

اناشيد من انوار
الانوار

انوار

سيلو

الشفاء من المعاناة والنظرة الداخلية

الشفاء من المعاناة النظرة الداخلية

© سيلو

قام بالتجميع: ماريو غزيرل روخاس

رقم دولي معياري للكتاب: 978-9930-529-83-6

التحرير والطباعة الرقمية:

EdiNexo E.I.R.L

سان خوسيه، كوستاريكا،

الطبعة الثانية، تشرين الثاني / نوفمبر 2016

المحتوى

ملاحظة عن هذه الطبعة

الرسالة وتعليقات سيلو

الشفاء من المعاناة

النظرة الداخلية

I. التأمل

II. الرغبة في الفهم

III. الهراء واللاعقلانية

IV. التبعية

V. غموض في المعنى

VI. الحلم واليقظة

VII. حضور القوة

VIII. التحكم في القوة

IX. مظاهر الطاقة

X. وضوح المعنى

XI. المركز المضئيء

XII. الاكتشافات

XIII. المبادئ

XIV. دليل الطريق الداخلي

XV. تجربة السلام و مرور القوة

XVI. إسقاط القوة

XVII. فقدان وقمع القوة

XVIII. فعل و ردة فعل القوة

XIX. الحالات الداخلية

XX. الواقع الداخلي

ملاحظة عامة عن هذه الطبعة الثانية

تمت الطباعة في مجلد واحد الخطبة المعروفة باسم "الشفاء من المعاناة" وكتاب النظرة الداخلية، وكلا العملين يرجعان للمفكر الأرجنتيني ماريو لويس رودريغيز كوبوس، الملقب بسيلو، (ولد في 6 يناير 1938 وتوفي في 16 سبتمبر 2010) كلا العملين مستوحيين من التفسيرات التي قدمها سيلو بنفسه، وكأمثلة عن كتاباته نجد رسالة سيلو، بالإضافة الى الأعمال المذكورة: الخطبة الحماسية "الشفاء من المعاناة" وكتاب النظرة الداخلية

وقد تم استنباط "الشفاء من المعاناة" من الكتاب المعروف بـ "يتحدث سيلو" بينما النظرة الداخلية مستمدة من كتاب أنسنة الأرض، وتم نشر كليهما في المجموعة الأدبية المسماة بالإنسانية الجديدة.

إدواردو مونخي

الشفاء من المعاناة

بونتا دي باكاس، ميندوزا،
الأرجنتين،
4 مايو 1969

الخطبة

إذا كنت قد جئت للاستماع إلى رجل تريد أن تنتقل عبره الحكمة، فقد أخطأت الطريق لأن الحكمة الحقيقية لا تنتقل عن طريق الكتب أو الخطب الحماسية. توجد الحكمة الحقيقية في أعماق وعيك مثل الحب الحقيقي الذي يتواجد في أعماق قلبك.

إذا كنت قد جئت مدفوعا دفعا من قبل المفترين والمنافقين للاستماع إلى هذا الرجل لكي تستخدم ما تسمعه منه كحجة ضده، فقد أخطأت الطريق لأن هذا الرجل ليس هنا ليطلب منك أي شيء، أو ليستخدمك، لأنه بكل بساطة لا يحتاج لك.

فأنت تستمع إلى رجل جاهل بالقوانين التي تحكم الكون، جاهل بقوانين التاريخ، وجاهل بالعلاقات التي تحكم الشعوب. هذا الرجل يعالج ضميرك بعيدا عن صخب المدن وطموحاتك المريضة. هناك في المدن، حيث كل يوم هناك حرص على ترسيخ ثقافة الموت، حيث تحل الكراهية محل الحب، حيث الانتقام يطغى على ثقافة الغفران. هناك في مدن الرجال الأغنياء والفقراء؛ هناك في الميادين المفعمة بالرجال تبرز عباءة من المعاناة والحزن.

أنت تعاني عندما ينخر الألم جسدك. أنت تعاني عندما يسيطر الشعور بالجوع على جسمك. فأنت لا تعاني فقط بسبب الألم الفوري الذي يعتري جسدك أو بسبب الجوع الذي يسيطر على جسمك. فأنت تعاني أيضا من عواقب أمراض جسدك.

يجب عليك التمييز بين نوعين من المعاناة. هناك معاناة تحدث لك بسبب المرض (ويمكن أن تتحسر هذه المعاناة بفضل تقدم العلم، كما أن الجوع يمكن أن ينحسر بدوره تماما ولكن لن يتم ذلك الا عندما تسود العدالة). هناك نوع آخر من المعاناة التي لا ترتبط بمرض جسمك ولكنها تكون مستمدة منه: إذا كنت غير قادر، إذا

كنت لا تستطيع أن ترى أو أن تسمع، وأنت تعاني. ولكن على الرغم من أن هذه المعاناة مستمدة من الجسم أو من أمراض جسمك، فهذه المعاناة هي متجذرة في عقلك.

هناك نوع آخر من المعاناة الذي لا يمكن أن ينحسر بفضل تقدم العلم أو تقدم العدالة. هذا النوع من المعاناة، الذي يوجد في عقلك تماما، يتراجع جليا أمام الإيمان، أمام فرحة العيش وأمام المحبة. يجب أن تعرف أن هذه المعاناة تنبني دائما على العنف الذي هو في وعيك الخاص. أنت تعاني لأنك تخشى من فقدان ما لديك، أو مما كنت قد فقدته بالفعل، أو من اليأس الذي يعتريك من أجل بلوغ غايتك. أنت تعاني لأنك ليس لديك شيء، أو لأنك خائف بشكل عام ... ومن بين أكبر أعداء الرجل: الخوف من المرض والخوف من الفقر والخوف من الموت والخوف من الوحدة. كل هذه هي معاناة مستوحاة من عقلك. وجميعها تكشف عن العنف الداخلي، والعنف الذي هو راسخ في عقلك. لاحظ أن هذا العنف مستمد دائما من الرغبة. لا تغفل أنه كلما زاد عنف الرجل، كلما ازداد جموح رغبته.

أود أن أسرد عليك قصة حدثت منذ زمن طويل.

كان هناك مسافر قد اضطر إلى القيام برحلة طويلة. لأجل ذلك، قام بربط دابته بالعربة وانطلق في مساره نحو وجهة طويلة ولكنها مفيدة بوقت محدد. فقد أطلق على الدابة اسم "الحاجة" وعلى العربة اسم "الرغبة" وعلى واحدة من العجلتين اسم "المتعة" وعلى الأخرى اسم "المعاناة". وهكذا، جاب المسافر براحلته يمينا ويسارا، ولكن دون أن يحيد عن وجهته. كلما زادت سرعة حركة العربة، زادت سرعة عجلتي المتعة والمعاناة، المتصلتين على نفس المحور وتحملان عربة الرغبة. بما أن الرحلة كانت طويلة جدا، فقد تسلس الملل الى مسافرا. حيث أنه قرر بعد ذلك تزيين العربة، من خلال وضع العديد من المحسنات والإكسسوارات التجميلية. ولكن كلما زاد من زخرفة عربة الرغبة زاد ثقل حملتها الزائد عن الضرورة. حيث حدث ما لم يكن في الحسبان عندما أغمي على الدابة المنهكة بينما تعبر المنحنيات والمنحدرات الشديدة، حيث أصبحت غير قادرة على جر عربة الرغبة. ما زاد الطين بلة هو أن عند تواجده على الطرق الرملية اتسقتا بالأرض عجلتي المتعة والمعاناة.

وهكذا، في أحد الأيام أصاب المسافر اليأس لأن الطريق كان طويل جدا وكانت وجهته بعيدة. قرر التأمل في المشكلة في تلك الليلة المكفهرة، وعند قيامه بذلك، سمع سهيل صديقه القديم. ففهم الرسالة، في صباح اليوم التالي قام بإزالة الزخرفة عن العربية، وخفف من أوزانها وفي وقت مبكر جدا استأنف مساره نحو وجهته. ومع ذلك، فقد ضيع من الوقت ما هو غير قابل للاسترداد بالفعل. في الليلة التالية عاد إلى التأمل وفهم، من خلال تنبيهه جديد من صديقه، أنه اضطر الآن للقيام بمهمة صعبة ومضاعفة، أي يعني الانفصال. في وقت مبكر جدا من الصباح ضحى بعربة الرغبة. صحيح أنه في ذلك فقد خسر عجلة المتعة، ولكنه في نفس الوقت تخلص أيضا من عجلة المعاناة. ثم امتطى حصانه الذي لا غنى عنه، وبدأ بالركض عبر المروج الخضراء حتى وصل إلى وجهته.

