالآلات يُمكن أن تفعل ذلك أيضاً، إن لم يكن اليوم فستكون قادرة على فعل ذلك غداً. سيُولد الأطفال في الحجرات التجريبية. إنّ الطفولة والشباب والشيخوخة عمليات ميكانيكية. عندما يصنعون سيارة فلديها أيضاً شباب وشيخوخة. كلّ آلة تمرّ بمراحل الطفولة والشباب والشيخوخة. عندما تشتري ساعة فهي تمتلك ضمانية بأن تعمل مثلاً «عشر سنوات». هذه الساعة تمرّ بمرحلة الشباب ثمّ تهرم

وتموت. إنَّ كلَّ آلة تُولَد وتعيش وتموت، ولذلك، فإنَّ ما نُسمِّيه عادة «الحياة» ليس أكثر من آلة.

إنَّ الحياة هي شيء آخر تماماً.

إذا كان هذا المصباح الكهربائي الميت لا يعرف ما التيار الكهربائي، يُمكن أن يظنَّ أن واقعه هو الحياة. عندما يتأرجح المصباح تحت تأثير الرياح فإنه يقول: «أنا على قيد الحياة لأنني أهتز»، ويعتبر هذا الأمر على أنه حياته، ولكن ماذا يقدر أن يقول عندما يصله التيار الكهربائي في المرة الأولى؟ لا بُدَّ أن المصباح سيقول: «إنه شيء لا يُمكن وصفه! أنا لا أعرف ما حدث لي. لقد كنتُ قبل لحظة مضت مُمتلئاً بالظلام، والآن كل شيء قد امتلأ بالنور الذي تنتشر إشعاعاته في كلِّ الاتجاهات». ماذا يُمكن أن تقول البذرة في ذلك اليوم عندما تنمو لتُصبح شجرة؟ يُمكن أن تقول: «أنا لا أعرف ما حدث لي. من المُستحيل أن أتحدَّث عن ذلك. لقد كنتُ بذرة صغيرة وأنا لا أعرف ما حدث لي الآن، ولذلك من الصعب أن أقول ما حدث معي».

من أجل ذلك، فإنَّ أولئك الذين عرفوا الإله لا يقولون ما خبروه بأنفسهم، وإنما يختصرون القول إنَّه ليس هنالك علاقة بين ما كانوا عليه وبين ما أصبحوا عليه. إنَّهم يقولون: «إنَّ مكان الظلام قد أصبح الآن مُمتلئاً بالنور. لقد كنَّا شوكاً وأصبحنا الآن زهوراً مُفتحة، كنَّا مُتجمدين قبل الموت، أمَّا الآن فنحن نسبح مع تيار الحياة. إنَّهم يقولون: «كلَّا، نحن لم نعرف ولم نُدرك ولم نُحقق شيئاً». يقول العارفون: «كلَّ هذا من رحمته، لقد حدث الأمر بنعمته، وليس بسبب جهودنا».

ولكن هذا لا يعني أنه لم يكن هناك أيَّ جهود. في الحقيقة عندما تعرف الإله فانت تشعر أن هذه رحمته، ولكن من أجل الحصول على هذه النعمة أنت تحتاج إلى جهد كبير. ما هذا الجهد؟

من جهة فإنَّ الأمر يلزمه جهد غير كبير، ومن جهة أخرى فإنَّ الأمر يحتاج إلى جهد ضخم. إنَّ الأمر يلزمه جهد غير كبير بمعنى أن المركز

ليس بعيداً كثيراً، وأن المسافة بين المكان الذي تُوجد فيه الطاقة، والنقطة التي تنفتح فيها العيون لترى الحياة هي مسافة غير كبيرة، وهي تُساوي اثنين أو ثلاثة أقدام فقط. عموماً فإن طول الإنسان الوسطي الآن هو خمسة أو ستة أقدام، ولذلك، فإن كلّ بنيتنا الحيوية محدودة بخمسة أو ستة أقدام، وكلّ بنيتنا الداخلية موجودة في هذه المساحة الصغيرة.

إنّ مكان تخزين قوة الحياة يُشبه «كوندا» أي مثل الحوض، وهو موجود بالقرب من المركز الجنسي، وهذا هو سبب أن هذه الطاقة مشهورة بإسم «الكونداليني» أي بحر الماء. هناك سبب آخر لإسم «الكونداليني» وهو أن هذه الطاقة حقيقة تُشبه الثعبان النائم، الملفوف في حلقة. إذا رأيت الثعبان النائم فأنت تعلم كيف ينام وهو ملتف في حلقات ويضع رأسه في القمة. ولكن إذا أزعجت الثعبان النائم فإنه يستيقظ ويفكّ التفافه حول نفسه ويرفع رأسه. تُسمّى هذه الطاقة «الكونداليني» لسبب آخر وهو أن حوض قوة الحياة هذا، أو بذور الحياة، يتموضع على مستوى مركز الجنس، ومن هذا المكان بالذات تنتشر الحياة في كلّ الاتجاهات.

من المفيد أن نتذكّر أنّ الرضى بالقليل من المتعة التي نحصل عليها من الجنس، ليست المتعة الجنسية الحقيقية، فهي في الواقع، تأتي من الاهتزازات التي تحدث في حوض الطاقة الحيوية أثناء ممارسة الجنس. إنّ الثعبان النائم يتحرك قليلاً أثناء الجنس، ونحن نظنّ أنّ هذه هي المتعة الرئيسية في الحياة. نحن لا ندرك مُطلقاً ماذا يحدث عندما تستيقظ الأفعى على نحو كامل، وتتحرك خلال وجودنا الداخلي وتصل إلى أعلى مركز في الدماغ. نحن لا نعي ذلك مُطلقاً.

نحن نعيش على أول درجة من سلم الحياة، ولكن هناك درجات أخرى أعلى تقود إلى الإله. إنّ المسافة الصغيرة التي تُقاس بقدمين أو ثلاثة أقدام، هي في الحقيقة مسافة كبيرة جداً بمقياس آخر، إنّها المسافة بين الطبيعة والإله، بين المادة والروح، بين النوم والاستيقاظ، بين الموت

والحياة الأبدية. هذه المسافة كبيرة جداً، وهي في نفس الوقت مسافة قصيرة داخل كياننا، ونستطيع عبورها من خلال التأمل.

إذا كنت تريد إيقاظ الطاقة النائمة داخلك، يجب عليك أن تُدرك جيداً أن الأمر لا يقل خطورة عن محاولة إزعاج وإيقاظ ثعبان نائم. في الواقع، إن إزعاج الثعبان النائم ليس خطيراً إلى هذه الدرجة، وذلك لأن «97%» من جميع الثعابين ليست سامة أبداً، ولذلك يُمكنك أن تلعب بأمان مع «97%» من مجموع الثعابين في العالم فهي غير مؤذية. إذا كان هناك مَنْ يموت من لدغة الأفاعي، فهو في الواقع لا يموت من اللدغة، وإنما من فكرة أن هناك أفعى لدغته. هذه الأفاعي غير سامة، وهناك «97%» منها لا تقتل أحداً، مع أن هناك الكثير من الناس يموتون من لدغات الأفاعي. إنهم يموتون بسبب الاعتقاد بأن الإنسان يجب أن يموت من لدغة الأفعى. عندما يعتقد الإنسان في أمر يُصبح هذا الأمر حقيقة واقعة. إن اللعب مع الثعابين السامة ليس خطراً أيضاً، لأنه في أسوأ الحالات، يُمكن أن تسلبك جسمك، ولكن اللعب مع قوة «الكونداليني» التي أتحدث عنها أمرٌ خطير حقيقة، ولا يوجد شيء أكثر خطورة من ذلك، ما الخطورة في ذلك؟

إن الأمر نوع من الموت أيضاً. إذا استيقظتُ الطاقة داخلك فستموت (كما أنت الآن) وتولد شخصية جديدة تماماً، شخصية فريدة لم تكن موجودة أبداً قبل الاستيقاظ. إن الخوف من هذا الأمر هو الذي يمنع الناس من أن يُصبحوا مُتدينين. هذا هو الخوف نفسه الذي يعترى البذرة ويمنعها من أن تُصبح شجرة. هناك خطورة كبيرة تُهدد البذور: إذ يتم دفنها في التربة، فتموت تحت تأثير المياه والأسمدة كبذرة. إن مثل هذا الخطر يُهدد الصوص أيضاً عندما ينمو داخل البيضة ويكسر قشرتها. يجب أن يموت الصوص كبيضة لكي يُصبح طيراً. نحن نقع في الوضع نفسه في مرحلة ما قبل الولادة لنُصبح شيئاً جديداً. نحن نُشبه الصوص في البيضة الذي يُريد أن يُصبح طيراً، ولكننا نعتبر البيضة هي العالم كله

ونستمرّ بالتعايش ومُحاولة التحرك فيه.

عندما ترتفع هذه الطاقة فلن تعود موجوداً ولن يكون عندك وسيلة من أجل البقاء على قيد الحياة. لو سيطر عليك الخوف فسيكون مصيرك مثلما وصف «كبير» في بيتين من الشعر، إذ قال على نحو رائع: «يجد ذلك فقط مَنْ يبحث غائصاً في أعماق البحر. لقد كنتُ أحمقاً لأنني استمررتُ في الجلوس على الشاطئ مع أنني كنتُ أبحثُ أيضاً». عندما سأل أحدهم «كبير» لماذا بقي جالساً على الضفة، أجابه: «يجد ذلك فقط مَنْ يبحث غائصاً في أعماق البحر. لقد كنتُ أحمقاً لأنني خفتُ من الغرق واستمررتُ بالجلوس على الشاطئ».

إنّ كلّ شخص وجد ذلك، وجده من خلال البحث في الأعماق. إنّ الأمر المهم هو الاستعداد من أجل الغرق والإختفاء. إذا أمكن التعبير عن ذلك بكلمة واحدة فستكون كلمة «الموت» أو «الاستعداد من أجل الموت»، على الرغم من أنّها ليست كلمة مُفرحة كثيراً. إنّ أولئك الذين يخافون من الغرق، بطبيعة الحال، سيبقون على قيد الحياة ولكنهم سيعيشون على شكل بيضة ولن يُصبحوا طيوراً بأجنحة أبدأ. إنّ أولئك الذين يخافون من الغرق، بطبيعة الحال، سيبقون على قيد الحياة ولكنهم سيعيشون على شكل بذرة ولن يُصبحوا أبدأ شجرة يستظل تحتها الآلاف من المسافرين. ما هي المنفعة في البقاء في مرحلة البذرة؟ إنّ الأمر حقيقة أسوأ من الموت.

نعم هناك خطرٌ كبير. إنّ الخطر هو أنّ الشخص الذي كُنّته بالأمس لن يبقى على قيد الحياة. عندما تستيقظ الطاقة فإنّها تحوّلَك على نحو كامل، إذ تستيقظ مراكز جديدة وتنشأ فجأة هوية جديدة وتأتي مشاعر جديدة وكلّ شيء يُصبح جديداً. إذا كنت على استعداد من أجل الجديد، يجب أن تكون لديك الشجاعة لأن تتخلّى عن القديم.

في الواقع فإنّ القديم يُمسكنا على نحو صلب ويربط أيدينا وأرجلنا بقوة إلى درجة أنّ الطاقة الحيوية لا يُمكن أن ترفع رأسها ولا يُمكنها الصعود إلى الأعلى.

إن الرحلة إلى الإله هي في الحقيقة رحلة إلى الخطر، ولكن زهور الحياة والجمال لا تفتح أبداً في الأمان، وإنما تزدهر في الخطر فقط. لذلك لا بد أن أقول بضعة أشياء مهمة حول هذه الرحلة، وبضعة أشياء غير مهمة. أولاً: أنا آمل أنه عندما نجتمع هنا صباح الغد وننطلق في رحلة إيقاظ قوة الحياة، أن تضعوا كل شيء على الطاولة دون أن تمسكوا بأي شيء، فلن يكون الأمر لعبة بأمور صغيرة، ولن يفوز إلا ذلك الذي يضع كل شيء على الطاولة. إذا احتفظت بأي شيء مهما كان قليلاً فستخسر، فالبذرة لن تُحافظ على جزء منها كبذرة وتسمح للجزء المتبقي أن يُصبح شجرة. إذا ماتت البذرة، فهي تموت على نحو كامل، وإذا أنقذت نفسها فهي تفعل ذلك على نحو كامل أيضاً. إن الموت الجزئي غير موجود، ولذلك، إذا تركت ولو قطعة صغيرة من نفسك فسيكون كل عملك دون جدوى. من فضلك اترك نفسك على سجيتها على نحو كامل، فقد حدث مرات عديدة أنه عندما يتمسك الإنسان بأي شيء مهما كانت بسيطة فإنه يخسر كل شيء.

سمعت أنه عندما أُكتشف الذهب لأول مرة في ولاية «كولورادو»، هُرعت كل «أمريكا» إلى هناك. لقد ترددت شائعات إنه إذا اشترى الإنسان قطعة أرض في ولاية «كولورادو» فسيجد الذهب فيها، مما جعل الناس يُقبلون على شراء الأراضي على نحو جنوني. أحد المليونيرات باع كل ما يملك واشترى بكل نقوده جبلاً في ولاية «كولورادو»، ثم وضع آلات ضخمة من أجل التنقيب عن الذهب هناك، وبينما كان الآخرون مشغولين بالتنقيب عن الذهب في قطع الأراضي الصغيرة، بنى الرجل نظاماً كبيراً في جميع أنحاء الجبل من أجل البحث على نطاق واسع وجهزه بأفضل ما وصلت له التكنولوجيا.

لقد عمل مع رجاله بأقصى ما يستطيعون، ولكن لم يكن هناك أي أثر للذهب. وقع المليونير في حالة من الذعر، لأنه خاطر بكل ثروته من أجل هذه المغامرة. لقد كان خائفاً بشدة إلى درجة أنه قال لأقاربه إنهم قد

أفلسوا، وإنه صرف كلّ ثروته ولم يحصل على الذهب في أيّ مكان. عندها وضع الرجل إعلاناً في الصحف المحلية إنه يريد أن يبيع الجبل مع آلات ومعدات التنقيب عن الذهب. قال له أفراد أسرته: «ولكن من سيشتري كلّ هذا؟ إنّ الجميع يعلم أنّه ليس هناك ذهب في هذا الجبل، وأنك أهدرت الملايين دون جدوى. يجب أن يكون الإنسان مجنوناً ليوافق على شراء هذا الجبل».

قال الرجل: «من يدري؟ قد يكون هناك مجنون آخر».

فعلاً وجد المشتري، وقد أراد المليونير أن يُحذّره أنّه يتصرف بجنون، ولكن لم تكفيه الشجاعة بسبب التفكير في العواقب: ماذا سيحدث إذا لم يتمكن من بيع هذا الجبل؟ في النهاية تمّ بيع الجبل، وبعد الصفقة قال للمشتري: «أعتقد أنك مجنون حقيقة، ألا تفهم أنني أبيع هذا الجبل بعد أن أفلسني على نحو كامل؟».

قال المشتري: «نحن لا نستطيع أن نقول كيف ستسير الأمور، فربّما لم يكن هناك ذهب حيث حفرت، ولكن هل تستطيع أن تقول أنّه غير موجود في المكان الذي لم تحفر فيه؟».

أوما المليونير برأسه وقال: «كلا، لا أستطيع أن أقول هذا». كما يحدث في بعض الأحيان فقد حدثت المعجزة وتمّ العثور على الذهب على عمق قدم تحت السطح، في مكان أعمق قليلاً من المكان الذي توقّف فيه مالك الجبل السابق عن الحفر. أصبح المليونير حزينا على نحو مضاعف عندما علّم أنّ الجبل مليء بالذهب. ذهب المليونير إلى زيارة المالك الجديد وهناك على حظّه، فقال الرجل: «إنّ المسألة ليست في الحظ، ولكنك لم تضع نفسك في الأمر كلياً. لقد تخليت عن الأمر دون أن تحفر عميقاً بما فيه الكفاية. كان يجب عليك أن تحفر أعمق من ذلك».

مثل هذه الأمور تحدث في الحياة كلّ يوم. أنا أعرف الكثير من الناس الذين يذهبون من أجل البحث عن الإله، ولكنهم لا يذهبون إلى النهاية

أو لا يضعون أنفسهم في الأمر على نحو كامل، مما يعني أنه ينتظرهم خيبة الأمل. لقد كانت الربانية مرات عديدة على بعد خطوات منهم ولكنهم فوتوها، لقد كان الإله على بعد سنتيمترات عندما عادوا أدراجهم إلى الورا. أنا أرى أحياناً كثيرة بوضوح كيف يتراجع الباحثون إلى الورا عندما يكونون قد وصلوا تقريباً.

تذكر ذلك: يجب ألا تُوفر نفسك بأي شيء وتُخاطر وتضع كل شيء على الطاولة. هل لدينا الكثير في الواقع مما نستطيع أن نُضحّي به في سبيل الإله؟ نحن فقراء حتى في ذلك ولكن الفقر غير مُناسب وليس له مكان في باب الإلهية، إذ علينا المخاطرة بكل شيء، ولكن هذا لا يعني أنه لدينا الكثير مما يُمكن أن نقدمه. إن السؤال ليس فيما لدينا، وإنما هل وضعنا كل شيء على الطاولة، لأنه عندما نفعل ذلك نُصبح على تماس مع المركز حيث قوة الحياة التي تبدأ في الإرتفاع. لماذا أُصِرّ على الكمال؟

في الحقيقة، فقط عندما نضع كل طاقتنا في التأمل، تنشأ ضرورة أن تستيقظ الطاقة المتجمعة والمُخزنة في مستودعها وتأتي من أجل مساعدتنا، وعندها فقط تبدأ قوة الحياة في الإرتفاع وليس قبل. قبل ذلك تكون الطاقة نائمة في «كوندا» أي في حوض التجميع والتخزين الخاص بها. عندما لا يبقى ولو جزء صغير من الطاقة الخاصة بنا غير مستخدم فسنكون مُضطربين أن نتعلق بها. إن القوى الاحتياطية تُستخدم فقط عندما لا يبقى لدينا طاقة وعندها نحتاج إلى قوة الحياة. يتم تنشيط هذا المركز فقط عندما نضع كل شيء على الطاولة، وعندها يُصبح من الضروري أن تُؤخذ الطاقة من خزان التجميع والمركز في هذه الحالة.

