

괴로움의 치유

/

내면의 시선

서길

실로

괴로움의 치유

/

내면의 시선

괴로움의 치유

내면의 시선

©Silo

엮은이: Mario Gazel Rojas

ISBN: 978-9930-529-83-6

인쇄 및 전자 출판:

EdiNexo E.I.R.L

San Jose, Costa Rica

제3판, 2019년 1월

차례

개정판을 출간하며	5
강연 “괴로움의 치유 <i>La Curación del Sufrimiento</i> ”	6
내면의 시선	15
I. 명상	17
II. 이해하려는 의지	18
III. 무의미함	19
IV. 종속	21
V. 의미에 대한 의심	23
VI. 몽상과 각성	25
VIII. 힘의 통제	27
IX. 에너지의 표현	29
X. 의미의 명백한 증거	31
XI. 빛의 중심	32
XII. 발견	33
XIII. 원칙	34
XIV. 내면의 길에 대한 안내	37

XV. 평화의 경험과 힘의 통로	40
XVI. 힘의 방출	43
XVII. 힘의 상실과 억제	45
XVIII. 힘의 작용 및 반응	47
XIX. 내면의 상태	48
XX. 내면의 진실	55
내면의 시선에 관하여	57
경험	61
제례	62
시행	65
건강한 상태	68
보호	70
결혼	72
임종	74
죽음	76
승인	77
길 81	
메시지	85
메시지의 배경	85
강연 “괴로움의 치유”의 배경	87
내면의 시선의 배경	89
저자에 대하여	91

개정판을 출간하며

“괴로움의 치유”와 기존에 발간된 책인 “내면의 시선”을 1권으로 엮은 이 저서는 라틴아메리카의 철학자 마리오 루이스 로드리게스 코보스(Mario Luis Rodríguez Cobos, 1938년 1월 6일~2010년 9월 16일), 즉 실로(Silo)의 강연에서 파생된 작품이다. 이 강연은 저서 ‘실로의 메시지(El Mensaje de Silo)’의 배경 및 앞서 말한 “괴로움의 치유”연설과 “내면의 시선”에 대한 것이다. 현 개정판 (제3판)에 포함된 강연 “괴로움의 치유”의 기록은 저서 “실로가 말한다(*Habla Silo* - 작품 모음집 *Obras Completas*, México, Plaza y Valdés, 2002, vol. I의 일부)에서 발췌되었다. 또한 저서 실로의 메시지(*El Mensaje de Silo*, Madrid, Editorial EDAF, 2008)에서 제1장 “책(*El Libro*)”을 내면의 시선(*La Mirada Interna*)이라는 제목 하에, 그리고 제2장 “경험(*La Experiencia*)” 및 제3장 “길(*El Camino*)”을 함께 엮었다.

M. Eduardo Monge M.

강연 “괴로움의 치유 *La
Curación del Sufrimiento*”

푼타 데 바카스 *Punta de Vacas*,
멘도사 *Mendoza*, 아르헨티나,
1969년 5월 4일

만약 이곳에 지식을 전파하는 강연을 들으러 오셨다면 잘못 선택하신 것입니다. 진정한 지식은 책이나 강연으로 전파되지 않습니다. 마치 마음 깊은 곳에 진실한 사랑이 있듯, 진정한 지식 역시 자신의 의식 깊은 곳에 있습니다.

만약 모략가들과 위선자들에 의해 인도되어, 강연을 보신 후 나중에 그 내용을 강연자와 언쟁하며 반대하는 데 이용하려 오신 거라면 잘못 선택하신 것입니다. 강연자는 여러분에게 무언가를 요구하거나 이용하기 위해 여기에 있는 게 아닙니다. 강연자가 여러분에게서 필요로 하는 것은 없습니다. 여러분이 들으실 강연을 하실 분은 우주나 역사의 법칙을 모르며, 사람들을 지배하는 관계성에 대해서도 무지합니다. 강연자는 여러분의 의식을 인도해 도시들과 잘못된 야망으로부터 멀리 떨어뜨려놓을 것입니다. 그 도시들에선 매일 소망이

죽음으로 인해 좌절되고, 사랑이 증오가 되며, 용서가 치욕이 됩니다. 풍요로운 사람과 가난한 사람의 도시들입니다. 사람들이 있는 광대한 장소가 고통과 슬픔의 망토로 덮여 있습니다.

고통이 여러분의 몸을 갉아먹을 때 괴로움을 느낍니다. 신체가 굶주려 있을 때 괴로움을 느낍니다. 그러나 신체의 즉각적인 고통, 신체의 굶주림에 의해서만 괴로움을 느끼는 게 아닙니다. 신체의 질병으로도 마찬가지로 괴로움을 느낍니다.

괴로움의 두 가지 종류를 구분해야 합니다. 질병으로 얻어지는 괴로움이 있습니다(그리고 이 괴로움은 과학의 발전으로 줄일 수 있으며, 굶주림 역시 정의로 제압하여 줄일 수 있습니다). 다른 종류의 괴로움은 신체의 질병이나 그로 인해 파생되는 종류가 아닙니다. 만약 당신이 장애인이라면, 보거나 들을 수 없다면 괴로울 것입니다. 그러나 지금 말하는 이 괴로움은 신체나 질병이 이유일 수도 있겠지만, 정신적인 괴로움입니다.

과학이나 정의가 발전하여도 나아질 수 없는 괴로움이 있습니다. 이러한 괴로움은 엄밀히 정신적인 것이며, 믿음과 삶의 기쁨, 사랑 앞에서 줄어듭니다. 이 괴로움은 항상 자신의 고유한 의식 내부의 폭력에 기반한다는 점을 아셔야 합니다. 가진 것을 잃어버리는 것을 두려워하거나 잃었기 때문에, 또는 얻기를 포기한 것으로써 괴로워집니다. 가진 것이 없기에, 또는 일반적인 두려움으로 괴로워집니다.. 여기에 인간의 거대한 적이 있습니다.

괴로움의 치유

질병에 대한 두려움, 가난에 대한 두려움, 죽음에 대한 두려움, 외로움에 대한 두려움. 이 모든 것이 정신적인 괴로움입니다. 모든 사람이 내면의 폭력, 자신의 정신에 존재하는 폭력을 마주합니다. 이러한 폭력은 언제나 욕망에서 유래한다는 점을 기억하십시오. 가장 폭력적인 것은 인간이며, 가장 저속한 것은 인간의 욕망입니다.

아주 오래 전에 일어난 한 가지 이야기를 들려드리고자 합니다.

긴 여정을 떠나야 하는 여행자가 있었습니다. 여행자는 동물을 수레에 매어 함께 긴 여정을 떠났고, 여정엔 정해진 기한이 있었습니다. 동물에겐 “필요”라는 이름을, 수레엔 “욕망”, 바퀴 한 쪽엔 “기쁨”, 그리고 다른 쪽 바퀴엔 “고통”이라는 이름을 붙여 주었습니다. 그렇게 여행자는 수레를 오른쪽 왼쪽으로 끌고 다녔으나 언제나 목적지를 향하였습니다. 빠르게 수레를 밀면 빠르게 기쁨과 고통의 바퀴가 같은 축을 가진 것처럼 굴러갔고 욕망의 수레를 움직였습니다. 여정이 너무 길었기 때문에 여행자는 지겨워졌습니다. 그래서 예쁜 것을 잔뜩 사용해 수레를 꾸미고 장식하였습니다. 그러나 욕망의 수레가 더 멀어질수록 필요의 동물에겐 부담이 되었습니다. 굽어진 길이나 급한 오르막에서 이 불쌍한 동물은 욕망의 수레를 끌지 못 할 만큼 쇠약해졌습니다. 모래가 많은 거친 길에서 기쁨과 고통의 바퀴는 지면에 박혀버렸습니다. 그런 상황에서 하루는 여행자가 절망에 빠졌습니다.

여정이 너무 길었고, 목적지에선 아직도 멀리 떨어져 있었습니다. 그 밤에 여행자는 문제에 대해 고민해보고자 결심하고, 오랜 친구인 동물의 울음소리를 들어보았습니다. 그 뜻을 이해하고, 바로 그 다음날 수레에서 장식을 떼어버려 무게를 가볍게 하고 매우 이른 시간에 빠른 걸음으로 동물을 데리고 목적지로 서둘렀습니다. 그럼에도, 많은 시간을 잃어버려 이제 회복할 수가 없었습니다. 다음날 밤 다시 고민을 했고, 친구의 새로운 울음소리로 이해한 것은 지금 매우 어려운 과제를 시작해야 한다는 것였습니다. 왜냐하면 이별을 의미하였기 때문입니다. 매우 이른 새벽, 여행자는 욕망의 수레를 포기했습니다. 물론 그렇게 함으로써 기쁨의 바퀴를 잃었으나, 고통의 바퀴 역시 사라졌습니다. 필요의 동물의 등에 올라탄 여행자는 목적지에 도착하기 위해 전속력으로 푸른 들판을 달리기 시작하였습니다.

