

الألم والتطوير الذاتي



الذات
النفسي

الفحم يتحوّل ماساً تحت الضغط الشديد عبر
دهور طويلة في قعر الأرض... وحبّة الرمل
تُصنّف لؤلؤة في تفاعل كيميائي بعد سنين طويلة
في قلب المحارة... ودودة القز في شرنقتها تصبح
فراشة بعد أيام. تختلف تفاصيل المعادلة ومدة
التحول أو زمن التحول، لكن الجوهر المشترك يبقى
في ذلك التفاعل الداخلي (التطور) الذي يرافق كل
عملية تحول، إن كان تفاعلاً نتيجة ضغط أو حرارة
في عالم المادة، أو أوجاعاً في عالم الكائنات الحية،
وصولاً إلى الألم في نطاق النفس البشرية وانتهاءً
في المعاناة على صعيد الذات الإنسانية وما يتعداها..

ما هو الألم؟ وما هي ماهيته وطبيعته؟

يعرّف الدكتور ج. مجدلاوي الألم في كتاب الإيزوتيريك الرابع
والثلاثون "محاضرات في الإيزوتيريك - الجزء الثالث" الألم بأنه
إحساس أو شعور مزعج، ينتج إما عن دخول جسم خارجي غريب
إلى الجسد أو النفس، وإما عن نشوء فراغ في الجسد أو النفس!
- النوع الأول سببه خارجي..
- والنوع الثاني سببه داخلي..

يشرح الكتاب أن النوع الأول يولد نوعاً من التصادم وعدم
تجانس بين الداخل والخارج، فينشأ الألم. مثال على ذلك، ضغط
خارجي شديد على ناحية من أنحاء الجسد، أو دخول أي جسم
غريب إلى الجسد كالجراثيم مثلاً. أو على صعيد النفس، عندما
تخترق ذبذبات حزن أو كآبة الجسم الأثيري وتتوغل في جسم
المشاعر عند تواجد المرء ضمن مجموعة من الناس تعاني من
الكآبة، أو الخوف، أو الحزن.. أما النوع الثاني من الألم فهو ناجم
عن فراغ معين في الجسد أو النفس. فالصداع مثلاً ليس سوى
وجود ذبذبات فارغة من الحيوية في الرأس... أو شرايين لا يصلها
الدم بشكل طبيعي، أو جفت من الدم! أما في النفس فشعور الفراغ
النفسي يسبب الألم!

ويشير الكتاب إلى أن معظم الآلام النفسية ناجمة عن وجود
ذبذبات سلبية في النفس تتفاعل وتتصادم مع الذبذبات الإيجابية،
فتحاول هذه الأخيرة احتواء الأولى أو إخراجها من الكيان بعد
القضاء عليها... وعلى صعيد الجسد، نرى الظاهرة نفسها أثناء
الصراع بين الكريات البيضاء والجراثيم التي تدخل إذا ما جرح

بقلم: زياد دكاش

www.esoteric-lebanon.org

Ziad.Daccache@Dargroup.com

**معظم الآلام النفسية ناجمة عن وجود
ذبذبات سلبية في النفس تتفاعل
وتتصادم مع الذبذبات الإيجابية،
فتحاول هذه الأخيرة احتواء الأولى أو
إخراجها من الكيان بعد القضاء عليه**

أحدهم على سبيل المثال. إذا نشأ الألم نتيجة صراع، بل هو شعور الصراع بين ما هو إيجابي وما هو سلبي في النفس أو الجسد.

ما هي فائدة الألم؟

قد يتساءل البعض ما هي فائدة الألم من منطلق أن وجود أي شيء في الإنسان ليس عبثي بل له سبب وجيه وهدف؟

إن الألم هو بمثابة إنذار للإنسان، إن كان أوجاعاً على صعيد الجسد أو ألماً نفسياً على صعيد الفكر والمشاعر، عند القيام بعمل مضر أو عند اعتماد طريقة حياة سلبية، فالإنسان يشعر، ولو لاوعياً منه، أن الطريق الذي يتبعه سلبي... فيستحثه ذلك عاجلاً أم آجلاً لطرح الأسئلة وتقييم الوضع من جديد. وسلاحاً أن الألم يتدنى، عند اتخاذ طريقة حياة معاكسة لما كان عليه. فيبدأ بتفضيلها عن الطرق الأخرى، وإزالة سلبياتها، معادوا مساره على الدرب الصحيح حيث ينتفي الألم تدريجاً. فالألم يبدو للبعض عصاً ظالماً، فيما هو بمثابة عصا مرشد يتحسّن به الإنسان طريقه في غرفة لاوعيه المظلمة..