على سبيل المثال، أنا أطلب منك أن تركز فتركض، ثم أطلب منك أن تركز بأقصى سرعة فتركض بسرعة مضاعفة. في الواقع، أنت لم تضع في الركض حتى الآن كل طاقتك مع أنك تعتقد أنك تركز بأقصى سرعة. غداً عندما تُشارك في مُسابقة، فستجد أنك تستطيع الركض على نحو أسرع من ذي قبل وأن سرعتك قد زادت. لقد ركضت بكل طاقتك

لأن الأمر مُسابقة وتنافس، ولكن حتى هنا فإن الأمر غير كامل، ففي اليوم التالي، قد يتبعك شخص وييده مسدس، وعندها ستركض بسرعة لم تركزض بها سابقاً أبداً، حتى إنك لتندهش وتنفاجاً عندما تعرف أنه يُمكنك أن تركزض بهذه السرعة. أنت تركزض الآن لتُنقِذَ حياتك. من أين تأتي هذه الطاقة؟ لقد أنقذتك الطاقة الخاصة بك أيضاً.

إن هذه الطاقة التي تستخدمها في الهروب غير كافية من أجل التأمل. لأنك عندما تركزض هارباً من رجل مسلح، فأنت لا تركزض بكامل طاقتك. في التأمل، يجب أن تضع على الطاولة أكثر من ذلك بكثير. عليك أن تضع كل شيء مُمكن. في تلك اللحظة، عندما تلامس تلك النقطة التي تضع فيها كل طاقتك في الفعل، فستجد أنك مُتصل مع طاقة أخرى، وأن هناك طاقة كامنة في داخلك تبدأ في الاستيقاظ.

سوف تشعر بالتأكد بيقظة هذه الطاقة غير العادية. إن الأمر يُشابه كما لو ربطوك فجأة بالتيار الكهربائي. أنت تشعر أن هناك طاقة معينة داخلك مستلقية في الأسفل عند المركز الجنسي تبدأ في الصعود. هذه الطاقة حارة مثل اللهب الحارق، وهي في الوقت نفسه، طاقة باردة مثل نسيم الصباح. إن هذه الطاقة تُشبه الشوكة الحادة، وفي الوقت نفسه هي لينة مثل الزهرة.

عندما ترتفع هذه الطاقة إلى الأعلى تحدث أشياء كثيرة. من فضلك لا تُحدّ نفسك بأي شيء عندما ترتفع هذه الطاقة إلى الأعلى. اترك نفسك على نحو كامل، مثل رجل يسبح في النهر مُستسلماً له ولتياره. باختصار: «اترك نفسك» هذا هو المفتاح.

الآن الشيء الثاني. في البداية يجب أن تضع كل شيء على الطاولة، ومن ثمّ عندما يحدث معك شيء ما نتيجة هذا الرهان الكامل، يجب عليك أن تستسلم تماماً في أيدي هذا «شيء ما»، هذا هو الشيء الثاني. اترك نفسك واسبح ببساطة كما يسبحون مع التيار، اسبح ببساطة. يجب أن تكون مُستعداً من أجل السير إلى أي مكان يحملك إليه النهر.

نعم إنه أمرٌ صحيح أنك يجب أن تُحفظ ذلك وتُثيره إلى حدّ ما، ولكن عندما تستيقظ الطاقة فعلينا فقط الاستسلام إلى أحضانها وترك أنفسنا لها. إن القوى العليا تهتمّ بكلّ شيء وترعى كلّ أحد، ولسنا في حاجة إلى القلق. يجب أن نسبح ببساطة مع التيار.

الأمر الثالث: مع ارتفاع هذه الطاقة يحدث الكثير من الأمور. من فضلك لا ترتعب عندما تحدث هذه الأمور، لأنّ الانفعالات والتجارب الجديدة تُخيف في معظم الأحيان. عندما يُولد الطفل ويخرج من رحم الأم الدافئ المريح، يخافُ ويرتعب. هذا ما يُسميه علماء النفس «الصدمة» التي لا ينساها الطفل أبداً، وتبقى تُطارده وتُلاحقه طوال حياته. يبدأ الخوف عند الأطفال من كلّ جديد منذ الولادة، لأنّه عاش تسعة أشهر في أمان كامل في رحم الأم، ولم يكن عليه أن يقلق بشأن أيّ شيء، لم يكن عليه أن يتنفس ولا يأكل ولا يبيكي، ولم يكن يفعل أيّ شيء بنفسه، فقد كانت الأم تفعل كلّ شيء. إنّ الطفل يقع في حالة من الهدوء والسكون المطلق والراحة. عندما يخرج الطفل من الرحم يصطدم مع عالم جديد وغريب. هذه هي الصدمة الأولى في الحياة، إذ يعتره الخوف على عتبة الحياة.

هذا هو سبب أنّ الناس يخافون من أيّ شيء جديد، ويتشبثون بالقديم ويخافون من الجديد. إنّ الجديد بالنسبة إلينا هو مشكلة بسبب هذه التجربة الأولى. إنّ رحم الأم أفضل بكثير من هذا العالم، ولهذا السبب فإنّ معظم أدواتنا التي نستخدمها في الحياة اليومية تُشبه الرحم: الوسائد، الأرائك، السيارات، غرف المعيشة، كلّها مُصممة على غرار رحم الأم. نحن نحاول أن نجعلها مريحة وهادئة وساكنة مثل الرّحم، ولكننا لا ننجح في الواقع في فعل ذلك. إنّ أول الدروس التي يحصل عليها الإنسان عند الخروج من الرّحم هو الخوف من الجديد.

إنّ تجربة إيقاظ الكونداليني «الطاقة الأساسية الابتدائية» هي تجربة جديدة، أعلى من أول تجربة للطفل، وذلك لأنّ ولادة الطفل تحدث فقط

على مستوى الجسم، أما صحوة الكونداليني فتحدث على مستوى الروح مما يجعلها ولادة جديدة تماماً، ولهذا السبب نطلق تسمية «البراهمة» على أولئك الذين مروا من خلال هذا الاختبار. البراهمة هم أولئك الذين ولدوا مرتين، ويُسمونهم أيضاً «دفيدجا» أي المولود مرتين. عندما يتم إيقاظ هذه الطاقة تحدث الولادة الثانية. في هذه الولادة أنت الأم والطفل في الوقت نفسه، ولذلك يجب أن تمر من خلال مُعاناة مزدوجة: ألم الولادة والصدمة الناجمة عن فقدان الأمن في الوقت نفسه، لهذا السبب، فإن الولادة الثانية يُمكن أن تكون تجربة مُخيفة. إلى جانب صدمة فقدان الأمن يجب أن يمر الإنسان من خلال ألم ولادة الطفل الذي تشعر به الأم، لأنك هنا الأم والطفل في وقت واحد. أنت تُولد ولكن لا يوجد أم منفصلة وطفل منفصل. أنت تُولد وتُعطي الولادة على حدّ سواء، إن ولادتك تجري من خلالك، ولذلك فقد يكون الألم قوياً جداً ومُكثفاً.

أحياناً يشكي الناس إليّ أنه أثناء التأمل هناك من يبكي ويصرخ ويصيح ويجب منعه من القيام بذلك. إن هذا الإنسان هو الوحيد الذي يعرف ما يجري داخله. أحياناً عندما تصيح المرأة أثناء ولادة الطفل وتصرخ، تُمرّ امرأة أخرى لا تعرف ما الولادة فتقول: «لماذا تبكين وتصرخين؟ إذا كان الطفل يُولد اسمحي له أن يُولد. لماذا البكاء والآنين؟». إنها تقول هذا لأنها لم تُجرب آلام المخاض. إن الرجال لا يعرفون أبداً المُعاناة والعذاب التي يشعر بها النساء أثناء الولادة، ولا يستطيعون حتى تخيل ذلك، ولا يُمكنهم الشعور بذلك.

إن الرجال والنساء مُتشابهين على حدّ سواء في التأمل، فهم كلّهم إلى حدّ ما يُريدون أن يُصبحوا أمهات ويُريدون انجاب الجديد. لذلك لا ينبغي كبت الألم والمُعاناة. يجب ألا نمنع الشخص إذا ما سقط وبدأ يتدحرج على الأرض ويصرخ ويصيح. كلّ ما يحدث يجب أن نسمح له بأن يحدث بحرية. دعه يحدث ولا تقمعه. كلّ شيء مُمكن، فقد

يشعر شخص بأنه يتمايل، وقد يشعر شخص آخر أنه يتوسع، وقد يشعر شخص ثالث أنه ينقبض وينكمش. قد يكون هناك أنواع مختلفة من الأحاسيس الجديدة، وليس بالضرورة احصاءها. قد تحدث أشياء كثيرة، وقد يحدث أي شيء، وسيكون بالتأكيد عند كل أحد شعوره الخاص الجديد، لذلك لا داعي إلى القلق والخوف.

إذا كان هناك من يريد أن يقول شيئاً، يجب أن يأتي إليّ في فترة ما بعد الظهر ويتحدث معي فردياً على نحو خاص، لا تُناقشوا ما تشعرون به فيما بينكم، وهناك سبب لذلك، وهو أنه ما يحدث مع شخص فليس بالضرورة أن يحدث مع الآخرين، وإذا كنت تُشارك مشاعرك مع شخص لم يمر بتجربة مماثلة، فقد يضحك منك ويقول أنك مجنون.

كلّ يقيس حسب تجربته الشخصية، ولهذا السبب يعتقد الجميع أنهم على حق وأن الآخرين على خطأ. حتى لو لم يضحك الشخص الآخر عليك، فسيقول لك مُتشككاً أنه لم يختبر أي شيء من هذا القبيل.

هذه التجربة شخصية جداً وفردية ومن الأفضل عدم مناقشتها مع الآخرين. لا تتق في هذه المسألة حتى بالزوجة أو الزوج، لأنه في هذا الأمر ليس هناك شخصان قريبان جداً أو يعرفان بعضهما جيداً، فلا يُمكن لأحد أن يفهم الآخر بسهولة في هذا الأمر، فالفهم في هذه الحالة أمر في غاية الصعوبة. يُمكن لأي شخص أن يقول عنك أنك مجنون. ماذا يُمكن أن يقول الناس عنك، إذا كانوا لم يرحموا «مهافيرا» و «يسوع»؟ في ذلك اليوم عندما وقف «مهافيرا» على الطريق، اتهمه الناس بالتأكيد بالجنون، لقد عرف «مهافيرا» ما يعنيه أن يكون الإنسان عارياً، ولكنهم اتهموه بالجنون.

من الضروري ألا تُناقش الأمر مع الآخرين. وعلاوة على ذلك، مُجرد أن تبدأ بالحديث مع شخص ليس لديه الحكمة الكافية من أجل الحفاظ على الصمت، فسيقول شيئاً ما عن تجربتك للآخرين، وهذا الشيء يُمكن أن يقف عائقاً في طريق تجربتك. إن الملاحظات قد تتجمع

لتكون برجة تقف عقبة أمام تجربتك الجديدة، لذلك، مهما حدث لك، يجب عليك مناقشة الأمر مباشرة معي وليس مع أي أحد آخر. أنا هنا من أجل أن تناقشوا مشاكلكم معي.

قبل أن تأتي إلى هنا من أجل التأمل صباح الغد، يُمكنك أن تشرب السوائل مثل الشاي أو الحليب، ولكن لا تأكل الطعام الصلب، لا تتناول وجبة الإفطار. يُسمح بالسوائل، ولكن إذا كنت لا تستطيع شرب الشاي أو الحليب فهذا أفضل، وهو يجعل مهمة التأمل أسهل. يجب أن تأتي إلى هنا قبل خمس دقائق من الموعد المحدد في الساعة والنصف صباحاً.

من الساعة والنصف وحتى الثامنة والنصف سيكون لدينا مُحادثة إذا لزم الأمر. لقد قررت أن الأمر سيكون مُحادثة وليس مُحاضرة، لأنَّ المُحادثة هي علاقة قريبة جداً. في المُحاضرة، أنت لا تتكلم مع أي شخص، وهي تُشبه التحدث مع الهواء. لذلك، اجلس غداً صباحاً على نحو قريب جداً مني وليس على مسافة بعيدة. كُنْ في أقرب مكان مُمكن، ويُمكنك طرح أي سؤال حول ما قلته اليوم، سنناقش ذلك في مدة ساعة، ثم نجلس من أجل التأمل حتى التاسعة والنصف.

تذكر أن تأتي إلى التأمل بمعدة فارغة دون أن تتناول أي أطعمة صلبة. إذا استطعت ألا تتناول حتى السوائل فسيكون ذلك أفضل، ولكن لا تُجبر نفسك على الجوع. إذا كنت لا تستطيع الصيام، فاشرب شيئاً ما مثل الشاي أو الحليب.

أيضاً، تذكر أن تأتي في ملابس فضفاضة مغسولة على نحو جيد. لا ينبغي لأحد أن يأتي دون أن يغتسل، الاغتسال شيء لازم وأكد. يجب أن تكون الملابس فضفاضة وأن تشعر بالحرية فيها بأكثر قدر مُمكن حتى في منطقة الخصر. يجب أن يكون الخصر مثل باقي الجسم حرراً. عندما تجلس من أجل التأمل، اترك الجسم متحرراً ومُسترخياً.

لقد جلبت ملابسنا الكثير من الأضرار إلى مستوى «العقل - الجسم»، وأنشأت العديد من التحديات والعقبات. عندما تبدأ أي طاقة في

الارتفاع تُعيق الملابس طريقها على مُختلف المستويات.

هناك شيء آخر مهم يجب أن تتذكره، يجب أن تكون في حالة صمت مدة نصف ساعة قبل بدء التأمل. أمّا بعض الأصدقاء إن استطاعوا فعل ذلك، فعليهم أن يلتزموا بحالة الصمت مدة ثلاثة أيام التي سنقضيها هنا. يجب المحافظة على الصمت التام. أمّا الأصدقاء الآخرون فيجب أن يُحافظوا على ألا يُزعج أحد الصمت العام، كلما كان هناك أناس أكثر في حالة الصمت كان ذلك أفضل، وسيكون من الجيد إذا استمر الصمت طوال وقت مُعسكرنا، ولا شيء يُمكن أن يكون أفضل من ذلك.

إذا لم تتمكن من الحفاظ على الصمت الكامل، حاول أن تتحدث بأقل قدر مُمكن. استخدم كلمات أقل كما لو أردت إرسال برقية. عند إرسال رسالة عن طريق التلغراف، يفعل الإنسان ذلك بالحد الأدنى من الكلمات «ثمان أو عشر كلمات» لأنه عليه أن يدفع ثمن كل كلمة. في الحياة عليك أيضاً دفع ثمن كل كلمة تقولها، فالكلمات ثمينة ومُكلفة حقيقة، وهكذا فإن أولئك الذين لا يستطيعون الصمت، يجب أن يتكلموا بأقل عدد مُمكن من الكلمات.

بالطريقة نفسها يجب أن نستخدم أعضاء الحس الأخرى أدنى حدّ مُمكن. على سبيل المثال، استخدم العيون على نحو أقل فأقل، وعندما تستخدم العيون انظر إلى الأسفل إلى الأرض أو ارفع بصرك إلى أعلى وانظر إلى السماء. يُمكنك مشاهدة البحر، ولكن انظر إلى الرجال والنساء أقل قدر مُمكن، لأن معظم ارتباطاتنا الفكرية تتعلق بوجوه الناس، وليس بالأشجار أو السحب أو البحر. انظر إلى الأشجار والغيوم والبحر، فهي لا تحفز أي أفكار في دماغك. عندما تمشي انظر إلى الأسفل وحاول أن تحدّ من مجال الرؤية لتكون على مدى أربعة أقدام، أبق عينيك مُغمضتين نصف اغماضة بحيث تُركّز على طرف الأنف وهذا يكفي. ساعد الآخريين لكي يروا ويسمعوا أقل قدر مُمكن.

يجب إطفاء أشياء مثل الراديو، ويجب ألا يستخدمها الناس هنا خلال

فترة الخيم، وكذلك يجب عدم السماح بالضحف هنا في الخيم.
كلما أعطيت استراحة لمشاعرك أكثر، كان ذلك أفضل. كلما كان
لديك هدوء أكثر، حافظت على الطاقة أكثر، ويمكنك أن تستخدم هذه
الطاقة في التأمل، وإلا فإنك ستنضب وتنفد. إن معظمنا مُستنفذ
وَمُستهلك مثل خرطوشة القلم المُستخدمة. نحن نستهلك أنفسنا على
نحو كامل طوال اليوم والليلة ولا نحتفظ بأي شيء، وحتى تلك الكمية
التي نوفرها أثناء النوم ليلاً، فإننا نبدأ بصرفها واستهلاكها مباشرة بعد
الاستيقاظ والقيام من السرير في الصباح. إن الاستهلاك يبدأ مع قراءة
جريدة الصباح والاستماع إلى الراديو، وليس لدينا أي فكرة عما يعنيه
توفير الطاقة، وكيفية تخزين الكثير من الطاقة والاحتفاظ بها.

يحتاج التأمل إلى الكثير من الطاقة، ولو لم تقم بحفظ الطاقة مسبقاً،
فسوف تتعب قريباً وتُستنفذ. بعض الناس يقولون لي إنهم يتعبون بعد
ساعة من التأمل، ولكن السبب ليس في التأمل، وإنما السبب الحقيقي هو
أنك تُنفق كل طاقتك وتعيش دائماً على حد الاستنفاد. ليس لديك أي
فكرة أنك تُنفق الطاقة وتصرفها عندما تُركز عينيك وتنظر إلى شيء ما.
عندما تضبط أذنيك لتسمع شيئاً ما فانت تُنفق الطاقة أيضاً. عندما تُفكر
فإنك تصرف الطاقة، وكذلك عندما تتكلم فانت تستهلك الطاقة،
ومهما فعلت فإن الأمر يتطلب طاقة. في أثناء الليل نحتفظ ببعض الطاقة
لأنه نتوقف كل الأنشطة الأخرى، ومع أنها كمية قليلة من الطاقة إلا أننا
نصرفها على الأحلام، ولكن هذا نوع آخر من صرف الطاقة. في أثناء
الليل تخزن بعض الطاقة ولذلك فإننا نشعر بالنشاط في صباح اليوم
التالي.