욕망이 어떻게 자신을 궁지로 몰아넣는지 기억하세요. 욕망엔 다양한 단계가 있습니다. 더 초라한 욕망과 더 높은 욕망이 있습니다. 욕망을 드높이고, 극복하고, 정화하세요! 분명 기쁨의 바퀴를 희생하게 되겠지만 고통의 바퀴도 사라질 것입니다. 인간의 폭력은 욕망에 의해 발생하며, 의식의 질병으로만 남을 뿐 아니라 다른 사람과 함께 하는 세계에도 영향을 미칩니다. 사람들이 다른 사람들을 해치는 전쟁 속에서 단지 난 무장만 했을 뿐이라고 주장하며 폭력과 관련되지 않았다고 믿지 마십시오. 그것은 물리적인 폭력의 한 가지

형태입니다. 경제적인 폭력도 존재합니다. 경제적인 폭력은 다른 사람을 착취하게 합니다. 경제적인 폭력은 다른 사람을 강탈할 때, 더 이상 다른 사람의 형제가 아닐 뿐 아니라 약탈자가 되게 합니다. 그에 더하여 인종 폭력이 존재합니다. 다른 인종을 박해하면서 폭력을 저지르지 않는다고 믿습니까? 다른 인종이라는 이유로 박해하면서 폭력을 행사하지 않는다고 믿습니까? 그리고 종교적인 폭력이 존재합니다. 같은 종교가 아니라는 이유로 일을 주지 않거나 문을 닫아버리거나, 또는 누군가를 해고하면서 폭력을 행하지 않는다고 믿습니까? 같은 원칙을 따르지 않는 사람의 명예를 훼손하며 폭력이 아니라고 믿습니까? 그의 가족을 가두고, 그가 좋아하는 사람들을 가두고, 종교가 다르다는 이유로 말입니다. 필리스티아 사람들의 도덕으로 강요되는 형태의 폭력이 있습니다. 다른 사람에게 자신의 삶의 형태를 강요하고 싶고, 자신의 소명을 다른 사람에게 강요해야 한다면... 그러나 누가 여러분에게 다른 사람들이 따르는 모델이 되라고 합니까? 누가 여러분의 기쁨을 위해 삶의 형태를 강요해도 된다고 합니까?.. 어디에 틀이 있고, 어디에 강요할 수 있는 삶의 종류가 있습니까? 여기 또다른 형태의 폭력이 있습니다. 자신 및 다른 사람들의 내면에, 자신을 둘러싼 세상 속에 존재하는 폭력을 끝낼 수 있는 유일한 방법은 내면의 믿음과 명상 뿐입니다. 잘못된 문으론 폭력을 끝낼 수 없습니다. 이 세상은 폭발하기 직전이며 폭력을 끝내는 특별한 방식은 없습니다! 잘못된 문을 찾지 마세요! 이 미친 폭력을

해결할 수 있는 정책은 존재하지 않습니다. 폭력을 끝낼 수 있는 정당도, 운동도 없습니다. 잘못된 출구는 세상의 폭력을 위한 게 아닙니다... 폭력과 내면의 괴로움에서 빠져나가기 위해 잘못된 문을 찾는 다양한 장소의 청년들이 말했습니다. 해결책으로 약물을 찾는다고. 폭력을 끝내기 위해 잘못된 문을 찾지 마세요.

내 형제여. 단순한 명을 지키세요. 우리를 축복하는 이 바위와 눈과 태양처럼. 평화를 가지고, 다른 사람들에게도 가져가세요. 내 형제여. 역사속에 괴로움에 처한 모습의 인간 존재가 있습니다. 그 괴로워하는 모습을 바라보십시오... 그리고 앞으로 나아가고 웃음을 배우며 사랑을 배우는 것이 필요하다는 점을 기억하십시오.

여러분, 내 형제여, 여러분의 마음과 영혼을 끌어올리기 위해, 육체를 끌어올리는 것을 잊지 않도록 하기 위해 이 희망, 이 기쁨에 대한 희망, 사랑에 대한 희망을 펴드립니다.

참고:

1. 아르헨티나의 군부 독재 정권은 모든 도시에서 공적인 행동을 하는 것을 금지했다. 그로 인해 칠레와 아르헨티나의 국경에 위치한 폰타 데 바카스(Punta de Vacas)라는 황량한 곳이 선택되었다. 매우 일찍부터 경찰이 진입로를 통제했다. 기관총, 군용 차량 및 무장한

사람들이 숨은 곳이 발견되었다. 들어가기 위해서는 서류와 개인 정보를 보여주어야 했으며, 이것은 국제적인 신문사와 일부분 분쟁을 일으켰을 거라고 생각되었다. 눈이 내린 그 산의 거대한 장면 속에, 실로는 200여명의 청중 앞에서 강연을 시작했다. 춥고 맑은 날이었다. 오전 12시경, 모두 끝났다.

2. 이것은 실로의 첫 번째 공적인 개입이었다. 다소 시적인 걸포장 속에서 책의 지식, 우주의 법칙 등과 다른 인생을 위한 가장 중요한 지식(“진정한 현명함”), 개인적이며 친밀한 경험에 대한 주제로 강의가 이루어졌다. 삶에 있어 가장 중요한 지식은 피로움과 극복에 대한 이해와 관계된다.

이하는 여러 부분의 매우 간단한 이론을 설명한 것이다. 1. 육체적인 고통과 그에서 파생된 고통, 과학과 정의의 발전으로 줄어들 수 있는 것과 사라질 수 없는 정신적인 피로움의 차이를 구분하는 것으로 시작된다. 2. 피로움을 겪게 하는 세 가지 원인은 인식, 기억, 그리고 생각이다. 3. 피로움은 폭력의 상태를 드러낸다. 4. 폭력은 욕망에 뿌리를 둔다. 5. 욕망엔 여러 단계와 형태가 있다. 이것에 집중하면(“내면의 명상”으로) 발전할 수 있다. 그래서, 6. 욕망(“가장 저속한 것은 욕망이다”)은 인간 내면의 폭력에 구실을 줄 뿐만 아니라 관계를 맺는 방법을 오염시킨다. 7. 폭력의 여러 형태를

알며, 물리적인 폭력만이 중요한 것이 아님을 안다. 삶을 이끄는 간단한 행동 습관을 갖는 것이 필요하다(“간단한 명을 수행하라”). 평화, 기쁨, 무엇보다도 희망을 갖는 법을 배우는 것.
결론: 과학과 정의는 인류가 가진 고통을 이겨내기 위해 필요하다. 야만적인 욕망을 극복하는 것은 정신적인 괴로움을 이겨내기 위해 필요 불가결하다.

내면의 시선

내면의 시선

메시지

I. 명상

1. 여기선 삶의 무의미함이 어떻게 의미와 성취로 바뀌는지 이야기합니다
2. 여기에 신체, 자연 인간애, 그리고 영혼을 향한 사랑이 있습니다.
3. 여기선 희생, 죄악감, 그리고 사후에 대한 두려움을 부인합니다.
4. 여기서 세속적인 것은 영원함에 반대되지 않습니다.
5. 여기선 겸허하게 탐색하며 신중하게 명상하는 사람들에게 나타나는 내면의 계시에 대해 이야기합니다.

II. 이해하려는 의지

1. 당신의 상태를 나 역시 경험할 수 있기 때문에 나는 당신이 어떻게 느끼는지 압니다. 그러나 당신은 내가 말하는 것을 어떻게 경험할 수 있는지 모를 것입니다. 그러므로 인간을 행복하게 하고 자유롭게 하는 것들에 대해 내가 욕심없이 말하면 이해하기 위해 노력할 가치가 있을 것입니다.
2. 나와 논쟁을 하며 이해할 거라 생각하지 마십시오. 이와 반대로 당신의 이해가 명확하다고 생각한다면 실천할 수 있겠지만, 이 경우에 해당되는 방법은 아닙니다.
3. 적절한 태도가 무엇이냐고 묻는다면, 깊이 명상하는 것, 그리고 서두르지 않고 여기에서 설명할 것이라고 하겠습니다.
4. 더 급하게 해야 하는 일이 있다고 반론한다면, 당신의 욕망과 잠, 또는 죽음, 나와 대립하는 데에 대해 나는 아무 것도 하지 않을 것입니다.
5. 내가 사물을 표현하는 방식이 마음에 들지 않더라도 반론하지 마십시오. 그것은 당신이

메시지

좋아하는 과일의 껍질 따위에 대한 것이 아니기
때문입니다.

6. 내면의 진리에서 먼 것들을 열망하는 사람들이
바라는 것이 아니라 나에게 편안한 방식으로
설명하겠습니다.