التمييز بين الخطأ والصواب

إن هدف الألم هو حث الإنسان للتمييز بين الخطأ والصواب... والتمييز سمة خاصة بالعقل، لذلك نلاحظ أن الأخطاء تبدأ عامة في العقل، فتنشأ السلبيات في بادئ الأمر على المستوى الفكري. حتى في الجسد، ترتبط الأوجاع بالدماغ (أداة العقل) الذي ينظم ذلك الشعور بحيث تصله الرسائل العصبية من المستقبلات الحسية ليترجمها أوجاعاً ثم يوجه الإرشادات إلى العضلات لإبعاد العضو المعرض للخطر عن مسبب تلك الأوجاع.

يتخذ الألم أودية عديدة تختلف حسب مستوياته، فيكون قلقاً وفراعاً وتلهماً على مستوى الفكر، ينجم عن انقطاع الفكر عن العقل السامي وانغماسه في المنطق السلبي... كذلك (إحباطاً في المشاعر يعكس حالة ذبذباتها الفارغة من شعور المحبة وغير المنسجمة مع الفكر... ووجعاً في الجسد يعكس ذبذبات أجسام النفس الداكنة والفارغة من الوعي جراء السلبيات... لكن الألم يبقى الصاقلاً الأكبر للنفس، وهو الأمل المرجو والأداة الضرورية لتنبيه الإنسان لاتخاذ المسار الصحيح.

إن الآلام هي ركيزة الآمال،

آمال تسريع الوعي والاكتمال

آمال توعية النفس لتحقيق الذات

ومن لا يرى منتهى العطف في الآلام

لم يفهم بعد العدل والحكمة في الحياة

كيف يستفيد المرء من رسائل الألم

وإنذاراته لتجنب السلبيات في الحياة؟

ما أن تلبث السلبيات أن تولد في الجسم العقلي الأدنى، وتتجسد في أفكار غير إيجابية، حتى يبدأ الألم بالظهور في شكل ضجة فكرية وذبذبات تفتقر إلى الفهم. فإذا انتبه المرء أن فهمه تباطأ واستلهامه تدنى، ولجأ إلى التقييم الذاتي ومعالجة السبب فكرياً، عاد بذلك إلى حالة الوعي واكتسب الخبرة بالتماهي أو التماثل النظري Simulation، من دون عواقب أخرى.

أما إذا صرف المرء النظر، وانتقلت تلك السلبيات إلى نطاق المشاعر، انتقل الألم أيضاً إلى الجسم الكوكبي (جسم المشاعر الذبذبي التكوين Astral Layer)، حيث تعثره حالات نفسية مزعجة، تنذر صاحبه مجدداً إلى خطورة السلبية. هنا يصعب العلاج، بحيث ينبغي على المرء إدراك الخطأ فكرياً وتصحيحه، ومن ثم لجم المشاعر وترويضها وصولاً إلى تضميد فراغات ذبذباتها بالوعي المطلوب،

الوعي الذي يعيد الانسجام بين المشاعر والفكر من جديد.

وإذا ما تقاضى

المرء مرة أخرى عن

السبب، تنتقل

السلبيات إلى الجسم

الأثيري (جسم

الصحة Aura)،

فتخف مناعته،

وتضعف طاقاته،

ويصبح الوضع أصعب

وأصعب، بحيث ينبغي

على المرء أن يستعيد

توازن الطاقة في الأورا

Aura، بعد الخطوات

السابق ذكرها على

مستوى الفكر

والمشاعر.

أما في حال لم

يتوسع المرء عند هذا

الإنذار الثالث، فتعكس تلك الإنذارات أوجاعاً ومرضاً في جسده، تختلف مع اختلاف مستوى السلبية ومدى استمراره فيها.

هنا يصبح المسار المعاكس، أمراً يستلزم الجهد والمثابرة، خصوصاً إذا أطال المرء انغماسه في السلبيات وارتكاب الأخطاء، وتوارثها الفكر عبر أعوام عديدة... فمعاودة العمل بعد الاستراحة الوهمية في أحضان اللذة سيستلزم مجهوداً أكبر ووقت أطول.

يتخذ الألم أودية وأشكال عديدة نتيجة اختبارات الإنسان في حياته. هذه الأودية هي من نسيج الوعي الباطني كردة فعل منه. لكن جهل الإنسان لخفايا ذلك الوعي الباطني يتعكس جهلاً لما يحصل معه من الألم، فلا يدرك أسبابها أو

علاقتها مع السلبيات والانفعال!