وهكذا، خلال هذه الأيام الثلاثة، يجب أن تُحافظ على الطاقة لكي
يُمكن استخدامها على نحو كامل في التأمل. أنا أعطيك كل هذه
التعليمات لكي لا أتحدث عن هذا الموضوع أبداً خلال الأيام الثلاثة
المقبلة.

في برنامجنا هناك ساعة من الصمت عند الظهر، وخلال هذه الساعة لا ينبغي أن يكون هناك أي أحاديث. خلال المحادثة أنا أتكلّم معك من خلال الكلمة مدة ساعة، ولكن من الساعة الثالثة إلى الرابعة، سأتواصل معك من خلال الصمت، ولذلك، على الجميع أن يكون هنا الساعة الثالثة بالضبط، ولا ينبغي لأحد أن يتأخر، لأن المتأخرين سيُزعجون الآخرين ويتسببون بالأذى لهم.

سوف أجلس هنا، ولكن ماذا ستفعلون من الثالثة وحتى الرابعة؟ يجب أن تتذكروا أمرين: أولاً، ينبغي أن يجلس كل واحد منكم بحيث يتمكن من رؤيتي. هذا لا يعني أنه عليك أن تنظر في وجهي، ولكن عليك أن تجد مكاناً تستطيع منه أن تراني، وبعد ذلك أغمض عينيك، ولكن إذا كان شخص ما يُفضّل أن تبقى عيناه مفتوحتين يُمكنه عدم الإغماض، ولكن من الجيد إذا كانت العيون مغلقة.

إن ساعة الصمت هذه ستكون ببساطة بمثابة انتظار المجهول. أنت لا تعرف ماذا سيأتي ولكنه سيأتي حتماً. أنت لا تعرف ماذا ستسمع ولكنك ستسمع. أنت لا تعرف ماذا ستري ولكنك ستري. سوف تجلس في حالة صمت مدة ساعة ببساطة في انتظار الضيف المجهول الذي لم تُشاهده ولم تسمعه سابقاً أبداً. يُمكنك الجلوس أو الاستلقاء في الحالة التي تُعجبك، ولكن الأهم أن تكون مُتقبلاً، بل عليك أن تُصبح القبول نفسه مدة ساعة واحدة. كُنْ خاملاً ولكن مع بقاء الإحساس. بما يُمكن أن يحدث، أو ما ينبغي أن يكون. دَعْ الأمور تحدث ببساطة وكنْ خاملاً، وفي حالة تأهب وانتظار ويقظة بآن واحد. من خلال الصمت أحاول أن أتحدّث إليكم وأن أقول لكم ما يجب أن أقوله. ربّما بفضل الصمت تُدركون ما لا تستطيعون أن تفهموه من خلال الكلمات.

في المساء من جديد سأعود إلى الإجابة على أيّ أسئلة تطرحونها، ومن ثمّ تليها ساعة من التأمل.

هكذا سيكون لدينا تسع جلسات على مدى ثلاثة أيام، ويجب

مباشرة من صباح الغد أن تُحاول أن تفعل حقيقة كل ما بوسعك خلال هذه الجلسات التسع.

ماذا ستفعل في وقت فراغك؟

عليك أن تكون صامتاً، إذ يُمكنك أن تتجنب الكثير من المضاعفات عن طريق تجنب الأحاديث مع الآخرين. هناك شاطئ يُمكنك الذهاب والاستلقاء عليه والاستماع إلى الأمواج. حتى في الليل، كل من يستطيع يجب أن يذهب إلى الشاطئ مع أشياء النوم وينام على الرمال. يُمكنك النوم تحت الأشجار أيضاً، المهم أن تكون وحدك وليس في مجموعات مع الأصدقاء أو الأقارب. من الممكن أن يُنشأ بعض الناس مجموعة ويُضنون أوقاتهم دون عمل. يجب أن يبقى كل واحد منكم وحده في هذه الأيام الثلاثة، لأنه إذا كنت تُريد لقاء الإله يجب أن تمشي وحدك وألا يكون هناك أحد معك. ينبغي أن يعرف كل منكم أنه حاجٌ وحده وعليه أن يمشي في رحلة الحج وحده. إنها رحلة الوحدة إلى الوحدة، هكذا، كن وحدك على درجة عالية من الوحدة.

تذكر الآن هذه التعليمات الأخيرة: لا تتدمر ولا تشكو من أي شيء، توقّف عن الشكاوى هذه الأيام الثلاثة. لا تتدمر من أن الطعام سيء، ولا تتدمر أن البعوض يقرصك ليلاً. دَع هذه الأيام الثلاثة تتجلل بالقبول الكلي لجميع ما يُمكن أن يحدث. بطبيعة الحال، فإن الحشرات ستحصل على شيء ما، ولكنك تحصل على شيء أكثر بكثير. إذا كان الطعام سيئاً فقد يتضرر جسمك قليلاً، ولكن سيكون هنالك ضرر أكبر إذا تدمرت، وسبب ذلك أن التفكير غير الراضي لا يكون هادئاً أبداً. نحن نشكو من أي شيء ونتدمر من أشياء فارغة فنفقد الكثير. لذلك لا تتدمر وأوضح لنفسك أنك في هذه الأيام الثلاثة لن تتدمر على الإطلاق. دَع الأمور تبقى كما هي عليه، واقبل ذلك على نحو مطلق، وعندها ستكون هذه الأيام الثلاثة رائعة. إذا قدرت أن تكون في هذه الأيام الثلاثة أعلى من الأشياء الصغيرة، وإذا قبلت كل شيء كما هو وأعجبت به، فلن تشتكي

بقية حياتك، لأنك ستعرف عندها جيداً كيف أنه من المفرح والمرح أن يعيش الإنسان دون شكوى وتدمر.

حاول مدة ثلاثة أيام، أن تلقي جانباً كل التفاهات.

إذا كان لديك أسئلة، يُمكنك أن تسألها غداً صباحاً. عندما تطرح الأسئلة يجب أن تتذكر أن السؤال يصب في الصالح العام. يُمكنك أن تسأل أي شيء يخرج من قلبك ودماعك، وكل ما تعتبره ضرورياً.

لقد قلت لكم لماذا أنا هنا. أنا لا أعرف لماذا أنتم هنا، ولكنني سأراكم غداً صباحاً، على أمل أن تكونوا هنا من أجل الأسباب نفسها. إن عاداتنا قبيحة، فحتى عندما يظهر «بوذا» أمام أبوابنا، فنحن نريد طرده بعيداً، لأننا على يقين أن الجميع يأتون ليسألوا عن شيء ما، وهكذا يلتبس الأمر علينا، وعندما يأتي شخص ما ليُعطينا ويُقدم لنا، نطرده بعيداً، ونرتكب بذلك خطأ فادحاً قاتلاً! أنا آمل ألا ترتكبوا هذا الخطأ.

خلال هذه الأيام الثلاثة، يجب أن ننشأ هنا البيئة المناسبة لكي يحدث شيء ما حقيقة وهذا أمرٌ مُمكن. إن إنشاء البيئة المناسبة يعتمد على كل واحد منكم. خلال مدة ثلاثة أيام، يُمكن أن تشحنكم غابات الصنوبر المحيطة بنا بطاقات غامضة. إن كل هذه الأشجار، وكل حبة رمل، والمحيط والهواء يُمكن أن تكون مُمتلئة بقوة حيوية جديدة، وكل واحد منا يُمكن أن يتعاون في هذا الخلق.

تذكر أنه لا ينبغي لأحد أن يُسبب العقبات. يجب ألا يكون هنالك أحد موجود هنا في دور المتفرج ببساطة. عليك أن ترمي كل المخاوف مما سيقوله الآخرون، وعندها يُمكنك الوصول إلى الأعلى، وعندها لن تكون مضطراً إلى تكرار كلمات «كبير» ويُمكنك القول: «لم أخفُ وقفت».

أشكركم على استماعكم لي بهدوء وبالكثير من الحب. أنا أعبد الإله الذي يسكن في كل واحد منكم. أرجو أن تتقبلوا تحياتي.

فہرستہ مصیبتی
الکتاب

الفصل الثاني

المادة والإله شيء واحد

1970-5-3

إنّ الكون هو عبارة عن توسع الطاقة والحياة هي بلورتها. ما نراه كمادة مثل الصخرة هو أيضاً طاقة. ما نفهمه على أساس أنّه حياة، وما نُعانيه على أساس أنّه فكرة وما نعتبره أنّه وعي هي أيضاً مجرد حالات من حالات الطاقة. إنّ الكون كلّه سواء كان أمواج المحيط أو غابات الصنوبر أو الرمل أو النجوم في السماء، أو ما يكمن في داخلنا كلّها مظاهر للطاقة نفسها التي يتنوع شكلها وطريقة ظهورها على نحو لا متناهي.

من الصعب القول أين نبدأ وأين ننتهي، وكذلك من الصعب معرفة أين ينتهي جسمنا. إنّ جسمنا الذي نقبله على أساس أنّه حدودنا ليس له حدود. إذا تبرّدت الشمس التي تقع على مسافة مئة مليون ميل، فسوف تتجمّد فوراً حتّى الموت. هذا يعني أنّ الشمس تتواجد في وجودنا وهي جزء من جسمنا، فبمجرد أن تفقد الشمس حرارتها سنموت. إنّ حرارة الشمس هي حرارة أجسامنا.

في كلّ مكان حولنا يتدفق محيط من الهواء نستمدّ منه الطاقة الحيوية الخاصة بنا أو ما يُسمّى بتنفس الحياة. إذا توقّف تدفق الهواء نموت على الفور. أين ينتهي الجسد؟ إذا بحثت هذا حتّى النهاية فسيتضح أنّ الكون كلّهُ هو جسمنا. إنّ جسدنا لا يمتلك حدوداً ولا نهاية. إذا بحثت على

نحو صحيح، فستجد أن مركز الحياة في كل مكان، وهذا المكان يتوسّع إلى كل مكان.

لكي نعرف هذا لا بُدّ من تجربته على نحو كامل بحيث نُصبح طاقة حيوية حتى أقصى حد.

إنّ ما أُسمّيه بالتأمل لديه اسم آخر وهو تحرير تدفق الطاقة المحجوزة داخلنا بأيّ وسيلة. من أجل هذا عندما تدخل في التأمل، فإنّ الطاقة الكامنة يُمكن أن تستيقظ إلى درجة قوية وتتصل مع الطاقة الخارجية، وبمجرّد أن يحدث هذا الاتصال، نُصبح مثل ورقة صغيرة عائمة في محيط الرياح اللانهائي، عندها نفقد وجودنا الفردي ونُصبح واحداً مع اللامحدود.

ما الأمر الذي يُعرّف بعد الاتحاد مع اللامحدود؟ حتى الآن، يُحاول الإنسان بجميع الطرق أن يتحدّث عن ذلك، ولكن من المُستحيل الحديث عن ذلك. يقول «كبير»: «كنتُ أبحث عنه فترة طويلة، وبينما كنتُ أبحث عنه فقدتُ نفسي في هذا البحث، نعم لقد وجدته ولكن فقط عندما لم أعد موجوداً. مَنْ يستطيع الآن أن يقول أنني وجدت؟ وكيف يُمكن الحديث عن ذلك؟».

لقد قام «كبير» في النهاية بتغيير كبير في ذلك الشيء الذي مرّ به في المرة الأولى. عندما مرّ بتجربة الربانية لأول مرة قال: «إنّ الأمر يُشبه القطرة التي تختفي في المحيط. لقد كانت كلماته: «عندما بحثتُ أبعده فأبعده، أضاع «كبير» يا صديقي نفسه. لقد ذابتُ القطرة في المحيط. هل يُمكن ايجادها والعثور عليها مرّة أخرى؟».

خلال عملية البحث فقد «كبير» نفسه، وذابتُ القطرة في المحيط، هل يُمكن أن نُميّزها عنه؟، ولكنّه في وقت لاحق قام بتغيير ذلك، وكان التغيير مُهمّاً جداً. لقد قال لاحقاً إنّ ما قاله من قبل كان خاطئاً وغير صحيح. في الواقع، ليست القطرة هي التي دخلت في المحيط، وإنما المحيط هو الذي دخل في القطرة. إذا ذابتُ القطرة في المحيط، فقد

يكون هنالك فرصة من أجل العودة، لكن الأمر يُصبح أكثر صعوبة عندما يذوب المحيط في القطرة. في حالة دخول القطرة في المحيط قد تستطيع القطرة أن تقول شيئاً حول هذا الموضوع، ولكن من الصعب أن يُقال شيء عندما يذوب المحيط في القطرة، ولذلك قال في وقت لاحق: «عندما بحثتُ أبعد فأبعد، أضاع «كبير» يا صديقي نفسه. لقد ذاب المحيط في القطرة. هل يُمكن ايجاده والعثور عليه مرة أخرى؟». لقد كان من الخطأ القول إن القطرة ذابتُ في المحيط.

إن الأمر يحدث ليس كذلك عندما نتواجد على شكل اهتزاز للطاقة، وندخل في مُحيط الطاقة، إن الأمر يحدث تقريباً عكس ذلك. عندما نُصبح ببساطة اهتزاز الطاقة الخافق وتردها الحيوي يدخل مُحيط الطاقة فينا، ففي الواقع، من الصعب جداً أن نقول ما يحدث، ولكن هذا لا يعني أننا لا نعي ما يحدث. يجب أن نتذكر أن انفعالات التجربة والتعبير عنها لا تمشي دائماً جنباً إلى جنب. لا نستطيع أن نقول ما نعرفه. إن قدرتنا على المعرفة لانهائية، ولكن قدرة الكلمات محدودة جداً.

ماذا يُمكن أن يُقال عن التجارب الكبيرة، إذا كنا غير قادرين على التعبير عن التجارب الصغيرة بالكلمات؟ لو كان عندي صداد بسيط فلا أستطيع أن أُعبّر عنه في كلمات. إذا كان قلبي يُؤلمني من الحب فلا أستطيع أن أصِف ذلك مع أن هذه التجارب صغيرة. لذلك، عندما يتنزل الإله نفسه علينا، فمن المستحيل أبداً أن نحتوي ذلك في كلمات، مع أننا نعرف الأمر على الأرجح.

من أجل أن تعرف هذا، فمن المهم أن تُصبح من جميع النواحي اهتزاز الطاقة وتردها ببساطة وليس أي شيء آخر، كما لو أنك عاصفة أو إعصار أو نافورة تغلي بالطاقة. يجب أن يكون هذا الاهتزاز كثيفاً وشديداً، ويجب أن تكون كلّ خلية من وجودنا وكلّ نبضة من قلوبنا وكلّ تنفس مُمتلئاً بعطش لا يُمكن أن يُشبع وبانتظار مُشبع بالصلاة، إذ نُصبح العطش نفسه والصلاة والانتظار. اِسْمَحْ لوجودك أن يختفي، وفي

هذه اللحظة فقط يحدث اللقاء مع الربانية، ويحدث الاجتماع في داخلنا كما قلتُ يوم أمس.

يقع الثعبان النائم، أو المركز النائم في داخلنا، وترتفع الطاقة من مركز الطاقة النائم هذا بالذات إلى الأعلى وتنتشر في كل مكان.

إن البذرة تُدفن في الأرض ثم تزهر الوردية. من أجل أن ترتبط الزهرة مع البذرة، يجب أن تبني الشجرة بينها ساقاً وتُحيطه بالأغصان. إن الزهرة مُخبأة في البذور وهي لا تأتي من الخارج، ولكن لكي تظهر الزهرة لا بُدَّ من الجذع الذي يلعب دور جسر الوصل. إن الجذع ينمو من البذرة نفسها مثل الزهرة، وبالمثل تكمن فينا قوة البذور، ولكي ترتفع تحتاج هذه القوة إلى جذع، وهذا الجذع يقع أيضاً داخلنا.

إن الجذر الذي ترتفع منه قوة البذرة يرتفع إلى الأعلى ويصل إلى الزهرة التي تقع قريباً جداً مما نعرفه بإسم العمود الفقري. لقد تم تسمية هذه الزهرة بأسماء مختلفة، لقد قال أولئك الذين اختبروا ذلك أن الأمر يُشبه زهرة اللوتس مع ألف من البتلات، هناك شيء يُزهر في الدماغ كما لو أن ألف من البتلات تفتتح في زهرة اللوتس.

من أجل أن تفتتح الزهرة، من الضروري أن ترتفع الطاقة من الأسفل وتصل إلى القمة إلى مركز الدماغ. عندما تبدأ الطاقة في النزول إلى أسفل، يتهزّ كيائك كله وكأنه حدث زلزال، لا ينبغي أن يتوقف هذا الاهتزاز وإنما عليك أن تتعاون معه. نحن نُفضّل عادة كبت هذا الاهتزاز، إذ يأتي كثير من الناس إليّ ويقولون إنهم يخشون ما قد يحدث معهم في التأمل. إذا كنت خائفاً فلا يُمكن أن تحصل على أيّ تقدم. إن الخوف هو الحالة الأكثر لادينية من حالات التفكير. ليس هنالك إثم أكبر من الخوف، ولعلّ الخوف هو أثقل حجر على رقبتك وهو يشدّك باستمرار إلى الأسفل.

إن مخاوفنا غريبة وسطحية جداً. بعض الناس يأتون إليّ ويقولون إنهم يخافون ما سيقوله الناس عنهم. إن الخوف من الآخرين قوي إلى درجة أنه يُمكن أن يمنعك عن اللقاء مع الإله.

