

## كمال الیوچا الفصل الأول

### الیوچا كما رفضها أرجون

یوجد عدد كبير من الرياضات الیوچية الشائعة في العالم الغربي ولا سيما في هذا القرن لكنها لا تعلم كمال الیوچا فعلياً. شخصية الله العزيز شري كرشن یلقن أرجون كمال الیوچا في بهجته جيتا. سجد في بهجته جيتا نصوصاً شرعية للشخص العظيم إذا اردنا فعلاً المشاركة في كمال الرياضة الیوچية.

من المدش حتماً تلقين كمال الیوچا في ساحة المعركة إلى الفارس أرجون قبيل اشتراكه في حرب أهلية. كان أرجون يحدث نفسه بدافع العاطفة بالسؤال: "ما الذي يحملني على قتال أهلي؟". ذاك التردد بالقتال كان عائداً إلى وهم أرجون وتكلم شري كرشن بهجته جيتا إليه لمجرد رفع ذاك الوهم. يستطيع الإنسان تخيل الوقت القصير الذي استغرقه إلقاء بهجته جيتا. كان جميع الفرسان على الجانبين على وشك القتال. لذلك، لم يتوفر سوى وقت قصير لا يزيد عن ساعة على أكثر تقدير وجرى بحث مجمل بهجته جيتا في خلال تلك الساعة وأوضح شري كرشن كمال جميع الرياضات الیوچية إلى صديقه أرجون. طرح أرجون جميع ظنونه وقائل في ختام هذا الحوار الجليل. لكن أجاب أرجون عندما سمع شرح الرياضة الیوچية التأملية: كيف یجلس وكيف یحافظ على انتصاب بدنه وكيف یبقي عينيه شبه مغلقتين وكيف یحرق إلى طرف أنه دون إلتهاء، ووجوب ممارسة ذلك في مكان منفرد (ب.ج. ۳۱۶):

یو آیام یوچن تقياً یروكته  
سامیون مدهوسون  
اتسیاهم ن پشیامي  
تشنشلتقات ستهينيم ستهيرام

قال أرجون: يا مدهوسون، ان الیوچا التي لخصتها لي تبدو غير عملية ولا تحتل لأن العقل لا یثبت ولا یستقر". هذا أمر هام. يجب علينا العلم دوماً بأننا في ظرف مادي حيث نتعرض عقولنا للتكدر في كل لحظة ووضعنا ليس في غاية الارتياح. نحن نفكر دوماً بالتغلب على تكدرنا الفكري بتبديل وضعنا ونفكر دوماً بأن التكدر الفكري سیرتفع بالكلية عندما نبغ نقطة معينة. لكن لا يمكننا التحرر من الفلق لأنه سمة العالم المادي. ورطنتنا تكمن بأننا نسعى دوماً إلى ايجاد حل لمشاكلنا لكن هذا الكون مصمم على نحو یغیب الحلول.

أرجون الذي لا یعرف الخداع، یخبر كرشن بصراحة بالغة أن الرياضة الیوچية التي وصفها متعذرة الممارسة. مخاطبة أرجون كرشن بلفظة مدهوسون التي تدل أن الرب هو قاتل الجني مدهو ذات دلالة. یلاحظ أن أسماء الله لا تعد ولا تحصى وأسماءه تكشف أفعاله غالباً. في الواقع، أسماء الله لا تحصى لأن أفعاله لا تحصى. نحن مجرد شقوق من الله ولا نقوى على تذكر الأعمال التي قضيناها من الطفولة حتى اليوم الحاضر. الله الخالد لا یحد وله أسماء لا تحد أعظمها اسم كرشن لأن أفعاله لا تحد. لكن لماذا یخاطبه أرجون صديقه كرشن بدلاً من مخاطبته مدهوسون؟ الجواب أن أرجون یعتبر عقله مثل جني كبير مثل الجني مدهو. سیتندر أرجون على تحقيق كمال الیوچا إن قتل كرشن الجني الذي يدعى العقل. یقول أرجون: "عقلي أشد قوة من هذا الجني مدهو. لذلك، سأتمكن من مزاوله هذه الرياضة الیوچية إن استطعت قتله". عقل حتى رجل رفیع المقام مثل أرجون دائم التكدر. یقول أرجون (ب.ج. ۳۱۶):

تشنشلم هي منه كرشن  
پرمانهي بلقد دردهم  
تسیاهم نیجرهم منبی  
قایور اف سو - دوشكرم

"العقل دائم الاهتياج والعناد والتملل وبالغ القوة، يا كرشن، ویبدو لي ان مغالبتة أصعب من مغالبة الريح". لا شك أن العقل یملي علينا دوماً الذهاب إلى هنا وهناك وفعل هذا وذاك ویملي علينا أين ننعطف. لذلك، جوهر الرياضة الیوچية هو التحكم بالعقل المتكدر. يتم التحكم بالعقل في الرياضة الیوچية التأملية عن طريق تفريغ كافة شواغل العقل ما سوى الذات العليا. هذا هو مجمل غرض الیوچا. لكن أرجون یقول أن مغالبة عقله أكثر صعوبة من مغالبة الريح. يمكن للإنسان تخيل رجل یمد ذراعيه في مسعى لوقف الاغصان. هل ینبغي لنا الافتراض بأن أرجون لا یملك اللياقة الكافية لضبط عقله؟. في الواقع، لا يمكننا أن نبدأ بفهم لياقة أرجون. كان حميم شخصية الله. هذا مقام بالغ الرفعة ولا یحققه أحد دون لياقة بالغة. علاوة على ذلك، كان

أرجونَ معروفاً بصفة فارس كبير واداري. كان يتحلى بفضة كافية لفهم **بِهَجَفْدُ جِيَتَا** في خلال ساعة واحدة بينما يقصر كبار الفلاسفة عن فهمها حتى في عمر كامل في الوقت الراهن. ومع ذلك، كان **أرجونَ** يفكر ان مغالبة العقل غير ممكنة له. هل لنا الافتراض بأن ما استحال على **أرجونَ** في عصر أكثر تقدماً، ممكن لنا في هذا العصر المتدهور؟ لا ينبغي لنا التفكير حتى لحظة واحدة بأننا في مصاف **أرجونَ** بل دونه بألوف المرات.

علاوة على ذلك، لا يوجد ذكر تنفيذ **أرجونَ** الرياضة **السُّوجِيَّة** في مطلق وقت. ومع ذلك، مدح **كْرِشْنُ** **أرجونَ** بوصفة الوحيد الذي يستحق فهم **بِهَجَفْدُ جِيَتَا**. ما هي لياقة **أرجونَ** الكبيرة؟ يقول **شُرِي كْرِشْنُ**: "أنت تيمي. أنت حميمي". فماذا يمكننا استخلاص سبب رفض **أرجونَ** ممارسة الرياضة **السُّوجِيَّة** التأملية التي وصفها **شُرِي كْرِشْنُ**؟ هل نشعر باليأس من غلبة العقل؟ كلا، غلبته ممكنة والوسيلة هي ذكر **كْرِشْنُ**. يجب تثبيت العقل دوماً في **كْرِشْنُ**. يتحقق كمال **السُّوجَا** باغراق العقل في **كْرِشْنُ**.

الآن، نجد **شوك بَفْ جُوسوامي** يخبر **مهارجَ بَرِيكشيتَ** عندما نلتقت إلى الباب الثاني عشر من **شُرِيَمَدَ بَهَاجَمَ** بأن البشر كانوا يعمرّون مائة ألف سنة في العصر الذهبي (**سَنِيَا يوجَ**). وبناء عليه، كان ممكناً قضاء هذه الرياضة **السُّوجِيَّة** التأملية. لكن يحقق الإنسان في العصر الحالي (**كَلِي يوجَ**) بمجرد تسبيح أسماء الله: **هَرِي كِيرَتَنَ**، **هَرِي كْرِشْنُ** ما كان يحققه في **سَنِيَا يوجَ** بفضل هذه الرياضة التأملية وفي العصر اللاحق **نُرتا يوجَ** عن طريق قضاء القرابين الكبيرة وفي العصر الذي يليه **دَقَاظِرَ يوجَ** عن طريق العبادة في الهيكل. إذن، نستفيد من المصادر الشرعية أن تسبيح **هَرِي كْرِشْنُ** **هَرِي كْرِشْنُ** **كْرِشْنُ** **كْرِشْنُ** **هَرِي هَرِي** - **هَرِي رامَ هَرِي رامَ رامَ هَرِي هَرِي** هذا، هو تجسيد كمال **السُّوجَا** لهذا العصر.

نواجه صعوبة اليوم بالعيش مدة خمسين أو ستين سنة. يمكن للإنسان أن يعمرّ ثمانين أو مئة سنة على أكثر تقدير. علاوة على ذلك، القلق والمتاعب تلازم هذه السنوات القصيرة بداعي ظروف الحروب والقلّة والجذب وكثير من سائر المصائب. كما أننا لا نتحلى بقدر كبير من الفطنة ويصاحبنا سوء الحظ. هذه هي المساوئ التي يعاني منها أهل عصر الانحطاط **كَلِي يوجَ**. لذلك، يسعنا القول بأننا لا نستطيع تحقيق النجاح في هذا الرياضة **السُّوجِيَّة** التأملية التي وصفها **كْرِشْنُ** وأكثر ما نستطيع تحقيقه إنما هو ترضية بعض نزواتنا الشخصية عن طريق اجراء تعديل زائف لهذا الرياضة. لذلك، من يدفعون المال لحضور بعض دروس التمارين الرياضية والتنفس العميق، يشعرون بالسعادة إذا استطاعوا إطالة عمرهم بضعة سنوات أو التمتع بحياة جنسية أفضل. لكن يجب علينا الفهم بأن هذا ليس بالرياضة **السُّوجِيَّة** الفعلية. ممارسة تلك الرياضة التأملية على الوجه الصحيح في هذا العصر محال لكن يمكن تحقيق كمال تلك الرياضة بواسطة **بِهَكْتِي يوجَا** وهي طريقة ذكر **كْرِشْنُ** ولا سيما تمجيد **شُرِي كْرِشْنُ** (**مَنْتَرَ يوجَا**) بتسبيح **هَرِي كْرِشْنُ** وهذا ما تتصح به الأسفار **السُّوجِيَّة** وما أعلنه المرجع الأخير **تَشَايتَتِيَا مَهَارَبَهو**. في الواقع، ينادي **بِهَجَفْدُ جِيَتَا** أن النفوس المجيدة (**مَهَاتَمَازَ**) تسبح امجاد الرب دوماً. لا بد لمن يود أن يصبح **مَهَاتَمَا** حسب تعريف الأسفار **السُّوجِيَّة** و **بِهَجَفْدُ جِيَتَا** وكبار المراجع من تبني طريقة ذكر **كْرِشْنُ** وتسبيح **هَرِي كْرِشْنُ**. لكن من يقنع بالتظاهر بالتأمل بالجلوس بإستقامة في جلسة لوتس والإستغراق في غيبوبة مثل بعض الممثلين فهذا شيء مختلف. لكن ينبغي لنا الفهم أن تلك المسرحيات الهزلية المثيلة لا تمت إلى كمال **السُّوجَا** الفعلية بصلة. يستحيل شفاء المرض المادي بدواء مصطنع بل يتعين علينا تناول الدواء الحقيقي من **كْرِشْنُ** مباشرة.

## الفصل الثاني

### السُّوجَا بمثابة عمل بتتيم

لقد سمعنا أسماء رياضات **يُوجِيَّة** و **يُوجِيَزَ** مختلفة لكن يقول **كْرِشْنُ** في **بِهَجَفْدُ جِيَتَا** أن **السُّوجِيَّة** الفعلية هو من سلم له بالكلية. يعلن **كْرِشْنُ** عن عدم وجود فرق بين الزهد (**سَنِيَاسَ**) و **السُّوجَا** (**ب.ج. ٢١٦**):

بَامَ سَنِيَاسَمَ اِتِي پَراهورَ  
يُوجَمَ تَمَ فِدَهِي پَانْدَفَ  
نَ هِي اَسَنِيَاسَتَ - سَنَكْلِيُو  
يُوجِي بَهَقْتِي كَشَنَشَنَ

"يا ابن **پَانْدُو**، ما يسمى زهداً هو **يُوجَا** ومعناه إقامة الصلة بالله. لا يمكن لأحد ان يصبح **يُوجِيَا** ما لم يتحرر من الميل إلى إشباع الشهوات".

