

وهذا العقل وحده هو القادر على إرهاق الجسد وراحته . وهذا العقل لا يستطيع أن يعمل وحده . وإنما يجب أن ندرجه على ذلك . وأنت لا تدريه إلا بالإرادة . . إرادة السيطرة على العقل لكي تسيطر على الجسم فتعلمه الراحة عندما تريد . وتدفعه إلى العمل عندما تشاء . .

وهذا « الترويض » لجسمك عن طريق عقلك هو الذى يشغلنى طول هذه المقالات وعرضها . فأنا وأنت قد استغرقتنا الحياة ، فليس عندنا وقت ولا رغبة فى أن يفتح الواحد منا دماغه ليعرف ما الذى خبأه الله فى هذا الكون على أكتافنا . .

هناك مئات العلماء يدرسون ويبحثون ويجربون ولكنهم استوحوا علمهم من الهند والصين . واهتدوا إلى أنه مطلوب من الإنسان أن « يمز » جسمه . . أن يزلزل شحمه ولحمه . . حتى يصبح الجسم الإنسانى طيعاً لك . فعندنا فى موالد الأولياء فى مصر وفى كثير من البلاد العربية يلتف الناس فى حلقات الذكر . ويتمايلون على إيقاع الطبول ويرددون كلمة أو كلمتين ساعات طويلة . هذه الصورة لها معنى جديد الآن . إن فى كاليفورنيا فى أمريكا حلقات ذكر وعدداً من المنشدين أساتذة الجامعات قد أمسكوا أجهزة علقوها على رؤوس هؤلاء الذاكرين ليقيسوا الضغط ودرجات الحرارة والتوترات العضلية والعصبية . إنهم ليسوا مسلمين ولا مسيحيين ولا يهوداً . . إنهم علماء لا دين لهم إلا توفير الحياة الأهدأ لأى إنسان ، أيّاً كان دينه . فإذا هدأ الجسم وانهد أيضاً . شعر الإنسان بنوع من الصفاء العقلى .

ولكن احتياج الإنسان إلى مزيد من الصفاء والجلاء العقلى هو الذى جعله يلجأ إلى العقاقير التى تنشط العقل وتوسع حدوده . .