لقد توقّف الإنسان المُتمدّن عن الضحك مُطلقاً، وكذلك توقّف عن البكاء أيضاً، ولا يكاد يكون هناك شعور واحد أو عاطفة يختبرها ويشعر بها عميقاً. إنّه يقف دائماً بعيداً عن كلّ حالة مثل هذه ولا يكون مُطلقاً في الداخل. إنّه يخاف عندما يضحك، ويخاف عندما يبكي. إنّ الرجال قد توقّفوا تماماً عن البكاء، فلا يخطر ببالهم أبداً أنّ البكاء واحد من أبعاد الحياة، بل إنّه أهم جزء من الحياة.

نحن لا نخطر ببالنا أنّ الإنسان الذي لا يستطيع أن يبكي ويصرخ، فإنّه يفقد شيئاً مهماً وضرورياً في حياته، بل يبقى جزء من حياته مُغلق إلى الأبد، وهذا الجزء يبقى مُعلقاً به مثل حجر ثقيل.

إنّ كلّ مَنْ يُريد الانضمام إلى مجال الطاقة، وكلّ مَنْ يُريد أن ينطلق في رحلة إلى معبد الطاقة الأعلى يجب أن يرمي كلّ خوف، وإذا بدأ الجسم يهتزّ ويرتعش، أو بدأ في الرقص يجب أن يسمح لهذا بأن يحدث بسهولة وعفوية.

سوف تندهش عندما تعلم أنّ كلّ تقنيات وضعيات الجسد في اليوغا («الأسانا») قد اكتُشفت بالصدفة في التأمل من خلال حالات مُختلفة فيه، ولم يُنشأها أحد من خلال التفكير والمناقشة، ولم تنشأ على نحو مُستقل. في حالات التأمل يتخذُ الجسم وضعيات مُختلفة، هذا كان في البداية، وبعد ذلك تمّ الاعتراف بها على أنّها وضعيات اليوغا. لقد توضّحت تدريجياً الصلة بين الجسم والدماغ، فعندما يقع الدماغ في حالة معينة يستجيب الجسم لذلك ويتخذ وضعية معينة. ثمّ تمت صياغة الأمر على هذا النحو: إذا بقي الجسم في وضعية معينة، فسيستجيب الرأس لذلك بالوصول إلى حالة مُطابقة.

نحن نعلم أنّه عندما نُريد أن نبكي في الداخل فإنّ عيوننا تمتلأ بالدموع، ويترتب على ذلك أنّه لا بُدّ أننا سنبكي قريباً. إنهما جانبان من جوانب الظاهرة نفسها. عندما نغضب تتقلص القبضات لدينا غريزياً ونضغط على الأسنان وئمتلى العيون بالدم. عندما يرتفع الغضب داخلنا،

ترتفع أيدينا فوراً في الخارج كي نضرب شخصاً ما على رأسه. عندما يزورنا الحب، لا نشدّ قبضة اليد ولا نضغط على الأسنان ولا تتلون العيون باللون الأحمر، بل يجري شيءٌ مُختلف، إذ تسترخي القبضات وتمدد حتى لو كانت مشدودة. وتتوقف الأسنان عن الصرير وتعود العيون المُحتقنة لتُصبح هادئة وطبيعية. إنَّ الحب له طريقه الخاصة.

بالمثل، فإنَّ الجسد لديه طريقه الخاصة في المراحل المُختلفة من التأمل. حاول أن تفهم هذا: عندما تتخذ وضعية مُعينة بجسدك تنشأ سريعاً الحالة المُطابقة لذلك في الدماغ. إذا طلب منك شخص ما أن تكون غاضباً دون أن تشدّ قبضة اليد، أو تضغط على أسنانك أو تحتقن عينيك فهل يُمكنك أن تكون غاضباً؟ لا يُمكنك أن تغضب. كيف يُمكنك التعبير عن الغضب دون استخدام الأجهزة المُطابقة من الجسم؟ إذا طلب منك أن تغضب دون أن تسمح للغضب أن يؤثر على جسمك، فلن تستطيع أن تفعل ذلك. بالمثل، إذا طلب منك شخص أن تُحب دون السماح لعيونك بأن تمتلأ بإكسير الحب، ودون السماح لموجات الحب أن تتدفق من خلال يديك، ودون أن تتسارع دقات القلب، ولا أن يتغير تنفّسك، باختصار، دون أيّ تعبير جسدي عن حبك، فستقول: «أعذرني، هذا أمرٌ صعب جداً، أنا لا أستطيع أن أفعل ذلك».

من أجل ذلك، إذا بدأ جسمك بطريقة معينة خلال التأمل بالتقلب أو الدوران، وحاولتَ منع ذلك، فقد يُؤدّي ذلك إلى تلف حالة التأمل الداخلية، ولن ينجح التأمل.

إنَّ كلَّ وضعيات اليوغا «أسانا»، أصبحت مُتاحة للناس بفضل مزاحل التأمل المُختلفة، وكذلك فإنَّ حركات اليوغا «مودرا»، أو ما نُسَميه الإيماءات، أو الرموز والعلامات الغامضة، قد اكتُشفت من خلال التأمل. لا بُدَّ أنكَ التقيتَ بالعديد من تماثيل «بوذا» وهو يقوم بحركات «مودرا» مُختلفة. هذه الحركات ظهرت نتيجة حالات معينة للدماغ، في النهاية تمَّ إنشاء علم كامل للحركات، إذ أصبح مظهرك وحركات

جسدك يُعطي صورة عمّا يحدث في داخلك، بشرط ألا تلعب وتسمح للتأمل بأن يشملك.

من أجل ذلك من فضلك راقب وحاول ألا تقف على طريق الجسد وألا تُوقف حركته.

حسب فهمي، فإنّ الرقص في البداية قد وُلد من التأمل. أنا أعتقد أنّ كلّ الأشياء المهمّة في الحياة تأخذ بدايتها من التأمل، فالعالم لم يذهب إلى مكان ما ليتعلم كيفية الرقص. يُخطئ الناس عندما يعتقدون أنّ العالم وجد الإله من خلال الرقص. لقد ترك العالم نفسه في الرقص عندما وجد الإله. في الواقع، إنّ العكس هو الصحيح: لا أحد يجد الإله من خلال الرقص، ولكنّ الناس يرقصون عندما يجدون الإله. ماذا يُمكن أن تفعل القطرة عندما يدخل المحيط فيها إذا لم ترقص؟ ماذا يُمكن أن يفعل رجل فقير عندما يجد فجأة كنز ذي قيمة لا تُقدر ولا تُحصى إن لم يرقص؟

لقد تمّ تدمير الإنسان وتشويهه من قبل ما يُسمى بالحضارة فأصبح عاجزاً عن الرقص. إنّ فهمي هو: إذا أردنا أن نجعل هذا العالم مُتديناً من جديد، فمن الضروري أن تعود الحياة البشرية إلى الحالة الطبيعية وتسم بالعفوية والراحة والهدوء.

وهكذا عندما ترتفع الطاقة التأملية، فإنّ وجودك كله يبدأ في الرقص، وعندها لا تُمانع ولا تُعيقُ جسدك ولا تقمّع حركته، وإلا فسيتمّ إيقاف كلّ التقدم والتطور، وما كان سيحدث فلن يحدث. نحن أناس مُدمّرون بالخوف، إذ نقول: «إذا بدأتُ في الرقص، ماذا ستقول زوجتي الموجودة هنا؟ ماذا سيقول ابني الذي يجلس جوارِي؟». نحن نقول: «إذا بدأتُ في الرقص، ماذا سيُظنّ زوجي؟ لا بدّ أنّه سيظن أنني فقدتُ عقلي». إذا كان هناك خوف، فسيكون أيّ تقدم في الرحلة الداخلية أمراً مستحيلاً. بالإضافة إلى وضعيات الجسم «أسانا» والحركات «مودرا» تحدث الكثير من الأشياء الأخرى.

أنا أعرف شخصاً مُفكراً. لقد زار هذا المُفكر الكثير من القديسين والمريدين والزهاد، وطاف بالكثير من الأديرة والمعابد والزوايا. لقد أتى إليّ قبل حوالي ستة أشهر. إنّه يقول على الرغم من أنّه فهم كلّ شيء، ولكن لا شيء يحدث. قلتُ له: إنّه هو نفسه لا يسمح للأشياء بأن تحدث. عندما سمع هذا، فكر ثمّ قال: «لم يدُرْ ذلك في خلدي، ربّما أنت على حق، ولكنني ذات مرة شاركتُ في التأمل الذي أجرته وسمعتُ بكاء شخص ما، فشعرتُ بالقلق وحاولتُ أن أكون حيادياً لكي لا أبكي أيضاً، فقد كنتُ أخشى ممّا سيقوله الناس؟».

قلتُ له: «لماذا تهتمّ بشأن الناس؟ من هم هؤلاء الناس الذين تخافهم؟ إنهم لن يُنقذك من الموت، عندما ستقف على عتبة بابه. ولن يُشاطروك التعاسة، إنهم لن يُضيئوا طريقك عندما تضيع في الظلام، بل إنهم سيُمانعون عندما يُوشك مصباحك على الإشتعال. من هم هؤلاء الناس على أيّ حال؟ من يُعيق طريقك سواك؟ أنت تُسقط مخاوفك على «الناس»، وعلى كلّ من حولك».

عندها قال: «ربّما حقيقة ارتعبتُ عندما رأيتُ شخصاً يبكي، وهذا ما جعلني أحجز نفسي عن الأمر لكي لا يحدث معي أيّ شيء مُماثل».

قلتُ له: «إذهب بعيداً مُدة شهر إلى مكان منعزل، واترك نفسك، واسمَحْ لكلّ الأشياء أن تحدث بغض النظر عمّا يحدث». سألني: «ماذا تقصد؟». شرحتُ له: «إذا كنت تُريد أن تشتم فافعل ذلك، إذا كنت تُريد أن تصرخ أو تبكي فاسمَحْ لذلك بأن يحدث، إذا كنت ترغب في الرقص فارقص، إذا كنت ترغب في الركض فاركض، إذا حدث أنّك تُريد أن تفقد عقلك، إذهب وافقد عقلك مُدة شهر».

عارضني قائلاً: «أنا لا أستطيع». عندما سألتُه لماذا أجابني: «إذا فعلتُ ما تقوله، وتركتُ نفسي على نحو كامل، وأصبحتُ طبيعياً وعفويّاً، أخشى أن أفقد عقلي حقيقة».

قلتُ له: «إذا كنت تقمع جنونك، فلن يكون هناك فارق، لأنّ الجنون

سيبقى موجوداً، أمّا عندما تسمح له بالظهور والتعبير عن نفسه فسيذهب حتماً، إنّ جنونك سيبقى معك إلى الأبد إذا قمعته وكبته».

إننا كلنا نقمع ونكبت الكثير. نحن لا نسمح لأنفسنا بالبكاء أو الضحك، ولا نسمح لأنفسنا بالركض واللعب والرقص. نحن نكبتُ ونقمع كلّ شيء. لقد أغلقنا أبوابنا من الداخل وأصبحنا الحراس والسجانين لأنفسنا. إذا كنا نريد أن نخرج ونلتقي مع الإله، يجب علينا أن نفتح جميع الأبواب والنوافذ، وعندها سيعتريك الخوف لأنّ كلّ شيء كبته وقمعته سيخرج إلى السطح. إذا قمعت الدموع ستخرج إلى السطح، إذا قمعت الضحك سيرتفع إلى الأعلى. اسْمَحْ لكلّ هذه المشاعر بالخروج، اسْمَحْ لها أن ترمي إلى الخارج.

نحن في مكان منعزل هنا لكي لا يُؤثر هذا الخوف أمام الناس علينا. إنّ أشجار الصنوبر هذه لن تستاء ولن تقول أيّ شيء، بل على الأرجح ستستمع بالنظر إليك، وكذلك أمواج المحيط لن تستاء فهي لا تخاف شيئاً. إنّ الأمواج تبكي عندما تُريد البكاء وتنام عندما ترغب في النوم، وكذلك الرمال لن يكون لديها أيّ اعتراض على ما يحدث.

اترك نفسك على نحو كامل، واسْمَحْ لكلّ ما يحدث في داخلك بأن يحدث. لا تُقاوم. اِرْقُصْ إذا كنتَ ترغب في الرقص، اصْرُخْ إذا كنتَ تُريد أن تصرخ. إذا كنتَ ترغب في الركض فاركض، حتّى إذا كنتَ تُريد أن تقع عليك أن تسقط. اسْمَحْ لنفسك كلّ شيء. إذا فعلت ذلك فستجد فجأة أنّ هناك طاقة في داخلك تبدأ في الارتفاع على شكل حلزوني إلى الأعلى، وأنّ هناك قوة بدأت بالاستيقاظ، وستجد أيضاً أنّ جميع الأبواب المغلقة تبدأ بالانفتاح. لا تسمَحْ لأيّ خوف بأن يعتريك في هذه اللحظة. كُنْ في وحدة كاملة مع هذه الحركة الداخلية، ومع رقص هذه الطاقة الدائرة، واسْمَحْ لنفسك أن تُفقد وتضيع فيها، وعندها ربّما يحدث شيء ما.

إنّ الأمر يحدث بسهولة ولكنك غير مستعد للسماح بهذا. من

الغريب أن تُعيقك وتحجزك هذه الأشياء الصغيرة. في ذلك اليوم عندما تصل وتنظر إلى الخلف، ستضحك على هذه الأمور التافهة التي كانت تُعيقك على الطريق. لو كانت هذه الأشياء كبيرة لكان كل شيء على ما يرام، ولكنها حقيقة تفاصيل صغيرة ومُهملّة.

إذا أراد أحد أن يسأل أيّ أسئلة، فليسأل وسنقوم بمناقشتها فترة من الوقت، ثمّ نجلس من أجل التأمل. يُمكنك طرح أيّ سؤال.

السؤال الأول

أحد الأصدقاء يسأل: إذا كان كل شيء في الطبيعة دون هدف، فلماذا على الإنسان أن يعيش بهدف؟

لا شكّ، إذا كان يُمكنك إسقاط كل الأهداف، فلا يُمكن أن يكون هناك هدف أكبر من ذلك. إذا استطعت أن تكون طبيعياً، فلا شيء أفضل من ذلك.

لقد أصبح الإنسان غير طبيعي إلى درجة أنه من أجل العودة إلى الطبيعة، يجب أن نضع هدفاً «أن أكون طبيعياً». إنها تعاسة لا مُتناهية. هذا بالضبط ما أقوله: ارم كل شيء واترك نفسك. مع ذلك، فإننا في هذه اللحظة نبقى في قبضة الأهداف القوية حتّى إننا عندما نُريد رفض الأهداف نفسها فإنّ ذلك يتحوّل إلى هدف. علينا أن نرمي الأهداف، ومن أجل القيام بذلك، يجب علينا أن نبذل كل جهدنا مع أنّ الأمر لا يتطلب أيّ جهد، كيف يُمكن أن يكون هناك جهد عندما ترمي شيئاً ما؟ إنّها حقيقة أنه ليس هنالك أيّ أهداف في أيّ مكان، ولكن لماذا؟ السبب هو أنّ الطبيعة بلا هدف، وأنّ ما يُوجد فهو موجود ببساطة دون سبب، وأنّه لا تُوجد أسباب خارجية.

عندما تزهّر الوردّة فهي تزدهر ليس من أجل شخص ما، وليس من أجل أن تُباع في السوق. إنّها تزدهر ليس من أجل أن يقف أحد المارة ويتمتع برائحتها. لقد ازدهرت ليس من أجل الحصول على الميدالية

الذهبية في المعرض «بادماشري». إن الوردة تزدهر لأن الازدهار سعادتها الخاصة. إن هدف الازدهار هو الازدهار وهو أمرٌ مُعتبرٌ في حدّ ذاته. من أجل ذلك يُمكنك القول أن الوردة تزدهر دون هدف، وأن الازدهار الكامل يُمكن عندما لا يكون هناك غرض ولا هدف، لأنه عندما يكون هناك هدف فإن وجود العقبات أمرٌ حتمي.

إذا ازدهرت الوردة لكي يراها أحد المارة فماذا سيكون لو لم يمر أحد من جانبها؟ في هذه الحالة، لن تزدهر الوردة ولن تفتح، وستنتظر عندما يظهر أحد المارة، ولكن إذا رفضت الوردة فترة طويلة أن تزدهر، فمن الممكن ألا تزدهر بعد ذلك حتى عندما يظهر أحد المارة، لأن عادة عدم الازدهار والبقاء في حالة الانغلاق أصبحت قوية للغاية.

إن الوردة تزدهر بالقوة الكاملة لأنه ليس في ذلك أيّ غرض أو هدف.

يجب على الشخص أن يكون هكذا، ولكن الصعوبة تكمن في أن الإنسان توقّف عن أن يكون طبيعياً، وأصبح غير طبيعي على نحو متطرف، وإذا كان يُريد العودة إلى العفوية والطبيعية مرة أخرى، تُصبح هذه العودة هدفاً.

عندما أتكلّم عن الهدف يُشبه الأمر الحالة: إذا كانت هناك شوكة عالقة في القدم، يُمكن اخراجها بمساعدة شوكة أخرى فقط. فإذا أتى شخص إليّ وقال: «ليس هنالك شوكة في قدمي، لماذا يجب أن أخرجها؟». أقول له: «إذا كانت هذه المسألة غير موجودة، فلماذا تسأل عنها؟ يجب ألا يكون السؤال موجوداً ببساطة لأنه ليس هنالك شوكة في قدمك، إذا كانت الشوكة موجودة نحتاج إلى استخدام شوكة أخرى لإخراج الشوكة الأولى».

هذا الصديق يُمكن أن يقول أيضاً: إذا كانت الشوكة تُسبب له الكثير من الألم، فلماذا أصرّ على أن أدخل شوكة أخرى في قدمه؟ الحقيقة أنه من المستحيل أن تُزال الشوكة الأولى التي تسبب الألم وتُخرج دون

مساعدة الشوكة الثانية. بطبيعة الحال، يجب مراقبة ألا تنغرز الشوكة الثانية في قدمك من خلال الشعور بالامتنان، يكفي أنها ساعدتك على التخلص من الشوكة الأولى. إن الأمر مؤلم طبعاً، ولكن عندما تتم إزالة الشوكة الأولى يجب عليك رمي كلا الشوكتين على حدّ سواء.