يلقي **بِهَجَفْدُ جِيَتَا** الضوء على ثلاثة أشكال من **السُّوجَا**: **كَرَمَ يوجَا** و **جِيَانَ يوجَا** و **بِهَكْتِي يوجَا**. يمكن تشبيه الرياضات **السُّوجِيَّة** بالسلم. قد يكون أحد على الدرجة الأولى وآخر عند منتصف السلم أو قد يكون آخر على أعلى السلم. يعرف الفرد بمثابة **كَرَمَ يوجِي** أو **جِيَانَ يوجِي** وما شاكل ذلك عندما يرتقي إلى درجة معينة. في جميع الأحوال، الخدمة إلى الرب العظيم هي عينها والفرق الوحيد

هو الدرجة التي بلغها. لذلك، شري كرشن يخبر أرجون أن واجبه هو الفهم بأن الزهد (سنياس) والسيوجا واحدة لأنه لا يمكن لأحد أن يصبح يوجي أو سنياسي دون التنزهه عن الرغبة بالترضية الحسية.

يوجد بعض السيوجيز الذين يمتنون السيوجا لكنها ليست السيوجا الحقيقية. يجب بذل كل شيء في خدمة الرب. يجب بذل كل ما نفعه سواء بصفة عمال إعتياديين أو سنياسيز أو يوجيز أو فلاسفة، في ذكر كرشن. يمكن لنا أن نصبح سنياسيز حقيقيين و يوجيز حقيقيين عندما نستغرق في ذكر خدمة كرشن ونعمل بذلك الذكر لأن كل من يخطو الخطوة الأولى على سلم الرياضة السيوجية يبذل بعض الجهد. لا ينبغي للإنسان الاعتقاد بأنه يتوجب عليه التوقف عن العمل لمجرد شروعه بممارسة السيوجا. يطلب كرشن من أرجون في بهجند جيتا أن يصبح يوجياً لكنه لم يأمره بالانقطاع عن القتال بل العكس صحيح. لا شك أنه يمكن للإنسان أن يسأل كيف يمكن لأحد أن يصبح يوجياً وفارساً بوقت واحد. مفهومنا عن الرياضة السيوجية هو الجلوس بإستقامة بساقين متقاطعتين وعينين نصف مغمضتين والتحديث إلى طرف الأنف والتركيز على هذا الوجه في مكان منعزل. إذن، كيف يطلب كرشن من أرجون أن يصبح يوجياً والمشاركة في حرب أهلية مرعبة بوقت واحد؟ هذا هو غموض بهجند جيتا: يستطيع الإنسان أن يبقى فارساً وأن يكون أرفع يوجي و سنياسي بوقت واحد. كيف يمكن ذلك؟. في ذكر كرشن، يقتضي على الإنسان أن يقاتل ويعمل ويأكل وينام من أجل كرشن. على هذا الوجه، يصبح الإنسان أرفع يوجي و سنياسي. ذاك هو السر. كيف يمكن اعتبار أرجون يوجي كبير عندما يأمره شري كرشن في الفصل السادس من بهجند جيتا حول ممارسة السيوجا التأملية لكن أرجون يرفضها لشدة صعوبتها؟ أعلن كرشن أن أرجون أرفع يوجي لأنه يذكره دون انقطاع مع أنه رفض الرياضة التأملية. ذكر كرشن هو صفة جميع الرياضات السيوجية: هطهي أو كرم أو جيان أو بهكتي أو سائر الرياضات السيوجية أو الفداء أو الاحسان. جميع النشاطات الموصية من أجل التحقيق الروحي تنتهي إلى ذكر كرشن. كمال الحياة البشرية الفعلية يكمن في ذكر كرشن على الدوام أثناء القيام بكل أشكال النشاطات.

يوصى الإنسان بدوام العمل لحساب كرشن في المرحلة المبدئية. يجب أن يبحث الإنسان دوماً عن واجب أو شاغل ما لأن العطالة حتى ثانية واحدة هي سياسة سيئة. يمكن الإنسان قطع العمل البدني عندما يتقدم بشاغل العمل لحساب كرشن ويصبح دائم الانشغال بذكر كرشن ضمناً دون انقطاع. لكن يوصى الإنسان بشغل حواسه في خدمة كرشن دوماً في المرحلة المبدئية. توجد نشاطات مختلفة يمكن للإنسان قضاءها في خدمة كرشن. حركة ذكر كرشن مقصودة لتوجيه النيم المبتدئين بتلك النشاطات لأنه لا توجد ساعات كافية في النهار لخدمة كرشن عند العاملين في ذكر كرشن. النشاطات التي يقضيها تيم كرشن بهجة لا تنتهي طوال الليل والنهار. ذاك هو سعيد السعادة الحقيقية: انشغال دائم بكرشن ونشر ذكر كرشن في الأرض. يمكن أن يتقاعد الإنسان في هذا العالم المادي إذا كان يعمل طوال الوقت لكن يمكنه تسبيح هري كرشن وقضاء الخدمة التتيمية طوال الليل والنهار دون أن يشعر بالتعب عندما ينشط في ذكر كرشن. لكن سرعان ما نشعر بالإرهاق إذا رددنا بعض الأصوات المادية. المتاعب غائبة عن الصعيد الروحي. الصعيد الروحي مطلق. جميع الأحياء تعمل من أجل الترضية الحسية في العالم المادي. ينفق الإنسان ثمرة عمله في العالم المادي على ترضيته الحسية. لكن السيوجي الحقيقي لا يطلب ثمار مثيلة. لا رغبة عنده سوى كرشن و كرشن حاضر.

## الفصل الثالث

### السيوجا بمثابة تأمل في كرشن

توجد أماكن مقدسة في الهند حيث يقيم السيوجيز للتأمل في عزلة كما جاء في بهجند جيتا. لا يمكن قضاء الرياضة السيوجية في مكان عام عموماً لكن من جهة تسبيح هري كرشن منتر (كيرتن-منتر-يوجا): هري كرشن هري كرشن كرشن كرشن هري هري هري هري - هري رام هري رام رام هري يزداد النفع كلما ازداد عدد الحاضرين. نظم المولى تشايتنيا مهاپربهو ستة عشر شخصاً في كل فرقة لتولي التسبيح وشاركهم الألوف عندما اثناء قضاء كيرتن في الهند منذ ٥٠٠ سنة. تلك المشاركة في كيرتن الذكر جماعة لأسماء الله ممكنة جداً وبالغة السهولة في هذا العصر لكن الرياضة التأملية في غاية الصعوبة. جاء في بهجند جيتا على الأخص أن قضاء الرياضة التأملية يتطلب العزلة ومكان مقدس. بكلام آخر، من الضروري هجر البيت. يتعذر العثور على مكان منعزل في عصر الازدياد السكاني هذا لكنه غير مطلوب في بهكتي يوجا.

تتألف بهكتي يوجا من تسعة عبادات مختلفة: السمع والتسبيح والذكر والخدمة وعبادة صورة الرب في الهيكل والدعاء وحمل الأوامر وخدمة كرشن بصفة صديق ووهب الذات له. من بينها (ش.ب. ٢٣١٥١٧) فالسمع والتسبيح (شرقم كيرتنم) هي أبرزها. يستطيع الإنسان تسبيح: هري كرشن هري كرشن كرشن كرشن هري هري - هري رام هري رام رام هري هري في كيرتن عام بينما يصغي الآخريين وفي نهاية المنتر يعيدون ترديدها. على هذا الوجه، يوجد تبادل السمع والتسبيح. يمكن ممارسة ذلك في

البيت مع جماعة صغيرة من الأصدقاء أو عدد كبير من الناس في مكان عام بكل سهولة. يمكن للإنسان ممارسة الرياضة التأملية في مدينة كبيرة أو مع جماعة لكن يجب الفهم بأنه اختلاق غير موسى به في **بِهَجْدُ جَيْتَا**.  
 مجمل النظام **السُّوجِي** مقصود للتصفية. وما هي تلك التصفية؟ تتحقق التصفية عند ادراك الفرد هويته الفعلية. التصفية هي الفهم بغيرية الذات والبدن. نحن نوحدها بالمادة بداعي اقتراننا بها ونقول لأنفسنا: "بدني عين ذاتي". لكن يجب على الفرد تحقيق قوامه البائن عن المادة إذا أراد قضاء **السُّوجَا** الحقيقية. الحاجة إلى مكان منعزل ومزاولة الرياضة التأملية إنما هو الوصول إلى هذا الفهم. يتعدى الوصول إلى هذا الفهم إذا كان الفرد يزاول **السُّوجَا** على وجه غير سليم. في جميع الأحوال، هذا هو اعتبار المولى **تَشَابَيْتِيَا مَهَابْرِيَهو (ت.ت. - آدي ٢١١٧):**

هَرَرُ نَامَ هَرَرُ نَامَ  
 هَرَرُ نَامَايَوَ كَقَلَمُ  
 كَلَاو نَاسْتِي اِفَ نَاسْتِي اِفَ  
 نَاسْتِي اِفَ جَيْتَرُ اُنْيَاتَهَا

"لا بديل عن تسبيح الاسم اء القدوسة، لا بديل عن تسبيح الاسم اء القدوسة لتحقق النجاة في عصر الخصام والنفاق هذا".

غالباً ما يعتقد الإنسان ولا سيما في البلدان الغربية أن الرياضة **السُّوجِيَّة** تتعلق بالتأمل في العدم. لكن الأسفار **الهُدِيَّة** لا توصي بالتأمل في العدم بل تعلن أن **السُّوجَا** تعني التأمل في **فَيْشَنُو** وهذا ما جاء في **بِهَجْدُ جَيْتَا**. نرى في كثير من جمعيات **السُّوجَا** جميع الحاضرين يجلسون القرفصاء باستقامة ثم يغلقون أعينهم للتأمل ويخلد معظمهم إلى النوم لأن الإنسان ينام عند إغماض عينيه إذا لم يكن لديه موضوع للتأمل. لا شك أن **شَرِي كَرِشَنَ** لا يوصي بذلك في **بِهَجْدُ جَيْتَا**. يجب أن يجلس الإنسان باستقامة وإغماض عينيه نصف اغلاق والتحديد إلى أرنية أنفه وسيغبط في نوم عميق كل من لا يتبع ذلك. لا شك أن الإنسان يبقى في تأمله حتى عند نومه أحياناً لكنها ليست الطريقة الموصية لمزاولة تلك الرياضة. ينصح **كَرِشَنَ** بوجود التحديق إلى أرنية الأنف حتى يبقى الفرد يقظاً كما يجب أن يحتاط إلى عدم الازعاج إذ لن يقوى الفرد على التركيز في حال تكدر عقله أو كان مشغولاً بعدة شواغل. يجب على الفرد أن يخلو من الخوف عند ممارسة **السُّوجَا** التأملية. لا سبيل إلى الخوف عند دخول الحياة الروحية كما يجب أن يكون الفرد منزهاً من الحياة الجنسية بالكلية (**بِرَهْمَنْشَارِي**). يجب أن تنتفي حاجاته عند التأمل على هذا الوجه. لا يستطيع الفرد الهيمنة على عقله في وجود متطلبات أو عدم ممارسة التأمل على الوجه السليم. يجب أن لا يشغل الفرد شاغل سوى **كَرِشَنَ** أو **فَيْشَنُو** بعد استيفاء جميع شروط التأمل. بذلك، يقول **كَرِشَنَ** أن الغارق في **السُّوجَا** التأملية يذكرني دوماً.