لاحظ جيدا كيف يمكن للرغبة أن تطيح بك. هناك رغبات من نوعيات مختلفة. هناك رغبات جامحة ورغبات أعلى. تحكم في الرغبة وتغلب عليها، وكذلك قم بتثقيفها! سيكون عليك بالتأكيد التضحية بعجلة المتعة، ولكن أيضا بعجلة المعاناة في أن واحد. إن العنف في الإنسان، مدفوع بالرغبات، ليس مرضا في وعيه فحسب، بل أعمال في عالم رجال آخرين يمارسونها مع بقية الناس. لا تعتقد أنني أتكلم عن العنف الذي يشير فقط إلى الحقيقة المسلحة للحرب، حيث يدمر الرجال رجال آخرين. وهذا شكل من أشكال العنف البدني. هناك عنف اقتصادي: العنف الاقتصادي هو الذي يجعلك تستغل الآخر؛ يحدث العنف الاقتصادي عندما تسرق الآخر، عندما تندثر الأخوة، وتكون لأخيك كطائر جارح. دون الإغفال أن هناك أيضا عنف عنصري:

هل تعتقد أنك لا تمارس العنف عندما تضطهد شخص آخر من عرق مختلف عنك، هل تعتقد أنك لا تمارس العنف عند التشهير به، كونه من عرق ونسب مختلف عنك؟ هناك عنف ديني: هل تعتقد أنك لا تمارس العنف عندما تتسلط على الناس في العمل، أو تغلق الأبواب، أو حين ترفض شخص ما كونه لا ينتمي إلى دينك؟ هل تعتقد أنه ليس من العنف أن تحاصر الذي ليس له نفس مبادئك من خلال التشهير به. تضيق عليه الخناق في عائلته، وبين أحبائه، لأنه ليس من دينك؟ وهناك أشكال أخرى من العنف تعترى القضية الفلسطينية. أنت تريد أن تفرض نمط حياتك على آخر، تود أن تفرض ميولك على آخر ... ولكن من الذي قال لك أنك أنت مثلا ينبغي اتباعه؟ من قال لك أنه يمكنك فرض طريقة حياتك كونها تستهويك؟ هل غابت الأنظمة والقوانين لكي تفرضها أنت على طريقتك؟ ... هنا شكل آخر من أشكال العنف. يمكنك إنهاء العنف فقط في نفسك وفي الآخرين وفيهم هم حولك، من خلال الإيمان الداخلي والتأمل الداخلي.

لا توجد حلول زائفة لإنهاء العنف. هذا العالم على وشك أن ينفجر وليس هناك وسيلة لإنهاء العنف! لا تبحث عن أبواب وحلول كاذبة! لا توجد سياسة يمكن أن تحل هذا العنف المجنون. وليس هناك أي حزب أو حركة على هذا الكوكب يمكنها إنهاء العنف. ليست هناك منافذ كاذبة للعنف في العالم ... يقولون لي إن الشباب في خطوط العرض المختلفة يبحثون عن أبواب زائفة للخروج من العنف والمعاناة الداخلية. ابحث عن وصفة مجدية كحل. لا تبحث عن أبواب زائفة لإنهاء العنف.

أخي: امثل لأوامر بسيطة، مثل بساطة هذه الأحجار، وهذا الثلج والشمس التي تباركنا. اجلب السلام لنفسك وللآخرين. أخي: هناك في التاريخ يوجد الإنسان الذي يظهر وجه المعاناة، انظر إلى هذا الوجه من المعاناة ... ولكن تذكر أنه من الضروري المضي قدما، وأنه من الضروري أن تتعلم الضحك وأن من الضروري أن تتعلم أن تحب.

لك، يا أخي، ألقى هذا الأمل، هذا الأمل المفعم بالفرح حتى يتسنى لك الرقي بقلبك وروحك وجسدك.

ملاحظات:

1. إن الدكتاتورية العسكرية في الأرجنتين قد حظرت أداء أي عمل عام في المدن. ونتيجة لذلك، تم اختيار موقع مقفر، يعرف باسم بونتا دي باكاس، على حدود شيلي والأرجنتين. ومنذ وقت مبكر جدا كانت السلطات تسيطر على طرق الوصول. كانت هناك جحافل من المدافع الرشاشة، والمركبات العسكرية، والرجال المسلحين. وللوصول كان ضروريا تقديم الوثائق والبيانات الشخصية، مما أدى إلى نشوء بعض من الصراعات مع الصحافة الدولية. في مشهد رائع من الجبال الثلجية بدأ سيلو خطابه أمام جمهور من مائتي شخص. كان اليوم باردا ومشمسا. حوالي الساعة 12 صباحا كان كل شيء قد أنجز.

2. وهذا هو أول خطاب علني لسيلو. في سياق شعري تقريبا أوضح أن المعرفة تظل هي الأكثر أهمية للحياة ("الحكمة الحقيقية") ولا تتطابق مع المعرفة الموجودة في الكتب والقوانين العالمية، وما إلى ذلك، ولكن يتعلق

الأمر بمسألة شخصية وتجربة حميمة. المعرفة الأكثر أهمية للحياة مرتبطة بفهم المعاناة والتغلب عليها.

هناك أطروحة بسيطة جدا، تتلخص في عدة أجزاء على الشكل التالي: 1. تبدأ بالتمييز بين الألم البدني ومشتقاته، حيث أنه يمكن أن يتراجع بفضل تقدم العلم والعدالة، على عكس المعاناة النفسية التي لا يمكن أن تلغيها؛ 2. تبرز المعاناة عبر ثلاث طرق: الإدراك، التذكر والتخيل. 3. تكشف المعاناة عن حالة من العنف؛ 4. ويستند العنف إلى الرغبة؛ 5. الرغبة لديها درجات وأشكال مختلفة. في ضوء هذا ("من خلال التأمل الداخلي")، يمكن إحراز تقدم.

وهكذا: 6. الرغبة ("كلما ازدادت فضاضة الرغبات") تحفز العنف الذي لا يوجد داخل الناس ولكن يلوث لب العلاقة. 7. ويلاحظ وجود أشكال مختلفة من العنف، وليس فقط العنف البدني الذي يتمثل في العنف الجسدي؛ 8. من الضروري أن يكون هناك سلوك بسيط بوجه الحياة ("يتوافق مع ترتيبات بسيطة"): تعلم تحقيق السلام والفرح وقبل كل شيء الأمل.

وختاما: وجبت الإشارة الى أن العلم والعدل ضروريان للتغلب على الألم في الجنس البشري. من الضروري التغلب على الرغبات البدائية للتغلب على المعاناة النفسية.

النظرة الداخلية

1. التأمل

1. هنا يحكى كيف يتم تحويل عبثية الحياة إلى حياة تامة وذات معنى.
2. هنا يوجد فرح، وحب للجسم والطبيعة وللبشرية وللروح.
3. هنا يتم إنكار التضحيات والشعور بالذنب وتهديدات ما بعد الموت.
4. هنا لا يتعارض ما هو دنيوي مع ما هو أبدي.
5. هنا يتم الحديث عن الوحي الداخلي الذي يأتي لأي شخص يتأمل بعناية في بحث متواضع

II. الرغبة في الفهم

1. أنا أعرف كيف تشعر لأنه يمكنني تجربة حالتك، ولكنك أنت لا تعرف كيف تجرب ما أقول. لذلك، إذا خاطبتك بعدم اكتراث عن الذي يجعل الإنسان سعيد وحر، فإن ذلك يستحق منك أن تحاول أن تفهم.

2. لا تعتقد أنك سوف تفهم من خلال تبادل أطراف الحديث معي. إذا كنت تعتقد أنك عندما تعترض على ما بدر أنه سيستثير فهمك. يمكنك القيام بذلك ولكن هذه ليست الطريقة المناسبة في هذه الحالة.

3. إذا سألتني ما هو الموقف المناسب، فسوف أقول لك أنه هو التأمل بشكل عميق ودون صعوبة على النحو الذي أشرحه لك هنا.

4. إذا أجبت أن لديك أشياء أكثر إلحاحا تشغلك، فسوف أرد عليك هل ما إذا كنت ترغب في النوم أو الموت، وأنا لن أفعل أي شيء لكي تعارضني.

5. لا تجادل بأنك لا يعجبك أسلوب في تقديم الأشياء لأنك لا تقول ذلك عن القشرة عندما تستهويك الفاكهة.

6. أعرض بالأسلوب الذي يبدو مريح بالنسبة لي وليس كما يريد أولئك الذين يطمحون إلى الأشياء التي هي أبعد ما تكون عن الحقيقة الداخلية.

III. الهراء والملاعقلانية

في كثير من الأيام اكتشفت هذا التناقض الكبير: أولئك الذين حملوا الفشل في قلوبهم يمكنهم لقاء الضوء على الانتصار الأخير، أولئك الذين شعروا بالنجاح تواجهوا على الطريق مثل النباتات المتبعثرة في أماكن شاسعة ومظلمة. في أيام كثيرة جئت للضوء من أماكن جد مظلمة مسترشداً بواسطة التأمل وليس عبر الدراسة.

لذلك قلت في اليوم الأول:

1. ليس هناك معنى للحياة إذا كان كل شيء ينتهي بالموت.
2. كل تبرير للأفعال، سواء كانت خسيصة أو ممتازة، هو دائماً لحم جديد الذي يترك الفراغ في المستقبل.
3. الإله أمر غير مؤكد.
4. الإيمان هو شيء متغير مثل السبب والحلم.
5. "ما يجب فعله" يمكن إجراء مناقشة كاملة ولا شيء بالتأكيد يأتي داعماً للتفسيرات.
6. "المسؤولية" بالنسبة للذي يلتزم بشيء ليست أكبر من مسؤولية من لا يلتزم.
7. أتحرك وفقاً لمصالحه وهذا لا يجعلني جباناً ولا حتى بطلاً.
8. "اهتماماتي" لا تيرر أو تقلل من أي شيء.
9. "أسبابي" ليست أفضل أو أسوأ من أسباب الآخرين.