عندما تعود الحياة غير الطبيعية إلى طبيعتها مرة أخرى، من الضروري إسقاط ورمي الشيء الطبيعي مع الشيء غير الطبيعي، وذلك لأنه من أجل أن تكون الأمور طبيعية على نحو كامل، من الضروري التخلص من التفكير بالأمور الطبيعية أيضاً، وعندها ما سيكون فليكن.

كلا، أنا لا أتكلم عن أنّ الهدف شيء ضروري، وإنما أتحدّث عن الهدف بسبب أنّك راكمت خلال حياتك بالفعل الكثير من الأهداف. هناك الكثير من الأشواك في جسدك وهذه الأشواك يُمكن إزالتها بواسطة أشواك أخرى فقط.

السؤال الثاني

ذلك الصديق يسأل أيضاً: هل الدماغ «مانا» والفكر «بودهي» ومادة التفكير «تشيتا» والأنا «أهاناكارا» هي كيانات مُنفصلة، أم أنها أسماء مُختلفة للشيء نفسه؟ يُريد أيضاً أن يعرف: هل هذه الأمور تختلف عن الروح «أتمان»، أم أنها الأمر نفسه، وهل هي واعية أم غير واعية. وهو يُريد أيضاً أن يعرف: ما الوعي وما هو اللاوعي، وما هو وضعها المُحدد في الحياة؟

أولاً: إنّ المادة والوعي في هذا العالم ليسا شيئين مُنفصلين. ما نُسميه اليوم بالمادة هو وعي نائم، وما نعرفه بالوعي ما هو إلا مادة مُستيقظة. في الواقع، لا تختلف المادة عن الوعي، وهما مظاهر مُختلفة للشيء نفسه. إنّ الوجود واحد وهذا الواحد هو الإله «براهمان»، أو سمّه كما شئت بأيّ تسمية أخرى. عندما ينام هذا الواحد يبدو على شكل مادة، وعندما يستيقظ يبدو على شكل الوعي، لذلك لا تقبل الوعي والمادة على أنّهما

كيانان منفصلان، بل إنهما مُصطلحان مترادفان. وفي الحقيقة لا يختلفان عن بعضهما أبداً.

لقد وصل العلم إلى استنتاج مفاده أن الشيء الذي نُسَميه «مادة» هو شيء غير موجود. من الممتع أن نعرف أن «نيتشه» قد أعلن قبل خمسين عاماً، بأن الإله قد مات، ثم بعد خمسين عاماً أتى العلم ليُعلن أن الإله ربّما مات وربّما لم يمت، ولكنّ المادة ماتت حقيقة. كلما تعمق العلم في المادة أكثر فأكثر، وجد أنه ليس هنالك مادة وإنما تبقى الطاقة فقط.

كلّ ما يبقى بعد انفجار أو انشطار الذرة هو جسيمات الطاقة. في الحقيقة إن ما نعرفه بإسم الإلكترونات، البروتونات، النيوترونات، ماهي إلا جزيئات كهربائية. في الواقع، إنّ تسميتها جزيئات هو أمرٌ غير صحيح لأنّ الجزيئات تعني المادة، فاكتشف العلماء كلمة جديدة هي «الكم» وهي كلمة تشمل في معناها على الأمرين. إنّ الكمّ يعني الجزيئة والموجة على حدّ سواء. من الصعب أن نتصور كيف يُمكن أن يكون شيء ما جُزئياً وموجة في الوقت نفسه، ولكن الكمّ هو كلا الأمران، وهو يتصرّف أحياناً مثل الجسيمات، وأحياناً أخرى يتصرّف كموجة طاقة. إنّ المادة والطاقة حالاتان من حالات الكمّ نفسه.

عندما حفر العلم أعمق وجد أنه ليس هنالك إلا طاقة فقط، وعندما حفرت الروحانية أعمق لم تجد إلا الروح أو «أتمان» أو النفس، وهي كلّها عبارة عن طاقة. ليس بعيداً ذلك الوقت عندما نصل إلى اتحاد العلم مع الدين، حينما تختفي المسافة التي تفصل بينهما. إذا ثبت أن الفجوة بين الإله والمادة أمرٌ مزيف، فلن تبقى الفجوة بين العلم والدين طويلاً. إذا كانت المادة والوعي غير منفصلين، فكيف يُمكن فصل الدين عن العلم؟ إنّ الفصل بين العلم والدين مُتعلّق بفصل المادة عن الوعي.

بالنسبة إليّ ليس هنالك سوى الواحد ولا وجود لاثنين ولا مجال للثنائية والازدواجية، بالتالي فإنّ السؤال عن المادة والوعي غير قائم ببساطة. إذا كانت تُعجبك لغة المادة يُمكنك القول إنّ كلّ شيء مادة،

وإذا كانت تُعجبك لغة الوعي يُمكنك القول إن كل شيء وعي. بالنسبة إليّ، أنا أفضل لغة الوعي، لماذا أفضل هذه اللغة؟ وجهة نظري أنه يجب أن نُفضل دائماً لغة الأعلى، لأنها تُعطي المزيد من الفرص والإمكانيات، ولا يجب تفضيل لغة الأخفض حيث تكون الإمكانيات أقل بكثير.

يُمكننا على سبيل المثال أن نقول إنه لا يوجد إلا البذرة وليس هنالك شجرة، ولكن هذا القول خطأ، لأن الشجرة ليست سوى تحوّل للبذور، وفي هذا التأكيد خطورة أيضاً وهي أن بعض البذور قد تقول: «إذا كانت البذرة هي كأس الخلق، فلماذا يجب أن نُصبح أشجاراً؟ سنبقى هكذا كما نحن بذوراً». من أجل هذا من الأفضل أن نقول إنه لا يوجد إلا الأشجار، لأنه عندها تبقى هناك إمكانية في أن تُصبح البذور أشجاراً.

أنا أفضل لغة الوعي لكي يستطيع النائم أن يستيقظ، هذه الإمكانية يجب أن تكون متوفرة.

هناك أوجه تشابه بين المادي والمثالي: فكلاهما يتقبل شيئاً واحداً فقط، إما المادة أو الوعي، ويبقى هناك فارق وهو أنه في الوقت الذي يقبل فيه المادي الحالة الأولية فإنه ينحرم من الأعلى، بينما المثالي يقبل الأعلى الذي يتضمّن الحالة الابتدائية ويتضمّن كل شيء ولا يستثني أي شيء. أنا أحب لغة الروحانية، ولذلك أقول إن كل شيء وعي. إن الوعي النائم هو المادة والوعي اليقظ هو الوعي. كل شيء وعي.

ثانياً، يُريد هذا الصديق أن يعرف هل الدماغ «مانا» والفكر «بودهي» ومادة التفكير «تشيتا» والأنا «أهاناكارا» هي كيانات مُنفصلة، أم أنها أسماء مُختلفة للشيء نفسه؟

إنها ليست كيانات مستقلة، وإنما وجوه مُختلفة للوعي نفسه. إن هذا السؤال يُشبه التساؤل عما إذا كان الأب والابن والزوج شخصيات مُستقلة، أود أن أقول: كلا، هم الشخص نفسه. نحن نعلم أن الشخص نفسه قد يكون أباً لابنه، وابتناً لأبيه، وزوجاً لزوجته. يُمكن أن يكون المرء نفسه صديقاً بالنسبة إلى شخص، وعدواً بالنسبة إلى شخص آخر.

يُمكن أن يكون الإنسان جميلاً بالنسبة إلى شخص وقبيحاً بالنسبة إلى شخص آخر. يُمكن أن يكون الشخص نفسه سيداً بالنسبة إلى شخص، وخادماً بالنسبة إلى شخص آخر، ولكن في الحالات كلها يبقى الشخص نفسه. في تلك الحالة عندما لا تعرف مَنْ يعيش في المنزل، ويقول لك شخص أنه شاهد في هذا المنزل السيد، وفي اليوم التالي يقول لك شخص آخر أن الخادم يعيش في هذا المنزل، وفي اليوم الثالث يقول لك شاب أن والده يعيش في هذا المنزل، أو تقول لك امرأة أخرى إن زوجها يمتلك هذا المنزل، فسوف تستنتج أنه في هذا البيت يعيش الكثير من الناس: سيد، عبد، والد، زوج، ولكن في الواقع، إنه الرجل نفسه الذي يلعب أدواراً مختلفة بالنسبة إلى أناس مختلفين.

إن أدمغتنا تتصرف على نحو مختلف. إذا كنت متعجرفاً وتقول: «أنا كل شيء وكل شيء آخر بالمقارنة معي ليس أي شيء» عندها يظهر الدماغ على شكل أنا. هذا واحد من أنماط سلوك الدماغ. عندما يقول الدماغ: «أنا كل شيء» فهذه أنا. عندما يُعلن: «كل شيء بالمقارنة معي صفر»، يكون الدماغ هو الأنا.

عندما يُفكر الدماغ ويتفكر فهذا هو الذكاء، ولكن عندما يُفكر الدماغ ولا يتفكر ويتجول دون القيام بأي شيء ويهيم دون أي اتجاه وعندما لا يُركّز عندها يُسمّى جوهر الدماغ أو «تشيتا». إن الذكاء هو دماغ مُوجّه، على سبيل المثال، دماغ العالم الذي يجلس في مختبره ويُفكر كيف يقسم الذرة. عندما يتجول الدماغ دون هدف ولا اتجاه، يكون الأمر مُجرّد أحلام اليقظة. عندما تُفكر كيف تُصبح مليونيراً أو رئيس البلاد، عندما لا تُركّز، فهذه حالة «تشيتا» أو مادة التفكير، عندما يتجول التفكير هنا وهناك فقط على نحو غير مُترابط وغير مُنظم. أمّا عندما تتبع نظاماً محدداً من أجل التفكير فهذا هو الذكاء.

هناك العديد من الطرق أمام الدماغ، ولكن كل هذا هو الدماغ. هذا الصديق يُريد أن يعرف أيضاً هل الدماغ والفكر ومادة التفكير والأنا تختلف عن الروح «أتمان»؟

ما رأيك عندما تهب عاصفة على المحيط، فهل تكون العاصفة والمحيط عندها شيئان منفصلان؟ عندما يمجج المحيط ويصخب، نُسَمِّي الأمر عاصفة، وبالمثل، عندما تضطرب النفس وتقلق نُسَمِّي هذا تفكيراً. عندما يستقرّ التفكير ويهدأ يُصبح روحاً، فالتفكير هو حالة النفس المضطربة، بينما الروح هي حالة التفكير المستقرة الهادئة.

بعبارة أخرى، عندما يكون الوعي قلقاً ومضطرباً، وعندما يكون عاصفاً ومُهتاجاً فهو التفكير، ولذلك ما دُمْتَ في حدود التفكير فلن تستطيع إدراك الروح «أتمان»، ولهذا السبب نفسه يتوقف التفكير عن التواجد عندما يقع الإنسان في حالة التأمل. ولكن ماذا يعني «يتوقف عن التواجد»؟ هذا يعني أن الموجات التي كانت مُضطربة على سطح بحر الروح قد هدأت، وعندها فقط تعرف أنك روح. طالما أنت مُضطرب وقلق فأنت تعرف نفسك على أنك تفكير.

إنّ التفكير المضطرب يظهر في أشكال كثيرة، أحياناً على شكل الأنا، وأحياناً على شكل الذكاء، وأحياناً على شكل مادة التفكير، إنها وجوه مختلفة للتفكير المضطرب.

إنّ الروح «أتمان» والتفكير ليسا مُفصلين. وكذلك الروح «أتمان» والجسد ليسا مُفصلين أيضاً، ولأنّ الجوهر والخلاصة والواقع شيء واحد، فإنّ كلّ هذه الأشياء مُجرّد تحولات لشيء واحد. إذا كنت تعرف هذا الواحد فستصل كلّ النزاعات مع الجسد أو الدماغ إلى نهايتها. مُجرّد أن تعرف هذا الواحد فلن يبقى إلا هذا الواحد. عندها تتقبّل «راما» و «رافانا» على نحو مُتشابه، ولن تعبد «راما» ولن تقتل «رافانا»، بل ستعبد كلاهما أو تقتل كلاهما على حدّ سواء، لأنّ الجوهر في «راما» و «رافانا» واحد.

إنّ الجوهر واحد، ولكنّ التعبيرات عنه لا حصر لها. إنّ الحقيقة واحدة ولكنّ أشكالها وصيغها كثيرة. إنّ الوجود واحد ولكنّ لديه عدد لا يُحصى من الوجوه والإيماءات.

أنت لا تدرك هذا لأن النهج الذي تتبعه فلسفي. يُمكنك أن تفهم ذلك إذا كان نهجك مبني على وجهة النظر التي تعتمد على التجربة. أنا أقول كل هذا لأشرح لك فقط، وهذه التفسيرات لا يُمكن أن تُصبح معرفتك أو تجربتك. عليك أن تتعلم ذلك بنفسك. عندما تدخل في هذا الواحد وتعرفه فستصرخ: «يا إلهي، ما كنتُ أعرفه على أنه الجسد هو أنت، وما كنتُ أعرفه على أنه الذهن هو أنت، وما كنتُ أعرفه على أنه الروح «أتمان» هو أنت أيضا».

عندما تصل وتعرف يبقى الواحد فقط، وهذا الواحد هائل للغاية وواسع وكبير إلى درجة أن جميع الفواصل الزمنية بين المتعرف والمتعرف عليه والمعرفة تختفي. إن العارف والمعروف يُصبحان واحداً. يسأل أحد الأنبياء «ريشي» في «الأوبنشاد»: «مَن الذي يعرف؟ مَن الذي يتم التعرف عليه؟ مَن الذي يُشاهد؟ مَن الذي رأوه؟ مَن اختبر؟ مَن المُختبر؟». كلا، لن يبقى حتى هذا التقسيم والانفصال الذي تستطيع فيه تمييز المتعرف عن المتعرف عليه، وعندما يُمكنك أن تقول إنهما اثنان. إن الذي يختبر ويُجرَّب يزول من الوجود، وتختفي جميع المسافات والثغرات والتقسيمات.

لا يُمكن للفكرة أن تعيش دون خلق الثغرات والمسافات، بل إن الفكرة تخلق المسافة على نحو مؤكد فتقول: «هذا الجسد، وهذا الدماغ، وهذه الروح، وهذا هو الإله». إن الدماغ يُميِّز بين الجسم والعقل والروح والإله، وهو الذي يجعل الفجوات والانقسامات غير الموجودة.

لماذا؟ لأن الفكرة لا يُمكن أن تحتوي ولا أن تُحيط الكل، ولا أن تجعل الآنية قطعة واحدة. إن الفكرة هي ثقب صغير جداً يُمكن رؤية الأشياء من خلاله على شكل أجزاء فقط. إذا كان هناك مبنى كبير وحاولت أن أنظر من خلال ثقب في جدار إليه، فهل أستطيع أن أرى البيت كله؟ كلا، سأرى الكرسي أولاً ثم الطاولة ثم صاحب المنزل، وهلمّ جرا. يُمكن

رؤية المنزل من خلال ثقب صغير على شكل أجزاء فقط، ولكن ليس على نحو كامل، لأن الثقب صغير جداً، بينما عندما أكسر الجدار وأدخل إلى البيت، يُصبح البيت الآن مرئي على نحو كامل.

إن الفكرة هي ثقب صغير جداً في عملية التفكير، نُحاول من خلاله العثور على الحقيقة. إن الحقيقة مرئية من خلال الأفكار على شكل أجزاء وهي مُتكسرة إلى قطع. عندما ترمي الأفكار وتدخل في الفضاء الخالي من الأفكار فهذا هو التأمل حيث يُمكن رؤية «الكل». في اليوم الذي يُصبح فيه الكل والآنية مرئيين، ستصرخ: «يا إلهي، كل شيء كان واحداً ولكنه مرئي في صيغ كثيرة لا متناهية!».

إن هذا الأمر لا يُمكن تحقيقه إلا من خلال التجربة.

السؤال الثالث

هناك صديق آخر يُريد أن يعرف كم من الوقت قضيتُ من أجل الدخول

في التأمل؟

يحدث الدخول في التأمل في لحظة واحدة، ولكن يُمكنك الانتظار على أبواب التأمل مدة حيوات قادمة. إن الدخول في التأمل مسألة لحظة واحدة، وحتى كلمة «لحظة» ليست مناسبة كثيراً، وذلك لأن لحظة هي وقتٌ طويل جداً. إذا قلتُ إن هذا يحدث في جزء من الألف من اللحظة، سيكون هذا خطأ أيضاً، لأنه حتى جزء من الألف من اللحظة هو وقت. في الواقع، إن التأمل هو المدخل إلى اللازم، وعندما يتوقف الوقت يجري الدخول في التأمل ويحدث التأمل.

إذا قال شخص إن الدخول في التأمل قد استغرق منه ساعة أو سنة فهو مُخطأ، لأنه عندما يدخل الإنسان في التأمل حقيقة فإن الوقت يتوقف ولا يعود هناك زمن مُطلقاً، فالتأمل يتجاوز الوقت، وهو خارج حدود الزمن. بالتأكيد يُمكنك قضاء العديد من الحيات خارج معبد التأمل، وأنت تقوم برسم دوائر كثيرة وكبيرة حول التأمل دون أن تدخل إلى نورانيته الداخلية.

لقد قضيتُ الكثير من الحيوانات، وأنا أدور حول معبد التأمل ولم أدخل. عندما دخلتُ حصل ذلك ليس في الزمن بل حدث في اللا زمن وخارج حدود الزمن.