لا بد أن **السُّوجِي** يواجه صعوبة بالغة في تصفية العقل والبدن والنفس (**أَتَمَا**) لكن ذلك ممكن التحقيق بفعالية كبيرة في هذا العصر بمجرد تسبيح: **هَرِي كَرِشَنَ هَرِي كَرِشَنَ هَرِي كَرِشَنَ كَرِشَنَ هَرِي هَرِي هَرِي - هَرِي رَامَ هَرِي رَامَ رَامَ هَرِي هَرِي**. ما السبب؟ لأن هذا الصوت العلي عين **كَرِشَنَ**. يصاحبنا **كَرِشَنَ** عند تسبيح اسمه بتتيم وأين هي امكانية الاشابة عندما يصاحبنا **كَرِشَنَ**؟. الغارق في ذكر **كَرِشَنَ** بتسبيح أسماء **كَرِشَنَ** وخدمته دون انقطاع، يستقي نفع أرفع أشكال **السُّوجَا**. الفائدة هي أنه لا يصبح ملزماً على تحمل جميع متاعب **السُّوجَا** التأملية. هذا هو جمال ذكر **كَرِشَنَ**.

تتطلب **السُّوجَا** هيمنة الفرد على جميع الحواس وشغل العقل بذكر **فَيْشَنُو** عند تحقيق الهيمنة على جميع الحواس فيحقق السلام.

جَيْتَانَمَنَه پَرَشَانَتَشَبَا  
 پَرَمَاتَمَا سَمَاهِيَتَه

"من قهر العقل، وحقق السكينة فقد بلغ الذات العليا؛ وإذ ذاك فإنه يرى اللذة والألم، والبرد والحرارة، والتكريم والاهانة، على حد سواء".

يشبه هذا العالم المادي بحريق غابة كبيرة. قد تندلع النيران في هذا العالم المادي تلقائياً كما يحدث في الغابة وتتأجج بشكل دائم على الرغم من كل مساعينا الرامية إلى العيش بسلام. العيش بسلام في أي مكان في العالم المادي محال لكن السلام ممكن بالنسبة إلى الراضخ في تعالیه سواء بالرياضة **السُّوجِيَّة** التأملية أو الرياضة الفلسفية التخمينية أو **بُهَكْتِي يُوچَا**. جميع أشكال **السُّوجَا** مقصودة للحياة العلية لكن التسبيح فعال في هذا العصر على الأخص. يمكن استمرار **كِرِشَنَ** لساعات طويلة دون أن يشعر أحد بالتعب لكن من الصعب الاستقامة في الجلسة اللوتسية دون حراك على أتم وجه لأكثر من بضعة دقائق. ومع ذلك، لا يشعر الفرد بالعدم اللاشخصي بل يدخل الدار العظمى حالما يخمد حريق الحياة المادية بغض النظر عن الرياضة المتبعة كما يقول **كَرِشَنَ** إلى **أَرْجُون (ب.ج. ١٥):**

يُونَجَنُ اِفَمُ سَدَاتَمَانَمُ

يُوجِي نَبِيَات - مَانَسَه  
شَانْتِيم نِيرْفَان - پَرَمَام  
مَت - سَمْسْتَهَام أَدهِيچْتَهَاتِي

"بممارسة ضبط الجسم والعقل والأعمال، يدرك الروحاني المستعطي ملكوت الله منفصلاً عن الوجود المادي".  
دار كَرِشَن ليست فارغة بل تشبه مؤسسة وفي المؤسسة منوعات من المشاغل. السُّوجِي الناجح فعلياً يدخل ملكوت الله حيث توجد تشكيلة روحية. ليست الرياضات السُّوجِيَة سوى سبل للترقية إلى تلك الدار التي هي موطننا بالحقيقة لكن انتهى نسياننا بنا إلى هذا العالم المادي. لقد فقدنا هويتنا الروحية وأصبنا بالخبل فأنتهينا إلى هذا العالم المادي كما يصاب الإنسان بالجنون ويودع في مستشفى المجانين. لذلك، العالم المادي هو نوع من مستشفى المجانين ولا يخفى على أحد بأن لا شيء يقضى هنا بتعقل. شاغلنا الحقيقي هو الخروج ودخول ملكوت الله. يعطي كَرِشَن في بَهَجَنْد جِيَتَا معلومات عن هذا الملكوت وعن مقامه ومقامنا وعن ذاته وذاتنا. جميع المعلومات اللازمة ترد في بَهَجَنْد جِيَتَا وسينتفع العاقل بها.

## الفصل الرابع

### السُّوجَا بمثابة ضبط البدن والعقل

كان كَرِشَن يشجع أَرَجُون على القتال في مجمل بَهَجَنْد جِيَتَا لأنه كان فارساً وكان القتال واجبه. كَرِشَن لا يشجع أَرَجُون على سلوك الرياضة السُّوجِيَة التأملية في الفصل السادس مع أنه يرسمها. يقر كَرِشَن بالصعوبة البالغة لهذه الرياضة السُّوجِيَة (٣٥١٦):

أَسْمَشِيَام مَهَا - بَاهُو  
مَنُو دُورِنِچَرَهَم تَسَلَم  
أُنَهِيَّاسِن تُو كَاوُنِيَّيَا  
قَايرِاجِيِيَن تَشَّ جِرِهِيَّيَاتِي

"قال شخصية الله العزيز: يا شاكي السلاح، يا ابن كُونْتِي، لا ريب ان التغلب على العقل المتقلب بالغ الصعوبة لكنه ممكن بالمثابرة والتجرد".

يؤكد كَرِشَن هنا على الممارسة والزهد بمثابة سبل للهيمنة على العقل. لكن ما هو ذاك الزهد. الزهد بأي شيء اليوم من الصعوبة بمكان لأننا اعتدنا على الأشكال الواسعة من الملذات الحسية المادية. نحن نحضر دروس السُّوجَا ونتوقع النجاح على الرغم من انغماسنا في حياة من الانفلات الحسي. توجد أحكام وحدود كثيرة تتعلق بالقضاء السليم للسُّوجَا ولا تقوى غالبيتنا على الافلاح عن عادة بسيطة مثل التنخين. يعلن كَرِشَن في حديثه عن الرياضة السُّوجِيَة التأملية بأن من يأكل أكثر أو أقل من اللازم لا يستطيع ممارسة السُّوجَا على الوجه الصحيح. من يعمل على تجويع نفسه لا يقوى على ممارسة السُّوجَا على الوجه الصحيح وكذا الأمر بالنسبة لمن يأكل أكثر من اللازم. ينبغي الاعتدال والاكْتفاء بحد الكفاف وليس لمتعة اللسان. نحن لسنا معتادين على تناول نوع واحد من الطعام بل اثنين أو ثلاثة وأربعة أو أكثر عند وضع الأطباق الشهية أماناً. أسننتا لا تشبع مطلقاً. لكن لا يستغرب في الهند رؤية يُوچِي يتناول مقدار ملعقة صغيرة من الأرز يومياً. كما لا يستطيع الإنسان قضاء الرياضة التأملية إذا كان ينام أكثر أو أقل من اللازم. لا يقول كَرِشَن بوجود نوم دون أحلام. سنحلم حالما نخلد إلى النوم مع أننا قد لا نذكرها. يحذر كَرِشَن في بَهَجَنْد جِيَتَا بأن كثير الأحلام أثناء النوم لا يستطيع قضاء السُّوجَا. لا ينبغي النوم أكثر من ست ساعات يومياً. كما لا ينبغي أن يصاب الفرد بالأرق دون نوم في الليل. من لا يستطيع النوم في الليل لن ينجح بقضاء السُّوجَا لوجوب الحفاظ على لياقة البدن. لذلك، يرسم كَرِشَن متطلبات كثيرة لضبط البدن. لكن يمكن تصنيف جميع تلك المتطلبات إلى أربعة نواهي أساسية: الزنا والمسكرات والمخدرات وأكل اللحوم والقمار. هذه هي النواهي الأربعة والحد الأدنى لقضاء مطلق رياضة يُوچِيَة. ومن ذا القادر على الافلاح عنها في هذا العصر؟ يتعين علينا امتحان أنفسنا بنسبة الانتهاء عنها للتيقن من نجاحنا بقضاء السُّوجَا (ب.ج. ١٠١٦):

يُوچِي يُونَجِيَت سَنَم  
أَتَمَانَم رَهْسِي سَنَهِيَّه  
إِكَاكِي يَات - تَشِيَتَا تَمَا  
نِيرَاشِيَرُ أَرِيچَرَهَه

"يقتضي على المستعطي المثابرة على جمع عقله على الذات العليا كما يقتضي عليه الانفراد وضبط عقله بيقظة دائمة والتحرر من كل شهوة ومن الرغبة في الامتلاك".

نستطيع الفهم من هذا النص بلزوم العزلة الدائمة. لا يمكن مزاوله الرياضة السُّوجِيَة التأملية جماعة، ليس حسب مفاد بَهَجَنْد جِيَتَا على الأقل. لا يمكن جمع العقل على الذات العليا في الرياضة التأملية سوى في مكان منعزل. يجتمع عدد كبير من السُّوجِيَتِيَن في

كومب ملا في الهند. من عاداتهم الاعتزال لكنهم يجتمعون في مناسبات خاصة نادرة. ما زال ألوف من اليوجيز والحكماء في الهند يلتقون كل ١٢ سنة في مكان مقدس على وجه الخصوص يسمى الله آياد. عدا عن وجوب اختلاء اليوجي، ينبغي له التتره عن جميع الرغبات وعدم التفكير بأنه يزاول الرياضة اليوجية لتحقيق بعض قوى التصرف المادية ولا ينبغي له قبول الهدايا من أحد. سيبقى بمفرده في الغابات أو الجبال ويتجنب المجتمع بالكلية إذا كان يزاول هذه اليوجا التأملية على الوجه الصحيح. يجب أن تكون لديه قناعة تامة بغرضه في كل الأوقات. لا يعتبر نفسه وحيداً بفضل ملازمة الذات العليا في كل الأوقات. ومن هذا نشهد صعوبة بل تعذر ممارسة اليوجا التأملية في الحضارة العصرية على الوجه الصحيح. الحضارة المعاصرة في عصر كلي تحول دون تحقيق الانفراد أو النزاهة من الرغبات أو المقتنيات. توضح طريقة مزاوله اليوجا التأملية بتفصيل كبير على لسان كرشن حيث يقول (ب.ج. ١١٦-١٢):

شوتشاو دشي بركشيطهايا  
 ستهيرم أسنم أتمنه  
 ناتي - اوتشهريم ناتي - نيشم  
 تشايلجين - كوشوترم  
 تترايكارم منه كرتفا  
 يات - تشينندريا - كريياه  
 اويقيشياسني يونجيا  
 يوجم أتم - فيشودهي

"الممارسة اليوجا، يتعين على الإنسان الذهاب إلى مكان منعزل، وأن يضع عشب كوش على الأرض، ثم يبسط جلد أيل فوقه وقماشاً ناعماً. يجب أن يكون الموضوع مكاناً مقدساً، وأن يكون لا عالياً ولا منخفضاً. وهكذا على اليوجي ان يأخذ مكانه على المقعد بثبات وأن يزاول اليوجا تصفية لقلبه بضبط عقله وحواسه وجمع عقله على نقطة واحدة".

غالباً ما يجلس اليوجيز على جلد النمر أو الغزال لأن الحشرات لا تدب على ذلك الجلد لإزعاج تأملهم. يبدو وجود نفع لكل شيء في خليقة الله. قد نجهل منافع الأعشاب الشافية على الرغم من وجودها. في بهجند جيتا أجرى كرشن بعض التسهيلات حتى لا يقلق اليوجي بصدد الحيات. يبدأ اليوجي بتصفية البدن والعقل والذات (أتما) بعد اختيار مكان مناسب للجوس في جو منعزل. لا ينبغي لليوجي أن يقول لنفسه: "أسعى الآن إلى تحصيل بعض القوى الرائعة". يحصل اليوجيز على بعض القوى التصرفية (سيدهي) أحياناً لكنها ليست غرض اليوجا واليوجي الحقيقي لا يعرضها. اليوجي الحقيقي يقول لنفسه: "انا مصاب الآن بنجاسة هذا الجو المادي ويتعين علي تصفية نفسي".

نستطيع ان نرى بسهولة أن غلبة العقل والبدن ليست بالأمر السهل وليست بسهولة ذهابنا إلى المتجر وشراء شيء ما. لكن كرشن يعلن أن هذه النواهي سهلة الاتباع عند مداومتنا على ذكره.

