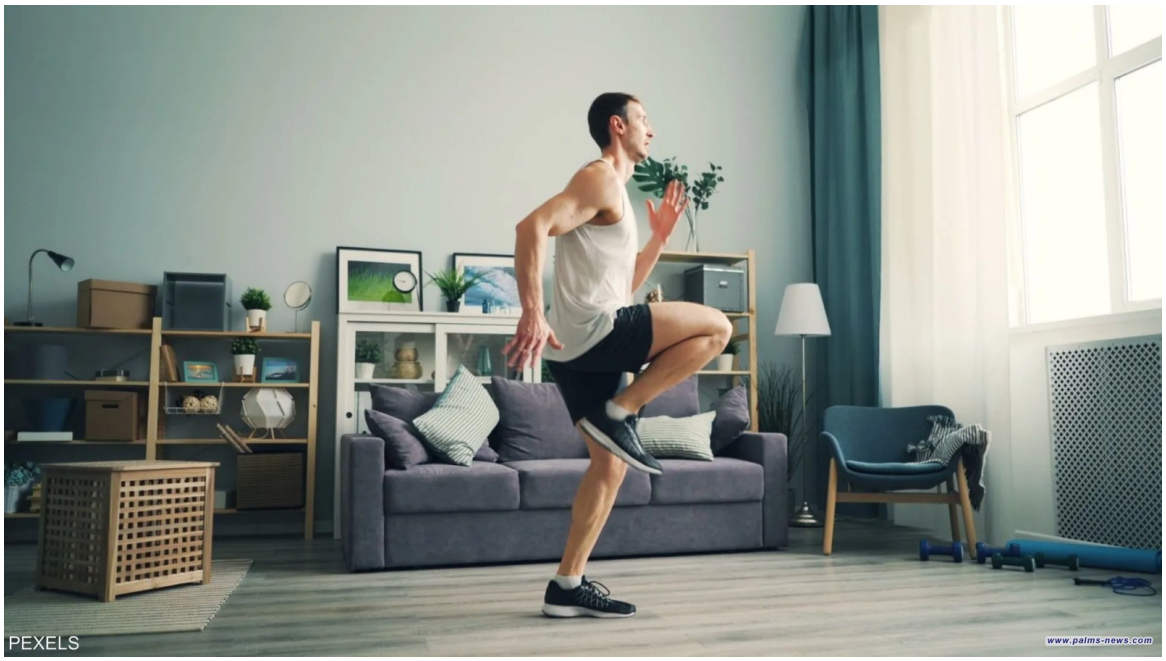
وثيقة استخباراتية أميركية تكشف أسرار تمرين غامض لتقوية الجسم



نخيل نيوز ـ متابعة

زعم دليل تدريبي أعده برنامج سري تابع للجيش الأميركي أنه توصل إلى طريقة بسيطة تتكون من 5 خطوات، يمكنها تعزيز قدرات الجسم البشري بشكل استثنائي.

وأعد معهد "مونرو" للعلوم التطبيقية والمتخصص في دراسة الوعي البشيري في ولاية فرجينيا هذا الدليل عام 1977، وجاء في 21 صفحة، بهدف تعليم مهارات ذهنية متقدمة تساعد على توسيع الوعي، والإدراك عن بعد، وحل المشكلات، وتخفيف الألم، وزيادة الطاقة، وفق صحيفة "ديلي ميل" البريطانية.

وفي الصفحة الرابعة عشرة من الدليل، الذي رفعت وكالة الاستخبارات المركزية الأمريكية (سي أي إيه) السرية عنه ونشرته عام 2003، ورد شرح لطريقة قال إنها تمكن من "شحن الجسم بسرعة وقوة هائلتين" عبر خمس خطوات بسيطة.

ويوصي الدليل بأنه قبل القيام بأي مجهود بدني كبير، مثل رفع جسم ثقيل أو الانطلاق في سباق سريع، ينبغي للشخص أن يغلق عينيه للحظات ثم يأخذ شهيقا عميقا.

وأثناء الشهيق، يطلب الدليل منه أن يركز ذهنيا في الوقت نفسه على أمرين: الحركة الجسدية التي يعتزم تنفيذها، و"الطاقة القوية ذات اللون الأحمر" وهي تملأ جسده.