إنّ السؤال الذي سألتُهُ صعبٌ للغاية. إذا أخذنا بعين الاعتبار الوقت الذي نقضيه بالقرب من المعبد، فهو عبارة عن حيوات لا تُحصى. من الصعب أن نُحصى هذه الحيوانات لأنّه وقت طويل جداً على نحو لا يُصدّق، شيء لا يُعدّ ولا يُحصى، ولكن إذا أخذت في الاعتبار المدخل، فلا يُمكن الحديث عنه بلغة الوقت، لأنّ هذا يحدث بين لحظتين، إنّه يحدث عندما تذهب لحظة ولم تأتِ اللحظة التي بعدها في الفاصل بين اللحظتين. هذا يحدث دائماً في الفاصل بين لحظتين.

هذا سبب أنّه من المستحيل أن نقول كم أحتاج من الوقت من أجل الدخول في التأمل. إنّ الأمر لا يشغل أيّ وقت ولا يُمكنه أن يشغل لأنّه لا يُمكنك أن تدخل في الأبدية من خلال الزمن. إنّ الشيء الذي خارج حدود الزمن لا يُمكن معرفته من خلال الزمن.

أنا أفهم ما تقوله. يُمكنك أن تتجول حول المعبد المدة التي تُريد. يُمكنك أن تشتغل بالتجوال في دوائر. على سبيل المثال، أنا أرسم دائرة مع مركز وأطلب من شخص أن يصل إلى المركز، لو مشى هذا الشخص على المحيط مدة العديد من الحيوانات فلن يصل بالتأكيد إلى المركز أبداً، وحتى لو ركض بأقصى سرعة فلن يستطيع أن يفعل ذلك، وحتى لو ركب الطائرة فلن تُساعده، ومهما فعل فسيفنق كلّ كمية الطاقة المتوفرة لديه، وإذا بقي على مُحيط الدائرة فلن يصل أبداً إلى مركز الدائرة، وسيكون أثناء وجوده على مُحيط الدائرة دائماً على مسافة واحدة من المركز، ولا طائل من السؤال كم المدة التي ركض فيها. إنّه لا يزال على مُحيط الدائرة، إذ تبقى المسافة إلى المركز هي نفسها من أيّ نقطة على المحيط، بل إنّها المسافة نفسها التي كانت قبل أن يبدأ ركضه!

إذا كنت تُريد الوصول إلى المركز، يُمكنك أن تفعل ذلك فقط عندما

تترك مُحيط الدائرة. يجب أن تُوقِف رِكضك وتقوم بقفزة. عندما يصل الإنسان إلى المركز، وتساله كم مدة ركضه على المُحيط حتى وصل إلى المركز، ماذا سيُجيبك؟ سيقول لك إنه قام برحلة كبيرة وقطع آلاف الأميال على المُحيط ولكنه لم يستطع أن يصل. إذا سألته كم قطع في الطريق حتى وصل إلى المركز، فسيقول مُجدداً إنَّ الرحلة بأكملها كانت عديمة الفائدة، ولم يستطع تحقيق الهدف من خلالها. سيقول إنه وصل فقط عندما أوقف جميع الرحلات وحقق قفزة نوعية.

بالتالي فإنَّ المسألة ليست في مقدار الوقت أو مساحة التأمل. إنَّ التأمل يحدث ليس في الوقت. لقد أضعنا جميعاً الكثير من الوقت وخسرنا الكثير من الزمن من أجل لا شيء. في ذلك اليوم عندما يحدث معك التأمل، لا يُمكنك أن تقول كم من الوقت استغرق هذا الأمر. كلا، إنَّها ليست مسألة وقت.

سأل شخص ما «يسوع»: «كم يُمكن البقاء في الجنة؟». قال «يسوع» إنَّ هذا السؤال صعب، ثمَّ أضاف بعد ذلك: «لن يكون هناك وقت على الأرجح». ثمَّ قال «يسوع» له: «إذا كنت تُريد أن تعرف كم يُمكنك البقاء في ملكوت الإله، فسؤالك صعبٌ حقيقة، لأنَّه لن يكون هناك وقت، فكيف يُمكن حساب الزمن؟».

من المُفيد أن نفهم أنَّ ما نعرفه بإسم الوقت لا ينفصل عن حزننا ومصائبنا ومُعاناتنا. ليس هنالك وقت في النعيم فالنشوة خالدة. إنَّ الوقت هو أداة قياس بوؤسك. كلما كنت حزيناً أكثر، كان الوقت أطول. عندما يحتضر شخص من عائلتك وينتظر نهايته ذات ليلة، ستكون هذه الليلة طويلة جداً، وعلى الرغم من أنَّ الليلة لا تهتمُّ بالساعات الموضوعه على الجدار أو بالتقويم الموضوع على طاولة المكتب، ولكن بالنسبة إلى شخص يجلس بجوار حبيب له يحتضر، فإنَّ هذه الليلة ستكون طويلة إذ تبدو لا نهاية لها. إنَّه يُفكر هل ستنتهي هذه الليلة على الإطلاق أم لا، وهل ستشرق الشمس، وهل سيبدأ اليوم الجديد؟ قد يبدو أنَّ الساعات

الحائضية توقفت أو أنها تُشير إلى التوقيت نفسه، أو ربما تتحرك عقاربها على نحو بطيء، وعلى الرغم من أن الصباح يقترب، ولكن يبدو أن الليل يستمر ويستمر دون نهاية.

لقد قال «برنارد رسل» ذات مرة إنه إذا كان لا بد من السؤال في المحكمة عن كل الخطايا والآثام التي ارتكبتها والتي كان يقصد أن يرتكبتها، فلن يستطيع حتى أكثر القضاة صرامة أن يحكم عليه بعقوبة الحبس أكثر من أربع أو خمس سنوات في السجن، ولكن «يسوع» يقول إن الأشرار يُعذبون في الجحيم إلى الأبد. هذا أمرٌ غير عادل أبداً. يقول «راسيل» إنه حتى لو أُضيفت إلى قائمة الخطايا تلك الذنوب التي كان ينوي ارتكابها، فكَرَّ بذلك فقط، فإن أقصى محكمة لا يُمكن أن تعاقبه بأكثر من أربع أو خمس سنوات في السجن، ولكن محكمة «يسوع» تحكم عليّ بالعذاب في الجحيم إلى الأبد، إنه أمرٌ زائد عن الحد.

توفي «راسيل» وعلى ما يبدو لم يفهم ماذا كان يقصد «يسوع». إن «يسوع» كان يقول إنه إذا كان على الإنسان أن يعيش في الجحيم لحظة، فهذه اللحظة تبدو له أبدية. إن التعاسة بطبيعتها تبدو لا نهائية، وتبدو أنها لن تنتهي أبداً.

يتمتد الوقت مع التعاسة في حين أنه يُختصر مع السعادة ويُصبح أقصر، وهذا هو سبب أننا نقول إن السعادة عابرة ومُختصرة جداً. خلال ذلك ليس ضرورياً أن تستمر هذه السعادة مدة لحظة فقط، ولكن الشعور أنه في السعادة يُختصر الوقت بل إنه يطير. هذا لا يعني أن السعادة دائماً عابرة. يُمكن أن تمتد السعادة وقتاً طويلاً، ولكنها تمر دائماً دون أن يلاحظها أحد لأن وقت السعادة يُختصر. كلما قابلت المحبوب يحين سريعاً وقت الفراق، ويبدو كأنه ينوي الذهاب في اللحظة التي أتى بها. إن الزهرة تذبل بعد وقت قصير جداً من ازدهارها. من أجل ذلك، فإن تجربة السعادة دائماً قصيرة، وهذه هي طبيعة الوقت فيها. إن الساعات تبقى نفسها والتقويم كذلك ولا تؤثر سعادتك عليها، ولكن سعادتك تختصر الوقت نفسياً.

إنّ الوقت يختفي تماماً أثناء النشوة، ولا يُصبح أقصر ولا أطول. لا يوجد الزمن في النعيم ببساطة. عندما تكون في النشوة يتوقف الوقت بالنسبة إليك. في الواقع، إنّ الوقت والتعاسة هما اسما الشيء نفسه. إنّ الزمن هو اسم التعاسة الآخر. إنّ الوقت والتعاسة مترادفان. إنّ الوقت نفسياً يعني التعاسة، ولهذا السبب نقول إنّ النشوة خارج حدود الوقت، وما هو خارج حدود الزمن، من المستحيل أن نجده بمساعدة الزمن.

لقد تجولتُ دون فائدة بقدر أيّ واحد منكم، والشيء الأكثر إثارة للاهتمام هو أنّ تجوالي كان طويلاً إلى درجة أنه من الصعب القول من تجول أكثر ومن تجول أقل. لقد وصل «بوذا» و «مهافيرا» إلى التنور منذ خمسة وعشرين قرناً مضى، ووصل «يسوع» إلى التنور منذ عشرين قرناً مرّت، ووصل «شانكار» منذ عشرة قرون مضت، ولكن إذا كان قال أحدٌ إنّ «شانكارا» هام على وجوهه مدة عشرة قرون أقل، فهو مخطأ لأنّ التجولات لا نهاية لها.

على سبيل المثال، كنت في مومباي ثم سافرت إلى هنا في «نارجول» بعد أن قطعت مسافة مئات الأميال، ولكن مقارنة مع النجوم التي تبعد عنا مسافة لانهاية، فإنك لم تُسافر حتّى. أنت تقع بالنسبة إلى هذا النجم في نفس المكان حيثما كنت، ولا يهمّ ما إذا سافرت إلى بومباي مسافة مئات الأميال. إذا نظرت من وجهة نظر هذا النجم فأنت لم تتحرك حتّى. إنّ المسافة بينك وبين النجم تبقى نفسها حينما تكون في «نارجول» أو «بومباي». هذا النجم بعيدٌ جداً إلى درجة أنّ هذه المسافات الصغيرة لا تمتلك أيّ اعتبار.

إنّ رحلات حيواتنا، وعدد ولاداتنا وعدد مرات موتنا ضخمة وكبيرة وطويلة دون حدود، إذ لا يملك أيّ اعتبار فيما إذا وصل أحد إلى التنور منذ خمسة وعشرين قرناً مضى، ووصل الآخر منذ خمسة قرون مضت، ووصل الثالث قبل خمسة أيام أو قبل خمس ساعات. في ذلك اليوم عندما نصل إلى المركز سنصرخ: «أوه، إنّ «بوذا» يصل الآن،

وكذلك «مهافيرا» يدخل الآن، و «يسوع»، ونحن أيضاً».

من الصعب أن نفهم هذا، لأنه في هذا العالم الذي نعيش فيه يُعتبر الوقت أمراً مهماً جداً بالنسبة إلينا. إن الوقت يمتلك اعتباراً كبيراً في عالمنا، وهذا هو سبب نشوء السؤال: كم يحتاج من الوقت من أجل الدخول في التأمل، ولكن لا تطرح هذا السؤال، ولا تتحدث عن الوقت، وتوقف عن التجوال فهو يأخذ وقتاً طويلاً. لا تتجول حول المعبد بل ادخله.

يخاف الإنسان عادة من دخول المعبد ويخشى مما قد يحدث هناك. في الخارج كل شيء معروف ومألوف، إذ لدينا الأصدقاء والأقارب والأزواج والزوجات والأطفال والمنازل والمحلات التجارية خارج المعبد. إن كل ما يخصنا يقع خارج المعبد. إن شرط المعبد أن تدخل إليه وحدك، ولا يُمكن أن يمرّ اثنان خلال بوابته. هذا هو سبب استحالة أن تأخذ معك منزلتك، زوجتك، أطفالك، ثروتك، وضعك الاجتماعي، عملك، سلطتك، هيبتك. كل هذا يجب أن تتركه خلفك قبل الدخول إلى المعبد.

هذا هو سبب قولنا: إنه من الأفضل، أن نستمرّ بالتجول والتسكع حول المعبد. نحن ننتظر أن تفتح أبواب المعبد على نحو أوسع قليلاً لكي نستطيع أن ندخل إليه مع كل ما لدينا وكل ما يخصنا، ولكن أبواب المعبد لا تفتح أبداً لأكثر من اتساع شخص واحد، ولا يُمكن أن يمرّ خلالها إلا شخص واحد. أنت لا تستطيع أن تأخذ معك وضعك الاجتماعي ولا مكانتك، لأنه عندها سيكون هنالك اثنان أنت ومكانتك. لا يُمكنك أن تأخذ معك حتى اسمك، لأنه عندها سيكون هنالك اثنان أنت واسمك. لا يُمكنك أن تأخذ معك أيّ أمتعة، ولا يُمكنك حمل أيّ شيء على الإطلاق. عليك أن تذهب إلى هناك عارياً تماماً ووحيداً، وعندها فقط ستكون قادراً على الدخول.

هذا هو سبب استمرارنا بالتسكع والتجوال حول المعبد، بل إننا

أحياناً ننصب المخيمات خارج المعبد ونؤاسي أنفسنا بأننا قريبون من الإله، وأننا لسنا بعيدين كثيراً عنه. في الحقيقة لا يختلف الأمر كثيراً عندما تقع على مسافة ياردة أو على مسافة ميل أو على مسافة مئات الأميال من المعبد، لأنك على كل الأحوال تقع خارج المعبد. إذا كنت تُريد أن تذهب إلى الداخل، يُمكن أن يحدث ذلك في جزء من الألف من الثانية. من الخطأ أن نقول «في جزء من الألف من اللحظة»، لأنه في الواقع يُمكنك الدخول خارج حدود اللحظة والثانية والزمن.

ليكن السؤال التالي هو السؤال الأخير، وإذا كان لديكم أي أسئلة أخرى، فسُناقشها في المساء.

السؤال الرابع

أنت تسأل: هل نحافظ على ما يُسمى بإسم المعرفة فقط في حالة التحرر من الأفكار، وتختفي في حالة التفكير؟

تحدث المعرفة عندما يغيب التفكير. أنت تعرف عندما تكون خالياً من الأفكار، بل إنه عندما تعرف ذات يوم، فهذه المعرفة تبقى على أي حال، ويُحافظ عليها حتى في حالة التفكير، ولا يُمكن تضييعها بعد ذلك، ولكن لا يُمكن الوصول إلى المعرفة إلا في حالة التحرر من الأفكار، لماذا؟ إن سبب ذلك هو أن موجات الأفكار لا تسمح للعقل أن يُصبح كالمرآة. على سبيل المثال، إذا كنت تُريد إجراء لقطة بآلة التصوير، عليك أن تكون حريصاً على عدم اهتزازها وألا تسمح للضوء بالدخول، ولكن عندما يتم التقاط الصورة يُمكنك أن تهزّ الجهاز كما تريد وأن تسمح للضوء مهما كان كثيراً بالدخول إليه ولن يُؤثر ذلك. إذا اهتزت آلة التصوير عند أخذ اللقطة، ستكون الصورة غير واضحة، ولكن عندما تُصبح الصورة جاهزة يتم الأمر ويُمكنك الآن أن تفعل ما تُريد مع الجهاز: يُمكنك هزه والرقص معه ولن يُؤثر ذلك على الصورة أبداً.

إن تحقيق المعرفة يحدث في مثل هذه الحالة من التفكير حيث لا

يتحرك أي شيء ويكون كل شيء هادئاً وساكناً، عندها فقط نحصل على المعرفة، وبمجرد الحصول عليها يُمكنك فعل أي شيء: يُمكنك القفز والرقص ولن يُؤثر ذلك أبداً. إنَّ الحصول على المعرفة يتحقق في حالة التحرر من الأفكار، ولكن بعد أن يصل الإنسان إلى ذلك فإنَّ التفكير لا يخلق أيّ مشاكل. إذا كنت تعتقد أنَّ الحصول على المعرفة يتمُّ من خلال التفكير فلن يحدث هذا أبداً. إنَّ التفكير يمنع ويعرقل تحقيق ذلك، ولكن عندما تصل إلى المعرفة، يُصبح التفكير عاجزاً وغير فعال ولا يُمكنه أن يفعل أيّ شيء.

من المُثير للاهتمام، أنَّ صمت الدماغ ضروري من أجل تحقيق المعرفة، ولكن حالما يحدث ذلك فلا حاجة إلى أيّ شيء آخر. إنَّ ما يأتي ما يأتي في وقت لاحق لا ينبغي حمله إلى البداية، وإلا سيكون ضاراً وسيئاً بالنسبة إليك، بمعنى أنك قد تظن: إذا كان التفكير لا يُعتبر مشكلة في المستقبل فلماذا ينبغي أن يكون مشكلة الآن؟ هذا الأمر سيكون سيئاً حقيقة. عندما تقوم بهزّ آلة التصوير يضيع كل شيء. إذا اهتزت آلة التصوير يُمكن أخذ الصورة، ولكنها لن تكون صحيحة ولا حقيقية. نستطيع من خلال التفكير الوصول إلى المعرفة، ولكنها لن تكون أبداً معرفة حقيقية ولا أصلية، لأنَّ الدماغ دائماً غير مستقر، وهو يُعاني من التذبذب والاهتزاز، ولذلك فهو يُشوّه كل شيء.

على سبيل المثال، عندما يكون القمر في السماء وصورته مُنعكسة في الأسفل على الأمواج. إنَّ البحر المضطرب يعكس القمر، ولكنه يعكسه على نحو مُجزأ، وعوضاً عن صورة القمر الواحد يكون هناك ألف قطعة وقطعة منه مُتناثرة في جميع أنحاء البحر. إذا كنت لم تر القمر الحقيقي في السماء فلن تستطيع أن تحصل على تصوّر صحيح عنه من خلال الانعكاس على سطح البحر، وعوضاً عن أن ترى قمراً واحداً سترى ألف قطعة وجزء منه. سترى عدداً لا يُحصى من مسارات القمر الفضية التي تُغطي سطح البحر، ولن تكون قادراً على تصوّر القمر الحقيقي من خلال

هذه المسارات الكثيرة. إنَّ البحر المضطرب الذي تعلو فيه الأمواج لا يُمكنه أن يعكس القمر على نحو صحيح، ولكن عندما تكون لديك الصورة الصحيحة للقمر، تستطيع أن تراه وتعرفه حتّى في الصور غير الواضحة المنتشرة على موجات المحيط، فتقول: «هذا أنت أيّها القمر».