مثلاً على ذلك، إن الإنسان لا يستطيع أن يفهم علاقة الأوجاع بالأسباب الجسدية أو الباطنية، كون "وعي الجسد الباطني" مستور عن مدارك الإنسان العادي. فكيف بالحري على صعيد جسم المشاعر الغافل في أوقات اليقظة، والجسم العقلي المنغمس في دهاليز الفكر المادي؟

بين اللذة والألم:

والألم هو أيضاً الوجه الآخر للذة. فاللذة تشكل حافزاً للقيام بشئ الأعمال الحياتية، وهي أداة للانطلاق نحو الخارج... إلا أن ذلك الانطلاق تلزمه قوانين ومقاييس، لذا كان لتلك الأداة قطبين، أحدهما يجذب والآخر يبعد، كي لا يستسيغ الإنسان مطولاً اللذة وتتصبح هدفاً، فيما هي ليست سوى أداة، قدرها أن تزول بعد تادية وظيفتها. أما

القاسم المشترك بين اللذة والألم فهو إيقاظ ملكة التمييز في الجسم العقلي! إن اللذة والألم متلازمان دوماً لتحقيق التوازن الباطني في مراحل التطور المختلفة. وكما ورد في كتابنا محاضرات في الإيزوتيريك جزء ٢ ص ٢٦ "شعور اللذة هنيهة تستفز الإنسان إلى التقدم، أما التقدم فآلم مستمر عبر مراحل يشعر بلذاتها عند الانتهاء من كل منها..."



والتطور في الوعي يستدعي اختبار شئ الأمور الحياتية، فالوعي لا يتحقق إلا في وجود قطبين والمقارنة بينهما. لذلك يسبر الإنسان معترك الحياة وعالم المادة ليكتشفها ويكتشف نفسه في أبعادها... والتفاعل والتغيير في وعيه جراء الخبرات الجديدة يؤد نوعاً من اللذة... لذة شبيهة بشعور طفل عند خطواته الأولى، أو استمتاع ولد بلعبة جديدة، أو انبهار مرافق بقبلته الأولى، أو انشاء راشد بانجازه الأول..

من هنا... احتاج الإنسان إلى القطب الثاني - الألم، ليتعرف من خلاله إلى معايير اللذة التي تناسبه، وتتوافق مع النظام ومع هدف وجوده. ولذلك، سكب الألم في كؤوس، تذوب فيها اللذة تدريجاً، ولا يبقى سوى نشوة الوعي



ومذاق التوحّد - الإنجاز!

باكتشافه أبعاد الحياة،
يكتشف الإنسان أيضاً النظام
الذي يسيّرهما والألم (الم
التجربة والفضل) كان ولا زال
الأداة التي تبين له أسس ذلك النظام.
هذا الألم هو بمثابة البوصلة التي
ترشد المرء وهو يبحر في محيطات
الحياة، فتزوده بالمسار الصحيح. وكما
ورد على غلاف كتاب الإيزوتيريك عاد
ليخبر "الألم ليس عديم الجدوى...
جهل الإنسان بمعنى الألم، وبغايته، هو
ما يجعله عديم الجدوى في نظره!"

كيف تتجنب الألم

بعد أن يفهم الإنسان معنى الألم
وهدفه، يبدأ بالبحث عن طرق لتجنب
الألم وتخطيه. لكن الشخص المتفوق لا
يعود يسعى إلى ذلك كهدف... بل إلى
الاستفادة من نعمه وجود الألم،
لاكتشاف الاتجاه الأصح في التطور
ولكشف النقاب عن السبلات المخفية
والهاجعة في طيات الوعي، فيتلاشى
الألم عندها

تلقائياً ويتحول
إلى معاناة واعية...
معاناة الجهد
الداخلي البناء في
سبيل التطور
الذاتي أو في سبيل
العتاء ومساعدة
الآخرين...

قد نجد معنى
واحد لكللمات
"الأوجاع" و"الآلام"
و"المعاناة" في بعض
القواميس. أما في
موسوعة
الإيزوتيريك
الدقيقة فتختلف
المعاني وتتميز
بحسب تراتبية
درجات الوعي التي

ترتبط بهذه الحالات. لذلك عندما
نتكلم عن الأوجاع هنا، نعني بها
تفاعلات في حيز الجسد فقط، ونقصد
بالألم تلك الحالة المزعجة على نطاق
النفس البشرية، أي في ما يخص الفكر
والمشاعر، أما على مستوى الذات
الإنسانية وما يتعداها، فندعوها
"معاناة". معاناة الطموح نحو الأفضل
والأكمل والأشمل.
"المعاناة" كلمة وجدانية، تطوي بين

إن الألم هو بمثابة إنذار للإنسان، إن كان أوجاعاً على صعيد الجسد أو ألماً نفسياً على صعيد الفكر والمشاعر

التوازن..