- 10 . القسوة ترعيني وبالرغم من ذلك، فهي في حد ذاتها أسوأ أو أفضل من الخير
- 11 . ما يقال اليوم، بالنسبة لي أو للآخرين، لا يعتد به غدا.
- 12 . الموت ليس أفضل من العيش أو التواجد في هذا العالم، ولا هو أسوأ.
- 13 . اكتشفت ليس من خلال الدراسة، ولكن من خلال الخبرة والتأمل، أنه ليس هناك معنى للحياة إذا كان كل شيء ينتهي بالموت.

IV.التبعية

اليوم الثاني:

- 1 . كل ما أفعله، أشعر به وأفكر فيه، لا يعتمد علي.
- 2 . أنا متغير وأعتمد على تفاعل الوسط المحيط بي. عندما أريد تغيير الوسط أو "أنا"، فالوسط هو الذي يغيرني. ثم أبحث عن المدينة أو الطبيعة، عن الخلاص الاجتماعي أو معركة جديدة تيرر وجودي ... في كل من هذه الحالات يقودني الوسط إلى اتخاذ قرار حول موقف بعينه أو آخر. بهذا الشكل حتى اهتماماتي والوسط يتخلون عني هنا.
- 3 . ثم، أقول أنه بغض النظر عن يقرر. أقول في تلك المناسبات التي يجب أن أعيش فيها، لأنني في وضع يسمح لي بالعيش. أقول كل هذا ولكن ليس هناك ما يبرر ذلك. يمكنني أن أقرر، أتردد أو أستمر. على أي حال شيء أفضل من آخر، مؤقتاً، ولكن ليس هناك "أفضل" أو "أسوأ" باختصار.
- 4 . إذا أخبرني أحد أن الذي لا يأكل يموت سأجيب أن هذا هو الحال حقا وأنه مضطر لتناول الطعام وفقا لاحتياجاته، ولكن لن أضيف إلى هذا أن نضاله لتناول الطعام يبرر وجوده. ولن أقول إن هذا أمر سيء. وسأقول،

ببساطة، إنه واقع فردي أو جماعي ضروري للعيش ولكن لا معنى له في اللحظة التي تفقد فيها المعركة الأخيرة.

5 . سأقول أيضا إنني أتعاطف مع كفاح الفقراء والمضطهدين والمستضعفين. وسوف أقول إنني أشعر "أدرك" هذا بالتحديد ولكنني سوف أفهم أن لا شيء يبرره.

V. غموض في المعنى

اليوم الثالث:

1. في بعض الأحيان كان لي السبق في ذكر أحداث وقعت في وقت لاحق.
 2. لقد التقطت أحيانا أفكار بعيدة.
 3. لقد وصفت أحيانا أماكن لم أزرها قط.
 4. في بعض الأحيان قمت بسرد بالضبط ما حدث في غيابي.
 5. في بعض الأحيان اعترتني فرحة هائلة.
 6. في بعض الأحيان اعتراني فهم كامل.
 7. أحيانا أدهشني التواصل الكامل مع الجميع.
 8. في بعض الأحيان كسرت أحلامي ورأيت الواقع بطريقة جديدة.
 9. في بعض الأحيان أقررت بشيء رأيته مجددا كما لو كان قد رأيته لأول مرة.
- ... وكل هذا ساعدني على التفكير. بحيث، أنه من دون تلك التجارب، لما كان بمقدوري التخلص من الهراء.

VI. الحلم واليقظة

اليوم الرابع:

1. لا أستطيع أن أؤخذ على محمل الجد ما أرى في أحلامي، ولا ما أراه في شبه الحلم، ولا ما أرى وأنا مستيقظ، ولكن أظل أحلم.
2. أستطيع أن أؤخذ على محمل الجد ما أرى وأنا مستيقظ وبدون حلم. لا يتم الحديث عما تسجله حواسي، ولكن عن أنشطة ذهني عندما تشير إلى "البيانات" الفكرية. لأن البيانات الساذجة والمشكوك فيها تستخلص من الحواس الخارجية وأيضا الداخلية وأيضا الذاكرة. الشيء الصحيح هو أن ذهني يعرفه عندما يكون مستيقظا ويعتقد به عندما يكون نائما. أنا نادرا ما أدرك ما هو حقيقي بطريقة جديدة ثم أفهم أن ما ينظر إليه عادة يشبه الحلم أو يشبه شبه الحلم.

هناك منهج حقيقي مرتبط باليقظة: هو الذي قادني إلى التأمل بعمق على ما قيل حتى الآن، وهو أيضا الذي فتح الباب لي لاكتشاف معنى كل شيء موجود.

VII. حضور القوة

اليوم الخامس:

1. عندما كنت مستيقظا حقا كنت أتسلق من فهم إلى فهم.
2. عندما كنت مستيقظا حقا وكنت أفقر إلى الهمة لمواصلة الصعود تمكنت من استخراج القوة من نفسي. كانت في جميع أنحاء جسدي. كانت كل الطاقة متواجدة حتى في أصغر الخلايا المرتبطة بجسدي. تعممت هذه الطاقة وكانت أسرع وأكثر كثافة من الدم.
3. اكتشفت أن الطاقة تركزت في نقاط جسدي عندما تحركت هاته النقاط وغابت عندما انعدمت الحركة فيها.

4. أثناء الأمراض، كانت الطاقة مفقودة أو تراكمت بالضبط عند النقاط المتضررة. ولكن إذا نجحت في استعادة مرورها الطبيعي، تبدأ العديد من الأمراض بالتراجع.

بعض الناس يعرفون هذا وعملوا على استعادة الطاقة من خلال مختلف التدابير التي هي تعتبر غريبة بالنسبة لنا اليوم.

عرف بعض الناس هذا وعملوا على توصيل تلك الطاقة للآخرين. ثم تم إنتاج "اضاءات" من الفهم وحتى "المعجزات" المادية.

VIII. التحكم في القوة

اليوم السادس:

- 1 . هناك طريقة لتوجيه وتركيز القوة المتدفقة عبر الجسد.
2. وهناك نقاط مراقبة وتحكم في الجسم. تعتمد على ما يعرف باسم الحركة والعاطفة والفكرة. عندما تعمل الطاقة في هذه النقاط، تظهر المظاهر الحركية والعاطفية والفكرية.
3. كلما تعمل الطاقة بعمق أو سطحية في الجسم يبرز الحلم العميق، شبه حلم، أو حالة يقظة ... بالتأكيد الهالات التي تحيط بالجسم أو رأس القديسين (أو كبار المستيقظين)، في اللوحات التشكيلية المرتبطة بالأديان، تشير إلى هذه الظاهرة للطاقة التي تتجلى في بعض الأحيان بشكل خارجي.
4. هناك نقطة للتحكم في كيفية البقاء مستيقظا بشكل صحيح وهناك طريقة لجلب القوة إليها.
5. عندما يتم جلب الطاقة إلى ذلك المكان تتحرك جميع نقاط التحكم الأخرى بشكل متغير.

من خلال فهم هذا وإطلاق عنان القوة إلى تلك النقطة العليا، شعر جسدي كله بتأثير طاقة هائلة وهي ضربت بقوة في وعي الذاتي وأنا ارتقيت من فهم إلى فهم أكبر. لكنني لاحظت أيضا أنني يمكن أن أذهب إلى أعماق عقلي إذا فقدت السيطرة على الطاقة. ثم تذكرت الأساطير حول "السموات" و "الجحيم" ورأيت خط الفاصل بين كل من الحالات العقلية.

IX. مظاهر الطاقة

اليوم السابع:

1. هذه الطاقة المتحركة يمكن أن "تصبح مستقلة" عن الجسم بينما تحافظ على وحدتها.

2. كانت هذه الطاقة الموحدة نوعا من "الجسم المزدوج" الذي يتوافق مع التمثيل الحركي للجسم نفسه في فضاء التمثيل. وجود هذا الفضاء، فضلا عن التمثيل الذي يتوافق مع الأحاسيس الداخلية للجسم، والعلوم التي تناولت الظواهر العقلية لم تطرح معطيات كافية.

3. الطاقة المزدوجة (أي يتصور أنها "خارج" الجسم أو "فصلت" عن قاعدتها المادية)، تحللت كصورة أو تم تمثيلها بشكل صحيح اعتمادا على الوحدة الداخلية التي كانت لدى من عمل على نفس النحو.

4. لديك القدرة على التحقق من أن "إضفاء الطابع الخارجي" على تلك الطاقة التي تمثل الجسم نفسه "خارجيا"، قد أنتجت بالفعل من المستويات الدنيا للعقل. وفي هذه الحالات، أثار الهجوم على الوحدة الأساسية للحياة هذا الرد كضمانة لما هو مهدد. ولذلك، في غمرة بعض الوسائل التي كان مستوى الوعي فيها منخفضا ووحدته الداخلية في خطر، كانت هذه الردود غير طوعية ولم يعترف بها كما لو كانت قد أنتجت من قبل أنفسهم ولكنها تعزى إلى كيانات أخرى.

"الأشباح" أو "الأرواح" لبعض الناس أو لبعض الكهان ما هي إلا «نسخ» (تمثيلات الخاصة)، للأوك الناس الذين شعروا بالتبعية اللاإرادية لهم. حيث أن حالتهم العقلية كانت معتمدة (في الغيبوبة)، لفقدانهم للسيطرة على القوة، التي

النظرة الداخلية

يديرها الكائنات الغريبة التي تنتجها الظواهر الملحوظة في بعض الأحيان. مما لا شك فيه أن العديد من " الملبوسين بالجن " عانوا من مثل هذه الآثار. وكانت النقطة الحاسمة، هي السيطرة على القوة.