من أجل هذا من الضروري أن يكون لدينا تصوّراً صحيحاً عن الحقيقة والإله على الأقل مرة واحدة. عندما تعرف الحقيقة ذات يوم تستطيع أن تراها في كلّ مكان. في الواقع، نحن نُقابل الإله في كلّ مكان ولكننا لا نتعرف عليه ولا نستطيع القول أنّه هذا هو.

أحبّ أن أوضح ذلك من خلال قصة، وبعد ذلك نجلس من أجل التأمل.

كان هناك ناسك هندوسي وقد عاش فترة طويلة بالقرب من «ساي بابا» الذي عاش في عالم الأحلام. لم يعرف أيّ أحد على الأرجح هل كان «ساي بابا» مسلماً أم هندوسياً. عن مثل هؤلاء الناس لا يُمكن أن يُعرف شيء على وجه اليقين. إذا أراد شخص ما أن يعرف شيئاً عنه، كان «ساي بابا» يضحك فقط، وكان ضحكه يُعبّر عن غباء السائل.

كان هذا الناسك هندوسياً ولا يستطيع أن يعيش في المسجد، ولذلك اختار معبداً يجلس فيه خارج القرية. كان الناسك يُحب «ساي بابا»، ويُقدّسه، وكان قريباً جداً منه. كان الناسك يطهو الطعام كلّ يوم من أجل «ساي بابا» ويُحضره إلى المسجد فيُطعمه ثم يعود إلى المعبد ليأكل هو نفسه.

قال «ساي بابا» ذات يوم للناسك: «لماذا تذهب بعيداً جداً كلّ يوم؟ تستطيع أن تُطعمني في المكان الذي تعيش فيه، أنا كثيراً ما أمرّ من ذلك المكان الذي تعيش فيه.

سأل الناسك باندهاش: «هل تتواجد هناك فعلاً؟ أنا لم أرك قطّ تمرّ من هناك». عندها قال «ساي بابا»: «انظرْ بانتباه، أنا أمرّ عدة مرات في اليوم

بالقرب من معبدك. غداً سأكون هناك، فلذلك أطعمني هناك، ولا حاجة أن تأتي هنا».

في اليوم التالي قام الناسك الهندوسي بإعداد الغذاء وانتظر مجيء «ساي بابا»، ولكن انتظاره استمرّ فترة طويلة ولم يظهر المعلم. بدأ الناسك يشعر بالقلق لأن التوقيت كان الثانية ظهراً. جاع الناسك وخمّن أنّ «ساي بابا» لا يبدّ يشعر بالجوع ليس أقلّ منه فأخذ الصحون مع الطعام وركض إلى المسجد. قال الناسك للمعلم «ساي بابا»: «لقد انتظرتك طويلاً ولكنك لم تظهر».

قال «ساي بابا»: «لقد كنتُ عندك اليوم، ولكنك صرخت عليّ وطردتني».

قال الناسك: «ماذا تقول؟ أنا طردتك؟ لقد أتى عندي كلب فقط!».

قال «ساي بابا»: «هذا الكلب كان أنا».

خيّم الحزن على الناسك بعد هذا الكلام، بكى طويلاً ثمّ قال: «كم كنتُ غيباً، لقد أتيت عندي ولكنني لم أتعرف عليك. لن أكون غداً بهذا الغباء».

من جديد لم يتمكن الناسك من التعرف على «ساي بابا» مع أنه زاره، هذه المرة لم يأت المعلم على شكل الكلب وإلا لعرفه، ولكنه أتى على شكل رجل أبرص التقاه في الشارع. قال الراهب للرجل الأبرص: «ابتعد عن طريقي، أنا أحمل الطعام إلى «ساي بابا»، تنح عن طريقي».

ابتسم الرجل الأبرص وغادر.

في هذا اليوم، انتظر الراهب مرة أخرى أن يأتي «ساي بابا» حتى الثانية ظهراً، ثمّ ركض إلى المسجد وقال للمعلم كما قال سابقاً: «لم تأت، لقد انتظرتك كما هو الحال دائماً».

أجاب «ساي بابا»: «لقد كنتُ اليوم أيضاً معك، ولكن بحر دماغك قلقٌ للغاية وعليه تموجات كثيرة فلم تستطع كالعادة أن تعرفني. أنت قلقٌ

جداً. لقد جاء إلى عندك رجل أبرص اليوم، ولكنك قلت له أن يذهب بعيداً. أليس من الغريب أنه كلما آتاك فأنت تطردني، ثم تأتي هنا وتشتكي أنني لم آت إليك؟» .

بدأ الناسك في البكاء وقال: «يالاً التعاسة! لم أقدر أن أتعرف عليك». قال «ساي بابا»: «كيف يُمكنك أن تعرفني في مظاهر أخرى إذا كنت لا تعرف حقيقتي؟».

عندما تفتح لمحة واحدة على الأقل من الحقيقة، يتوقف الكذب ببساطة عن الوجود. حالما نحصل على لمحة من الإله، نعلم أنه هناك الإله وحده ولا شيء غير ذلك. هذه اللمحة مُمكنة فقط عندما تهدأ دواخلنا وتستقر، ولا يبقى أيّ أسئلة، فكلّ شيء «هو»، وكلّ الأفكار والمشاعر والرغبات «هو»، وكلّ شيء ينتمي إليه.

من أجل الحصول على هذه اللمحة ومعرفتها في المرحلة الابتدائية من الضروري أن يتمّ إيقاف المشاعر والأفكار والرغبات.

الآن نبدأ في التأمل.

الفصل الثالث

عروض أوشو الديناميكية

1970-5-3

يُرَجَى الجلوس أو الوقوف بعيداً عن بعضكم البعض. يجب الحفاظ على مسافة صغيرة بين كل واحد والآخر بحيث يستطيع أولئك الذين يرغبون في الاستلقاء أن يفعلوا ذلك على نحو مريح. إن الحديث ممنوع، ولا دردشة على الإطلاق.

يجب أن نجلس بهدوء وألا يجلس أي أحد على مقربة من الآخر. هناك الكثير من المساحة هنا، لذلك لا تكونوا بخيلين، وليأخذ كل منكم مساحته المطلوبة. ليس هنالك ضرورة في أن تُفسد كل شيء، لو سقط شخص عليك أثناء التأمل مثلاً. ليبق كل شخص وحده. اجلس أو استلق، خذ الوضعية المناسبة والريحة لك، أغمض عينيك، وافعل ما أطلب منك أن تفعل.

المرحلة الأولى: أغمض عينيك وابدأ بالتنفس على نحو عميق. استنشِق بأقصى ما تستطيع، وازفِر بأقصى ما يمكنك. ضِعْ كل طاقتك في الشهيق والزفير العميقين، تنفَسْ إلى الداخل وتنفَسْ إلى الخارج، المهم أن تتنفس بعمق. عليك أن تكون التنفَس نفسه. ابدل نفسك بالكامل، يجب أن تأخذ الشهيق والزفير بأقصى عمق تستطيعه، وأن تسمح للطاقة الكامنة بأن تستيقظ بالحد الأقصى. خذ شهيقاً واطرح الزفير بأعمق حدٍّ ممكن، تنفَسْ إلى الداخل وإلى الخارج بعمق، وتابع العملية مدة عشر

دقائق كاملة. عليك أن تُصبح مثل آلة التنفس ولا شيء أكثر من ذلك. تنفس إلى الداخل وتنفس إلى الخارج مدة عشر دقائق. ثم سأقدم لك «سوترا» الثانية، أو المرحلة الثانية، التي ستكون الخطوة الثانية في تأمل اليوم. أما الآن فعليك أن تعمل في أول عشر دقائق بجد مع التنفس العميق.

خُذ نفساً عميقاً وارم به إلى الخارج بعمق. قدّم أقصى ما لديك بالكامل. عليك أن تُصبح آلة تنفس، أو مثل منفاخ الهواء الذي يسحب الهواء ويُعطيه بقوة وعلى نحو مستمر. دَع كلّ خلية من الجسم تهتز مع التنفس. تنفس إلى الداخل بعمق وتنفس إلى الخارج بعمق. يجب أن يكون الأمر أعمق فأعمق. كُن أداة تنفس. ركّز كلّ اهتمامك وجميع طاقتك على التنفس وحده. خُذ شهيقاً عميقاً ثم ارم بالزفير على نحو عميق. راقب كيف يدخل الشهيق على نحو عميق، وراقب كيف يخرج الزفير على نحو عميق. تنفس ولاحظ وراقب في الوقت نفسه أنك تتنفس بعمق. ابق شاهداً. حافظ على المراقبة والمشاهدة على النفس الداخل والنفس الخارج. اجلب كلّ انتباهك إلى التنفس العميق، اجلب كلّ طاقتك إلى التنفس العميق. سأصمتُ الآن مدة عشر دقائق. في هذه الأثناء عليك أن تواصل التنفس بعمق بشهيق وزفير عميقين. يجب أن تُراقب من الداخل كيف يدخل النفس إلى الداخل وكيف يخرج إلى الخارج بانتظام واستمرار وقوة.

لا تُفكر ولو قليلاً بالآخرين، اعتن بنفسك فقط، واجمع كلّ طاقتك في التنفس. ليس لديك ما تقوم به مع الآخرين. خُذ نفساً عميقاً إلى الداخل ثم ارم به إلى الخارج بقوة. في الوقت نفسه عليك من داخلك مراقبة هذه الأنفاس الداخلة والخارجة، لتُصبح هذه الرؤية واضحة جداً من الداخل. افعل ذلك بكلّ قوتك بحيث يبدأ التنفس يرتفع من منطقة عميقة جداً، من أدنى منطقة والتي أُسميها «كوندا»، مكان تجميع وتخزين الطاقة. اسمح للجو أن يُشارك وينشحن بالتنفس، كما لو أن

البيئة كلها تتنفس مُتحدة معك. استنشِقْ بعمق وازفِرْ بعمق. اِسْمَحْ للتنفّس أن يكون أعمق فأعمق وأبقِه عميقاً. اِسْمَحْ لكلك أن يهتزّ مثل الإعصار أو العاصفة. تنفّسْ إلى الداخل بعمق وازفِرْ إلى الخارج بعمق. تنفّسْ بعمق، ثمّ تنفّسْ أعمق، ثمّ حافظ على التنفّس العميق. عميق، عميق، عميق، شاهد وراقب من الداخل، راقب من الداخل كيف يدخل النفس وكيف يخرج الآخر. لا تُوفّر ولا تدخّر نفسك، أحضِرْ طاقتك بأكملها إلى هذا الأمر.

إنّ الاهتزازات العميقة للتنفّس تبدأ بإيقاظ بعض الطاقة في داخلك. تنفّسْ إلى الداخل وإلى الخارج بعمق على نحو كامل. مع التنفّس القوي يبدأ النور النائم داخلك بالاشتعال. تابع القيام بالشهيق والزفير العميقين. عليك أن تُصبح أداة تنفّس وليس أيّ شيء آخر. يمرّ النفس إلى الداخل ثمّ يمضي خارجاً. اِفْعَلْ ذلك بكلّ طاقتك، اِفْعَلْ ذلك بكلّ قوتك. ضَعْ كلّ طاقتك في التنفّس العميق والعميق جداً. قبل الدخول في المرحلة الثانية يجب أن تفعل ذلك بكلّ قوتك. الشهيق بعمق، والزفير بعمق. اِفْعَلْ ذلك إلى الحدّ الأقصى. اِسْمَحْ لجسمك كلّهُ أن يهتزّ. اِسْمَحْ لجذورك كلّها أن تهتزّ. اِسْمَحْ لداخلك بكامله أن يُصبح اهتزازاً. اِسْمَحْ لحالة العاصفة أن تنشأ. اِسْمَحْ للتنفّس فقط أن يبقى. اِفْعَلْ ذلك بقوة كاملة. قبل الذهاب إلى المرحلة الثانية أحضِرْ كامل طاقتك إلى التنفّس العميق. إنّ المرور والتقدم إلى المرحلة الثانية يحدث فقط عندما تصل إلى الذروة في هذه المرحلة.

ابدُلْ جُهداً عميقاً. تنفّسْ عميق، تنفّسْ عميق، تنفّسْ عميق. لا تحبّب نفسك عن المشاركة في التنفّس ولو قليلاً. يجب أن تستيقظ الطاقة النائمة داخلك. عليك مُمارسة الأمر على نحو كامل مُطلق. تنفّسْ عميق، تنفّسْ عميق. اِتْرِكْ نفسك. من أجل أن تستيقظ الكهرباء الكامنة في داخلك من الضروري أن تشهق بعمق وتزفر بعمق. دَعْ كلّ خلية في جسمك تعود إلى الحياة. دَعْ كلّ خلية من جسمك تهتزّ

وترتعش. اِفْعَلْ ذلك بكلِّ قوتك. تنفّسْ بعمق، تنفّسْ بعمق، تنفّسْ عميق، تنفّسْ عميق.

والآن مدة دقيقتين أكثر، اِفْعَلْ ذلك بقوة كاملة، ثمّ سندخل إلى المرحلة الثانية. اِسْمَحْ لعالمك الداخلي أن يمتلأ بالموجات الكهربائية. استنشِقْ بعمق وازفِرْ بعمق. شهيقٌ عميق ومن ثمّ زفيرٌ عميق. أحضِرْ كلَّ قوتك إلى التنفّس العميق. تنفّس عميق، تنفّس عميق، حافظ على التنفّس الأعمق. الآن سوف نذهب إلى المرحلة الثانية. تنفّس إلى الداخل، ثمّ ازفِرْ إلى الخارج، وتنفّس بعمق مدة دقيقة واحدة أكثر. خذْ نفساً عميقاً إلى الداخل، وأخرجْ نفساً عميقاً إلى الخارج. اِسْمَحْ للتنفّس أن يكون أعمق وأبقِه عميقاً. تنفّس عميق، تنفّس عميق، تنفّس عميق. لا تنظر إلى الآخرين وركّزْ على تنفّسك. تنفّس عميق، تنفّس أعمق، حافظ على التنفّس العميق.

المرحلة الثانية: التنفّس عشرة دقائق «كاثارسيس» .
في هذه المرحلة عليك أن تترك جسمك على حرّيته تماماً. تنفّس بعمق إلى الداخل وإلى الخارج واطرُكْ الجسم حرّاً. اِسْمَحْ للبكاء إذا شعرت برغبة بالبكاء. إذا هطلت الدموع بغزارة اِسْمَحْ لها بذلك، ودعْ عينيك تهطل بالدموع. إذا ارتعشت اليدين والقدمين، اِسْمَحْ لهنّ بذلك. إذا كان الجسم يتحرّك ويهتزّ ويتموج، اِسْمَحْ له بالقيام بذلك بحرية. إذا وقف وبدأ بالرقص، اِسْمَحْ له بالوقوف بحرية وبالرقص. تنفّس بعمق واطرُكْ جسمك. كلّ ما يحدث للجسم اِسْمَحْ له أن يحدث ولا تقف في طريقه. تنفّس بعمق، تنفّس عميق، تنفّس عميق. واصل التنفّس مدة عشر دقائق على نحو عميق واسْمَحْ للجسم بالاسترخاء. إذا أخذ الجسم بعض الوضعيات «أسانا» أو الحركات «مودرا» اِسْمَحْ له بذلك. إذا تحرّك الجسم على الأرض اِسْمَحْ له أن يفعل ذلك. اِترُكْ الجسم حرّاً وابقْ مُجرّد شاهد مُراقب. لا تقمُ بإعاقة الجسم بأيّ شكل من الأشكال. تنفّس عميق، تنفّس عميق. اِترُكْ الجسم على نحو كامل. مهما حدث

لجسمك إسمَحْ بذلك، لا تقف في وجهه ولا تُعِقْ حدوث أي شيء. الآن مدة عشر دقائق متواصلة تابع التنفس العميق مع اعطاء الجسم فرصة الاسترخاء وتركه حراً. تخلّ عن الجسم. دَعْ ما يحدث يحدث. دَعْ الجسم يُعَبِّرُ عن نفسه بالطريقة التي يُحِبُّها. لا تتردد على الإطلاق. تنفّس أعمق، تنفّس أعمق. إذا أتت الدموع اسمَحْ لها. إسمَحْ لأي شيء يحدث بأن يحدث.

اترك الجسم مُطلقاً. سوف يهتزّ الجسم وحده، ويقوم بالدوران وحده. عندما ترتفع الطاقة داخلك يهتزّ الجسم ويتحرك ويثار. اترك الجسم حراً على نحو كامل. واصل التنفس العميق واترك الجسم. مهما حدث مع الجسم إسمَحْ له بالحدوث ولا تُقيِّده على الإطلاق. لا تقاوم أي أمر يحدث ولو قليلاً. تنفّس بعمق، تنفّس أعمق، وحافظ على التنفس العميق. تنفّس أعمق، تنفّس أعمق. تذكر أنه يجب عدم ضبط الجسم ضمن أي شكل من الأشكال. دَعْ ما يحدث يحدث. عندما تسمح للجسم بالحرية فسيساعد هذا الطاقة لتجد طريقها وتصل إلى القمة. إسمَحْ للجسد أن يسترخي على نحو كامل وواصل التنفس العميق ولا تُبطئه. تنفّس بعمق واسمَحْ للجسم بالاسترخاء. ما يحدث يجب أن يُسمَحَ له أن يحدث مطلقاً. إذا أراد الجسم أن يجلس فاسمَحْ له بالقيام بذلك. إذا سقط الجسم فاسمَحْ له أن يسقط. إذا وقف الجسم فاسمَحْ له بفعل ذلك. ما يحدث فاسمَحْ له بالكامل أن يحدث، ولا تقف في طريقه على الإطلاق. واصل التنفس العميق. تنفّس بعمق، تنفّس أعمق، حافظ على التنفس العميق.