III. 무의미함

많은 경우에서 이 거대한 역설을 발견했습니다.
마음에 좌절을 가지고 지내던 사람들이 결국
승리를 거두고, 스스로 승리자라고 생각했던
사람들이 어지럽고 저조한 삶의 여정에서 그만
멈춰버리는 것입니다. 많은 경우 나는 가르침이
아니라 명상으로써 가장 어두운 암흑에서 밝은
곳에 도달했습니다.

첫 날은 다음과 같이 시작했습니다.

1. 죽음으로써 모든 것이 끝난다면 삶엔 의미가
없습니다.
2. 무가치한 것이든 훌륭한 것이든, 행동의
정당화는 모두 항상 앞으로 나아가기 위해
비워두는 새로운 몽상입니다.
3. 신은 확실하지 않습니다.

메시지

4. 믿음은 이성과 몽상처럼 여러 갈래로 나누어집니다.
5. “사람이 꼭 해야 하는 것”은 완전히 논쟁할 거리가 되며 아무 것도 그 주장에 명확한 근거가 될 수 없습니다.
6. 무언가에 헌신하는 사람의 “책임”은 헌신하지 않는 사람의 책임보다 더 크지 않습니다.
7. 나는 내 이익에 따라 움직이며 이것은 나를 겁쟁이로도 영웅으로도 만들지 않습니다.
8. “내 이익”은 어떤 것도 정당화하거나 신용을 하락시키지 않습니다.
9. “내 이성”은 다른 사람들의 이성보다 낮지도 못하지도 않습니다.
10. 잔인함은 나를 소름끼치게 하지만, 그 자체로는 선함보다 나쁘거나 더 낮지 않습니다.
11. 오늘 나 또는 다른 사람들이 말한 것은 다음 날엔 소용이 없습니다.
12. 죽음이 삶이나 태어나지 않은 것보다 더 좋진 않지만 나쁘지도 않습니다.

메시지

13. 나는 가르침이 아니라 경험과 명상으로 인해, 삶이 죽음으로써 끝난다면 의미가 없다는 것을 알아냈습니다.

IV. 종속

두 번째 날

1. 내가 행하고 느끼고 생각하는 모든 것은 나에게 속한 것이 아닙니다.
2. 나는 변할 수 있으며 환경의 작용에 의존합니다. 환경 또는 “나” 자신을 변화시키고 싶을 때, 나를 변화시키는 건 환경입니다. 그러면 도시 또는 자연, 사회적인 구제, 또는 내 존재를 정당화할 수 있는 새로운 투쟁을 찾습니다. 이런 경우 하나 하나에서 환경은 한 가지 태도를, 또는 다른

메시지

태도를 결정하게 이끕니다. 이런 방식으로 내 이익과 환경이 여기에 나를 허락합니다.

3. 무엇, 또는 누가 결정하는지는 중요하지 않다고 말씀드립니다. 내가 살아야 하는 상황에 있기 때문에 내가 살고 있는 거라고 말씀드립니다. 이 모든 것을 말씀드리지만 그걸 정당화할 수 있는 것은 없습니다. 나는 나를 결정하고, 동요하거나 그대로 변함 없이 있을 수 있습니다. 무엇보다도, 일시적으로는 한 가지가 다른 것보다 낫다고 하더라도, 명백하게 “더 나은 것”이나 “더 나쁜 것”은 없습니다.
4. 누군가가 나에게 먹지 않는 사람이 죽었다고 말한다면, 나는 그렇다, 사실이다, 필요에 의해 먹어야 할 의무가 있다고 대답하겠지만 섭취에 대한 투쟁이 그의 존재를 정당화한다고 덧붙이지 않을 겁니다. 그것이 나쁘다고 말하지도 않을 겁니다. 간단히 말해, 개인적으로나 집단적으로나 생존하기 위해 필요한 일을 행하는 것이라 말할 것입니다.

그러나 최후의 투쟁을 잃는 순간 그건 무의미합니다.

5. 그에 더하여, 나는 가난과 착취, 그리고 박해에 대한 투쟁에 연대한다고 말할 것입니다. 나는 그렇게 정체화하며 “자기실현”을 느낀다고

메시지

말하겠지만, 그게 정당화하진 않는다는 걸
이해할 것입니다.

V. 의미에 대한 의심

세 번째 날

메시지

1. 때로는 나중에 발생할 일을 마주보았습니다.
2. 때로는 멀리 떨어진 의구심을 잡아내었습니다.
3. 때로는 한 번도 방문한 적 없는 장소들을 묘사하였습니다.
4. 때로는 내가 없었던 자리에서 일어난 일을 정확하게 이야기하였습니다.
5. 때로는 거대한 기쁨이 나를 공포에 사로잡히게 했습니다.
6. 때로는 이해한 것 전체가 나를 점령하였습니다.
7. 때로는 한 완벽한 공동체가 나를 황홀하게 하였습니다.
8. 때로는 내 꿈이 박살나서 새로운 방식으로 현실을 바라보게 되었습니다.
9. 때로는 무언가를 처음과 다르게 다시 보게 되었음을 인정했습니다.

...그리고 이 모든 것이 나에게 생각을 하게 만들었습니다. 그러한 경험이 없었더라면 무의미함에서 벗어날 수 없었으리라 확신합니다.

VI. 몽상과 각성

네 번째 날

1. 나는 몽상 속에서 본 것도, 반쯤 몽상하는 상태에서든, 깨어 있는 상태지만 몽상하면서 본 것은 사실로 받아들일 수 없습니다.
2. 깨어난 상태에서 본 것과 꿈꾸지 않는 상태에서 본 것은 사실로 받아들일 수 있습니다. 내가 생각한 “자료”에 관해 언급할 땐, 내가 감각으로 느낀 게 아니라 내 정신 활동에 대한 말하는 것입니다. 지나치게 고지식하거나 의심스러운 자료는 외부와 내부의 감각, 기억이 전달한 것이기 때문입니다. 유효한 것은 내 정신이 언제 깨어있는지, 언제 잠자고 있는지 아는 것입니다. 나는 실질적인 것을 새로운 방식으로는 잘 인식하지 못하며, 몽상이나 반쯤 몽상하는 상태에 나타나서 본 것은 대체로 이해합니다.

깨어난 상태의 실제적인 형태가 한 가지 있습니다. 그것은 여기까지 말한 것에 관해 깊게 명상하고, 그에 더하여 존재하는 모든 것의 의미를 발견하도록 문을 열어주는 것입니다.

VII. 힘의 존재

다섯 번째 날

1. 내가 정말로 깨어 있을 때, 나는 이해 속의 이해의 단계로 올라가곤 했습니다.
2. 내가 정말로 깨어 있으면서 계속 상승할 힘이 없을 때는 힘을 내 안에서 끌어낼 수 있었습니다. 힘은 내 몸 전체에 있었습니다. 모든 에너지가 내 몸의 가장 작은 세포에까지도 존재했습니다. 이 에너지는 순환했으며 혈액보다도 빠르고 진했습니다.
3. 에너지는 신체가 움직일 때 그 부분에 집중되고, 행동이 없을 때 사라진다는 것을 알게 되었습니다.
4. 질병에 걸리면 그 장소에 에너지가 없어지거나 쌓여 있었습니다. 그러나 정상적인 힘의 통로가 회복되니 많은 질병이 낫기 시작했습니다.

일부 지역에선 이것을 알고 오늘날 우리에게 낮설고 다양한 방법을 사용하여 에너지를 회복시켜줍니다.

일부 지역에선 이것을 알고 그 에너지를 다른 사람들에게 전달해줍니다. 그리하여 이해의 “계도”와 물리적인 “기적”까지도 만들어졌습니다.

VIII. 힘의 통제

여섯 번째 날

1. 몸에 흐르는 힘을 조종하고 집중할 수 있는 방법이 있습니다.
2. 몸에는 통제할 수 있는 지점들이 있습니다. 우리가 그 지점들에 대해 알고 있는 것은 움직임, 감정, 생각 등입니다. 에너지가 그런 부분들에서 작용할 때 움직임, 감정, 지적인 활동 등이 표현됩니다.
3. 에너지가 더 깊은 내면이나 표면에서 작용함에 따라 신체에선 깊은 꿈이나 얕은 꿈, 또는 깨어있는 상태로 나타납니다. 확실한 것은 종교화에서 성인(또는 무언가를 깨우친 위대한 인물들)들의 신체나 머리를 둘러싼 후광이 에너지가 외부로 표현되는 경우라는 점입니다.
4. 진정으로 깨어난 상태를 통제하는 부분이 있으며, 힘을 그곳으로 가져가는 방법이 있습니다.
5. 에너지를 한 장소로 가져가면 통제할 수 있는 다른 지점들은 모두 교대로 움직입니다.