لا شك أن الأحياء مدفوعة بالدافع الجنسي لكن الحياة الجنسية ليست مذمومة فعلياً. لدينا هذا البدن المادي وستصاحبنا الرغبة الجنسية ما دمنا فيه. كذا، يجب علينا أن نأكل للحفاظ على البدن ما دمنا فيه كما يتعين علينا النوم. لا نستطيع أن نتوقع انكار هذه الأشياء لكن الأسفار القهوية تشرع لنا أحكاماً وحدوداً بصدد الأكل والنوم والجماع والدفاع. لا يمكن لنا السماح لأنفسنا بالإنجراف إلى درب المحسوسات بالحواس الجامحة. ينصح الرب شري كرشن بإمكانية التحكم بالعقل من خلال النواهي. سيزداد تكدر عقولنا دون ضبط نشاطاتنا. لا يتعين وقف النشاطات بل ضبطها بشغل العقل في ذكر كرشن دوماً. سمانهي هو الانشغال الدائم بشاغل متصل بكرشن. سمانهي لا تعني انقطاع الإنسان عن الأكل أو العمل أو النوم أو امتاع نفسه من أي وجه بل سمانهي هي قضاء نشاطات منصبطة أثناء الاستغراق في ذكر كرشن (٣٦٦):

أسميئاتامنا يوجو  
 دوشيراپ اتي مي متيه  
 قشياتمنا تو يانتا  
 شكيو أقالپتوم اويبااته

"إن الذي لم يتحكم بعقله، يكون تحقيق الذات صعباً عليه. أما الذي يتحكم به ويقود جهوده بوسائل صحيحة فإن النجاح سيكون حليفه. هذا هو حكمي".

خطورة امتطاء حصان جامح لا تخفى على أحد. يحتمل أن يجري في مطلق جهة بأية سرعة وقد يتعرض راكبه لبعض الأذى. من جهة جموح العقل، يوافق كرشن مع أرجون بأن الرياضة اليوجية بالغة الصعوبة بالفعل لكنه يضيف بالقول (٣٦٦): "منضبط

العقل الذي يثابر بسبل صحيحة، مضمون النجاح. هذا هو حكمي". ما هو المقصود بالمتابعة بالسبل الصحيحة؟ يتعين على الإنسان الانتهاء بالنواهي الأربعة كما ترد وقضاء أعماله مستغرقاً في ذكر كَرِشْن.

لا بد للفرد من التأكد من أن سائر مشاغله معتدلة إذا أراد ممارسة السُّوجا في بيته. لا يمكنه قضاء ساعات طويلة في العمل الشاق في النهار لمجرد كسب معاشه. يجب أن يعتدل الإنسان في عمله ومأكله وترضية حواسه وإبقاء حياته خالية من الفلق بقدر الامكان. وعلى هذا النحو، تتجح ممارسته السُّوجا.

ما هي العلامة التي يستطيع بها الإنسان الاستدلال على نجاحه في السُّوجا؟ يشير كَرِشْن بأن الفرد راسخ في السُّوجا عندما يكون وعيه تحت سيطرته بالكلية (ب.ج. ١٨١٦):

يادا فينيباتم تشيتم  
أتمنى إفاقتي شطيتي  
نيسر هه سرف - كامبهيو  
يوكت اتي اوتشباتي ندا

"إذا توصل السُّوجي بواسطة السُّوجا أن ينظم أعمال عقله؛ وإذا وصل إلى المطلق في تحرره من كل شهوة مادية، يسمى حينئذ راسخاً في السُّوجا".

من حقق السُّوجا لا يعتمد على املاءات عقله بل عقله تحت تصرفه ولا يندم عقله أو ينطفئ لأن شاغل السُّوجي هو ذكر كَرِشْن (فيشنو) دون انقطاع. لا يسمح السُّوجي لعقله بالشرود. قد يبدو ذلك في غاية الصعوبة لكنه ممكن في ذكر كَرِشْن. ينتفي احتمال شرود العقل عن كَرِشْن عندما يكون الفرد دائم الانشغال بذكر كَرِشْن في خدمته على الدوام. ينضبط العقل تلقائياً في خدمة كَرِشْن. ولا ينبغي للسُّوجي أن يطلب ترضية حسية مادية. ليس لدى تيم كَرِشْن رغبة ما سوى كَرِشْن. يستحيل أن يصبح الفرد معدم الرغبات. يجب التغلب على الرغبة بالترضية الحسية بالتصفية بالإضافة إلى تنمية الرغبة بكَرِشْن. المطلوب منا هو نقل الرغبة. لا سبيل إلى قتل الرغبة لأنها ملازمة للنفس. ذكر كَرِشْن هو الطريقة التي يمكن للفرد بها تصفية رغباته بدلاً من الرغبة بأشياء كثيرة للترضية الحسية. يقتصر الفرد على الرغبة بخدمة كَرِشْن. للمثال، يمكننا أن نطلب طعاماً شهياً لكن نستطيع تحضير الطعام لسكْرِشْن وتقديمه إليه بدلاً من تحضيره لأنفسنا. لم يختلف العمل بل نقلنا الوعي من التفكير بالعمل لحساب حواسنا إلى بالعمل لحساب كَرِشْن. يمكننا تحضير مشنقات الحليب والخضار والحبوب والفاكهة وسائر الأطباق النباتية ثم تقديمها إلى كَرِشْن بالدعاء: "هذا البدن المادي هو كتلة من الجهل والحواس شبكة من الدروب التي تفضي إلى الموت. اللسان هو أطمع الحواس ويصعب ضبطه. يتعذر قهر اللسان في هذا العالم. لذلك، اعطانا شري كَرِشْن برساده الشهى لقهر اللسان. لذلك، لنتناول برساده هذا قدر شبعنا وتمجيد شري شري رادها و كَرِشْن ونطلب بحب عون المولى تشايتنيا و نيتيانند برهبو". على هذا النحو، نضحى بثواب العمل (كرم) بفضل ذكرنا منذ البداية أن الطعام مقدم إلى كَرِشْن. لا ينبغي أن تكون لدينا مطلق رغبة شخصية بالطعام. لكن كَرِشْن رحيم إلى درجة أنه يعطينا الطعام لنأكله وتتحقق رغبتنا. فلا بد من الفهم أن الإنسان حقق كمال السُّوجا عندما يصبح حياته على هذا الوجه- بإذلا رغباته في خدمة كَرِشْن. مجرد التنفس العميق وقضاء بعض التمارين البدنية ليس سُّوجا حسب ما جاء في بهجند جيتا بل مجمل تصفية الوعي مطلوبة.

من بالغ الأهمية عدم التسبب بتكدر العقل في مجال قضاء السُّوجا (ب.ج. ١٩١٦):

ياتها دييو نيفات - ستهو  
ننچتي سوپما سمرنا  
يوجينو بات - تشيتسيا  
يُونجنو يوجم اتمنه

"كما ان نور السراج في مكان لا يرياح فيه، لا يرتجف، هكذا المستعلي الذي تحكم بعقله؛ يبقى على الدوام راسخاً في تأمله في الذات العلية".

لا ترتجف شعلة الشمعة عند وجودها في مكان يخلو من الريح. يتعرض العقل لعدد كبير من الرغبات المادية التي تحركه عند حدوث أقل تكدر كالشعلة. أقل حركة بسيطة للعقل تستطيع تغيير الوعي كله. لذلك: في الهند، عندما يمارس أحد السُّوجا جدياً فإنه يبقى متبتلاً (برهمنشاري). يوجد نوعان من برهمنشاري: واحد متبتل بالكلية والثاني لديه زوجة (جرهستهي-برهمنشاري) لكنه لا يعاشر سواها كما أن صلته بزوجته منضبطة بالكلية. على هذا النحو، ينأى عقل الفرد عن التكدر سواء بالتبتل التام أو الحياة الجنسية المنضبطة. مع ذلك، يحتمل أن يتكدر عقل الفرد بالرغبة الجنسية عندما ينذر التبتل التام. لذلك، لا يسمح لمن يمارسون

السُّوجَا التقليدية بنذر تبثل صارم في الهند بالجلوس بمفردهم حتى مع امهم أو اختهم أو ابنتهم. العقل مقلب إلى درجة أن أبسط اقتراح قادر على خلق الفوضى.

ينبغي للسُّوجِيّ تدريب عقله على نحو يجره ثانية حالما يشرد عن تأمله في **فَيْشَنُو** وهذا ما يتطلب مقداراً كبيراً من الممارسة. يجب على الإنسان العلم بأن سعادته الحقيقية تكمن في تجربة لذة حواسه العلية وليس الحواس المادية. لا يتطلب الأمر التضحية بالحواس أو الرغبات بل ثمة رغبات وترضية حسية في الملكوت الروحي. السعادة الحقيقية عليّة عن التجربة الحسية المادية. من المحتم أن يتكرر الفرد ويسقط إذا لم يكن مقتنعاً بذلك. لذلك، يتعين العلم بأن السعادة التي يطلبها الفرد من الحواس المادية ليست بالسعادة الحقيقية.

السُّوجِيّزُ فعلياً يتمتعون بحق لكن كيف يتمتعون؟ متعتهم لا تحد (**رَمَنْتِي يُوجِينُو أَنْتِي**) وتلك المتعة التي لا تحد هي السعادة الحقيقية وهي روحية وليست مادية. هذا هو المعنى الحقيقي لكلمة **رَامَ** كما في تسبيح **هَرِي رَامَ**. كلمة **رَامَ** تعني متعة من خلال الحياة الروحية. الحياة الروحية هي متعة مطلقة و**كُرْشَنَ** متعة مطلقة. لا نحتاج إلى التضحية باللذة لكن يتعين علينا التمتع بها على الوجه السليم. المريض لا يستطيع التمتع بالحياة ومتعته بالحياة متعة زائلة لكنه يستطيع التمتع عندما يشفى ويتعافى. كذا، نحن لا نمتنع انفسنا فعلياً ما دمنا في المفهوم المادي للحياة بل نزداد تكبلاً في الطبيعة المادية. تناول الطعام دون قيد يأذي المريض وقد يقتله فعلاً. كذا، ازدياد متعتنا المادية تزيد من تكبّلنا في هذا العالم وتزداد صعوبة الافلات من العلقّة المادية. جميع الرياضات السُّوجِيّة مقصودة لفكك النفس المهيأة من هذه العلقّة ونقلها من المتعة الزائلة بالأشياء المادية إلى المتعة الفعلية لذكر **كُرْشَنَ** (ب.ج. ٢٠١٦-٢٣):

يَاترُورَمَتِي تَشِيَتَمَّ  
نيرودَهَمَ يُوَجَّ - سَقِيَا  
يَاترُ تَشَايفَاتْمَانَمَّ  
پَشِيَانِ اَمَنِي توشِيَاتِي

سوكَهَمَ اَتِيَانَتِيكَمَ يَات تَدَّ  
بوَدَهِي - چَرَاهِيَامُ اَتِينْدَرِيِيَامُ  
قَتِي يَاترَ نَ تَشَايفَايَامُ  
سَتَهِيَسَ تَشَلَتِي تَنَقَتَه

يَامَ لَبْدَهَا تَشَاپَرَمَ لَابَهَمَ  
مَنِيَاتِي نَادَهِيكَمَ تَتَه  
يَاسَمِينِ سَتَهِيَتُونِ دوهَكِينِ  
چورُونَاپِي فَيْتَشَالِيَاتِي

تَمَ فَيْدِيَادُ دوهَكَهِي - سَمِيُوَجَّ -  
فِيُوَجَمَ يُوَجَّ - سَمَجِيَتَمَّ

"يكون العقل فارغاً من كل الشواغل المادية بفضل مزاولة السُّوجَا على درجة الكمال المسماة الغيبوبة الروحية (**سَمَادَهِي**). يتميز هذا الكمال بقدرة الفرد على رؤية الذات بالعقل الصفي إذ ينتشي وبيتهج بالذات. في هذا الهناء، يفرق الفرد في سعادة عليّة لا تحدها تخوم ويمتّع نفسه بحواس عليّة. مؤمناً انه لا يوجد فوز اعظم، كونه مستقراً على هذا المقام، لا يحيد عن الرب مطلقاً حتى في وسط أعظم المصاعب. هذه هي في الواقع الحرية الفعلية الخالية من كل الشقاء الناشيء عن الاحتكاك المادي".  
أشكال السُّوجَا متعددة. بعضها صعب وبعضها سهل لكن يجب على الفرد تصفية وجوده إلى مفهوم متعة ذكر **كُرْشَنَ** في جميع الأحوال ليحقق السعادة (ب.ج. ٤١٦-٥):

يادا هي نَنْدَرِيَارْتَهَشُو  
نَ كَرَمَسَفَ اَنُوشَجَتِي  
سَرَفَ - سَنَكَلَبَ - سَنِيَاَسِي  
يُوچارُودَهَرُ تَدُوتَشِيَاتِي  
اودَهَرْدُ اَمَنَاتْمَانَمَّ  
ناتْمَانَمَّ اَسَادِيَتُ



أَتْمَايْفَ هِي أَتْمَوُ بَنْذُورُ  
أَتْمَايْفَ رِيپُورُ أَتْمَنَه

قيل بأنه عندما يزهد الإنسان بجميع الملذات المادية ولا يعمل من أجل إشباع شهوة ولا يتعلق بأجر عمل، فإنه يكون قد بلغ **السيُوجا**.

