الراحة الداخلية والهدوء النفسي
مدخل إلى عالم الايزوتيريك

بسبب الضغوطات والتحدّيات الحياتية والمعيشية القاسية التي يواجهها المرء في الزمن الراهن، نجد أن القلق والتوتر باتا من الصفات المشتركة التي تلعب الدور الاساس نحو فقدان الهدوء النفسي والراحة الداخلية. فكأن عواصف الظروف تثور كلما اقتربنا من شاطئ الأمان والاستقرار، فنتخبط على صخوره ونحن نراه من بعيد ولا نصله!...

إنّ أسعد اللحظات هي تلك الاوقات التي تعبق بأريج الراحة النفسية والاطمئنان. تلك اللحظات التي يكون فيها المرء مسيطر على كل ما يكتنف حياته ويدور في فلك مشاغله، تلك اللحظات التي تُعلمه أنه سيّد مصيره... فكيف يمكننا أن نجعل من تلك اللحظات ساعات، فأيام، فسنوات إلى أن تصبح طريقة حياة؟

الجواب عن هذا السؤال ضمن مؤلفات علوم الايزوتيريك، علوم باطن الانسان، التي تحوي مكتبتها أكثر من خمسين مؤلفاً حتى اليوم. مؤلفات علوم الايزوتيريك تشتمل على كل ما يرفع وعي المرء ليصبح سيد نفسه. فالايزوتيريك يزيل الغشاء من على بواطن الامور، لتغدو والظواهر سيّان. حقاً إنّ الايزوتيريك يبني الانسان من الداخل، فالخارج ما هو إلا انعكاس لما يختزنه المرء في داخله.

من ضمن ما يذكره الايزوتيريك عن الراحة الداخلية والهدوء النفسي، أنهما المدخل إلى الباطن. فالدخول إلى باطن النفس يبدأ بهدوئها، بهدوء المتأمل الهادف إلى اكتشاف نفسه ومعرفة ذاته. ويُعرّف الايزوتيريك الهدوء النفسي بحالة الإنسجام، إنسجام الفكر والمشاعر، إنسجام الفكر والقول والعمل، إنسجام الظاهر والباطن... وللتحقق من ذلك، يمكن للمرء أن يراقب حالات الهدوء النفسي التي يمرّ بها، أو حالات اللا-هدوء... ويقارن بين أسباب كلٍ منها. ويمكن أيضاً أن يلاحظ المرء كيف أنّ تلك الاوقات التي يختلي فيها بنفسه متفكراً بعمق، يبحث صادقاً مع نفسه عن حلول أو إجابات عن تساؤلات؛ تلك الأوقات لا بد وأن تكون مضمّخة بالهدوء النفسي والذي قد يلامس الصفاء الذاتي...

يشرح الايزوتيريك ضمن موسوعة مؤلفاته أنّ اكتساب الهدوء النفسي لا يتحقق إلا من خلال الممارسة أو التطبيق العملي في شؤون الحياة... أي أنّ اكتساب أي معلومة جديدة لا تترسخ وعياً في النفس الا عن طريق التطبيق العملي. فالايزوتيريك هو طريقة حياة، تُكسب المرء الشفافية بين ظاهره وباطنه بالممارسة، وتربط بين وعيه ولاوعيه...

إن الراحة الداخلية هي في تفاعل المشاعر في حالة الحب، وتوسّع الفكر في واحة الفهم... بل إنها في توازن الإثنين معاً، الفكر والمشاعر، بصدق وشفافية.

فؤاد علم الدين