메시지

이것을 이해하고 힘을 우수한 곳으로 움직이자 신체 전부가 거대한 에너지의 영향을 느꼈으며, 그 에너지가 내 의식을 강하게 두들겨서 이해 속의 이해에 도달하게 되었습니다. 그러나 에너지를 통제할 수 없게 되자 정신 깊은 곳으로 추락하는 것 역시 볼 수 있었습니다. 그때 나는 “천국”과 “지옥”에 관한 전설을 기억해냈고 두 정신 상태를 가르는 선을 보았습니다.

-

IX. 에너지의 표현

일곱 번째 날

1. 움직이는 상태의 에너지는 신체와 결합한 상태를 유지하면서도 “독립”될 수 있었습니다.
2. 결합된 에너지는 신체에서 운동으로 드러나는 해당 부분 내부에서 연결된, 일종의 “이중 신체” 같은 것이었습니다. 이렇게 신체 내부의 감각이 해당하는 부위에서 겉으로 드러나는 모습은 이 공간에 존재하지만 정신적 현상을 다루는 과학이 충분히 알려주지 못한 것이었습니다.
3. 두 개로 나누어진 에너지(즉 신체의 “바깥”이나 기반한 곳에서 “분리된” 것처럼 생각되는)는 이미지처럼 분리되거나, 운용하는 사람의 내부 연결에 따라 곧바로 표현되었습니다.
4. 나는 신체 “밖으로” 드러나고 정신의 가장 깊은 단계에서 만들어지는 에너지의 “외면화”를 시험해볼 수 있었습니다. 이러한 경우들에서 발생하는 삶의 조화를 공격하는 것들이 발생할 때 그 위협에 대해 안전할 수 있는 해답을

메시지

유도했습니다. 일부 영매의 위기 상황에서, 당사자의 의식 단계는 낮고 내부의 조화가 위험에 처해있었으며, 답변은 우연한 것이었고, 그들 자신에 의해 만들어지긴 커녕 본질을 인정받지도 못했습니다.

일부 지역들 또는 일부 예언자들의 “환영” 또는 “영혼”은 다만 각각의 “이중 신체”(각자 고유에게서 드러나는 것)임에 불과하며, 그 사람들은 그것들에 점령당한 느낌을 받았습니다. 그들은 정신이 어두운 상태(최면 상태)에서 힘을 통제할 수 없었기 때문에, 때로는 낯선 존재들이 눈으로 보이는 현상을 만들어내어 조종하는 것 같은 느낌을 받았습니다. 의심할 여지도 없이, 많은 “귀신에 들린 사람들”이 이러한 현상으로 괴로움을 겪었습니다. 그래서 결정적인 것은 힘의 통제입니다.

이 사실은 현재의 삶과 사후의 삶의 개념을 완전히 바꾸어놓았습니다. 이러한 생각과 경험이 죽음에 대한 믿음을 버리도록 도와주어, 나는 그때부터 삶이 무의미하다고 믿지 않는 것처럼 죽음 역시 믿지 않습니다.

X. 의미의 명백한 증거

여덟 번째 날

1. 깨어있는 삶의 실질적인 중요성이 나를 인지할 수 있게 했습니다.
2. 내면의 모순을 부수는 일의 실질적인 중요성이 나를 깨닫게 했습니다.
3. 힘을 통제하고 조화와 지속성을 얻어내는 일의 실질적인 중요성이 나를 기쁘게 채워주었습니다.

XI. 빛의 중심

아홉 번째 날

1. 힘 내부에는 “중심”에서 유래한 “빛”이 있었습니다.
2. 에너지가 퍼져나오는 중심까지는 거리가 있었고, 그 빛나는 중심은 통일과 진화가 일어나는 역할을 했습니다.

고대의 마을에서 만날 수 있는 태양신을 향한 신앙은 낮설지 않았고, 일부 사람들이 태양을 땅과 자연에 생명을 주기 때문에 경배를 바치며, 동시에 다른 사람들은 그 장엄한 형상에서 위대한 실존의 상징을 발견하였습니다.

매우 멀리 떨어져 있으나 여전히 그 중심에서 무한한 은총을 받은 사람들이 있습니다. 그 은총은 때로는 영감이 있는 사람들 근처에 불길처럼, 때로는 빛나는 구체처럼, 때로는 두려워하는 신자 앞에 나타난 불타는 가시나무처럼 “내려왔습니다”.

XII. 발견

열 번째 날

내가 발견한 것들은 많은 작지만 중요합니다. 다음과 같이 요약할 수 있습니다.

1. 힘은 무의식중에 신체를 순환하지만, 의식의 힘으로 조종할 수 있습니다. 의식의 단계에서 지시된 변화를 이룬다면, 인간의 의식에 부여된 것 같은 “자연”적인 조건 하에 해방에 대한 중요한 징후를 알게 됩니다.
2. 신체에는 의식의 다양한 활동을 통제할 수 있는 지점이 존재합니다.
3. 진정으로 깨어있는 상태와 또다른 의식의 여러 수준 사이엔 차이가 있습니다.
4. 힘은 진실로 깨어있는 지점에서 움직입니다(“힘”이 정신적인 에너지로서 구체적인 이미지에 발현되는 “장소” 내부에 위치한 “지점”으로 이해합니다).

이 결론은 내가 고대 사람들의 기도문을 인정하게 해주었고, 위대한 진실의 짙은 내부에서 개발되지 못하고 완벽하게 실현되지 못한 채 의식과 외부의 관행 등으로 흐려져 있었습니다. 그 짙은 인간을 빛의 원천에 데려다 놓습니다. 결국 내가 “발견한 것”은 모순이 없는 사람들이 각자의 마음 안의 빛을 찾는 내부의 계시라는 것을 깨달았습니다.

XIII. 원칙

차이점은 내부의 계시가 번개처럼 상처를 입힐 때 삶 및 다른 것들 앞에서 취하는 태도입니다.

천천히 발걸음을 옮기며, 말한 것과 아직 말하지 않은 것을 명상하면서 무의미함을 의미로 바꿀 수 있습니다. 인생에서 하는 일에 무관심하라는 것이 아닙니다. 당신의 삶은 규율에 따르며 선택의 가능성 앞에 노출됩니다. 나는 자유에 대해 말하지 않습니다. 나는 해방, 변화, 과정에 대해 말합니다. 편안하게 해방되는 것에 대해 말하는 게 아니라, 한 걸음 한 걸음씩 자신을 해방하는 것에 대해 말합니다. 마치 도시에 다가가는 사람이 필요한 길을 조사해왔지만 그것에서 자유로워지는 것과 같습니다. 그러므로, “해야 하는 일”은 멀고 이해할 수 없는 전통적인 도덕에 달려있는 게 아니라 규율에 달려 있습니다. 삶의, 빛의, 진화의 규율입니다.

여기에서 말하는 “원칙”은 내부가 단결되도록 하는 방법에 대한 탐구를 도와줄 수 있는 것입니다.

1. 사물의 진화에 반대로 가는 것은 자기 자신의 반대로 가는 것입니다.
2. 무언가를 끝까지 몰아붙이면 반대가 됩니다.

메시지

3. 거대한 힘에 맞서지 마십시오. 그것이 약해질 때까지 뒤로 물러선 다음 해결책을 갖고 전진하십시오.
4. 고립되지 않고 함께 나아갈 때가 좋은 상황입니다.
5. 당신이 낮과 밤, 여름과 겨울이 모두 좋다면 모순을 극복한 것입니다.
6. 당신이 기쁨을 추구한다면 괴로움에 얽매이게 됩니다. 그러나, 건강을 해치지 않는 한 기회가 있을 때 억누르지 말고 즐기십시오.
7. 목표를 추구한다면 당신은 얽매이게 됩니다. 행하는 모든 것이 그 자체로 끝난 것처럼 실현된다면, 당신은 해방됩니다.
8. 갈등은 해결하려고 할 때가 아니라 가장 밑바닥의 근원을 이해할 때 사라집니다.
9. 다른 사람을 해치면 당신은 얽매이게 됩니다. 그러나 다른 사람들을 해치지 않으면 원하는 만큼 해방될 수 있습니다.
10. 다른 사람을 자신이 받고 싶은 방식으로 대한다면 당신은 해방됩니다.
11. 사건이 발생했을 때 당신이 어느 편에 속하는지는 중요하지 않으며, 어느 편도 고르지 않았다는 것을 이해하는 게 중요합니다.
12. 모순되거나 일치되는 행동은 당신 안에 쌓여갑니다. 내적으로 일치되는 행동을 반복한다면 당신을 저지하는 것은 더 이상 없습니다.

메시지

나아갈 때 저항에 마주치지 않으면 자연의 힘과 가까워질 것입니다. 모순에서 어려움, 문제, 불편함을 구분하는 법을 배우십시오. 그러한 것들이 자신을 움직이거나 자극한다면, 출구 없는 순환 속에서 움직이지 못하게 됩니다.