"ليكن العقل رافعاً للإنسان لا مسفلاً إياه، إذ إن العقل قد يكون صديقاً للنفس المهيأة وعدواً لها أيضاً".

يتعين علينا رفع أنفسنا إلى الصعيد الروحي بأنفسنا. من هذا الوجه، أنا صديق نفسي أو عدوها. الخيار أمامنا. كتب **تشانگيا بَنْدِيَتَ** نصاً لطيفاً للغاية: "لا أحد صديق أحد أو عدوه. يستطيع الإنسان تبيين صديقه عن عدوه إستناداً إلى المسلك وحده". لا يولد أحد عدواً لنا ولا يولد أحد صديق لنا بل تتقرر تلك الأدوار بالمسلك المتبادل. نعامل أنفسنا على الطريقة التي نعامل بها الآخرين في الشؤون الاعتيادية. يمكنني أن اعمل بدور صديق نفسي أو عدوها. أستطيع فهم مقامي بصفة نفس روحية بصفة صديق والفهم أنني اقترنت بالطبيعة المادية بطريقة ما فأعمل على الإفلات من العلقة المادية بالعمل على نحو يسهل فكاكي. في هذه الحالة، أكون صديق نفسي. لكنني أكون عدو نفسي إذا سحنت هذه الفرصة دون ان اغتنتها (ب.ج. ٦١٦):

بَنْذُورُ أَتْمَايْفَ تَسِيَا  
بِي نَاتْمَايْفَا تَمْنَا جِيْتَه  
أَنَاتْمَسُ تَو شَتْرُو تَقِي  
فَرْتَاتْمَايْفَ شَتْرُو - فُتْ

"يكون العقل صديق لمن تحكم به، ويكون ألد عدو لمن أخفق في ذلك".

كيف يمكن للفرد أن يصبح صديق نفسه؟ هذا ما يوضح هنا. **أَتْمَا** تعني عقل أو بدن أو نفس. نشير إلى البدن عندما نتكلم عن **أَتْمَا** حسب مفهومنا البدني. لكن **أَتْمَا** تشير إلى العقل عندما نتجاوز المفهوم البدني ونرتقي إلى الصعيد الفكري. لكن كلمة **أَتْمَا** تشير إلى النفس عندما نكون على الصعيد الروحي. نحن روح محض. على هذا النحو، يختلف معنى لفظة **أَتْمَا** حسب التتمية الروحية للفرد. **أَتْمَا** تشير إلى البدن والعقل والنفس حسب ما جاء في قاموس **نيروكتي الهندي**. لكن **أَتْمَا** تشير إلى العقل في هذا النص من **بَهَجَنْدُ جِيْتَا**.

يصبح العقل صديقنا إن أمكن تدريبه بالرياضة **السيُوجية**. لكن لا سبيل إلى حياة ناجحة عند ترك العقل دون تدريب، لأن العقل عدو من ليست لديه فكرة عن الحياة الروحية. لن يعمل عقل من يعتقد بعينية بدنه وذاته لصالحه بل يقتصر على خدمة البدن الكثيف وزيادة مهابة النفس وتعليقها في الطبيعة المادية. لكن يمكن أن يصبح العقل عامل تجية إذا فهم الفرد مقامه بصفة نفس روحية بآتنة عن البدن المادي. لا عمل للعقل بحد ذاته بل ينتظر التدريب وخير تدريب يكون بالصحة. الرغبة هي وظيفة العقل ويرغب الفرد حسب صحبته. لذلك، لا بد من توفر الصحة الصالحة إذا كان يتعين على العقل أن يعمل بدور صديق.

خير صحة هي صحة **تيم كَرِشَنَ (سادهو)** أو من يتعقب التحقيق الروحي. ثمة اشخاص يتعقبون الأشياء الزائلة (**أَسْتُ**). المادة والبدن زائلان وسوف يتيهأ الفرد للأشياء الزائلة إذا شغل نفسه بالمتعة البدنية لكنه يكون مشغولاً بالادائم (**سَتُ**) إذا شغل نفسه بتحقيق الذات. لا شك بأن الفطن سيخالط من يطلبون ترقية أنفسهم إلى صعيد تحقيق الذات بواسطة إحدى الرياضات **السيُوجية**. النتيجة ستكون أن المحقق (**سادهو**) سيقتدر على فصح تعلقه بالصحة المادية. هذه هي الفائدة الكبرى للصحة الصالحة. للمثال، **كَرِشَنَ** يتكلم **بَهَجَنْدُ جِيْتَا** إلى **أَرْجونَ** لمجرد قطع تعلقه بحنانه المادي. عمل **كَرِشَنَ** على قطع الأشياء التي يتعلق **أَرْجونَ** بها وتعيق قضاء واجبه. قطع الأشياء يتطلب أداة قاطعة وقطع العقل عن تعلقاته يتطلب كلمات. **سادهو** هو معلم لا يظهر الرحمة باستعمال كلمات قاطعة لقطع عقل المرید من الانجذاب المادي. **سادهو** يقتدر على قطع العبودية بنطق الحقيقة دون مساومة ولا هودة. للمثال، **كَرِشَنَ** يتكلم إلى **أَرْجونَ** بكلمات قاطعة في بداية **بَهَجَنْدُ جِيْتَا** ويخبره أنه احقق من الطراز الأول مع انه يتكلم مثل متعلم. ينبغي لنا أن نكون على إستعداد لقبول مثل تلك الكلمات القاطعة من السيد الروحي إذا اردنا التجرد عن هذا العالم المادي بالفعل. المجاملة والمساومة لا تؤثر حيث الكلمات القاطعة مطلوبة.

المفهوم المادي للحياة مضموم في **بَهَجَنْدُ جِيْتَا** في مواضع كثيرة. من يعتقد أن البلد التي ولد فيها مقدسة أو من يذهب إلى الأماكن المقدسة لكنه يتجاهل **سادهوزَ** هناك هو الحمار. العقل سيجر الفرد إلى العلقة المادية بصورة أعمق فأعمق كما يدوم العدو على التفكير بالاذنية. النفوس المهيأة تناضل مع العقل وسائر الحواس بكل شدة. جعل العقل صديق هو أمر بالغ الأهمية لأن العقل يوجه سائر الحواس. (ب.ج. ٧١٦):

جِيْتَاتْمَنَه پَرِشَانْتَسِيَا  
پَرْمَاتْمَا سَمَاهِيْتَه

شَيْبُونُ - سوكهي - دوهكيشو  
تتها مانايمانويه

"من قهر العقل، وحقق السكينة فقد بلغ الذات العليا؛ وإذ ذاك فإنه يرى اللذة والألم، والبرد والحرارة، والتكريم والاهانة، على حد سواء".

يحقق الفرد الطمأنينة بتدريب العقل لأن العقل لا ينقطع عن جرجرتنا إلى أشياء زائلة، كما يجز الحسان الجامح العربية على منحي خطر. نحن خالدون ولا يطرأ علينا التغيير لكننا انجذبنا إلى الأشياء الزائلة بطريقة ما. يمكن تدريب العقل بسهولة إذا كان ثابتاً على كرشن. ينتفي احتمال دخول العدو عند وضع كرشن في قلعة العقل كما ان القلعة مأمونة عندما يدافع عنها قائد عسكري كبير. التربية والمال والسلطة المادية لن تساعد الإنسان على تمالك عقله. النيم الكبير يدعو قائلاً: "متى سأقدر على ذكرك دون انقطاع؟ عقلي يجرجرني دوماً هنا وهناك لكنه يصفو حالما أفتر على تثبيته على القدمين اللوتسيتين لـ كرشن". يمكن التأمل في الذات العليا عندما يصفو العقل. الذات العليا (پرمانما) تلازم الذات الهوائية في القلب دوماً. الرياضة الـيوجية تتعلق بجمع العقل على الذات العليا النافذة في القلب. النص السابق المقتبس من بهجند جيتا يدل على أن كل من قهر العقل وتغلب على جميع تعلقاته بالأشياء الزائلة يمكن أن يغرق في ذكر پرمانما. المستغرق على هذا الوجه يتحرر من كل الأضداد والتعيينات الزائلة.

## الفصل الخامس

### اليوجا بمثابة حرية من التضاد والمصير

هذا العالم المادي هو عالم الأضداد-نحن نتعرض لحرارة الصيف في لحظة وبرودة الشتاء في اللحظة التالية أو نشعر بالسعادة في لحظة والشقاء في لحظة أخرى. نتعرض للتكريم في لحظة والتشهير في اللحظة التالية. يستحيل فهم شيء دون فهم نقيضه في عالم الأضداد المادي. يستحيل فهم التكريم دون فهم نقيضه. كذا، لا أستطيع فهم الشقاء دون تذوق السعادة. كما لا أستطيع فهم السعادة دون أن أتذوق الشقاء. يتعين على الفرد التعالي عن تلك الأضداد لكنها تبقى حاضرة ما دام هذا البدن حاضراً. يتعين على الفرد التدريب على تحمل تلك الأضداد من أجل التخلص من المفاهيم البدنية وليس من البدن. يقول كرشن إلى أرجون في الفصل الثاني من بهجند جيتا أن أضداد الشقاء والسعادة عائدة إلى البدن وحده. أنها تشبه مرض جلدي أو الحكمة. ينبغي للفرد أن لا يحك جلده عند الشعور بالحكمة. لا ينبغي لنا التخلي عن واجبنا لمجرد أن البعوض يعضنا. ثمة كثير من الأضداد التي يتعين على الفرد تحملها لكن ستبدو كل تلك الأضداد تافهة إذا كان العقل ثابتاً في ذكر كرشن. كيف يتسنى للفرد تحمل تلك الأضداد؟. جاء في بهجند جيتا (٨١٦):

جيان - فيجيان - تريتانما  
كوط - ستهو فيجيتندرياه  
يوكت تي اوتشياتي يوجي  
سم - لوشطراشم - كانتشنه

"يقال عن شخص يوجياً محققاً لذاته، عندما يكون تام الرضى بفضل العلم المكتسب والتحقيق. إن شخصاً كهذا يكون سيداً لحواسه، مسيطراً على ذاته؛ يرى الحصى والحجارة والذهب سواسية".

جيان تعني علم نظري بينما فيجيان تشير إلى العلم الحاصل. للمثال، يتعين على طالب العلوم، دراسة المفاهيم العلمية النظرية بالإضافة إلى العلوم التطبيقية. العلم النظري وحده لن يعين. لا بد من قدرة الفرد على تطبيق هذا العلم. كذا، لا ينبغي للفرد الاقتصار على العلم النظري للرياضة الـيوجية بل العلم الحسولي. لن يعين مجرد فهم الفرد غيرية البدن والذات والعمل على نحو عبثي بوقت واحد. توجد كثير من الجمعيات التي يبحث أفرادها فلسفة الهدانت بجدية فيما يدخنون ويتعاطون الخمره وينغمسون في الملذات الحسية. العلم النظري للفرد لن يفيد وحده بل لا بد من تطبيقه. من يفهم غيرية بدنه وذاته سينقص متطلباته البدنية إلى أدنى حد. ما هي فائدة العلم الذي يزيد من متطلباته البدنية فيما يقول أنا غير بدني المادي؟ لا يمكن أن يشعر الفرد بالرضى إلا في وجود جيان و فيجيان جنباً إلى جنب.