وهذا غير تماما كل من تصوري للحياة العادية وللحياة ما بعد الموت. من خلال هذه الأفكار والخبرات فقدت الإيمان في الموت ومنذ ذلك الحين لا أؤمن به، وأنا لا أعتقد في عبثية الحياة.

X. وضوح المعنى

اليوم الثامن:

1. أصبحت الأهمية الحقيقية للحياة المستيقظة واضحة بالنسبة لي.
2. أقنعتني الأهمية الحقيقية لتدمير التناقضات الداخلية.
3. إن الأهمية الحقيقية للتعامل مع القوة، من أجل تحقيق الوحدة والاستمرارية، ملأتني بشعور بهيج

XI. المركز المضيء

اليوم التاسع:

1 . كان يوجد في القوة "الضوء" الذي يأتي من "المركز".

2. عند انحلال الطاقة كان هناك انحراف عن المركز وعن توحده وتطوره، وتوظيف مناسب لمركز الضوء.

لم أندھش عندما رصدت في الشعوب القديمة التفاني لإله الشمس، ورأيت أنه إذا كان البعض يبعد الشمس لأنها أعطت الحياة للأرض والطبيعة، ففي المقابل قد لاحظ البعض في ذلك الجسم المهيّب رمزا لحقيقة أكبر.

كان هناك أولئك الذين ذهبوا أبعد من ذلك، وتلقوا من هذا المركز هدايا لا تحصى والتي "في بعض الأحيان" تنحدر "مثل ألسنة النار على تلك المستوحاة، وأحيانا مثل مجالات مضيئة، وأحيانا مثل الأشجار المشتعلة التي ظهرت أمام المؤمن الخائف.

XII. الاكتشافات

اليوم العاشر:

كانت اكتشافاتي قليلة، ولكنها مهمة للغاية، والتي أخصها على هذا المنوال:

1 . تتجول القوة في الجسم بشكل لا إرادي، ولكن يمكن توجيهها بجهد واعٍ. إن تحقيق تغيير موجه، على مستوى الوعي، يعطي الإنسان بريقا هاما للحرر من الظروف "الطبيعية" التي يبدو أنها تفرض على الوعي.

2. في الجسم هناك نقاط التحكم في أنشطته المختلفة.

النظرة الداخلية

3. هناك اختلافات بين حالة اليقظة الصحيحة ومستويات أخرى من الوعي.

4. يمكن أن تعبر القوة إلى درجة الصحة الحقيقية (بفهم "بالقوة" الطاقة العقلية التي تصاحب بعض الصور و "بالنقطة" موقع الصورة في "مكان" يتعلق بمساحة التمثيل).

هذه الاستنتاجات جعلتني أدرك أنه في صلوات الشعوب القديمة ترسخت بداية الحقيقة العظيمة التي تصبح مظلمة خلال الطقوس والممارسات الخارجية التي لا تصل إليهم لتطويع العمل الداخلي الذي، إذا أنجز بآتقان، يصبح الرجل في اتصال مع مصدره المضيء. وأخيرا، أدركت أن "الاكتشافات" لم تكن من هذا القبيل، بل كانت بسبب الوعي الداخلي الذي وصل إلى أي شخص، هذا الأخير يسعى إلى النور الذي في قلبه من دون تناقضات،

XIII. المبادئ

يصبح الموقف مختلف تجاه الحياة والأشياء عندما الوحي الداخلي يضرب مثل البرق.

اتباع الخطوات ببطء والتأمل فيما يقال وما زال يقال، يمكنك من تحويل الهراء إلى نقاط ملموسة. لا يندرج في باب اللامبالاة ما تفعله مع حياتك. تخضع حياتك للقوانين، تعرض عليك إمكانيات للاختيار. أنا لا أتحدث لك عن الحرية. أنا أتكلم لك عن التحرير والحركية والتفاعل. أنا لا أتكلم لك عن الحرية كشيء هادئ، ولكن عن تحرير الذات خطوة بخطوة كما يتم تحرير واحد من المسار اللازم سلكه ليقربك من مدينتك. وهكذا، فإن "ما يجب القيام به" لا يعتمد على أخلاق بعيدة وغير مفهومة وتقليدية، وإنما على القوانين: قوانين الحياة، والضوء، والتطور.

وهنا ما يسمى ب "المبادئ" التي يمكن أن تساعد في السعي إلى الوحدة الداخلية.

1. السعي ضد تطور الأشياء يعني السعي لعرقلة شخص بعينه.
2. عند تفرض شيء حتى يبلغ نهايته، فأنت تنتج العكس.
3. لا تقف في وجه قوة كبيرة. تراجع إلى أن تضعف، ثم تقدم بحل.
4. تكون الأمور على ما يرام عندما تجتمع وليس عندما تكون منعزلة.
5. إذا وجدت أن الليل والنهار والصيف والشتاء جيد بالنسبة لك، فتكون قد تغلبت على التناقضات.
6. إذا كنت تسعى وراء المتعة، فأنت ملازم للمعاناة. ولكن، طالما أنك لا تضر بصحتك، فإنك تستمتع دون تثبيط عندما تتاح الفرصة.

النظرة الداخلية

7. إذا كنت تسعى إلى غاية، فأنت تكون مكبول اليدان ومكسور الجناح. إذا كان كل شيء تفعله تنجزه كما لو كان غاية في حد ذاته، فأنت تتحرر.

8. ستجعل صراعاتك تختفي عند تفهمها من جذورها وليس عندما تريد حلها.

9. عندما تلحق الضرر بالآخرين فأنت تكون مكبول اليدان ومكسور الجناح. ولكن إذا كنت لا تضر الآخرين فيمكنك أن تفعل ما تريد بحرية.

10. عندما تتعامل مع الآخرين كما تريد أن يعاملونك، فإنك تتحرر.

11. لا يهم على أي جانب قد وضعتك الأحداث، ما يهم هو أنك تفهم أنك لم تختار أي جانب.

12. تتراكم فيك الأفعال المتناقضة أو الموحدة. إذا كررت أفعالك المتعلقة بالوحدة الداخلية، فلن يمنعك أي شيء.

سوف تكون مثل قوة الطبيعة عندما لا تجد مقاومة خلال مرورها. تعلم كيفية التمييز ما بين صعوبة ومشكلة وعقبة، وهذا هو التناقض. إذا كانت هذه الأشياء تحركك أو تحرضك، فإن ذلك يحاصرك في دائرة مغلقة.

عندما تجد قوة كبيرة ويعتريك الفرح والخير في قلبك، أو عندما تشعر بأنك حر وبدون تناقضات، قم بالامتنان لخالجك الداخلية. عندما يحدث لك العكس تمسك بالإيمان وبذلك الامتنان الذي راكمت الذي سيتحول والذي بدوره سيتمدد للاستفادة منه.

XIV. دليل الطريق الداخلي

إذا كنت قد فهمت ما تم شرحه حتى هذه النقطة جيدا فيمكنك تجربة مظهر من مظاهر القوة وذلك من خلال عمل بسيط، وبالتالي، فهو ليس مثل قيامك بمراقبة الموقف العقلي الصحيح (كما لو كان تصرفا لعمل فني)، تحدوه نبرة وانفتاح عاطفي على غرار القوائد الملهمة. وهذا هو السبب في أن اللغة المستخدمة لنقل هذه الحقائق تميل إلى تسهيل هذا الموقف الذي يوضع بسهولة أكبر في وجود الإدراك الداخلي وليس فقط فكرة عن "الإدراك الداخلي".

الآن تابع بعناية ما سأشرحه لك لأن الأمر يتعلق بالمشهد الداخلي الذي يمكنك أن تجد عند العمل من خلال القوة والاتجاهات التي يمكنك ترسيخها لحركاتك العقلية. "من خلال الطريق الداخلي يمكنك المشي في الظلام أو الضوء. استجب للمسارين الذين يفتحان أمامك.

إذا تترك نفسك تقودك الى المناطق المظلمة، يفوز جسمك بالمعركة ويهيمن. ثم سوف تظهر مشاعر ومظاهر روحية للقوة والذكريات. هناك يتم الانحدار أكثر فأكثر. هناك توجد الكراهية، الانتقام، الغرابة، الحيازة، الغيرة، الرغبة في البقاء. إذا انحدرت أكثر من ذلك، سيغزوك الإحباط والاستياء وجميع تلك الأحلام والرغبات التي تسببت في الخراب والموت للإنسانية.

إذا وجهت نفسك في اتجاه مضئ، فسوف تجد المقاومة والتعب في كل خطوة. هذا التعب الناتج عن الصعود يتخلله أشخاص مذنبية. تصبح حياتك ذات وزن وذكرياتك ذات وزن، بينما أفعالك السابقة تمنع الصعود. هذا الصعود صعب بسبب عمل جسمك الذي يميل إلى الهيمنة.

في خطوات الصعود تتواجد مناطق غريبة مكونة من الألوان النقية والأصوات غير المعروفة.

لا تتحاشى عملية التنقية التي تتصرف مثل النار والتي ترعب بلهيبها.

احرص على رفض الصدمة والإحباط.

احرص على رفض الرغبة في الفرار إلى المناطق المنخفضة والمظلمة.

احرص على رفض التعلق بالذكريات.

النظرة الداخلية

احرص على إبقاء داخلك حر مع الحرص على اللامبالاة تجاه حلم المشاهد، دون إغفال أخذ القرار في الصعود.