마음의 거대한 힘, 기쁨, 그리고 선함을 마주칠 때, 또는 해방과 모순이 없음을 느낄 때면 자신의 내부에 감사하십시오. 그 반대가 될 땐 믿음으로 구하십시오. 내부에 쌓아놓은 은혜가 유용하게 변하여 퍼질 것입니다.

XIV. 내면의 길에 대한 안내

여기까지 설명한 것을 잘 이해하셨다면, 간단한 연습으로 힘이 드러나는 것을 체험하실 수 있습니다. 마치 시에서 영감을 얻는 것처럼, 감정적인 해방과 힘을 얻게 되는 올바른 정신 상태(마치 할 일을 배치하는 기술처럼)를 관찰하는 것과는 다릅니다. 그로 인해, 이 진실을 전달하며 사용하는 언어가 태도를 쉽게 하는 경향이 있습니다. 태도는 “내부 인식”에 가까운 생각이 아니라 내부 인식의 표현을 쉽게 합니다.

이제 설명하는 것에 주의를 기울여 따라오십시오. 힘을 통해 할 수 있는 작업을 발견할 내면의 풍경과, 정신의 움직임에 다룰 수 있는 방법에 가까워집니다. “내면의 길로써 당신은 어두운 곳이나 밝은 곳으로 갈 수 있습니다. 앞에 열린 두 가지 길에 주의하세요.

메시지

당신의 존재가 어두운 곳으로 떨어지게 내버려 둔다면, 당신의 신체가 이겨서 당신을 지배할 것입니다. 그리고 감각 및 영혼, 힘, 기억의 외견이 움틀 것입니다. 그곳에서 더욱 더 하락합니다. 그곳에 증오, 복수, 불화, 소유, 질투, 그대로 머무르고 싶은 욕망 등이 있습니다. 더욱 하락하면 좌절, 원한, 그리고 인류에게 파멸과 죽음을 가져온 몽상과 욕망을 부추기는 것들이 침투할 것입니다.

당신의 존재를 밝은 곳으로 향하는 길로 이끈다면 걸음 걸음마다 저항과 피로를 맞이하게 될 것입니다. 상승하면서 맞이하는 이 피로엔 책임이 있습니다. 당신의 삶이 무겁고, 기억이 무거우며, 이전의 행동들이 상승을 방해합니다. 당신의 몸이 지배하려 하기 때문에 올라가기가 어렵습니다.

상승하기 위한 여정에서 세련된 빛깔과 지금까지 들어본 적 없는 소리가 있는 낮선 지역을 만나게 됩니다.

불처럼 움직이고 유령으로 두려워지는 이 정확 단계에서 도망치지 마십시오.

공포와 낙담을 받아들이지 마세요.

낮고 어두운 곳을 향해 도망치고 싶은 욕망을 받아들이지 마세요.

기억에 대한 집착을 받아들이지 마세요.

메시지

풍경의 몽상을 향한 무관심과 상승에 대한 결심으로
내면의 해방에 머무세요.

맑은 빛이 높은 산맥의 봉우리를 밝히고 천 가지
색깔의 물이 들어본 적이 없는 음악 사이로
크리스탈의 대지와 초원을 향해 떨어져 내립니다.

점점 더 중심에서 멀어져가는 빛의 중압감을
두려워하지 마세요. 빛 속엔 생명이 있으므로,
그것이 액체 또는 바람인 것처럼 흡수하세요.

거대한 산맥에 숨은 도시를 발견하면 입구를
알아내야 합니다. 그러나 인생이 변할 때에서야 알게
될 것입니다. 그 거대한 성벽엔 글자로 새겨진 내용이
있고, 색깔로 새겨진 내용이 있으며, '의미'가
있습니다. 이 도시엔 행한 일과 행할 일을
보관됩니다... 그러나 당신의 내면의 눈은 그것을
깨끗해보지 못합니다. 그렇습니다, 당신은 벽을 뚫고
들어갈 수 없습니다!

숨은 도시에서 힘을 얻으세요. 빛나는 얼굴과 손과
함께 뻣뻣한 삶의 세계로 돌아가세요.

XV. 평화의 경험과 힘의 통로

1. 몸을 완전히 편안하게 하고 정신을 가라앉히세요. 그리고 투명하고 빛나는 구체가 내려와 가슴에 머무르는 것을 상상해 보세요. 마치 가슴 속의 감각으로 변화하는 이미지처럼 구체가 사라지는 순간을 알게 될 것입니다.
2. 구체의 감각이 어떻게 가슴 속에서 몸 밖으로 천천히 퍼지는지 관찰하세요. 그때 호흡이 더욱 크고 깊어집니다. 감각이 몸의 한계까지

메시지

도달하면 모든 기능이 멈추고 내면의 평화를 경험할 수 있습니다. 당신이 적절하다고 여길 때까지 그렇게 머물 수 있습니다.

그런 다음 확장한 것을 되돌리세요(처음에 심장에 도착했던 것처럼). 구체가 분리되고 평온하게 원기를 회복하는 연습이 마무리됩니다. 이를 “평화의 경험”이라고 부릅니다.

3. 그러나 이와 다르게 힘의 통로를 체험하고 싶다면 확장한 것을 되돌리는 대신 감정과 존재 전체가 그대로 따르도록 합니다. 호흡에 신경 쓰지 마세요. 신체 밖으로 확장되도록 하면서 저절로 호흡이 이루어지도록 놓아두세요.
4. 이를 반복합니다. 그 시간 동안 당신은 구체가 확장되는 감각에 주의를 기울여야 합니다. 이와 같은 상태가 되지 않는다면 멈추고 다른 기회에 다시 시도하는 것이 좋습니다. 어쨌든 통로를 만들지 않으면 흥미로운 평화의 감각을 경험할 수 있습니다.
5. 한편, 더욱 멀리 나갔다면 통로 경험을 시작할 수 있습니다. 손과 신체의 다른 부분으로부터 평소와 다른 감각의 분위기에 도달할 것입니다. 이후에 점진적으로 진행되는 파동을 느낄 것이며 곧 활기찬 이미지와 감정이 움튼 것입니다. 통로가 생기도록 놔두세요...

메시지

6. 힘을 받기 직전, 자신만의 평소 표현 방법에 따라 빛 또는 낮선 소리를 느끼게 될 것입니다. 무엇보다 중요한 것은 의식을 확장하는 실험이며 그 표지는 거대한 광휘와 발생하는 일을 이해하려는 의지일 것입니다.

7. 끝내길 바라면 이 특이한 상태(그 전에 단지 시간이 흐르며 상태가 흐려지지 않았다면)에서 구체가 줄어드는 것을 상상하거나 느끼면서 벗어날 수 있습니다. 그 후 모든 것이 시작했을 때처럼 같이 자신 안에서 빠져 나갑니다.

8. 많은 경우 의식의 형태가 바뀐 여러 상태가 발생하고 성취되며, 흥미롭게도 설명한 것과 유사하게 실현된다는 것을 이해할 수 있습니다. 물론 기묘한 의식이 덧씌워지거나 때로는 관행을 통해 강화되기도 합니다. 지치게 하는 관행, 방탕함을 억제하지 않기, 반복하기와 태도, 어떤 경우든지 호흡을 변화시키고 인체 내부의 일반적인 감각을 뒤틀어 버림을 통해 일어납니다. 이 영역에서 최면, 영매의 역할, 그리고 다른 방식으로 유사한 변화를 일으키는 약물의 작용 등이 있음을 알아야 합니다. 말할 것도 없이, 언급한 모든 경우에선 통제가 없으며 무슨 일이 벌어지는지 인식하지 못합니다. 그러한 현상들을 믿지 말고 단순한 것으로 생각하십시오.

메시지

전설에 따르면 무지한 사람들, 실험자 및 심지어는 “성인(聖人)”들에게도 일어나는 “최면”과 같은 것입니다.

9. 추천한 방법을 시행했다면, 그럼에도 불구하고 통로를 달성하지 못했을 수도 있습니다. 그것은 걱정거리가 요점이 아니라 오히려 내부의 “해방감”이 부족하다는 의미일 수 있습니다. 긴장감, 이미지 역학의 문제, 그리고 모두 더해서 정서적인 행동의 과편화를 반영하는 지표일 수도 있습니다. 한편으론 이런 것들이 일상적인 생활에도 존재할 것입니다.

XVI. 힘의 방출

1. 힘의 통로를 경험했다면 이해하게 될 것입니다. 비슷한 현상에 근거를 두고, 그러나 아무 이해도 없이, 다양한 민족들이 끊임없이 확장되는 의식과 신앙을 어떻게 시작했는지 알게 것입니다. 앞서 말한 종류의 경험을 통해, 많은 사람들이 그들의 신체가 “둘로 나뉘는” 경험을 하였습니다. 힘의 경험은 그들에게 이 힘이 자신에게서 뿜어져나오는 느낌을 주었습니다.