ينبغي الفهم بأن الفرد استقام في اليوجا فعلاً عندما يترسخ في التحقيق الروحي العملي. لا ينبغي ان يستمر الفرد بحضور دروس اليوجا ومع ذلك يبقى على حاله طوال عمره بل يجب وجود تحقيق عملي. وما هي علامة ذلك التحقيق العملي؟ سيهدأ العقل ويطمئن ولا يعود يتكدر بالافتتان بالعالم المادي. لذلك، منضبط النفس لا يفتتن بالبريق المادي بل يرى كل شيء من فقايق أو حجارة أو ذهب على حد سواء. تنتج الحضارة المادية كثيراً من متاع الحواس باسم التقدم المادي. المستقر في اليوجا ينظر إلى تلك المتاع نظرته إلى النفايات في الطريق. جاء في بهجند جيتا (٩١٦):

سوهْرُنْ - ميْتْرَارِي - اوداسِينْ -  
مَدَهْيَاسْتَهَي - دَقْشِيَا - بَنْدَهوشُو  
سادَهوشَفْ أَبِي تَشْ پَاشُو  
سَم - بوْدَهَيْرْ فِيشِيَشِيَاتِي

"ولكن من يساوي بفكره بين الناصح الأمين والصديق العدو والحسود والمؤمن والأثيم واللامبالي وغير المتحيز، فإنه يتفوق عليه".  
ثمة أشكال مختلفة من الأصدقاء. يوجد مرید الخير النافع (سوهْرِتْ). لفظه ميْتْرْ تشير إلى الصديق الاعتيادي ولفظة اوداسِينْ تعني الحيادي. الوسيط الذي يتوسط بيني وبين عدوي يدعى مَدَهْيَاسْتَهَي في هذا النص. ربما يميز أحد بين الصالح والفاقد حسب حساباته. لكن ينقطع كل تباين بين صديق وعدو أو سواء عندما يستقيم الفرد في التعالي. لا يباين الفرد بين صديق وعدو عندما يصبح متعلماً بحق إذ يقول لنفسه: "لا أحد عدوي ولا أحد صديقي. لا أحد والدي ولا أحد أمي". نحن أحياء نمثل على مسرح دور والد أو والده أو أطفال أو اصدقاء أو أعداء أو أئمين أو ربايين وغيرها من الأدوار. أنها تشبه مسرحية كبيرة بشخصيات كثيرة تلعب أدوارها. لكن قد يكون الفرد عدو أو صديق على خشبة المسرح لكن جميع الممثلين أصدقاء خارج التمثيلية. كذا، نحن نلعب على خشبة مسرح الطبيعة المادية بأبداننا المادية ونعلق كثيراً من التعيينات على بعضنا البعض. ربما قلت لنفسني: "هذا ولدي" لكنني في الواقع لا أعقب ولداً. هذا محال. يمكنني أن أنجب بديلاً واحداً على أكثر تقدير لكن انجاب نفس روحية وراء قدرة الإنسان. الجماع الجنسي لا يعقب نفساً بل يجب وضعها في مستحلب الافرازات حسب ما جاء في شْرِيْمَدْ بُهَاجْتَم. لذلك، جميع الصلات القائمة بين مختلف الأبدان ليست سوى تمثيلية مسرحية. كل من حقق ذاته واليُوْجَا لا يعود يرى تلك التعيينات البدنية.

## الفصل السادس

### مصير اليُوْجِي الفاشل

بُهَجَنْدْ جِيْتَا لا ترفض الرياضة اليُوْجِيَة التأملية بل تعلن انها رياضة مشروعة لكنها تدلل على استحالة تحقيقها في هذا العصر. لذلك، اختتم شْرِي كَرْشِنْ و اَرْجُونْ موضوع الفصل السادس من بُهَجَنْدْ جِيْتَا سريعاً (٣٧١٦):

اياتيه شَرْدَهْوِيُو  
يُوْجَاتَشْ تَشْلِيَتْ - مَانَسَه  
أَبْرَاطِيَا يُوْج - سَمْسِيْدَهِيْمْ  
كَمْ جِيْتِيْمْ كَرْشِنْ جِيْتَهَي

"قال اَرْجُونْ: ما هو مصير من لا يثابر والذي يأخذ إلى درب تحقيق الذات في البداية ثم يكف عنه بسبب بعض الأمور الدنيوية، وبالتالي لا يبلغ الكمال الروحي؟"

بكلام آخر، يسأل عن مصير اليُوْجِي الفاشل أو من يمارس اليُوْجَا ثم يتركها قبل إكمالها مثل الطالب الذي ينقطع عن الذهاب إلى المدرسة قبل التخرج منها. يشير شْرِي كَرْشِنْ إلى اَرْجُونْ في موضع آخر من بُهَجَنْدْ جِيْتَا بأن قلة تطلب الكمال من بين ملايين البشر ولا يحقق الكمال سوى حفنة منهم. لذلك، يسأل اَرْجُونْ عن العدد الكبير من الفاشلين. يشير اَرْجُونْ أنه قد لا يحقق الفرد ذلك الكمال بداعي بعض الدنيويات حتى وإن كان لديه إيمان وطلب الكمال في الرياضة اليُوْجِيَة (ب.ج. ٣٨١٦):

كَتَشِيْنْ نُويَهَيَا - فَيِيَهْرَشَطَشْ  
تَشَهِيْبَاهِرْمْ اِيْفْ تَشِيَاتِي  
أَبْرَاطِيَشَطُهُو مَهَا - باهُو  
فِيْمُوْدَهُو بَرَهْمَنَه پَيَهِي

"أيها القوي كَرْشِنْ، ألا يضيع مثل هذا الفرد عن درب الاستعلاء مثل سحابة ممزقة دون قرار في العالمين المادي والروحي؟"

عندما تبدد الرياح الغيمة، لا تعود إلى شكلها الأول (ب.ج. ٣٩١٦):

اتِنْ مِي سَمْسِيَامْ كَرْشِنْ  
تَشَهْتُوْمْ أَرْهَسِي أَشَشْتَه  
تَقْدْ - أَنِيَاه سَمْسِيَابَسِيَانِيَا  
تَشَهْتَا نَه هِي اُوِيْدِيَاتِي

"هذه هي شكوكي يا كَرْشِنْ، أتضرع إليك أن تزيلها تماماً. إذ لا أحد سواك يستطيع ذلك".

أرجون يطرح هذا السؤال عن مصير السُّوجيِّ الفاشل كيلا يثبط عزم البشر في المستقبل. كلمة **يُوجي** التي يشير **أرجون** إليها هي **مَطَي-يُوجا** و **جِنان يُوجا** و **بهكتي يُوجا** مما يعني أن التأمل ليس هو الشكل الوحيد لل**يُوجا**. يعد التأمل والفيلسوف والتيم من **السُّوجيِّز**: **أرجون** يسأل نيابة عن جميع طلبة النجاح في الاستعلاء. ويجيبه **شري كرشن** (ب.ج. ٤٠١٦):

شُري - بَهَجَانِ أوقَانَشْ  
بارتَهَي نايَهَي ناموتَر  
فيناشَسَ تَسِيَا فيدياتي  
نَ هي كَلِيان - كَرِت كَشْتَشِيْد  
دورَجِيْم تاتَ جِيَشَهَي

يشار إلى **شري كرشن** هنا بلفظة **بَهَجَان** كما في سائر المواضع في **بَهَجَد جيتا**. هذا اسم آخر من أسماء الله التي لا تحصى. **بَهَجَان** تدل أن **كرشن** هو العزيز مالك جميع مقومات العز الستة: الجمال والثروة والسلطة والشهرة والعلم والاستغناء على الإطلاق. الأحياء تشارك هذه المقومات بدرجات ضئيلة. يمكن أن يكون الشخص معروفاً بين أفراد عائلته أو بلده أو الكوكب الذي يحيا عليه لكن ليس في كل أرجاء الخليفة كما هو **شري كرشن**. قد يشتهر القائد العالمي لبضعة سنوات فقط لكن **شري كرشن** تجلى منذ ٥٠٠٠ سنة وما زالت عبادته قائمة. إذن، من يمتلك جميع مقومات العز الستة بتمامها هو الله. يتكلم **كرشن** إلى **أرجون** في **بَهَجَد جيتا** بصفة شخصية الله العزيز مما يوجب الفهم بأن علمه كامل. ألقى **كرشن** **بَهَجَد جيتا** على ملاك الشمس ثم على **أرجون** لكن لا يرد في أي موضع ذكر القاءه على **كرشن**. لماذا؟ العلم الكامل يعني علمه بكل شيء قابل للعلم. يطرح **أرجون** هذا السؤال عن مصير **السُّوجي** الفاشل على **كرشن** لعلم **كرشن** بكل شيء. يستحيل على **أرجون** اجراء بحث عن الحقيقة بل كل ما عليه هو تلقي الحقيقة من المصدر الكامل وهذا هو نظام السلسلة المريدية. **كرشن** كامل والعلم الذي يتكلمه **كرشن** كامل أيضاً. نستلم علماً كاملاً إذا استلم **أرجون** هذا العلم الكامل ونحن نستلمه من **أرجون** كما تلقاه دون تصرف. وما هو هذا العلم؟ أجاب شخصية الله العزيز: يا ابن **پرنتها**، المستعلي المنشغل بأعمال ميمونة، لا يهلك في هذا العالم ولا في العالم الروحي. إن من يفعل خيراً، يا صديقي، لا يغلبه الشر (ب.ج. ٤٠١٦). يدل **كرشن** هنا بأن تعقب الكمال في **السُّوجا** هو مسعى بالغ السعد وكل من يطلب شيئاً مسعوداً فإنه لا ينحط مطلقاً.

**أرجون** يطرح سؤالاً فظناً ولائقاً للغاية. إن سقوط الفرد من صعيد الخدمة التتيمية لا يعتبر غير مألوف. التيم المبتدئ لا ينتهي بالنواهي أحياناً وقد يأخذ إلى المخدرات أو المسكرات أو يعلق ببعض المغريات الأنثوية وهي عوائق على درب الكمال **السُّوجي**. لكن **شري كرشن** يعطي جواباً مشجعاً بإخبار **أرجون** أنه حتى وإن عمل أحد بإخلاص على تنمية واحد بالمئة من العلم الروحي فلن يسقط في المستنقع المادي مطلقاً بفضل إخلاص جهده. يتعين العلم بضعفنا وبأن الفتنة المادية في غاية الشدة وما تبني الحياة الروحية سوى نوع من إعلان الحرب على الفتنة المادية. الفتنة المادية تبذل أقصى جهد بتعليق النفس المهيأة عندما تسعى إلى الافلات من برائتها بالتقدم الروحي للعلم مما يزيد من عزمها في محاولاتها لإمتحان مدى إخلاص الروحاني الطامح. ستزيد الفتنة المادية (مايَا) من مغرياتها.

توجد قصة **فيشفاميتَر موني** في هذا الصدد الذي كان من كبار الفرسان الذي زهد بمملكته وأخذ إلى الرياضة **السُّوجية** من اجل زيادة تقدمه الروحي. كانت الرياضة **السُّوجية** التأملية ممكنة التحقيق آنذاك. **فيشفاميتَر موني** تأمل بشدة لفتت نظر ملك الجنان **إنذر** الذي قال لنفسه: "هذا الرجل يطلب إحتلال منصب". كواكب الجنان مادية أيضاً وثمة تزامم إذ لا يريد رجل أعمال أن يتفوق عليه رجل أعمال آخر. أرسل **إنذر** حورية الجنان التي تدعى **مِنكا** لإغرائه خوفاً من أن يخلعه **فيشفاميتَر موني**. كانت **مِنكا** في غاية الجمال وعازمة على مقاطعة تأمل **الموني**. في الواقع، شعر بحضورها الأنثوي حالما سمع صوت خلخالها ففتح عينيه وشاهدها وأفتنت بجمالها ووضعت له ابنة جميلة تدعى **شكونتلا**. قال **فيشفاميتَر موني** عند ولادة **شكونتلا**: "كنت اطلب تنمية العلم الروحي لكنني علقت ثانية". كان على وشك الهرب عندما جاءت **مِنكا** بابنته الجميلة أمامه ووبخته. قرر **فيشفاميتَر موني** الرحيل على الرغم من تضرعها إليه.