يسطع الضوء النقي على قمم سلاسل الجبال العالية بينما المياه متعددة الألوان تنحدر في شجون نحو الهضاب والمروج البلورية.

لا تخف من ضغط الضوء الذي يبعدك بقوة عن مركز أكثر فأكثر. قم بامتصاصه كما لو كان سائل أو رياح لأنه توجد فيه بالتأكيد الحياة.

عندما تجد المدينة الخفية في سلسلة جبال كبيرة يجب أن تعرف المدخل. لكنك ستعرفه في اللحظة التي تتحول فيها حياتك. جدرانها الضخمة مكتوبة بالأرقام وبالألوان، "لموسة". في هذه المدينة يمكنك الحفاظ على ما قمت به وما عليك القيام به... ولكن في عينك الداخلية يبدو لك مبهم كل ما هو شفاف. نعم، الجدران لا يمكنك اختراقها!

استمد القوة من المدينة الخفية. ثم عد إلى عالم الحياة الكثيفة من خلال جبينك ويديك المضيئتين. "

XV. تجربة السلام ومرور القوة

1. حقق الاسترخاء التام لجسمك وهدء عقلك. ثم تخيل المجرة الشفافة والمضيئة والتي، عند نزولها نحوك، ينتهي بها المطاف بالمقام في قلبك. سوف تعترف في الحين أن المجرة تتوقف عن الظهور كصورة لتتحول الى إحساس داخل الصدر.

2. لاحظ كيف أن الإحساس بالمجرة ينتشر ببطء من قلبك الى خارج الجسم في الوقت الذي يصبح فيه تنفسك أوسع وأعمق. عندما يصل الإحساس حدود الجسم يمكنك توقيف أي عملية هناك وتسجيل تجربة السلام الداخلي. فيها يمكنك البقاء كل الوقت الذي تراه مناسباً.

إذا قم بالتراجع عن هذا التوسع السابق (قادمًا، كما في البداية، إلى القلب) لفصل نفسك عن المجال الخاص بك، واختتم التمرين الهادئ والمريح. ويطلق على هذا العمل "تجربة سلام"

3. لكن بدلا من ذلك، إذا كنت ترغب في تجربة مرور القوة، بدلا من العودة عن التوسع يجب عليك زيادتها عن طريق السماح لعواطفك وماهيتك باللاحاق بها. لا تحاول تركيز انتباهك على التنفس. اسمح لها بالتصرف من تلقاء نفسها بينما أنت تستكمل التوسع الى خارج جسمك.

4. يجب أن أكرر لك ذلك: يجب أن يكون انتباهك، في مثل هذه اللحظات، على الإحساس بالمجال الذي يتوسع. إذا لم تتمكن من القيام بذلك، يجب عليك التوقف والمحاولة مرة أخرى. على أي حال، إذا لم تنتج المرور يمكنك تجربة شعور مثير من الإحساس بالسلام.

5. إذا، من ناحية أخرى، سوف تبدأ في تجربة المرور. انطلاقاً من يدك ومناطق أخرى من الجسم سوف تحصل على نغمة من الإحساس مختلفة عن المعتاد. ثم سوف تدرك موجات تدريجية وفي وقت وجيز ستتشكل بقوة صور وعواطف. ثم دع المرور يحدث...

6. عند التوصل بالقوة سوف تدرك الضوء أو أصوات غريبة مرتبطة بأسلوبك المعين من التمثيل المعتاد. على أي حال، سيكون من المهم تجربة التوسع في الوعي الذي من مؤشرات ينبغي أن يكون هناك وضوح أكبر ورغبة في فهم ما يحدث.

7. عندما ترغب، يمكنك التخلص من هذه الحالة المنفردة (إذا لم تضعف من قبل بسبب المرور السلس)، من خلال التخيل أو الشعور بأن المجال يضعف ثم يخرج منك بنفس الطريقة التي أتى بها في بداية كل ذلك.

8. ومن المثير للاهتمام أن نفهم أن كثيراً من حالات الوعي المتغيرة قد تمت ويجري تحقيقها، دائماً تقريباً، من خلال تنفيذ آليات مماثلة لتلك الموصوفة. تكون بطبيعة الحال، مقيدة بطقوس غريبة أو في بعض الأحيان تعززها ممارسات الإرهاق، والتكرارات والمواقف التي، في جميع الحالات، تغير التنفس وتشوه الإحساس العام داخل الجسم. يجب أن تعترف في هذا المجال بالتنويم المغناطيسي، بالمديومشيب وأيضاً بتأثير المخدرات التي، بطريقة أخرى، تنتج تغييرات مماثلة. وبالمناسبة، كل الحالات المذكورة لديها علامات على عدم السيطرة والجهل بما يحدث. كن حذراً من مثل هذه المظاهر واعتبرها "تغيب" بسيط من قبل أولئك الذين تجاوزوا الجاهلين والمجربين وحتى "القديسين"، كما تقول الأساطير

9. إذا كنت قد عملت على مراقبة أن الشيء الموصي به قد يحدث، في حين، أنك لم تنجح في تحقيق المرور. هذا لا يمكن أن يصبح محط اهتمام، وإنما هو مؤشر على عدم وجود "رخاوة" داخلية، والتي يمكن أن تسبب الكثير من التوتر، والمشاكل في ديناميكية الصورة، وباختصار، تجزئة في

النظرة الداخلية

السلوك العاطفي ... والتي، من ناحية أخرى سوف تكون موجودة في حياتك اليومية.

XVI. إسقاط القوة

1. إذا كنت قد جربت مرور القوة سوف تكون قادر على فهم كيف حدث ذلك، استنادا إلى ظواهر مماثلة ولكن من دون أي فهم، بدأت شعوب وطوائف مختلفة بممارسة الطقوس والتي تضاعفت بعد ذلك إلى ما لا نهاية. من خلال تجارب من النوع الذي سبق مناقشته، شعر كثير من الناس أن أجسادهم "تجزأت". وقد أعطتهم تجربة القوة فرصة الشعور بأن هذه الطاقة يمكنهم إخراجها من تلقاء أنفسهم. 2 . وكانت القوة "موجهة" للآخرين، ولأسيما للأجسام «الملائمة» لتلقيها وحفظها. وأنا على ثقة من أنه لن يكون من الصعب عليك أن تفهم الدور الذي تؤديه بعض الأسرار في ديانات مختلفة، وكذلك أهمية الأماكن المقدسة والكهنة المفترض أنهم "مثقلون" بالقوة. عندما اعترى بعض الأشياء الإيمان في المعابد وأحاطت بها مراسم وطقوس، فإنها بالتأكيد "أمدت" المؤمنين بالطاقة المتركمة من خلال الصلاة المتكررة. بل هو قيد يحول دون معرفة حقيقة الإنسان، أن هذه الأشياء قد ينظر إليها دائما تقريبا من خلال التفسير الخارجي وفقا للثقافة والفضاء والتاريخ والتقاليد، عندما تعتمد الخبرة الداخلية الأساسية على البيانات الأساسية لفهم كل هذا.

3. هذا "الإسقاط"، "تحميل" و "استعادة" القوة، سوف تعود لتحتلنا في وقت لاحق. ولكني أقول لكم إن الآلية نفسها لا تزال تعمل حتى في المجتمعات غير المركزية حيث يحاصر قادة ورجال الهيبة بتمثيل خاص لمن يرونهم ويريدون أن يتقربوا منهم من خلال "لمسهم" أو امتلاك جزء من ملابسهم، أو أوانيهم.

4. لأن كل تمثيل لما هو "عالي" ينطلق من العين صعودا إلى خط البصر العادي. و "عالية" تعني الشخصيات التي "تمتلك" اللطف والحكمة والقوة. وفي "العالي" توجد الهرمية والسلطات والأعلام والدولة. ونحن، البشر العاديين، يجب أن "نتسلق" السلم الاجتماعي ونقترب من السلطة بأي شكل. كم نحن سيئون، لا نزال ندار من قبل تلك الآليات التي تتزامن مع التمثيل الداخلي، مع رؤوسنا في "العالي" وأقدامنا ملتصقة بالأرض. كم نحن سيئون، عندما تؤمن بهذه الأشياء (وأنت تعتقد أن لديك "الواقع" في التمثيل الداخلي). كم نحن سيئون، عندما نظرتنا الخارجية ليست إلا إسقاط مبني على الجهل بما هو داخلي.

XVII. خسارة وقمع القوة

1. إن أعظم عمليات تفريغ الطاقة ناتجة عن أفعال غير خاضعة للرقابة. تتمثل في: الخيال الجامح، والفضول غير المنضبط، والكلام المفرط، والحياة الجنسية المفرطة والإدراك المبالغ فيه (النظر، السمع، الإعجاب، وما إلى ذلك، بشكل فظ وبلا هدف). ولكن يجب عليك أيضا أن تدرك أن العديدين يمشون قدما في هذا الطريق لأنهم يفرغون التوترات التي بشكل آخر تكون مؤلمة. وبالنظر إلى أنني أرى الوظيفة التي تفي بها هذه التفريغات سوف تتفق معي في أنه ليس من المعقول قمعها بل من المستحسن تنظيمها.

2. فيما يتعلق بالجنس يجب أن تفسر هذا بشكل صحيح: لا ينبغي قمع مثل هذه الوظيفة لأنه في هذه الحالة تحدث آثار هائلة وتناقض داخلي. النشاط الجنسي هو موجه ومخلص في عمله ولكن ليس من السهل أن يستمر في التأثير على الخيال أو البحث عن وجه جديد لحيازته بطريقة هوسية.