لا تمنع أي شيء. راقب كل شيء. راقب كل ما تبذله من قوة. أنا أرى أنك تُمانع على نحو كبير. راقب نفسك بالكامل. تنفّس بعمق، تنفّس أعمق فاعمق وحافظ على التنفس العميق. اترك الجسد حراً. إسمَحْ أيّاً كان ما سيحدث بأن يحدث. اترك الجسم حراً. إذا أراد أن يضحك فاسمَحْ بذلك. إذا أراد أن يبكي فاسمَحْ له أيضاً. إذا أراد أن يصرخ

فاسمَحْ بذلك أيضاً. لا تقلق بشأن ذلك في النهاية. لا تُقاوم ما يحدث. تنفّسْ بعمق واطرُكْ الجسمِ يفعل ما يُريد. تتصاعد الطاقة، فلذلك تنفّسْ بعمق واطرُكْ الجسمِ حرّاً وغير مكبوح. خُذْ نفساً عميقاً، خُذْ نفساً عميقاً. عندما تستيقظ الطاقة تحدث أشياء كثيرة للجسم، ربّما يبكي وربّما يهتز وربّما يقوم بالدوران وربّما يرقص وربّما يصرخ ويصرخ، اسمَحْ للجسم أن يُعبّر عن نفسه على نحو كامل. تخلّ عن الجسم ولا تتردد على الإطلاق.

واصلُ التنفّسِ العميق، أحضِرْ طاقتك الكاملة إلى التنفّس، واطرُكْ الجسمِ وحده. اسمَحْ لما يحدث مع الجسم بأن يحدث ولا تتردد، لا تتهرب ولا تتراجع على الإطلاق. لا تُقاوم الجسمِ بأيّ شكل من الأشكال. لا تُفكّر بالآخرين. اتركْ الجسمِ على حرّيته. هناك أشياء كثيرة ستحدث عندما تستيقظ الطاقة وتصعد. قد تهطل الدموع بغزارة وتملؤ عينيكَ، وقد يهتزّ الجسم، وقد تتحرك أطرافك، وقد يتخذ الجسمِ وضعيات معينة. قد يرتفع الجسمِ حتّى ووظيفتك أن تسمح لكلّ شيء بأن يحدث. أنت وحدك هنا ولا يوجد أحد غيرك. تنفّسْ بعمق، تنفّسْ أعمق فأعمق. اعملْ بجد دقيقتين اضافيتين قبل أن ندخل في المرحلة الثالثة. حفّزْ الأمور من أجل أن تصل إلى ذروتها قبل أن ندخل في المرحلة الثالثة. تنفّسْ بعمق، تنفّسْ أعمق فأعمق، واطرُكْ الجسمِ على حرّيته، ولا تُكبّله بأيّ شكل من الأشكال.

أنا أرى القليل من الأصدقاء يُعيقون أنفسهم. لا تُمانع ولا تُعق ما يحدث. ابدلْ قصارى جهدك واسمَحْ لكلّ شيء أن يحدث. إذا أردت البكاء فابك من كلّ قلبك ودماغك ولا تُمانع. إذا كنت تشعر برغبة في الصراخ، اصرخ على نحو كامل ولا تقمع الأمر. إذا أراد الجسم أن يقف فاسمَحْ له بالوقوف، ولا تُحاول إدارة الجسمِ بأيّ شكل من الأشكال. إذا دار الجسمِ فاسمَحْ له أن يدور. اتركْ الجسمِ تماماً، ثمّ تتولى الطاقة الكامنة وحدها إنشاء مسار له. أعطِ الجسمِ حرّيته وتنفّسْ بعمق. تنفّسْ عميق، تنفّسْ عميق، تنفّسْ عميق.

اجمع كل طاقتك في الأمر. اجمع كل ما أوتيت من قوة لذلك. تنفس بعمق أكثر وأكثر وحافظ على التنفس العميق. اسمح لوجودك الداخلي أن يتزلزل بأكمله ويثار، مهما حدث للجسم اسمح بذلك، واترك الأمور تجري كما هي. ابدل نفسك بعمق، وتوغل في داخلك عميقاً جداً. تنفس بعمق أكثر، وحافظ على التنفس الأعمق. سيكون جسمك كله مليئاً بالكهرباء. اترك الأمور تجري. الآن آخر دقيقة ما تزال تجري. أحضر كل طاقتك من أجل الدخول في المرحلة الثالثة. تنفس عميق، تنفس عميق، أعمق وحافظ على التنفس الأعمق. ابدل نفسك حتى الحد الأقصى ثم ندخل في المرحلة الثالثة. تنفس بعمق، ثم أكثر عمقاً، تنفس بعمق وأعمق وابق على هذا التردد من التنفس.

والآن يمكن إضافة «سوترا» الثالثة، أو المرحلة الثالثة.

المرحلة الثالثة: إسأل: «من أنا؟».

سوف يستمر التنفس العميق، وتستمر حركة الجسم، ونضيف المرحلة «سوترا» الثالثة. إسأل نفسك: «من أنا؟ من أنا؟ من أنا؟». إسأل داخلك: «من أنا؟». دغ كل نفس يمتلأ بهذا السؤال الوحيد: «من أنا؟ من أنا؟». ليكون تنفسك عميقاً وسريعاً، واسأل داخلك: «من أنا؟» دغ الجسم يواصل التحرك والتأثر واسأل من الداخل: «من أنا؟».

حافظ على السؤال دون أي انقطاع، ولا تسمح بأي فواصل وأنت تكرر السؤال. حاول أن تصب كل طاقتك في طرح السؤال: «من أنا؟». اضغط كل قوتك مدة عشر دقائق في السؤال: «من أنا؟ من أنا؟ من أنا؟». إسأل بجنون: «من أنا؟ من أنا؟ من أنا؟». إسأل بكل وجودك، إسأل: «من أنا؟» أن يتردد صده من خلال وجودك كله: «من أنا؟». تابع اسمح للسؤال أن يتردد صداه من خلال وجودك كله: «من أنا؟». تابع التنفس العميق، واترك الجسم، واسمح لكل ما يحدث بأن يحدث. اسأل: «من أنا؟ من أنا؟»، وابدل قصارى جهدك مدة عشر دقائق، ثم اسأل: «من أنا؟ من أنا؟ من أنا؟ من أنا؟ من أنا؟ من أنا؟».

سرتاح. طبق ذلك بقوتك الكاملة: «من أنا؟ من أنا؟ من أنا؟ من أنا؟ من أنا؟ من أنا؟». لا تقم بإعاقة أو منع نفسك على استثمار كل طاقتك في الأمر. لا تقم بإعاقة أو منع نفسك على

الإطلاق. إسأل بقوة داخلك: «مَن أنا؟ مَن أنا؟ مَن أنا؟». اِسْمَحْ للعاصفة داخلك أن ترتفع: «مَن أنا؟ مَن أنا؟». اِسْتَمِرْ بالتنفس العميق واسْمَحْ للسؤال بأن يكون عميقاً أيضاً: «مَن أنا؟». مهما حدث للجسم فاسْمَحْ بذلك، وكرر: «مَن أنا؟ مَن أنا؟ مَن أنا؟». دَعْ كُلَّ البيئة حولك تسأل، دَعْ كُلَّ حبة رمل تسأل، دَعْ السماء والأشجار تسأل، اِسْمَحْ لكل شيء أن يسأل: «مَن أنا؟ مَن أنا؟». اِسْمَحْ لكل ما يُحيط بك أن يُكرر السؤال معك: «مَن أنا؟ مَن أنا؟ مَن أنا؟».

ضَعْ كُلَّ طاقتك وسخرها في الأمر وبعد ذلك سيكون الاسترخاء والراحة. كلما بذلت جهداً أكبر كانت الراحة أكبر. كلما كان ارتفاع العاصفة أعلى، ازداد عمق التأمل الذي تغرق فيه. المرحلة الرابعة هي مرحلة التأمل. أحضِرْ كامل طاقتك لذلك، عليك الوصول إلى ذروة الأمر، يجب أن يكون الأمر في أوجه. اِفْعَلْ كل ما يُمكنك أن تفعله بحيث لا تقول لاحقاً أنك أعقت أو منعت شيئاً. «مَن أنا؟ مَن أنا؟ مَن أنا؟ مَن أنا؟». تنفّسْ بعمق، تنفّسْ بعمق، واسأل في داخلك: «مَن أنا؟ مَن أنا؟ مَن أنا؟». إسأل بكلّ قوة، ولا تقلق إذا كان السؤال بصوت عال. إسأل في داخلك: «مَن أنا؟ مَن أنا؟ مَن أنا؟». طبّقْ كامل طاقتك في الأمر، وضَعْ كُلَّ طاقتك الكامنة فيه. اِسْمَحْ لكل ما يحدث مع الجسم أن يحدث. إذا سقط الجسم فليسقط، وإذا أردت الصراخ فلتصرخ. اِبْدُلْ قسارى جهديك: «مَن أنا؟ مَن أنا؟ مَن أنا؟».

ضَعْ طاقتك الكامنة كلها في السؤال: «مَن أنا؟ مَن أنا؟». اِعْمَلْ بجهد ولا تُعِقْ نفسك. لا تُمانع ولا تقمُ بإعاقة أي شيء. «مَن أنا؟ مَن أنا؟ مَن أنا؟» لقد مضتْ خمس دقائق فقط. ضَعْ كُلَّ طاقتك في الأمر. «مَن أنا؟ مَن أنا؟ مَن أنا؟». دَعْ كُلَّ خلية من جسمك تسأل. دَعْ كُلَّ نبضة من قلبك تسأل: «مَن أنا؟». اِصْعَدْ إلى الذروة، عليك أن تُصبح مجنوناً على نحو كامل، وتسأل بالطاقة القصوى. ضَعْ أقصى قدر من طاقتك في الأمر. ثمّ سندخل في مرحلة الاسترخاء والراحة، ولكن قبل أن نذهب

إلى الراحة، يُرجى العمل بأقصى قوة على السؤال: «مَنْ أنا؟ مَنْ أنا؟ مَنْ أنا؟» . أرهق نفسك بالسؤال: «مَنْ أنا؟ مَنْ أنا؟ مَنْ أنا؟» . حاول أن تُثير عاصفة من الأسئلة. لم يمضَ إلا دقيقتين فقط، لذلك إسأل بكل قوتك: «مَنْ أنا؟ مَنْ أنا؟» . دَعُ كل ما يحدث للجسم أن يحدث. حاول أن تكون كلماتك مليئة بالطاقة: «مَنْ أنا؟ مَنْ أنا؟ مَنْ أنا؟ مَنْ أنا؟ مَنْ أنا؟» . لقد بقي دقيقة حتى النهاية، ولذلك دَعُ كل قوتك تدخل في السؤال، ثم ستأتي فترة الراحة: «مَنْ أنا؟ مَنْ أنا؟» . دَعُ ما يحدث للجسم أن يحدث على الإطلاق. تنفّس بعمق، تنفّس أعمق. «مَنْ أنا؟ مَنْ أنا؟» . إذا اهتزّ الجسم أو رقص فاسمَحْ له بذلك دون عائق. اترك الجسم حرّاً. «مَنْ أنا؟ مَنْ أنا؟» . من أجل الانتقال إلى المرحلة الرابعة من التأمل، يجب أن تستحضر طاقتك الكامنة بأكملها، ويجب أن تفعل أقصى ما تستطيع فعله. لا تدخّر أيّ شيء، وأحضِرْ كامل قوتك في الأمر، وما لم تفعل ذلك فلا يُمكنك أن تدخل إلى المرحلة الرابعة وهي المرحلة النهائية. «مَنْ أنا؟ مَنْ أنا؟ مَنْ أنا؟» أغرق نفسك تماماً في ذلك. «مَنْ أنا؟ مَنْ أنا؟ مَنْ أنا؟» . استخدم كامل طاقتك، لا تدخّر نفسك، تجاوز كلّ العوائق والموانع في النهاية. تنفّس بعمق، تنفّس أعمق.

الآن ارمِ كلّ الجهود، وادخُلْ في المرحلة الرابعة، مرحلة الاسترخاء والراحة.

المرحلة الرابعة: عشر دقائق من الراحة الكاملة.

الآن لا يوجد أسئلة وقد توقّف التنفّس العميق. اترك كلّ شيء وتخلّى عن أيّ جهد. في مدة عشر دقائق، استلقِ وكأنّك ميت وغير موجود. تخلّ عن كلّ شيء. في هذه الدقائق العشر أسقطْ كافة الجهود واستلقِ مُنتظراً. توقّف عن فعل أيّ شيء، لا تسأل «مَنْ أنا؟»، ولا تنفّس بعمق. ابقِ مُستلقياً فقط. استرخِ واسترخِ، واستمعْ إلى هدير البحر. استمعْ إلى هبوب النسيم من خلال أشجار الصنوبر. إذا كانت الطيور تُغني فاستمعْ إلى صوتها. اشعُرْ مدة عشر دقائق كما لو كنت ميتاً، وكأنك لا وجود لك.

الآن افتح عينيك ببطء، ببطء. إذا لم تفتح عينك، قم بتغطيتها براحة اليد. إن أولئك الذين سقطوا على الأرض وأولئك الذين يجدون صعوبة في الخروج من وضعهم، عليهم أن يأخذوا عدة أنفاس عميقة بطيئة، ومن ثمّ يمكنهم أن يقفوا بعد ذلك. لا تكن في عجلة من أمرك ولا تقم فجأة. عليك القيام ببطء، ببطء شديد. إذا لم يستطع شخص القيام حتى بعد التنفس البطيء، يجب أن يبقى مستلقياً فترة أطول قليلاً ويتنفس على نحو عميق وبطيء، ثمّ عليه أن يجلس أولاً ثم يقف ببطء شديد. افتح عينيك. يجب على الشخص الذي لا يستطيع الخروج من الحالة أن يتنفس بعمق وببطء ثمّ يجلس وبعد ذلك يقف بلطف شديد.

إليكم بعض المعلومات القليلة الصغيرة: في فترة ما بعد الظهر بين الثالثة والرابعة سنجلس هنا في صمت. ساكون جالساً هنا في المكان نفسه. يجب أن تصلوا جميعاً إلى هنا قبل خمس دقائق من الثالثة، ساكون هنا بالضبط في الثالثة. لن يكون هناك أحاديث، ولا أيّ كلام على الإطلاق، ولن يتم التلطف ولا بكلمة حتى. سوف يجلس الجميع هنا في صمت تام. سأجلس هنا صامتاً مدة ساعة. في غضون ذلك إذا شعر شخص بضرورة فليات وليجلس على مقربة مني بصمت مدة دقيقتين ثمّ يعود إلى مكانه. يجب ألا يبقى الإنسان أطول من دقيقتين ليُتيح المجال لأصدقاء آخرين أن يصلهم الدور. سنجلس ساعة كاملة في انتظار كلي. حاول أن تقضي هذه الأيام الثلاثة في تأمل مستمر، حتى عندما تخرج إلى نزهة على شاطئ البحر أو إلى أيّ مكان آخر، اذهب وحدك واجلس هناك في تأمل.

انتهت جلستنا الصباحية.

التأمل: الموت والقيامة

3-5-1970

السؤال الأول

يسأل أحد الأصدقاء: هل هناك خطر في صحوة «الكونداليني». إذا كان الجواب نعم، فما نوع الخطر؟ ولماذا يجب أن تُوقظ «الكونداليني»، إذا كان الأمر خطيراً؟

إن الأمر خطير جداً. في الواقع، هناك خطرٌ أن ن فقد كل ما اعتبرناه حياتنا. بعد صحوة «الكونداليني» لن نبقى كما نحن، وسيتغير كل شيء، ستتغير علاقاتنا وعواطفنا وعالمنا وكل ما عرفناه حتى يوم أمس، وكل ما يتغير فيه خطورة كبيرة.

إذا تحول الفحم إلى ماس فعليه أن يموت كفحم، ولذلك، فإن المخاطر عالية جداً بالنسبة إلى الفحم نفسه الذي لا يمكنه أن يصبح ماساً إلا إذا اختفي كفحم. ربّما لا تعرف أنه في الأصل ليس هنالك فارق بين الفحم والماس. إنهما في الجوهر يتكونان من العناصر نفسها، إذ يتحول الفحم إلى ماس خلال فترة طويلة جداً، ولا يوجد كيميائياً فارق كبير بين الماس والفحم، ولكن الفحم لا يمكنه أن يبقى فحماً إذا أراد أن يصبح ماساً، لذلك، يواجه الفحم خطراً كبيراً.

بالطريقة نفسها يواجه الإنسان خطراً كبيراً فإذا كان على الطريق التي تُوصل إلى الإله يجب أن يموت كإنسان. إذا كان النهر يطمح إلى اللقاء

البحث عن العجائب

عندما تستيقظ الطاقة تحوّلك على نحو كامل، إذ تستيقظ مراكز جديدة وتنشأ فجأة هوية جديدة وتأتي مشاعر جديدة وكلّ شيء يُصبح جديداً. إذا كنت على استعداد للتجديد، يجب أن تمتلك الشجاعة للتخلي عن القديم.

عندما تستيقظ الطاقة علينا الاستسلام إلى أحضانها وترك أنفسنا لها. سابعين في بحورها.

إنّ التأمّل هو تحرير تدفق الطاقة المحجوزة داخلنا بأيّ وسيلة. هناك طاقة لانهائية في كل واحد منا، يُمكن أن تُستعمل من أجل النمو الروحي، ولكننا نعيش دائماً على هامش الحياة، ولا نذهب عميقاً فيها أبداً، ولذلك نواجه العقبات والمصاعب.

من ناحية الطاقة الكامنة الوراثة فإنّ البذرة لا تختلف بين شخص استثنائي وشخص عادي، إنّ الاختلاف هو في استخدام أو عدم استعمال هذه الطاقة، والمسألة ليست في توفيرها، وإنّما في إيقاظ الطاقة العظيمة التي تتموضع نائمة داخلك. بمجرّد أن تبدأ هذه الطاقة ذات يوم في الاستيقاظ، تنفتح في ذاتك باتساع أكبر فأكبر وسيكون هذا التدفق واسعاً لا نهاية له.

ISBN 995382146-9



9 789953 821489

للطباعة والنشر والتوزيع



بنابة يعقوبيان بلوك B، طابق 3 - شارع الكويت - المنارة - بيروت - لبنان
تلفاكس: 009611-740110
www.darelkhayal.com