لذلك، ثمة احتمال كبير بالسقوط عن درب **السُّوجا** نتيجة المغريات المادية. كان **الموني** عازماً على استئناف الرياضة **السُّوجية** مع أنه سقط وقتياً وهذا ما يجب أن يكون عليه عزمنا. تعلمنا **كرشن** بعدم جواز الشعور باليأس نتيجة تلك الزلات. يوجد قول مأثور بأن الفشل هو عماد النجاح. الفشل لا يثبط العزم في الحياة الروحية على الأخص. يقول **كرشن** بكل وضوح بأنه لا توجد خسارة في هذا العمر أو العمر اللاحق حتى في وجود الفشل. كل من يأخذ إلى هذا الخط الميمون للتربية الروحية لا يهلك بالكلية.

الآن، ماذا يحدث للروحاني الفاشل؟ يوضح **شري كرشن** (ب.ج. ٤١١٦-٤٢):

پرلِيا پونيا - كَرِتَام لُوكَانْ

اوشينقا شاشقننه سماها  
شوتشينام شريمتم جهي  
يوج - بهر شطو ابهيجاياتي

انتهى فا يوجينام اف  
كولى بهقني ذهيمتم  
اند دهى دور لبهرتم  
لوكى جنم ياد ليرشم

"يولد السيوجي الفاشل في عائلة سالحة أو في عائلة عريقة ثرية بعد سنوات مديدة من السعادة على كواكب الأبرار".  
"أو يولد في عائلة مستعطين راسخين في الحكمة. بالحقيقة، إن ولادة من هذا القبيل نادرة في هذا العالم".

توجد كثير من الكواكب في الكون وتوجد أسباب راحة أكبر على كواكب السماء كما أن العمر عليها أطول وأهاليها أكثر تديناً وربانية. جاء أن ستة أشهر على الأرض تعادل يوم واحد على كواكب السماء. لذلك، يبقى السيوجي الفاشل سنوات طويلة على كواكب السماء تلك. تصف الأسفار السفية أن اعمارهم تعادل ١٠ ألف سنة. لذلك، يرقى الفرد إلى كواكب السماء تلك حتى في حالة فشله. تتعين على الفرد الرجعة إلى الكوكب الأرضي عند نفاق أجر عمله الصالح لكن السيوجي الفاشل يلقى ظروفاً سعيدة حتى عند رجعته إلى هذا الكوكب ويأخذ ولادته سواء في عائلة أثرياء أو صالحين.

على الاجمال، سيثاب الفرد إذا قضى أعمالاً سالحة حسب حكم كرم بالرجعة في عائلة عريقة أو ثرية أو يصبح عالماً كبيراً أو في غاية الجمال. في كل الأحوال، من يدخلون الحياة الروحية بإخلاص، لا يضمنون الرجعة في صورة بشرية فحسب بل يولدون في عائلة بالغة الصلاح أو الثراء أيضاً. لذلك، ينبغي لكل من ينعم بولادة مثيلة أن يفهم أن حظه عائد إلى ما قدم من عمل صالح ورحمة الله. تلك الأسباب يوفرها الله لمشيئته بعودتنا إليه. يريد كرشن أن يشهد مدى اخلاصنا فقط. جاء في شريمذ بهاجتم أن لكل فرد واجبه الخاص في الحياة بغض النظر عن مرتبته أو مجتمعه. لكن لا يخسر الفرد شيئاً إذا تخلى عن واجبه المشرع ولاذ بكرشن سواء بدافع العاطفة أو الصحبة أو الهبل ثم سقط عن درب التنم قبل إكمال نضجه. في المقابل، ماذا يكسب اذا قضى كافة واجباته على أتم وجه دون التوجه إلى الله؟ حياته عديمة النفع. لكن من توجه إلى كرشن في موقع أفضل حتى وإن تعرض للزلة عن الصعيد السيوجي. يستفيض كرشن بالقول أن عائلة السيوجيز خير جميع العائلات الصالحة التي يولد فيها السيوجي مثل عائلات التجار الأغنياء أو الفلاسفة أو المتأملين. من يرجع في عائلة ثرية معرض للضلال. من الطبيعي للثري أن يطلب التمتع بثروته وغالباً ما يصبح ابن الأثرياء زير نساء أو مدم على الكحول أو المخدرات. كذا، من يرجع في عائلة سالحة أو زراهمنة فغالباً ما يغتر بنسبه أو صلاحه. ثمة فرصة للإنداد في كل من العائلات الثرية والصالحة لكن لدى من يرجع في عائلة يوجيز أو تيم فرصة أفضل باستئناف حياته الروحية من حيث سقط. يقول كرشن إلى أرجون (ب.ج. ٤٣١٦):

نترن تم بوذهي - سميوجم  
لنهتي پاورف - دهيكم  
يانتني تش نتو بهوياه  
سمسيدهاؤ كورو - نندن

"هناك حيث يولد، يستعيد الوعي الرباني الذي أنماه في عمره السابق، ويجتهد في سبيل تحقيق النجاح الكامل، يا سليل كورو".  
من يرجع في عائلة تمارس السيوجا أو الخدمة التنميمة، يذكر نشاطاته الروحية من عمره السابق. كل من يأخذ إلى ذكر كرشن بجديّة ليس من عامة الناس بل من المحتم أنه اخذ إلى الطريقة عينها في عمره السابق فما هو السبب (ب.ج. ٤٤١٦):

پورقابهياسن بتايّف  
هربياتي هي أفتنو أبي سه  
جيچياسور أبي يوجسنيا  
شيد - برهاتيفرتني

"بفضل الوعي الرباني الذي حققه في عمره السابق، ينجذب تلقائياً إلى مبادئ السيوجا حتى دون ابتغائها عن قصد. مثل هذا المستعلي الطامح المجاهد لأجل السيوجا، يتخطى شعائر الكتب المقدسة على الدوام".

نشهد في العالم المادي أننا لا نصطحب مقتنياتنا من عمر إلى آخر. ربما كان لدي ملايين من الدولارات في المصرف لكن يهلك رصيدي المصرفي حالما يهلك بدني. لا يعود الرصيد المصرفي ملكي عند الموت بل يبقى في المصرف ليتمتع به آخر على

خلاف ما يحدث في التربية الروحية. حتى وإن راكم أحد مقداراً صغيراً على الصعيد الروحي فسوف يلزمه إلى العمر التالي ويستأنف من تلك النقطة.

ينبغي للفرد العلم بوجوب إكمال علمه وإكمال الرياضة **السيوية** في هذا العمر عندما يستأنف العلم الذي انقطع عن تحصيله عند موته. لا ينبغي للفرد المجازفة بإنهاء الرياضة في عمر آخر بل أن يعزم على انتهائه في هذا العمر. ينبغي أن يكون عزمنا على هذا النحو: "لم استطع إكمال التنمية الروحية في عمري السابق بطريقة ما لكن اعطاني **كرشن** فرصة أخرى إكمالها في هذا العمر". بذلك، لن يعود الفرد مجبراً على الرجعة بعد مفارقة بدنه الحالي حيث الولادة والشيخوخة والمرض والموت تعم العالم المادي بل يعود إلى **كرشن**. كل من يلوذ بالقدمين اللوتسيتين لـ **كرشن**، يدرك بأن هذا العالم المادي مجرد مكان خطر. هذا العالم المادي لا يعود يليق بمن أخذ إلى التربية الروحية. اعتاد **شرويل بهكتي سيدهانت سرستتي** القول: "هذا العالم لا يليق بإنسان لطيف". يبدأ **كرشن** الجالس في القلب بتوجيه الفرد حالما يتوجه إلى **كرشن** ويبدأ بالناية بالتقدم الروحي. يقول **شري كرشن** في **بهجند جيتا** أنه يعطي ذكره لمن يطلبه ويسبب نسيان من يطلب نسيانه.

## الفصل السابع

### السيوجا بمثابة إعادة إقامة الصلات مع كرشن

لقد سمعنا عن الرياضة **السيوية** عدة مرات. يقر **بهجند جيتا** الرياضة **السيوية** لكن يذكر انها مقصودة للتصفية على الأخص. الهدف ثلاثي: التحكم بالحواس وتصفية النشاطات وإقامة صلة متبادلة بين الذات و **كرشن**.

يتم تحقيق الحق المطلق على ثلاثة اطوار: **برهمن** اللاشخصي والذات العليا (**برماتما**) النافذة في المكان وشخصية الله العزيز (**بهجنان**). الحق المطلق العظيم هو شخص في التحليل النهائي وهو الذات العليا النافذة في جميع الأحياء وفي كل ذرة من ذرات الكون بوقت واحد كما هو النور الروحي (**برهمنجوتي**) أيضاً. **بهجنان شري كرشن** تام بجميع مقومات العز بصفة شخصية الله العزيز لكنه كامل الاستغناء بوقت واحد. نجد بأن من يملك قدراً كبيراً من مقومات العز في العالم المادي لا يميل إلى تركها على خلاف **كرشن**. **كرشن** قادر على الزهد بكل شيء ويبقى كاملاً بذاته.

لا ينبغي لنا الاعتقاد بأن السيد الروحي يدلي بأرائه الشخصية عند مطالعة **بهجند جيتا** أو دراسته بتوجيه سيد روحي ثقة. السيد الروحي الثقة هو مجرد بوق. المتكلم الحقيقي هو شخصية الله العزيز الذي هو في الداخل وفي الظاهر. عند بداية كلام **شري كرشن** حول الرياضة **السيوية** يقول (ب.ج. ١١٦):

أنشربته كرم - پهلم  
كاريام كرم كروتي باه  
سن سنياسي تش يوجي تش  
ند نيرجنير ند تشاكريباه

قال شخصية الله العزيز: ان من لا يتعلق بجزء عمله ويعمل بدافع من الواجب إنما هو الزاهد في الحياة وهو الرباني الحقيقي، لا من يتقاعس عن إشعال نار ولا يقوم بعمل".

كل إنسان يعمل ويتوقع أجر ما. ربما يسأل أحد عن غرض العمل دون أجر. يطلب العامل الجزاء أو الراتب دوماً. لكن يقول **كرشن** هنا أنه يمكن للفرد العمل بدافع الواجب وحده دون توقع أجر. من يعمل على هذا الوجه هو في سلك الزهد (**سنياسي**) في الحياة.

ترسم التربية **السيوية** أربعة مقامات للحياة الروحية: **برهمنشاري** و **جرهستهي** و **فانبرستهي** و **سنياسي**. **برهمنشاري** هي حياة التلمذة المتفرغة إلى الفهم الروحي. حياة **جرهستهي** هي حياة المتزوج ثم يمكن للفرد دخول حياة **فانبرستهي** عندما يبلغ سن الخمسين أي يترك بيته وأولاده ويسافر إلى أماكن الحج المقدسة مع زوجته. وفي النهاية، يتخلى الفرد عن كل من زوجته وأولاده ويبقى بمفرده لتنمية ذكر **كرشن** وهذا ما يدعى حياة الزهد (**سنياسي**). مع ذلك، يذكر **كرشن** أن حياة **سنياسي** لا تعني البطالة بل توجب بعض العمل. ما هو واجب **سنياسي** الذي زهد في حياته العائلية ولم يعد موجباً بواجبات مادية. واجبه من أهم الواجبات: العمل لحساب **كرشن** كما هو واجب الجميع في مختلف مراحل حياتهم.