메시지

2. 힘은 그것을 받아들이고 간직하기에 특별히 “적성”이 있는 다른 사람들과 사물에 “영향을 줍니다”. 그를 이해하는 건 어렵지 않다는 점을 믿으십시오. 여러 가지 종교의 신비한 일, 마찬가지로 성스러운 장소와 아마 힘을 “채우고” 있던 성직자가 명백하게 달성한 것입니다. 몇 가지 사물이 사원에서 신앙으로 경배를 받고 의례와 의식에 둘러싸였을 때 틀림없이 신자들에게 반복된 기도로 축적된 에너지를 “되돌려 주었을” 것입니다. 이는 사람의 일에 대한 지식의 한계이며, 내부의 경험을 통해 이해할 수 있는 정보가 충분히 밀받침된다면 문화, 공간, 역사 및 전통에 따른 설명으로 이러한 일의 거의 언제나 볼 수 있습니다.

3. 힘의 “분출”, “채움”, 그리고 “되돌려 줌”,은 더욱 나중엔 우리 자신의 것으로 돌아올 것입니다. 그러나 이제부터 말씀드릴 것은 신성함이 없어진 사회에서도 동일한 과정이 계속 일어난다는 점입니다. 이러한 사회에선 리더 및 높은 지위의 사람들이 만나는 사람과 “접촉하기”를 원하는 사람을 위해, 또는 옷이나 물건을 가지기 위해 특별한 성질의 후광을 내뿜게 됩니다.

4. 모든 “높은” 것의 영향력은 눈으로부터 시야의 일반적인 경계선 위를 향해 갑니다. 그리고

메시지

“높은 것”은 선량함, 현명함 및 힘을 “소유”하는 인격입니다. 그리고 ‘높은’ 사람은 계급과 권력과 유력함과 신분을 갖고 있습니다. 그리고 우리, 유한한 수명을 지닌 평범한 사람들은 사회의 사다리에서 “상승”하고 모든 비용을 치를 권력에 가까이 다가가야 합니다. 우리는 얼마나 나뻐니까, 아직 우리의 “높은” 머리와, 땅에 붙어 있는 우리의 발이 내부의 표현과 일치하는 과정으로 움직이고 있음에도 말입니다. 우리는 얼마나 나뻐니까, 그러한 것들을 믿을 때 (그리고 내부의 표현에 “진실”이 있기 때문에 믿을 때) 말입니다. 우리는 얼마나 나뻐니까, 외부로 향하는 우리의 시선이 내부의 무시된 투영일 뿐일 때 말입니다.

XVII. 힘의 상실과 억제

1. 힘이 없어지는 많은 경우는 통제되지 않는 행동으로 인한 것입니다. 다음과 같은 경우입니다. 제동이 없는 상상, 통제되지 않는 호기심, 과도한 수다, 과도한 성욕 및 과장된 인지 (보고, 듣고, 맛보는 등, 목적 없이 경계를

메시지

넘는 태도). 그러나 마찬가지로 많은 사람들이 이렇게 행동하며, 그들의 다른 방식이 고통스러워 그들을 당기는 힘을 놓아버리기 때문이라는 것을 인정해야 합니다. 나는 사색하면서 부담을 내려놓기를 기능을 통해 성취하는 모습을 보고 있습니다. 억누르는 것은 옳지 않고 순위를 정하는 것은 더욱 좋지 않습니다.

2. 성욕에 관해선 올바르게 이해해야 합니다. 그 기능은 억눌러야 하는 게 아닙니다. 이 경우 자신을 괴롭히는 영향과 내부의 모순을 만들기 때문입니다. 성욕은 행동에서 발생하고 끝나지만, 계속 나쁘게 작용하거나 강박적으로 소유할 새로운 대상을 찾는 것은 적절하지 않습니다.
3. 사회 또는 종교적으로 결정된 “도덕”으로 섹스를 통제하는 것은 진화와는 아무 관계 없는 체계 및 오히려 반대로 작용하였습니다.
4. 힘(신체 내부의 표현과 감각에 의한 에너지)은 억누르는 사회 속에서 불명확한 것들을 향해 펼쳐졌습니다. 그리고 고통과 삶과 아름다움을 무너뜨린 모든 종류의 “악마에 쫓긴 사람”, “주술사”, 그리고 신성 모독자와 범죄자들이 퍼졌습니다. 일부 부족과 문명들에선 범죄자들이 처형하는 사람들과 처형되는

메시지

사람들로 나누어졌습니다. 다른 경우에선 과학과 발전을 추구했습니다. 논리적이지 않은 것과 불명확하며, 억누르는 것과 대립했기 때문입니다.

5. 일부 원시적인 지역에선 다른 “발전된 문명”에서 고려되었던 것처럼 아직 섹스를 억압합니다. 두 가지 경우에서 그러한 상황의 기원이 판이함에도 불구하고 명백하게 서로간에 파괴적인 징후가 큽니다.
6. 설명을 더 요구한다면 말씀드릴 수 있는 것은, 섹스는 성스러운 것이며 삶과 모든 창의성을 촉진하는 것의 중심이라는 것입니다. 또한 기능이 해결되지 않는다면 파괴를 일으키게 됩니다.
7. 섹스를 가치없는 것처럼 언급될 때, 결코 삶을 망치는 거짓말을 믿지 마십시오. 오히려 그 안에 아름다움이 있고, 사랑의 매우 좋은 감정과 관련이 있습니다.
8. 그러므로 조심스럽게, 모순의 샘을 만들거나 생명의 에너지를 붕괴시키지 않도록 섬세하게 다루어야 하며, 거대한 기적으로 여기십시오.

XVIII. 힘의 작용 및 반응

메시지

이전에 설명을 드렸습니다. “거대한 힘, 기쁨,
그리고 선함을 마음 속에서 발견하거나, 자유를
느끼고 모순이 없음을 느낀다면 곧바로 자신의
내면에 보존하고 개선하도록 받아들이십시오.”

1. “받아들이다”는 상상과 표현이 결합된 긍정적인 정신의 상태에 집중하는 것을 의미합니다. 그렇게 연결된 긍정적인 상태는 이전의 일이 떠올라 어떤 일을 회상하며 안 좋은 상태에 처할 때 도움이 됩니다. 더하자면, 이 마음의 “짐”이 이전에 겪은 일이 반복되면서 더 커질 수 있기 때문에, 특정 상황에서 떠안게 되는 나쁜 감정을 없애는 힘이 됩니다.
2. 자신이 항상 요구하던 여러 긍정적인 상태가 내부에 쌓여가며 장점이 확대될 것입니다. 그리고 이제 사람이나 물건을 “바깥으로 내어놓기” 위해, 또는 요청이나 간청에 응답할 것이라 믿으며 외부에 맡겼던 본질을 위해 그 과정을 실행하는(혼란스럽게) 것을 반복하지 않아도 됩니다.

XIX. 내면의 상태

메시지

이제 지나간 자신의 삶, 특히 지나간 활동의 진화 속에서 마주칠 수 있는 내부의 상태에 대해 충분히 인지를 해야 합니다. 내겐 우화(이 경우엔 비유한 이야기) 외에 설명할 수 있는 다른 방법이 없습니다. 내 생각에 따르면 복합적인 정신의 상태에 “시각적으로” 집중할 수 있는 미덕이 있는 것처럼 보입니다. 다른 한편으로, 마치 한 과정의 여러 순간들이기라도 한 것처럼 여러 상태를 연결하는 특이성이 우리에게 익숙해진 것의 부분 부분을 설명합니다.

1. 무의미함(처음에 언급했던 것)이 압도하고 있었던 첫 번째 상태는 “혼란스러운 생명력”이라고 부릅니다. 모두 신체적인 필요에서 발생하지만 혼란스러운 것이며, 때때론 소망과 모순된 상상이 함께 있습니다. 그곳엔 목적과 할 일에 어둠이 있습니다. 여러 형태 사이에서 침체되고 길잃은 상태에 머물러 있습니다. 이 지점에서는 두 가지 길로 발전할 수 있습니다. 죽음의 길과 변화의 길입니다.
2. 죽음의 길은 혼돈스럽고 어두운 풍경에 자신을 맡깁니다. 옛날 사람들은 이 길을 알고 있었고 거의 항상 “땅 밑” 또는 심해의 바닥에 이 장소가 있다고 믿었습니다. 또한 어떤 사람들은 이후 밝은 단계에서 “부활”하기 위해 그 왕국을 방문했습니다. 죽음 “아래”에 어지러운 생명이 존재한다는 것을 잘 이해하십시오. 아마 사람의

메시지

정신은 형태를 바꾼 삶 이후의 현상과 필멸자의 붕괴를 연결지며, 마찬가지로 아마 어지러운 움직임을 출생 이전과 연결지을 것입니다. 당신의 방향이 상승을 향한다면, “죽음”은 이전 단계와의 단절을 뜻합니다. 죽음의 길을 통해 다른 상태로 상승합니다.