ومع الزفير، يفتح الشخص عينيه وينفذ الحركة مباشرة، وورد في الدليل أن هذه الخطوات تمنحه دفعة بدنية ملحوظة وتزيد من سرعة ردود أفعاله.

وجاء في الدليل: "ستتمكن فورا من أداء الحركة الجسدية التي تخيلتها، بقوة أكبر بكثير، وبسرعة أعلى، وبتناسق وانسجام كاملين لحركات جسمك".

وكان هذا التدريب التأملي جزءا من سلسلة برامج سرية مولتها وكالة الاستخبارات المركزية الأميركية بين عامي 1972 و1995 تقريبا، بهدف استكشاف وسائل توسيع الوعي وتنمية القدرات البشرية لخدمة الجواسيس ووحدات العمليات الخاصة.

كما خضع هذا الدليل للدراسة والاستخدام من قبل قيادة الاستخبارات والأمن التابعة للجيش الأمريكي (إنسكوم) في عدد من التجارب التي أجريت خلال فترة الحرب الباردة.

غير أن هذه التعليمات ليست موجهة لعامة الناس، إذ حذر الدليل من محاولة تنفيذ هذه التمارين قبل إكمال "الجلسة الأولى من برنامج غيتواي".

واعتمد برنامج "غيتواي" على تقنية صوتية خاصة تعرف باسم "هيمي-سينك"، ابتكرها مؤسس المعهد روبرت مونرو.
وكان يعتقد أن هذه التقنية تساعد على مزامنة نشاط نصفي الدماغ الأيسر والأيمن، بما يتيح الوصول إلى حالة ذهنية تجمع بين الاسترخاء العميق والتركيز الشديد.
وبحسب ما ورد في الدليل، فإنه بعد أن ينجح الجاسوس أو العنصر الاستخباراتي في تحقيق هذه المزامنة باستخدام الموجات الصوتية، يصبح قادرا، بمجرد التفكير في الهدف، على امتلاك القدرة اللازمة لإنجاز المهمة.
ومن الأمثلة التي أوردها الدليل زعمه أن تكرار الرقم 55515 ذهنيا يمكن أن يخفف إشارات الألم المتجهة إلى جزء معين من الجسم يركز الشخص نظره عليه.
لكن الدليل حذر في المقابل من أن الأشخاص الذين لم يخضعوا للتدريب قد يتعرضون لعواقب غير مرغوبة.
ورغم أن تخفيف الألم وتعزيز القوة البدنية كانا من بين الاستخدامات التي قيل إن البرنامج يتيحها، فإن هذا الدليل ارتبط أيضا ببعض أكثر عمليات وكالة الاستخبارات المركزية الأميركية سرية، بما في ذلك تدريب ما عرف باسم "الجواسيس ذوي القدرات النفسية".
وفي إطار "مشروع ستارغيت"، أجرت وكالة الاستخبارات المركزية الأميركية تجارب على أشخاص زعموا أنهم قادرون على إدراك معلومات عن أشياء أو أحداث أو أشخاص موجودين في أماكن بعيدة، وهي الظاهرة التي عُرفت باسم "الرؤية عن بعد".

وادعى بعض المشاركين في تلك التجارب، ومن بينهم علماء معروفون وأفراد في الجيش الأميركي، أنهم تمكنوا من تحديد مواقع رهائن وتجار مخدرات، ورصد سفن حربية سوفيتية سرية من مسافات تبعد آلاف الأميال، بل وحتى رؤية كائنات غير بشرية تعيش على سطح القمر عن بعد.
وأكد الدليل الصادر عام 1977، والذي كان سريا في ذلك الوقت، وجود قسم خاص بعنوان "إدراك الأحداث والأشخاص البعيدين (الرؤية عن بعد)"، يتضمن تعليمات دقيقة توضح كيفية إفراغ العناصر المدربين أذهانهم للوصول إلى هذه القدرة.
كما زعم الدليل، الذي رفعت عنه السرية لاحقا، أنه يستطيع تعليم المستخدمين مهارات أخرى، من بينها تحقيق التوازن في الحالة العاطفية، والوصول إلى مستوى عال من الوعي الذهني، والدخول في نوم عميق ومريح عند الطلب، بل وحتى المساعدة على شفاء الجسم من خلال تخيل الأعصاب والعضلات والأعضاء الداخلية ذهنيا وإعادة شحنها بما وصفه بـ"الطاقة العلاجية".