سادساً: إن كأس المعاناة يجب أن تمتلئ على
الأرض، وذلك نسبياً مع درجة الوعي، فإما أن
تملأ تلك الكأس بالمعاناة الواعية وبما يفيد
تطورنا، وإما أن نتركها رهن سيطرة الوعي
الباطني وما يكبده المجهول من مصاعب..

عندما تبدأ يتحوّل الألم إلى معاناة واعية

عندما تبدأ يتحوّل الألم إلى معاناة واعية،
على الإنسان أن لا يتهرب من ذلك الشعور،
بتفضيله الركود في الظروف المعيشية على ذلك
الجهد الداخلي البناء... بل أن يعشق ذلك
العناء الذاتي ويحاول أن يفهم وقعه في
أجسامه الباطنية، ويتبناه في كل لحظة،
خصوصاً ذلك المجهود الهادف إلى تحويل ما هو
نظري إلى إنجازات عطاء عملية.

أما الأداة للإنجاز ما ورد فهي الإرادة والعزم
والمثابرة.. فالألم هو بمثابة حجارة تحيط
بمجرى ينبوع الخبرات الذي يتدفق بتجدد،
لتصحح مساره عبر ارتطامه بها، ريثما يلتحق
بجدول نحو البحر... فهل نتحاشى الألم ونبقى
في مستنقع جامد، تكسوه أوراق الخريف من
الخل؟

لا شك أن اكتساب الوعي هو الفن الأرقى
على الأرض... فالحياة تزود الفنان بألوان اللذة
والألم كأداة اختبار.. ويبقى لريشة الفنان أن
تمزجها بتناسق وانسجام لتكون رداءاً لمعنى راق
وهدف سامي... في اللوحة المكتملة.

خلاصة القول، ما من لذة عميقة من دون
الم. وما من إنجاز من دون معانات. فلنتعلم أن
نفهم الحياة على هذا النحو، فنرتقي إدراكاً
وفهماً. عندئذ تنسكب المصاعب درجات على
سلام الوعي.

أحرفها معان كثيرة، حتى أن تلك الأحرف تشكل
في أولها كلمة "معان". وفي كل معاناة معان محددة
وخلصات وعي مفيدة، أي طموح يتحقق عبر
مراحل.

الخطوات التالية تساعد في عملية الارتقاء من الألم إلى المعاناة الواعية:

أولاً: عندما ينوء الزمن بالعقبات والمصاعب،
يلزم استبدال لوم الظروف الخارجية، بالتقييم
الذاتي والسعي لمعرفة أسباب الألم الداخلية. هنا،
صدق الأديب إيليا أبو ماضي عندما قال "... وترى
النسوك في الزورود وتعمى أن ترى فوقها الندى
كليلاً"

ثانياً: تحمل شعور الألم بالتعوّد على الصبر
والقوة. لكن الأهم يكمن في استعمال رسائل الألم
كأداة توعية بدلاً من الشعور بها وحسب...

ثالثاً: الاستفادة من الوقت. فالألم ينطوي بين
حقبات الزمن، وسنواته، وساعاته، ليكون في كل
هنيهة، منبهاً للإنسان. إذا ما تكلّم في التطور و
تباطأ في الارتقاء...

رابعاً: وضع السبلات نصب العينين والسعي
لإزالتها كهدف أساسي أولي... وإبقاء الفكر متوثباً
لأي سلبية دخيلة أو قديمة بدأت تتوسع فيه، من
دون أن يعميه وقع الألم أو شعور اللذة. هكذا يتمكن
المرء من استخلاص عبرة الوعي (الأمثلة) من
عبرة الألم (الدعوة)... ولا عجب أن أحرف كلمة
"الم" هي نفسها أحرف كلمة "الم"، فما من أحد ألم
بشيء من دون ألم، ومعاناة جراًء السعي المستمر.

خامساً: الاعتدال في كلّ شيء وتجنب التماذي
مطلوباً في مذاق اللذة على مائدة الخبرات
الحياتية، حيث انسكبت أيضاً كؤوس الألم، لتحقق