ثمة واجبان في حياة كل حي: واحد هو خدمة الزائل والآخر هو خدمة الحق. **سنياسي** الحقيقي هو خادم الحق. ضحية مائياً هو خادم الزائل. لكن يجب على الإنسان العلم بأنه مجبر على الخدمة في كافة الظروف سواء خدمة الوهم أو الحق. قوام الأحياء هو قوام الخادم وليس السيد. ربما اعتقد الفرد بأنه السيد لكنه مجرد خادم. يعتقد الرجل انه سيد زوجته أو أطفاله أو داره أو عمله أو غيره عندما تكون له عائلة لكن كل هذا باطل. الرجل هو خادم زوجته أو أطفاله أو عمله بالضرورة. ربما كان رئيس الجمهورية يعتبر

سيد البلد لكنه ليس سوى خادم بلده. موقعنا هو موقع الخادم دوماً سواء خادم الوهم أو خادم الله. لكن ستفسد حياتنا إذا بقينا في خدمة الوهم. لا شك أن كل فرد يعتقد انه ليس خادماً بل يعمل لنفسه فقط. ثمار عمل الفرد تجبره أن يصبح خادم الوهم أو خادم حواسه مع أنها زائلة لكنه سيصبح خادم الحق عندما ينهض إلى حواسه العلية ويترسخ في العلم بالفعل. سيفهم الفرد أنه خادم في جميع الظروف عندما وصوله إلى صعيد العلم. من الأفضل له الاستقامة في خدمة الحق بدلاً من خدمة الوهم لأنه يستحيل أن يصبح سيداً. سيحرز الفرد صعيد العلم الحقيقي عندما يدرك. حياة الزهد (سنياس) في الحياة تعني من بلغ هذا الصعيد. سنياس هي مسألة تحقيق وليست منزلة اجتماعية.

ذكر **كُرِشَن** وخدمة مصلحة **كُرِشَن** هو واجب كل حي وكل من يدرك ذلك يصبح نفساً مجيدة (مهاتما). لماذا يقول **كُرِشَن** في **بُهَجَنَد** **چيتا** أن من يصل إلى صعيد العلم الثابت بعد رجعات غزيرة "يسلم لي"؟ (ب.ج. 1917). يدرك العاقل أن **فاسودف** (**كُرِشَن**) هو الوجود (**فاسودف** **سَرَقَم** **إتي**) ثم يعقب **كُرِشَن** بالقول بأن نفس مجيدة مثيلة نادرة الوجود. لماذا؟ ما الذي يدفع الفطن إلى التردد إذا توصل إلى الفهم بأن التسليم لـ **كُرِشَن** هو الغاية القطعية للحياة؟ لما لا يسلم على الفور؟ ما هو نفع الانتظار لرجعات غزيرة؟. يصبح الفرد **سنياسي** حقيقي عندما يصل إلى نقطة التسليم. **كُرِشَن** لا يجبر أحداً على التسليم. التسليم هو نتيجة حب، حب علي. تغيب الحرية في حضور القوة كما يغيب الحب. لا يجبر أحد الأم على حب طفلها ولا تترقب اجراً أو راتباً من وراء حبه.

كذا، نستطيع حب الرب العظيم من وجوه كثيرة: نستطيع أن نحبه بصفة سيد أو صديق أو طفل أو زوج. ثمة خمسة أذواق (**رَسَر**) أساسية نتذوق بها صلتنا بالله. نستطيع الفهم أن صلتنا بالرب هي ذوق خاص عندما نكون على الصعيد المحرر من العلم. ذاك الصعيد يدعى تحقيق الذات الثابت (**سَنُروپ-سِيذهي**). لكل حي صلته الخالدة بالرب سواء بصفة السيد والخادم أو الصديق وصديقه أو الأب وابنه أو الأم وابنها أو الزوج وزوجته أو العشيق ومعشوقه. تلك الصلات حاضرة أزلياً. مجمل درب التحقيق الروحي وكمال **السيوجا** الفعلي إنما هو بعث وعينا بتلك الصلة. صلتنا بالرب منحرفة حالياً في هذا العالم المادي. الصلة بين السيد والخادم في العالم المادي مستندة إلى المال أو القوة أو الاستغلال. لا سبيل إلى الخدمة بدافع الحب. الصلة القائمة بين السيد والخادم منحرفة الانعكاس. تستمر ما دام السيد قادراً على دفع المال إلى الخادم وتتقطع حالما يتوقف دفع المال. كذا، قد تقوم صلة بين الأصدقاء في العالم المادي لكن أقل خلاف يقطعها وينقلب الصديق إلى عدو. يترك الابن البيت عند وجود خلاف بينه وبين الوالدين وتتقطع الصلة وهذا ما يجري بين الزوجين حيث يحدث الطلاق عندما يثور خلاف بسيط.

لا توجد صلة ثابتة أو فعلية في هذا العالم المادي. يجب علينا العلم أن تلك الصلات الظاهرية مجرد ظلال منحرفة لصلتنا الباقية بالرب العظيم. تثبت تجربتنا أن ظل الشيء ليس حقيقياً بل يبدو كذلك لكننا لا نتحسسه عند لمسه. يتعين علينا الفهم أن تلك الصلات بصفة صديق أو أب أو أم أو طفل أم سيد أو خادم أم زوج أم زوجة أم عشيق ليست سوى ظلال صلتنا بالله. سيكتمل علمنا عندما نصل إلى هذا الصعيد من الفهم. سنبدأ بالفهم بأننا خدم **كُرِشَن** وأن لدينا صلة حب باقية به عندما نصل إلى ذاك العلم.

لا يوجد أجر في صلة الحب تلك لكن الأجر موجود ويزيد عما نكسبه هنا لقاء القيام بالخدمة. لا حد للأجر الذي نحققه من **شري** **كُرِشَن**. في هذا الصدد، توجد قصة **مهارج بلي** الذي كان ملكاً واسع السلطة، قهر عدداً من الكواكب. ابتهل أهل كواكب الجنان إلى الرب العظيم لإنقاذهم من هذا الجني **مهارج بلي** لهزيمتهم على يده. تجلى **شري** **كُرِشَن** بوجه صبي **براهمن** مقصوع الأطراف عند استجاب لدعائهم، وتوجه إلى **مهارج بلي** بالقول: "عزيزي الملك، اطلب منك شيئاً. انت ملك عظيم ومعروف بالاحسان إلى **البراهمنة** فهلا وهبتي شيئاً؟"

اجاب **بلي** **مهارج**: سأهبك كل ما تطلب.

قال الصبي: "لا أطلب سوى قطعة من الأرض تعادل ثلاث خطوات من خطواتي".

اجاب الملك: "هل هذا كل ما تطلبه؟. ماذا ستفعل بتلك القطعة الصغيرة من الأرض؟"

ابتسم الصبي قائلاً: "ستكفيني على الرغم من صغرها".

وافق **بلي** **مهارج** فخطى الصبي المقصوع خطوتين، غطت مجمل الكون وسأل **بلي** **مهارج** ابن سيضع خطوته الثالثة فأدرك **بلي** **مهارج** أن الله كان يخصه بالخطوة فاجاب: "ربي الحبيب، لقد فقدت كل شيء الآن. لم اعد أملك سوى رأسي فهل تتلطف بوضع قدمك عليه؟"

"كان الرب **شري** **كُرِشَن** مسروراً جداً من **بلي** **مهارج** فسأله: "تمنى ما شئت؟" فاجاب الملك: "لم أترقب شيئاً منك بل ادركت أنك اردت شيئاً مني وقد وهبتك كل ما لدي الآن".

اجاب الرب: "تم لكن لدي شيئاً لك. سابقى حامل أوامر في بلاطك". على هذا الوجه، أصبح الرب حاجب **بلي** **مهارج** وهذا كان ثوابه. إذا قدمنا شيئاً إلى الرب فسيعيده ملايين المرات. لكن لا ينبغي لنا ترقب ذلك. الرب دائم الشوق إلى مكافأة خدمة خادمه. كل من يعتقد أن خدمة الرب واجبه، يكون كامل العلم وحقق كمال **السيوجا**.

## الفصل الثامن

### كمال الیوجا

لذلك، الرجعة في عائلة من الیوجیز أو النتم هي خير بركة في مجال تقدم الفرد تجاه كمال الیوجا لأن رجعة مثيلة تعطي دافعاً خاصاً (ب.ج. ٤٥١٦):

پریاتنادا یاتمانس تو  
یوجی سمشوڈھی - کیلبیشہ  
ألك - جنم - سمشوڈھس  
تتو یاتی پرام چتیم

"لكن عندما يثار الیوجی بإخلاص لإحراز مزيد من التقدم، وبطهارته من كل شائبة، يصل الغاية القصوى في النهاية، بعد ولادات كثيرة جداً مكلفة بالدأب".

يحقق الفرد الكمال العظيم للرياضة الیوجية (ذكر كرشن) عند إكمال تصفيته من جميع الشوائب في نهاية الأمر. الاستغراق في كرشن هو الصعيد الكامل كما يؤكد كرشن شخصياً (ب.ج. ١٩١٧):

بهونام جننام أنتی  
چیانفان مام پریدیاتی  
فاسوڈھے سرفم إتی  
سہ مہانما سو - دورلنہہ

"بعد سلسلة طويلة من الولادات والموت يسلم الحكيم الحقيقي لي، عالماً أنني علة كل العلل وكل وجود. مثل هذه النفس المجيدة نادرة الوجود".

لذلك، ينشغل الفرد بالخدمة العلية إلى الرب بعد رجعات غزيرة من قضاء العمل الصالح وإكمال تصفيته من جميع الشوائب الناشئة عن الأضداد الوهمية،. يختتم شري كرشن حديثه حول هذا الموضوع بالقول (ب.ج. ٤٧١٦):

یوجینام أپی سرفشام  
مڈ - چتانتتر - اتمنا  
شردھافان بهجی یو مام  
سہ می یوکتتمو متہ

"إن الیوجی، الذي يذكرني بإيمان عميق ويعبدي بخدمة ودية عليّة، هو أقرب صلة بي في الیوجا وأعظم من جميع الیوجيين". لذلك، تكمن ذروة جميع الرياضات الیوجية في قضاء الخدمة التتيمية إلى كرشن (بهكتي يوجا). في الواقع، جميع الرياضات الیوجية المرسومة في بهجفد چيتا تنتهي إلى أن كرشن هو المصير العظيم. ثمة درب طويل إلى تحقيق الذات ابتداء من كرم يوجا وانتهاء إلى بهكتي يوجا. كرم يوجا دون أجر هي بداية هذا الدرب. عند ازدياد كرم يوجا في العلم والزهد تنتهي إلى يوجا العلم (چيان يوجا). عندما تزداد چيان يوجا في التأمل على الذات العليا بواسطة مختلف الجلسات البدنية ويثبت العقل عليه، فإنها تدعى أشطانج يوجا. وعندما يتخطى الفرد أشطانج يوجا ويصل إلى عبادة شخصية الله العزيز كرشن فتلك تدعى الذروة (بهكتي يوجا). بهكتي يوجا هي الغاية القصوى بالفعل لكن يتعين على الفرد فهم سائر الرياضات من أجل تحليل بهكتي يوجا بالتفصيل. لذلك، الیوجی التقدمي هو على الدرب الصحيح إلى الحظ السعيد الخالد. من يبقى عند نقطة معينة دون إحراز مزيد من التقدم يدعى بذلك الاسم المعين: كرم يوجی أو چيان يوجی أو هطهی يوجی أو غيره لكن يتعين الفهم بأن الفرد تجاوز سائر الرياضات الیوجية إذا حالفه الحظ بالقدر الكافي للوصول إلى نقطة ذكر كرشن (بهكتي يوجا).

ذكر كرشن هو الحلقة الأخيرة في السلسلة الیوجية وهي الحلقة التي تربطنا بالشخص العظيم شري كرشن. تبقى السلسلة عقيمة عملياً دون هذه الحلقة الأخيرة. يتعين على المعنيين بكمال الیوجا بحق الأخذ إلى ذكر كرشن بتسبيح هري كرشن وفهم بهجفد چيتا وقضاء الخدمة إلى كرشن من خلال حركة ذكر كرشن مما يعني تجاوز سائر الرياضات الیوجية وتحقيق الغاية القصوى لكل الیوجا ألا وهي حب كرشن.

### الختام