3. إن التحكم في الجنس من خلال "أخلاق" اجتماعية أو دينية معينة تخدم الأشياء التي لا علاقة لها بالتطور بل بالعكس.

4. القوة (طاقة لتمثيل الإحساس من داخل الجسم)، تكشفت نحو الشفق في المجتمعات القمعية وهناك تضاعف لحالات "لبس من الجن"، "السحر"، بالإضافة إلى المدنسين والمجرمين من جميع الأصناف، الذين يتمتعون من خلال معاناة وتدمير الحياة والجمال. في بعض القبائل والحضارات تم تقسيم المجرمين بين أولئك الذين قاموا بالإعدام وأولئك الذين أعدموا. في حالات أخرى، تمت متابعة كل ما هو مرتبط بالعلم والتقدم لأنه كان يعارض كل ما هو غير عقلائي وقمعي.

النظرة الداخلية

5. في بعض الشعوب البدائية لا يزال هناك قمع للجنس وامتد ذلك إلى غيرها من "الحضارات المتقدمة". ومن الواضح أنه في كلتا الحالتين تكون العلامة المدمرة كبيرة رغم أن أصل هذه الحالة يختلف في كلتا الحالتين.

النظرة الداخلية

6. إذا سألتني عن المزيد من التفسيرات فسوف أقول لك ان الجنس هو في الحقيقة مقدس وهو المركز الذي من خلاله تتدفق الحياة وكل الإبداع. وكذلك يسبب حالة من التدمير الكامل عندما يحيد عن وظيفته.

7. لا تؤمن بأكاذيب التي يطلقها من يريدون تسميم الحياة عندما يشيرون إلى الجنس على أنه شيء حقير. على العكس من ذلك، هناك جمال في ذلك وليس عبثاً أن يرتبط بأفضل مشاعر الحب.

8. كن حذرا بعد ذلك واعتبره عجب عظيم الذي يجب معالجته بشكل دقيق دون تحويله إلى مصدر تناقض أو تفكك للطاقة الحيوية.

XVIII. فعل ورد الفعل القوة

شرحت لك في وقت سابق: "عندما تجد قوة كبيرة، والفرح والخير في قلبك، أو عندما تشعر أنك حر وبدون تناقضات، قم بالامتنان على الفور الى خوالجك الداخلية."

1. " الامتنان " يعني تركيز المزاج الإيجابي المرتبط بالصورة أو التمثيل. هذه الحالة الإيجابية المرتبطة بذلك تسمح في الحالات غير المواتية، لاستحضار شيء ما ويبرز كل ما صاحبه في لحظات سابقة. وعلاوة على ذلك، فإن هذا "العبء" العقلي يمكن أن يرتفع من خلال التكرارات السابقة، وأنه قادر على إزالة المشاعر السلبية التي قد تفرضها ظروف معينة.

2. لذلك، من داخلك سيعود تمديده للاستفادة مما طلبته كلما قد تراكمت فيك العديد من الحالات الإيجابية. ولم أعد بحاجة إلى أن أكرر أن هذه الآلية عملت (مربكة) "لشحن همم" الأشخاص أو الأشياء الداخلية التي كانت خارجية، معتقدين أنهم سيلبون المناشدات والطلبات.

XIX. الحالات الداخلية

يجب عليك الآن الحصول على نظرة كافية عن الحالات الداخلية التي قد تتواجد فيها طوال حياتك، وخاصة في جميع أنحاء العمل التطوري الخاص بك. ليس لدي أي طريقة أخرى للقيام بالوصف، من خلال الصور (في هذه الحالة، الاستعارات). على ما يبدو لي، لديها فضيلة التركيز "بصرياً" على الحالات المزاجية المعقدة، من ناحية أخرى، فإن التفرد في كبح جماح هذه الحالات، وكأنها لحظات مختلفة من نفس العملية، يطرح البدائل في الأوصاف بشكل مجزأ ودائماً على ما اعتدناه من قبل أولئك الذين يتعاملون مع هذه الأمور

1. الحالة الأولى، التي يسود فيها الهراء واللاعقلانية (الذي ذكرناه في البداية)، سيمسى "بالحيوية المنتشرة". حيث كل شيء موجه من خلال الاحتياجات المادية ولكن غالباً ما يتم الخلط بينها وبين الرغبات والصور المتعارضة. هناك غموض في الدوافع والأعمال. يظل بارز في تلك الحالة ومهزوم في أشكال مختلفة. من هذه النقطة، يحدث التطور فقط بطريقتين: طريقة الموت أو التحول.

2. طريقة الموت تحتم عليك حضور المشهد الفوضوي والمعتم. عرف القدماء هذا المشهد ووضعوه دائماً تقريباً "تحت الأرض"، أو في أعماق سحيقة. وزار البعض منهم أيضاً المملكة لكي "يبعثوا" في مستويات مضيئة. يلتقط هذا جيداً ما هو "أسفل" من الموت بأن هناك حيوية منتشرة. ولعل العقل البشري يتصل بالتفكك القاتل مع ظواهر لاحقة من التحول، ويمكن أيضاً ربط الحركة المنتشرة مع ما يسبق الولادة. إذا كان اتجاهك نحو الصعود "الموت" يعني القطع مع مرحلتك السابقة. عن طريق الموت يتم الصعود إلى حالة أخرى.

3. عند الوصول إليه يوجد ملجأ الانحدار، ومن هناك يقتحان طريقان: ذلك المتعلق بالتوبة والآخر الذي يصلح للصعود، أي طريق الموت. إذا أخذت الأول فلأن قرارك يميل إلى القطع مع حياتك الماضية. إذا عدت من طريق الموت، فأنت تقع في الهاوية مع الشعور بانحصارك في دائرة مغلقة.

النظرة الداخلية

4. الآن، قلت لك أن هناك طريقاً آخر للهروب من الحيوية السحيقة، وهذا هو المرتبط بالتحول. إذا اخترت هذا المسار هو لأنك تريد أن تخرج من حالتك المؤلمة ولكن دون الاستعداد للتخلي عن بعض فوائده الظاهرية. ولذلك فهو طريق كاذب يعرف باسم "اليد الملتوية". وقد خرج العديد من الوحوش من أعماق هذا الممر المتعرج. لقد أرادوا أن يأخذوا السماوات غصبا دون التخلي عن الجحيم، وبالتالي، أشاعوا في العالم نصف تناقض لا متناهي.

5. أنا افترض بأن الصعود من مملكة الموت عبر توبتك الواعية قد أوصلتك بالفعل إلى مكان توجهك. إفريزين رقيقين يدعمان مسكنك: الإلهة والمحافظة والإحباط. المحافظة طالما ما تكون غير صحيحة وغير مستقرة. كما أن السعي إليها يجعلك تتحمس لفكرة الديمومة بينما أنت في الواقع تنزل بسرعة. إذا سلكت مسار الإحباط يكون تسلفك مؤلم، ولكن فريد من نوعه، وغير كاذب.

6. الانتقال من فشل إلى فشل يسمح لك بالوصول إلى الفاصل التالي الذي يسمى "مقر الانحراف". يتوجب عليك الحذر من المسارين المتاحين لك الآن: إما أن تسلك مسار الحل، الذي يأخذك إلى الانبعاث، أو سلك مسار الاستياء الذي يجعلك تنزل مرة أخرى إلى دائرة الانحدار. هناك أنت تواجه معضلة: إما أن تقرر أن تلج لمتاهة حياة واعية (وتفعل ذلك عن قرار وبدقة)، أو ترجع مستاء لحياتك السابقة. هناك العديد من الذين لم ينجحوا في عبور وتجاوز ذلك بل الأدهى والأمر أنهم قللوا من إمكانياتهم هناك.

7. ولكن كونك سعدت بقرار ودقة فأنت تتواجد الآن في مقام يعرف باسم "الانبعاث". هناك تتاح لك ثلاثة أبواب: واحد يسمى "السقوط"، والثاني «المحاولة» والثالث "التدهور". السقوط يأخذك مباشرة إلى الأعماق السحيقة وقطع حادثة خارجية قد تدفعك نحوه. فمن الصعب عليك أن تختار هذا الباب. في حين أن باب التدهور يقودك بشكل غير مباشر إلى الهاوية، عبر طرق مختلفة، في نوع من الدوامة المضطربة التي من خلالها قمت بإعادة النظر باستمرار في كل ما فقدت وضحيته به. هذا الفصل للوعي الذي يؤدي إلى التدهور هو، بالمناسبة، فحص كاذب كنت قد قللت منه وجعلته غير متناسب مع بعض الأشياء المقارنة. أنت تحقق جهود الصعود

النظرة الداخلية

مع تلك "الفوائد" التي كنت قد تركتها. ولكن، إذا نظرت إلى الأمور بشكل أوثق، ستري أنك لم تترك أي شيء لهذا السبب ولكن لأجل الآخرين. وهكذا يبدأ التدهور بتشويه الدوافع التي يبدو أنها غريبة بشكل واضح عن الصعود. أسأل الآن: ما الذي يخون العقل؟ ربما دوافع كاذبة مرتبطة بالحماس الأولي؟ ربما صعوبة العمل؟ ربما التذكر الكاذب للتضحيات التي لم تكن موجودة، أو التي كانت مدفوعة بأسباب أخرى؟ أقول لك وأسألك الآن: أن النار قد اشتعلت في منزلك منذ فترة طويلة. هذا هو السبب في أنك قررت الصعود، أو هل تعتقد الآن أنه بسبب الصعود قد اشتعلت النار؟ هل نظرت قليلاً ربما فيما حدث لمنازل أخرى محيطة؟ ... لا شك أنك يجب عليك اختيار الباب الأوسط.