3. 그것에 도착하여 만나는 것은 회귀에서의 피난처입니다.

그곳에선 두 가지 길이 열려 있습니다. 회개의 길과, 상승을 위해 봉사하는 길입니다. 즉, 죽음의 길입니다. 첫 번째를 택한다면, 자신의 결정이 지난 삶으로 인해 어려워지는 경향이 있기 때문입니다. 죽음의 길로 돌아간다면 출구 없는 순환의 느낌으로 다시 심연에 빠지게 됩니다.

4. 심연의 생명력에서 탈출하는 또 다른 길이 있다고 말씀드렸습니다. 그것은 변화의 길입니다. 이 길을 택한다면, 고통스러운 상태에서 벗어나고 싶지만 명백한 이득 중 무언가를 버릴 준비가 되어있지 않기 때문입니다. 즉 “비틀어진 손”이라고 알고 있는 잘못된 길입니다. 많은 괴물들이 이러한 구불구불한 뒷골목의 깊숙한 곳에서 나옵니다. 그들은 지옥을 떠나지 않은 채 무력으로 빼앗아 천국을 얻고 싶어했고, 무한한 모순을 통해 세계에 그림자를 드리웠습니다.

메시지

5. 죽음의 왕국에서 상승하여, 그리고 의식적인 회계를 통해 이미 그 성향 가까이에 머무르고 있다고 가정합시다. 가느다란 돌출부가 머무를 수 있게 받치고 있습니다. 보전과 좌절입니다. 보전은 잘못되었고 불안정합니다. 그 길을 따라가면 영속성을 기대하게 되지만 실제로는 빠르게 하락합니다. 좌절의 길을 택한다면 자신의 상승은 단 하나의 길이며 잘못되지 않은 것임에도 괴로운 것이 됩니다.
6. 실패에서 출발하여 실패에 이르면서 다음 휴식인 “우회로에 머물기”라는 것에 도착할 수 있습니다. 자신 앞에 놓인 두 가지 길을 주의하십시오. 당신을 발전으로 이끌 해결의 길을 선택하거나 또는 당신을 후퇴하도록 다시 끌어내리는 원한의 길을 선택하게 됩니다. 그곳에서 당신은 딜레마 앞에 놓입니다. 의식 생활의 미로로(그리고 해결과 함께) 결정하게 되거나, 이전의 삶으로 원한을 품고 되돌아가게 됩니다. 그곳엔 자신의 가능성을 극복하지 못했던 사람들이 매우 많습니다.
7. 그러나 해결책과 함께 상승하면 “발전”이라고 알려진 집을 발견할 수 있습니다. 그곳엔 세 가지 문이 있습니다. “낙하”, “시도”, 그리고 세 번째는 “박탈”입니다. 낙하는 곧바로 당신을 깊은 곳으로 데려가며 단지 바깥에서 발생하는 일만이 그곳으로 밀어넣을 수 있습니다. 이 문을

메시지

선택하기는 어렵습니다. 박탈의 문이 왔던 길을 되돌아가며 빙 둘러서 심연으로 데려가는 동안, 격렬한 소용돌이의 운명에서 잃어버린 모든 것과 희생된 모든 것을 다시 생각합니다. 이 “박탈”로 데려가는 의식의 시험은 비교하는 어떤 것들을 과소 평가하고 균형을 깨뜨리는 가짜 시험입니다. 당신이 내다버린 그 “이점”과 상승하기 위한 노력을 비교합니다. 그러나 이러한 것들을 더 가까이서 본다면, 이 동기나 다른 동기로도 아무 것도 잃지 않았다는 것을 보게 될 것입니다. 박탈은 겉으로는 상승과는 무관한 동기로 속이며 시작합니다. 질문을 해 보겠습니다. 무엇이 정신을 실패하게 합니까? 혹시 초기의 열정을 향한 왜곡된 동기입니까? 혹시 회사에서의 어려움입니까? 혹시 존재하지 않았던, 또는 다른 동기로 밀어넣은 희생에 대한 잘못된 기억입니까? 이제 말씀드리고 질문하겠습니다. 당신의 집은 오래 전에 불타 없어져버렸습니다. 그것 때문에 상승하기로 결심했습니까, 아니면 지금 상승 때문에 그 집이 타서 없어졌다고 생각합니까? 혹시 주변의 다른 집들에 일어난 일을 좀 보았습니까? 중간 문을 선택해야 한다는 것은 의심할 여지가 없습니다.

8. 목적의 계단을 오르면 불안정한 돛에 도착할 것입니다. 그곳에서부터 넓고 텅 빈 공간(플랫폼처럼)에 이를 때까지 “변덕스러움”이라고 알고 있을 좁고 구불구불한

메시지

길을 이동하십시오. 텅 빈 공간의 이름은 “힘의-열린-공간”입니다.

9. 이 공간에서 사막과 거대한 풍경과, 움직이지 않는 거대한 별로 변한 밤의 무서운 고요함에 겁먹을 수 있습니다. 당신의 머리 바로 위에서 하늘에 단단히 박힌 검은 달이 던지시 드러난 형태를 보게 됩니다... 태양 바로 맞은 편에서 월식 현상이 나타나는 기묘한 달입니다. 그곳에서 인내하며 믿음을 갖고 새벽을 기다려야 합니다. 침착함을 유지하면 나쁜 것은 아무 것도 일어나지 않습니다.
10. 그곳에 곧바로 출구를 마련하고 싶은 그런 상황에서 발생할 수 있습니다. 그런 일이 일어나면, 신중하게 하루도 기다리지 않아도 되는 아무 곳이나 향하도록 충동이 일어날 수 있습니다. 그곳(어둠의 장소)에서 모든 움직임은 잘못되었으며 일반적으로 “즉흥적”이라고 불리는 것이라는 것을 기억해야 합니다. 만약 지금 말씀드린 것을 잊어버리면 즉흥적으로 움직이기 시작할 것입니다. 확신을 가지십시오. 셋길과 체류지 사이의 회오리바람에 의해 방탕함의 가장 어두운 밑바닥까지 끌려가게 될 것입니다.
11. 내부의 상태가 하나와 다른 것이 서로 묶여있다는 것을 이해하는 것이 얼마나

메시지

어렵습니까! 어느 경직된 논리에 판단력이 있는지 볼 수 있다면, 말씀드린 상황에서 불행하게도 누군가 즉흥적으로 무턱대고 상황을 악화시키고 타락하는 것을 알아차리게 될 것입니다. 그 후엔 좌절의 감정이 발생하고 나중엔 한때 인식하기에 이르렀던 모든 것을 잊어버리며 분노와 죽음에 빠지게 됩니다.

12. 만약 어느날 공터에서 이해하기에 도달한다면 눈 앞에서 처음으로 현실을 비추는 밝은 태양이 떠오를 것입니다. 그러면 존재하는 모든 것들에 계획이 있음을 보게 될 것입니다.
13. 무지 속으로 빛을 가져오기 위해 자발적으로 가장 어두운 곳으로 내려가지 않는 한, 그곳에서 추락하는 것은 어렵습니다.

이 주제에 더이상 부연하는 것은 그다지 유익하지 않습니다. 경험이 없다면 상상의 것과 실현 가능한 것의 영역에서 착각을 일으키기 때문입니다. 여기까지 말씀드린 것을 행하고 있다고 말입니다. 설명한 것이 당신에게 유용하지 않다면, 회의감, 거울에 비춰진 상, 메아리 소리, 그림자의 그림자 같은 것에 대한 근거나 논거가 없듯이 아무 것도 반론할 수 없을 것입니다.

XX. 내면의 실제

1. 고려 사항을 주의하십시오. 고려 사항 속에 직감할 필요는 없는 비유적인 현상과 외부 세계의 풍경이 있습니다. 그러나 그 속엔 정신 세계의 실제 설명도 있습니다.
2. 당신이 걸어서 지나는 “장소”들이 독립적인 존재의 어떤 타입을 가지고 있다고 믿을 필요도 없습니다. 혼란은 때로는 깊은 곳의 가르침을 흐리고, 오늘날까지 일부의 사람들은 천국, 지옥, 천사, 악마, 괴물, 매혹적인 성, 먼 곳의 도시 및

메시지

많은 것들이 “계시를 받았다고 자칭하는” 사람들에게 현실적으로 보인다고 믿습니다. 그와 같은 편견, 그러나 반대로 해석된 편견은 회의적인 사람들의 먹잇감을 만들어 냈습니다. 회의적인 사람들에게겐 단순한 환상, 또는 정신에 열병을 앓는 고통을 주는 환상에서 나온 것을 받아들이는 지혜가 없습니다.

