

سلبية الخوف... أسبابها وطريقة معالجتها

الخوف الخفي وربما المبطّن في النفس... وهو قد يستوجب مواجهات داخلية وخارجية، حيث المواجهة الخارجية تساعد المرء الذي يعاني من الخوف على تطوير مقدرة التعبير في المكان والزمان المناسبين. أما المواجهة الداخلية، فهي فعل الإرادة الراسخة في مواجهة سلبية النفس، بعد الاعتراف بها، بمحبة الوعي - الهدف الأهم على الصعيد كافة.

في المواجهة الداخلية، من المهم ألا يسعى مريد المعرفة الالتفاف حول السلبية التي باتت تعيق تقدّمه وتطوّره وارتقائه. بل مواجهتها مباشرة بحيث لا يظهر شيئاً مغايراً لحقيقة نفسه الخافية. هذا وتشرح علوم الأيزوتيريك أنّ الخوف مشاعري المنطلق، لكنّه يؤثّر سلباً بالفكر فيعطل عمل المنطق فيه... ولتفادي هذا التأثير السلبي للفكر من المهم إبقاء الفكر نشيطاً متوثباً واعياً هدفه القريب والبعيد في آن.

الفكر الواعي يدرك أنّ الخوف عامة وهم أو سراب. فمع تفتح النفس تتنقّى المشاعر فيخف تأثرها بالخوف. وكلما تقدّم المرء على درب الوعي، اتضح الرؤيا نتيجة التعمق في معرفة نفسه وتطوّر قدرته على ربط الأسباب بنتائجها.

ومن بعض الأمور العملية التي تساعد في رأيي على اضعاف الخوف في النفس لازالته، الوسائل العملية الآتية، وذلك على سبيل المثال لا الحصر: - النظام والتنظيم والانتظام. كالثلاثية تساعد على كشف الأعيب اللاوعي في النفس. فهذه الثلاثية تساعد على ملء فراغ الفكر والمشاعر فلا يعود يتسلّل إليها الخوف.

- وضوح الهدف في الحياة، على أن يصب هذا الهدف في رفع مستوى الوعي الفردي.

- المثابرة على تقوية الشخصية الفردية من خلال إزالة السلبية من النفس وإحلال الإيجابيات مكانها بموجب منهج علم الأيزوتيريك.

- اقتران الأقوال بالأفعال، من دون استنسابية في التطبيق العملي لمعرفة علم الأيزوتيريك.

معالجة سلبية الخوف أو سلبية أخرى هو تعمق في معرفة النفس، ومثابرة على تطبيق المعرفة عملياً لاكتساب المقدرة على ربط النتائج بمسبباتها، فلا تتنقي السلبية فحسب وإنما يرتقي المرء في وعيه تطبيقاً عملياً في الحياة.

الخوف هو أكثر ما يعاني منه الأغلبية الساحقة من البشر، ولو تعمّقنا قليلاً في فهمه ودراسة نتائجه وتأثيراته على المرء، لاكتشفنا أنّه المسبب أو الدافع الأكبر لارتكاب سلبية حياتية أخرى عديدة. فالخوف أكان ظاهراً واضحاً أو خافياً عميقاً، تأثيره مدمر على صاحبه في الدرجة الأولى، وربما على من حوله. هذا مع العلم أنّ معظم الأشخاص يخفون هذه الصفة السلبية لديهم، ربما خجلاً من البوح بها.

ولكنّ مما نخاف؟ وكيف يجب أن نعالج هذه المسألة بصدق وجدية؟

الإنسان بشكل عام يخاف من المجهول، أي أنّ كل ما يجله بشكل له نقطة ضعف قد تصبح أرضاً خصبة لتنامي الخوف وتبعاته. في تلك الحالة لا بد أن نتساءل، هل تفتيح الوعي وتوسيع نطاق المعرفة في النفس يحذان من تفشي سلبية الخوف فيها وسيطرته على تصرفات الفرد؟ وكيف السبيل إلى ذلك؟

مع تعرّف الفرد إلى علوم الأيزوتيريك، إن من خلال قراءة مؤلفاته التي ناهزت المئة مؤلف حتى تاريخه (وهي صادرة باللغة العربية توقيع الدكتور جوزيف مجدلاني - ج.ب.م. - كما أن بعضها ترجم إلى ثماني لغات أجنبية)، أو من خلال حضور المحاضرات الأيزوتيركية العامة، تتكشف له السلبية الكامنة في نفسه. ومن أهم ما أضاء عليه منهج علم الأيزوتيريك ثلاثية سلبية هي: الخوف، الحجل، التردد. ومن يبدأ بالعمل على وعي سلبية نفسه وتحديدها من منطلق الجديد الذي تقدّمه معرفة الأيزوتيريك لمتبعيها، يُساعد بشكل كبير على فهم الخوف في النفس، كسلبية أساس تحجب امكانية التطور في الوعي عن مريد المعرفة.

للهولة الأولى ومع المثابرة على تطبيق منهج علوم الأيزوتيريك عملياً كأسلوب حياة، يكتشف مريد المعرفة أن إزالة سلبية ما من النفس - ومنها سلبية الخوف - يحتاج إلى المثابرة والتعمق في فهم النفس أو معرفتها (جوهر ما يقدمه منهج علوم الأيزوتيريك أي تقنية إعرف نفسك).

وإذا ما أردنا معالجة الموضوع من زاوية مغايرة، نطرح السؤال ما هو الخوف؟

علوم الأيزوتيريك هي علوم الأسباب قبل النتائج، بالتالي فإن معالجة النتائج تستوجب الغوص في مسبباتها لمعالجتها من جذورها. فالخوف الذي نحن بصده هنا هو الخوف العميق،