8. ارتقي الى سلم المحاولة وسوف تصل إلى قبة غير مستقرة. من هناك، انتقل عبر ممر ضيق، متعرج الذي سوف تعرفه باسم "المتقلب"، حتى تصل إلى مساحة واسعة وخالية (مثل منصة)، التي تحمل اسم "الفضاء المفتوح من الطاقة".

9. في هذا الفضاء يمكنك أن تكون خائفاً من المناظر الطبيعية الصحراوية الموحشة بالإضافة الى الصمت المرعب لتلك الليلة الذي تعرف حضور نجوم ضخمة ساكنة. هناك، على رأسك مباشرة، ستري الشكل الملموس للقمر الأسود المستقر على السماء ... وهو قمر غريب مخسوف يجب بالضببط الشمس. وهناك يجب أن تتوقع فجر مريض ومفعم بالإيمان، لأنه لا يمكن أن يحدث لك شيء سيئ إذا حافظت على هدوئك.

10. يمكن أن يحدث ذلك في مثل هذه الوضعية حينما ترغب في ترتيب مغادرة فورية من هناك. إذا حدث هذا، قد تود الذهاب إلى أي مكان حيث لا يطول انتظارك لليوم. يجب أن تتذكر أن كل حركة هناك (في الظلام)، هي كاذبة ويطلق عليها عموماً اسم "الارتجال". إذا نسيت ما أذكره الآن، فسوف تبدأ في ارتجال الحركات، تأكد من أنه سيتم سحبك من قبل زوبعة بين المسارات والمسالك إلى أحلك أعماق التبعثر.

النظرة الداخلية

11. ما مدى صعوبة فهم بأن الحالات الداخلية هي مقيدة ببعضها البعض! إذا رأيت أن الوعي المنطقي غير مرن، فإنك تنتبه الى أن في الوضع الموصوف، أن الذي يرتجل بشكل أعمى يبدأ في التخلل والتدهور بشكل قاتل؛ تنشأ عن ذلك مشاعر الإحباط، ومن ثم فإنه تعثره حالة من الاستياء والرغبة في الموت، ثم بعد ذلك ينتابه النسيان لكل شيء نجح في إدراكه في يوم من الأيام.

12. إذا تواجدت في منطقة مستوية ونجحت في إدراك ذلك اليوم، فسوف تظهر الشمس مشعة أمام عينيك، وحينها سوف يبرز لك الواقع الملموس لأول مرة. ثم ستري أنه في كل ما هو موجود هناك برنامج وخطة.

13. من الصعب أن تسقط من هناك إلا إذا كنت تريد طوعا أن تنحدر نحو المناطق الأكثر قتامة لجلب الضوء إلى ما هو مظلم.

ليس من المهم تطوير هذه المواضيع بشكل فضفاض لأنها تكون خادعة لعديمي الخبرة، وتنتقل إلى مجال الوهم ما هو قابل للتحقيق. لخدمة ما قيل هنا. أقول أنك إذا وجدت ما تم شرحه غير مفيد لك يمكنك الاعتراض، لأنه يعتمد أساس أي شيء إذا شابه الشك، كما يحصل تماما بالقرب من صورة المرأة، صوت الصدى، أو ظل الظل.

XX. الواقع الداخلي

1. تمنعني في اعتباراتي. بفضلها لن تحصل على فرصة للتخمين لأنها ظواهر مجازية ومناظر طبيعية من عالم خارجي. ولكن هناك أيضا وصفا حقيقيا للعالم العقلي.

2. لا ينبغي لك أن تعتقد أن "الأماكن" التي تعبرها خلال مسيرك، تتوفر على نوع من الوجود المستقل. مثل هذا الارتباك غالبا ما يحجب التعاليم العميقة، وحتى يومنا هذا يعتقد البعض أن السماوات والجحيم والملائكة والشياطين والوحوش والقلاع الساحرة والمدن النائية، وهلم جرا، لها حقيقة واضحة " للمستنيرين ". على نفس الفرضية، ولكن مع تفسير عكسي، أصبحت فريسة للمشككين المقتدين للحكمة الذين أخذوا هذه الأشياء لأوهام بسيطة أو هلوسة تعاني منها عقولهم المحمومة.

3. وجب على التذكير، بناء على ما سبق، أنه في كل هذا يجب أن نفهم وتستوعب جيدا أن هذه هي الحالات العقلية الحقيقية، على الرغم من تميزها بأشياء مناسبة للعالم الخارجي.

4. خذ بعين الاعتبار ما قيل وتعلم كيف تكتشف الحقيقة المنحصرة وراء الادعاءات التي تشتت العقل، بل في حالات أخرى تترجم الحقائق المستحيل التقاطها دون تمثيل.

عندما يحكى عن مدن الآلهة حيث أراد العديد من الأبطال من شعوب مختلفة الوصول إليها. عندما كان هناك حديث عن الجنة التي تعيش فيها الآلهة والرجال معا في طبيعة أصلية متجلية. عندما كان هناك حديث عن السقوط والفيضانات، عندها قد قيلت الحقيقة الداخلية الكبيرة.

بعد ذلك قام المخلصون بجلب رسائلهم وجاءوا إلينا في طبيعة مزدوجة، لاستعادة حين الوحدة المفقودة. ثم قيلت أيضا الحقيقة الداخلية الكبيرة.

ومع ذلك، عندما قيل كل هذا ووضع خارج العقل، تم رصد أنه حدث خطأ أو ربما تخطاه الأمر الي الكذب.

على العكس من ذلك، العالم الخارجي مشوش حيال النظرة الداخلية كما أنه يجبرها على إتباع مسارات جديدة.

وهكذا، يطير اليوم بطل هذا العصر نحو النجوم ويتنقل عبر المناطق التي سبق تجاهلها.

فإنه يطير خارج عالمه بدون علمه بذلك، حيث أنه سيكون مدفوع إلى المركز الداخلي المضيء.

ملاحظات

تنقسم النظرة الداخلية إلى عشرين فصل وينقسم كل فصل بدوره إلى أجزاء. يمكن تجميع الأسباب العظيمة للكتاب على المنوال التالي:

أ. الفصلين الأولين تمهيديين ويقدمان نية وغاية من يشرح وموقف من يصغي وكيفية المضي قدما في هذه العلاقة.

ب. من الفصل الثالث III إلى الثالث عشر XIII ، تطرح أكثر المواضيع العامة، من خلال تفسير يمتد إلى عشرة أيام من التدبر.

ت. الفصل الثالث عشر XIII يمثل تغييرا. من العرض العام، نذهب إلى النظر في السلوكيات والمواقف تجاه الحياة.

ث. تهتم الفصول التالية بالعمل الداخلي. وفيما يلي ترتيب المواضيع:

I. التأمل - هدف الكتاب: تحويل ما هو هراء إلى ما هو ذو معنى.

II. الرغبة في الفهم - الموقف العقلي مطلوب لفهم الموضوعات.

III. الهراء - معنى الحياة والموت.

IV. التبعية - تأثير الوسط على الإنسان.

V. غموض في المعنى - بعض الظواهر العقلية غير العادية.

VI. الحلم واليقظة - الاختلافات بين مستويات الوعي والإدراك للواقع (الحلم، شبه الحلم، اليقظة الحاملة واليقظة الكاملة). الحواس الخارجية والداخلية والذاكرة.

VII. حضور القوة - صعود الفهم في اليقظة. بالإضافة إلى الطاقة أو القوة، التي تكمن وتنتقل في الجسم.

VIII. التحكم في القوة - عمق وسطحية الطاقة المرتبطة بمستويات الوعي.

IX. مظاهر الطاقة - التحكم في الطاقة من عدمه.

X. وضوح المعنى- التناقض الداخلي والوحدة و الديمومة.

XI. المركز المضيء - الطاقة المرتبطة بالتأويل المجازي الداخلي "للمركز المضيء". ظواهر التكامل الداخلي "تصعد نحو الضوء". يتم تسجيل الانحلال الداخلي على أنه "البعد عن الضوء".

XII. الاكتشافات - مرور الطاقة. مستويات. طبيعة القوة الممثلة "كضوء". أمثلة مستلهمة من الشعوب فيما يتعلق بهذه المواضيع.

XIII. المبادئ - المبادئ كمرجع للوحدة الداخلية.

XIV. دليل الطريق الداخلي - تمثيل الظواهر التي تصاحب اتجاهات "الهبوط" و "الصعود".

XV. تجربة السلام ومرور القوة - التدابير.

XVI. إسقاط القوة - معنى "الإسقاط".

XVII. خسارة وقمع القوة - تصريفات طاقة. الجنس كمرکز منتج للطاقة

XVIII. فعل و ردة فعل القوة - تجمع التمثيل الخاص بالأحمال العاطفية. استحضار الصورة المرتبطة بالحالات الانفعالية، فإنه (مرة أخرى) يؤدي إلى الحالات العاطفية المرتبطة بها. "الامتنان" كطريقة لربط الصور مع الحالات العاطفية بحيث تكون صالحة للاستعمال في الحياة اليومية

XIX. الحالات الداخلية - الحالات العقلية التي من خلالها يمكن للمرء أن يجد من هو مهتم بالعمل الداخلي.

XX. الواقع الداخلي - العمليات العقلية المرتبطة بتمثيلات مجازية
للعالم الخارجي.

الرسالة

تعليقات سيلو

مركز العمل

حديقة الدراسة والتأمل، بونتادي باكاس، أبريل 2008
(الإصدار الثالث، silo.net)

اليوم سنعالج على وجه الخصوص المرسلين الذين تجمعوا في متنزهات مختلفة من العالم. وبناء عليه يجب أن تشير تعليقاتنا إلى الخصائص العامة للرسالة.

