

غذاء الجسد

وتغذية النفس



من الكتب اللافتة بطرحها وبطريقة معالجتها نقرأ «غذاء الجسد متى يكون تغذية للنفس»، كتاب جديد في سلسلة علوم الايزوتيريك (علوم معرفة الباطن الانساني)، لمعدّه الدكتور جوزف مجدلاني، وفيه يطرح مفاهيم غذائية وصحية جديدة، محدداً هدفه من الكتاب «بانارة السبيل لأن يكون المرء طبيب نفسه حين تدعو الحاجة الى ان يحين الوقت فيصبح مرشد ذاته وبالتالي سيد مصيره»، وينتقل الى تفسير كلمة «صحة»، وهو يردّها الى أصلها السنسكريتي بما يحمله من دلالات خفيت عن الأذهان، موضحاً مدى ارتباطها بتقنية التنفس في عمليتي الشهيق والزفير.

يعود الكاتب الى العصور القديمة، مذكراً بدور الحكماء الذين كانوا يتولون شفاء النفس والجسد على حدّ سواء، مقدّمين للملوك علاجاً سريعاً وفعالاً، يقتضي اتباع نظام غذائي وحياتي معين، ويشرح الكاتب كيف ان «أغذية خاصة قد تقوم مقام الدواء بعض الأحيان وتستعمل في الشفاء من بعض الامراض العضوية، او حتى من بعض حالات الكآبة والضغط النفسي وما شابه». وما يزال ذلك ممكن التحقيق، شرط التقيد الدقيق بنظام معين، غذائي - حياتي، يفرضه الايزوتيريك للحصول على النتيجة المرجوة.

وفي الكتاب تفاصيل ذلك النظام - ويؤكد الكاتب بان «معلومات هذا الكتاب، تمّ التأكد منها في مختبر الذات البشرية، وذلك قبل تقديمها كحقائق». فالايوتيريك يعتمد التطبيق العملي الحياتي، ويوضح الكتاب تأثير الغذاء في الجسد سلباً وإيجاباً، معدّداً انواع المغذيات التي يحتاجها الجسم.

يتوقف الكاتب عند الاغذية الاساسية ابرزها الحبوب والفاكهة والخضار واللبن ... شارحاً تأثير الاطعمة ودور المراكز الباطنية او الغدد الاثيرة في صحة الجسد المادي وامداده بالطاقة والحيوية وتهينته لاحتواء الطاقة الطبيعية او المادة الحياتية الضرورية (البرانا) الكفيلة بتأمين الصفاء وقوة التفكير والمساهمة في تفتح المقدرات الباطنية.

«غذاء الجسد متى يكون تغذية للنفس؟» في اقسامه الخمسة يحمل طرحاً جديداً ومختلفاً، لمفهوم الغذاء وطريقة التعامل معه، مناقضاً القول المأثور «العقل السليم في الجسم السليم» لان علوم الايزوتيريك تؤكد بأن «العقل هو الذي يسير الجسد وليس الجسد ما يسير العقل».

وفي الكتاب سرد لكل تفاصيل الغذاء وفوائده او سلبياته في كل نوع من انواعه، وتعداد لوجهة استعماله الأسلم والأصح، ويخلص الكاتب الى اعتبار أن «الغذاء ليس سوى قشور، بالرغم من أهمية الدور الذي يقوم به... أما الحقيقة فتكمن في اللب، في باطن الكيان الانساني...» وهو الدرب الذي ينتهجه الايزوتيريك.

ن.ع.

«غذاء الجسد متى يكون تغذية للنفس!» صادر عن منشورات اصدقاء المعرفة البيضاء في ٢٢٢ صفحة من القطع الوسط، تصميم الغلاف لهيفاء العرب.