سياقات الرسالة

سنبدأ من خلال النظر في خلفية وسياق الرسالة التي وجدت في اثنين من المواد المنتجة في عام 1969. الأولى عبارة عن مكتوب معروف باسم النظرة الداخلية التي انطلقت عملية كتابتها في هذا المكان، أي في بونتادي باكاس، سنة 1969 ونشرت لأول مرة في عام 1972. بينما الثانية تشكل خطاب، أو بمعنى أدق، خطبة حماسية أطلق عليها اسم الشفاء من المعاناة وسلمت في 4 مايو 1969 في هذا المكان نفسه.

واستمرت هذه المواد في الانتشار بأشكال مختلفة، وأضيفت إليها تطورات تم نشرها فيما بعد كعناوين وكتب منفصلة، وانتهى بها المطاف أن تكون جزء من مجلدات لأعمال كاملة للمؤلف. وأعتقد أنه من الصواب القول بأن كل العمل الذي تم إنتاجه ليس أكثر من مجرد مجموعة من التعديلات والتطورات الموضوعية للمادتين المذكورتين. وهكذا، على الرغم من أن العمل يمكن تقسيمه إلى مختلف الأجناس الأدبية والنفسية والاجتماعية وغيرها، نواة التحضيرات المختلفة تتضاءل من خلال الخلفيتين المذكورتين. ولهذا السبب فإن الكتابات المختلفة والتدخلات العامة المختلفة ليست سوى تمديدات وتطورات وتفسيرات للإنتاج الأساسي الذي ذكرناه سابقاً.

وقد ظهرت الرسالة مؤخرًا، للمرة الأولى في مجلد نشر في تموز / يوليه 2002 تحت عنوان "رسالة سيلو". ثلاثة أجزاء تقسم ضمناً هذه الكتابات على النحو التالي: الكتاب والتجربة والطريق. "الكتاب" هو "النظرة الداخلية". "التجربة" هو الجزء العملي من الرسالة التي يعبر عنها من خلال ثمانية مناسبات احتفالية. وأخيراً، "الطريق" وهو عبارة عن مجموعة من الأفكار والاقتراحات.

هنا، قد تنتهي الاعتبارات المحيطة بالرسالة وخلفياتها. ومع ذلك، أود أن أتطرق بإيجاز إلى بعض المواضيع التي ظهرت في خطبة الشفاء من المعاناة، وقد كانت بمثابة مرجعية، وسمحت لتطوير القضايا الفردية والاجتماعية الهامة، مثل تلك المتعلقة بالتمييز بين الألم والمعاناة.

سياق خطبة الشفاء من المعاناة

في الخطبة تعد المعرفة الأكثر أهمية للحياة هي المعنية بمعرفة المعاناة والتغلب عليها. الشيء المهم هو التمييز بين الألم الجسدي والمعاناة النفسية.

تحدث المعاناة عبر ثلاث طرق: الإدراك والتذكر والتخيل. تكشف المعاناة عن حالة العنف أي العنف المرتبط بالخوف. بالإضافة الى الخوف من فقدان ما لديك أو مما كنت قد فقدت بالفعل علاوة على ما يعتربك من يأس لتحقيق ما تصبو اليه. ويعاني المرء كونه لا يملك أي شيء، أو لأن المرء يخشى بشكل عام، وتمتد حالة الخوف الى الخوف من المرض والفقر والوحدة والموت. إن العنف متأصل في الرغبة. والرغبة تظهر بدرجات متفاوتة وأشكال تتراوح بين الطموح الجارف وأبسط التطلعات المشروعة.

عند استحضار هذه النقطة عن طريق التأمل الداخلي، يمكن للإنسان أن يعيد توجيه حياته.

الرغبة تحفز العنف الذي لا يبقى داخل الناس، ولكن يلوث لب العلاقة.

ويلاحظ أيضا أن هناك أشكال مختلفة للعنف وليس فقط العنف الأساسي، الذي هو العنف الجسدي. وبطبيعة الحال، هناك أيضا أشكال مختلفة من العنف مثل: الاقتصادي والعرفي والديني والجنسي والنفسي والأخلاقي وغير ذلك من الأشكال الخفية أو المستترة تقريبا.

[جزء من خطبة الشفاء من المعاناة: "العنف في الإنسان ... لا توجد طرق كاذبة لإنهاء العنف في العالم".]

في هذه الخطبة يتم التأكيد على الحاجة إلى سلوك بسيط بوجه الحياة. ويقال أيضا إن العلم والعدل ضروريان للتغلب على الألم. ولكن التغلب على الرغبات البدائية ضروري أيضا للتغلب على المعاناة النفسية.

هناك العديد من العناصر التي تمر من هذه الخطبة إلى كتب مختلفة مثل: "إشفاء الطابع الإنساني على الأرض" و "رسائل إلى أصدقائي" وقاموس الإنسانية و "يتحدث سيلو"، وأيضا فيما يتعلق بعروض مثل "العمل صالح"، "معنى الحياة"، "الإنسانية والعالم الجديد"، "أزمة الحضارة والإنسانية"، "ماذا نعني اليوم بالإنسانية العالمية؟" الخ

سياق كتاب النظرة الداخلية

السياق الآخر، الذي يخص النظرة الداخلية، هو يرتبط بمعنى الحياة. الموضوع الرئيسي والمحوري هو الحالة النفسية للتناقض. وهنا يتضح أن سجل التناقض يرتبط بالمعاناة وأن التغلب على المعاناة النفسية أمر ممكن بقدر ما تكون حياة الفرد موجهة نحو أعمال غير متناقضة بشكل عام وبصفة خاصة تجاه الأفعال غير المتناقضة المرتبطة بالآخرين.

يحتوي هذا الكتاب على الجوانب الروحية الاجتماعية والشخصية وعلم النفس والأنثروبولوجيا بشكل واسع جدا، التي تبدأ من الكتب علم النفس لصورة وملاحظات علم النفس إلى الأساطير والجذور العالمية. ويبدو أيضا في التداخلات العامة مثل "عن الإنسان" و "التدين في العالم الحاضر" و "موضوع الله". هناك تطورات وتطبيقات جديدة من النظرة الداخلية.

من الواضح أن السياقات التي نذكرها فيما يتعلق برسالة سيلو هي متداخلة وتتماسك مع بعضها البعض وخاصة في الجزء الثاني والثالث لأن الجزء الأول مرتبط بالنظرة الداخلية التي يتم نسخها مباشرة.

في الأعمال الأدبية مثل التجارب الإرشادية أو القصص، تظهر هذه النسخ، وهذه الترجمات: هناك قصص وروايات، بل حتى أعمال مثل "الحلم والعمل" أو "حديقة بومارزو"، حيث يبرز محتوى قوي من علم النفس الذي كان يتجلى بالفعل في السياقات التي كنا نذكرها منذ البداية. وختاماً مع هذه التعليقات الموجزة أود أن أشير إلى أن الرسالة هي تعبير عن الروحانية الشخصية بل والاجتماعية أيضاً، مما يؤكد حقيقة اكتسابها الخبرة مع مرور الوقت ويتجلى ذلك في مختلف الثقافات والقوميات والطبقات الاجتماعية والأجيال. حقيقة من هذا النوع لا تحتاج إلى عقائد أو أشكال تنظيمية ثابتة لبلورتها وتنميتها. وهذا هو السبب في أن الرسل، أي أولئك الذين يشعرون ويحملون الرسالة إلى الآخرين، يؤكدون دائماً على ضرورة عدم قبول قيود على حرية الأفكار والمعتقدات ومعاملة كل إنسان بالطريقة نفسها التي يود المرء أن يعامل بها. هذه القيمة الذاتية في العلاقات الشخصية والاجتماعية، تجعل الرسل في الوقت نفسه يعملون ضد جميع أشكال التمييز، وعدم المساواة والمظالم.

سيلو

حول المؤلف

ماريو لويس رودريغيز كوبوس، المعروف أيضا باسم مستعار سيلو، ولد في 6 يناير 1938 في ميندوزا (الأرجنتين).

كاتب ومفكر، وهو مؤلف للعديد من الكتب. بالإضافة الى كونه مؤسس التيار الفكري المرتبط بالإنسانية العالمية أو الإنسانية الجديدة. هذا التيار يركز على منهجية اللاعنف، بوصفها البديل الوحيد للخروج من الأزمة الإنسانية العالمية. كما أنها تستنهض التنمية الشخصية والاجتماعية في وقت واحد.

في رسالة سيلو، يحفز الهمم للتفسير الحر لأفكاره وتفعيل التنظيم الحر.

تتبنى مقترحاته الرئيسية على التغلب على الألم الجسدي والمعاناة النفسية.

توفي سيلو في 16 سبتمبر 2010 في منزله في تشاكرا دي كوربا، و تحديدا في مسقط رأسه ميندوزا.

أعمال أخرى للمؤلف:

www.silo.net

أعمال أخرى للمؤلف:

www.silo.net