3. 반복합니다만, 이 모든 것들을 이해해야 합니다. 외부 세계의 본질적인 것을 상징하는 거라고 할지라도 정신의 진정한 상태를 다루어야 합니다.
4. 말씀드린 것을 유념하시고 때로는 마음을 빗나가게 하는 비유 뒤에 있는 진실을 발견하는 법을, 그러나 표현 없이는 잡을 수 없는 현실성을 설명하기도 한다는 것을 배우십시오.

서로 다른 여러 민족의 많은 영웅들이 올라가기 원하던 신들의 도시에 대해서 말할 때, 신들과 사람들이 원래의 자연으로 돌아간 곳에서 함께 살던 천국에 대해 이야기할 때, 붕괴와 홍수에 대해 이야기할 때, 그때는 내면의 위대한 진리에 대해 말한 것입니다.

그 후 속죄자들은 그들의 메시지를 가져오고 이중으로 나뉜 본성과 함께 우리에게 다가옵니다.

메시지

그러한 향수를 불러 일으키는 잃어버린 통합을 다시 세우기 위해서입니다. 그리고 내부의 거대한 진실도 말해줍니다.

그럼에도 불구하고, 정신 밖에 위치한 것들을 모두 말할 때, 오류가 있거나 거짓말이 됩니다.

반대로, 내면의 시선과 혼동된 외부 세계는 새로운 길을 다니도록 강요합니다.

그렇게, 오늘 이 시대의 영웅은 별들을 향해 날아갑니다. 이전에 무시했던 장소들 너머로 날아갑니다.

그들의 세계 너머를 향해, 그것을 알지 못하는 채로 날아갑니다. 내면과 빛나는 중심까지 밀려갑니다.

내면의 시선에 관하여

메시지

내면 바라보기는 20개의 챕터로 이루어져 있으며, 각 챕터는 짧은 문단으로 나뉜다. 이는 책의 각각의 큰 목적에 따라 다음과 같이 묶을 수 있다.

- A. 첫 두 챕터는 도입부 및 설명하는 사람의 목적, 참석자의 태도와 이 관계를 수행하는 방식을 제시한다.
- B. 3장부터 13장까지 자성에 대해 10“일”에 걸쳐 설명하면서 일반적인 토픽을 전개한다.
- C. 13챕터는 변화에 대해 말한다. 전반적인 설명에서 행동과 삶에 대한 태도를 숙고한다.
- D. 이어지는 챕터들은 내부에서 일어나는 일을 숙고한다. 주제의 차례는 다음과 같다.
 - I. 명상 - 책의 목적: 무의미를 의미로 전환.
 - II. 이해하려는 의지 -
주제를 이해하기 위해 요구되는 정신적인 자세.
 - III. 무의미 - 삶과 죽음의 의미.
 - IV. 종속 - 인간으로 존재함에 관한 수단의 작용.
 - V. 의미에 대한 의심 - 일상적이지 않은 정신의 몇몇 현상.

메시지

- VI. 몽상과 각성 - 현실에 대한 의식과 인식의 단계의 차이 (몽상, 반쯤 몽상하는 상태, 백일몽 및 완전한 각성). 외부, 내면 및 기억의 의미.
- VII. 힘의 존재 - 각성에 대한 이해의 상승. 신체에 정착하여 이동하는 에너지 또는 힘,
- VIII. 힘의 통제 - 의식의 단계에 관계된 에너지의 깊숙한 곳과 표면.
- IX. 에너지의 표현
에너지의 통제 및 무질서.
- X. 의미의 명백한 증거 - 내면의 모순, 통일성 및 지속성.
- XI. 빛나는 중심 - “빛나는 중심”에서 내면의 비유와 관계된 에너지 내면의 통일의 현상은 “빛을 향해 상승한다”. 내면의 해체는 “빛의 머무름”으로 기록된다.
- XII. 발견 - 에너지의 순환. 단계. 힘의 본성은 “빛”으로 나타난다. 이 주제들에 대한 지역의 예.
- XIII. 원칙 - 내면의 통일성에 대한 원칙들.
- XIV. 내면의 길에 대한 소개 - “내려가는” 방향과 “올라가는” 방향에 따르는 현상들의 소개.

메시지

- XV. 평화의 경험과 힘의 통로 - 방법.
- XVI. 힘의 분출 - “분출”의 의미
- XVII. 힘의 상실과 억제 - 에너지의 방류. 에너지의 주요 생산자로서의 섹스.
- XVIII. 힘의 작용과 반응 - 감정적인 부담에 대한 표현의 관여. 감정의 상태에 관련된 이미지의 오류가 관련된 감정의 상태를 다시 자극한다 (되돌아간다). 일상적인 삶에서 유용한 감정의 상태를 이미지와 관련시키는 테크닉으로서의 “은혜”,
- XIX. 내면의 상태 - 내면에서 일어나는 일에 흥미가 있는 사람들이 맞닥뜨릴 수 있는 정신의 상황.
- XX. 내면의 실제 - 외부 세계를 비유하는 표현과 이어지는 정신의 과정.

메시지

경험

메시지 제례

집단의 요청에 따라 진행한다.

진행자: 내 정신은 불안해한다.

참가자: 내 정신은 불안해한다.

진행자: 내 마음은 고통스럽다.

참가자: 내 마음은 고통스럽다.

진행자: 내 몸은 긴장되어 있다.

참가자: 내 몸은 긴장되어 있다.

진행자: 내 몸과 마음, 정신을
이완시킨다.

참가자: 내 몸과 마음, 정신을 이완시킨다.

가급적이면 참가자들은 앉아있도록 한다. 보조자는 멈추어서 환경에 따라 내면 바라보기의 원칙과 사상을 그 자체에 대한 명상에 안내하며 인용한다. 몇 분이 지나고 마침내 서 있는 진행자가 천천히 다음 문장 각각마다 잠깐 멈추어가며 읽는다.

메시지

진행자: 몸을 완전히 이완시키고 정신을 진정시킵니다...

그리고 투명하고 빛나는 구체가 자신을 향해 내려오는 것을 상상하세요. 마지막엔 자신의 마음 속으로 들어갑니다...

구체가 가슴 속에서 팽창하는 감각으로 변화하기 시작하는 것을 인지하게 될 것입니다...

호흡이 확장되는 동안 구체의 감각이 마음에서 신체 바깥으로 팽창합니다...

손과 신체 나머지 부분에서 새로운 감각을 가지게 될 것입니다...

파동이 커지고 감정과 긍정적인 기억이 움트는 것을 인식하게 될 것입니다...

힘이 자유롭게 통로를 만들도록 내버려 두세요. 이 힘이 신체와 정신에 에너지를 줍니다...

힘이 자신 안에서 나타나도록 내버려 두세요...

눈 앞의 빛을 보려고 애쓰고 그것이 스스로 작용하는 것을 방해하지 마세요...

힘과 그 힘의 내면의 빛을 느껴 보세요...

힘이 자신 안에서 나타나도록 내버려 두세요...

메시지

보조자: 우리가 인식한 이 힘과 함께 우리에게 정말로 필요한 것들의 완성하도록 정신에 집중합니다...

요청을 실행하기 위해 모두가 일어서도록 안내한다.
잠시 시간이 흐른 후.

진행자: 평화, 힘, 그리고 기쁨이 함께하길!

참가자: 당신에게도 평화, 힘, 그리고 기쁨이 함께하길!

시행

*여럿 또는 한 사람의 요청에 따라 진행한다.
진행자와 보조자는 서 있다.*

진행자: 내 정신은 불안해한다.

참가자: 내 정신은 불안해한다.

진행자: 내 마음은 고통스럽다.

참가자: 내 마음은 고통스럽다.

진행자: 내 몸은 긴장되어 있다.

참가자: 내 몸은 긴장되어 있다.

진행자: 내 몸과 마음, 정신을 이완시킨다.

참가자: 내 몸과 마음, 정신을 이완시킨다.

진행자와 보조자는 시간이 흘러가도록 두고 자리에
앉는다. 진행자가 일어선다.

메시지

진행자: 힘을 얻길 원하신다면, 시행하는 순간에 새로운 감각을 경험하기 시작하는 것을 이해하셔야 합니다. 파동이 커지고 감정과 긍정적인 기억이 움트는 것을 인식하게 될 것입니다... 그렇게 되면 힘이 자유롭게 통로를 만들도록 내버려 두세요.

힘이 자신 앞에 나타나도록 내버려두고 그것이 스스로 작용하는 것을 방해하지 마세요...

힘과 그 힘의 내면의 빛을 느껴 보세요...

힘이 자신 안에서 나타나도록 내버려 두세요...

시간이 지나고 보조자가 일어선다.

보조자: 힘을 얻기를 바라는 분은 일어서셔도 됩니다.

보조자가 앉아있는 사람 옆에서 일어서거나 진행자 주변을 둘러싼 참가자의 수에 따라 안내한다. 시간이 지나고 진행자가 시행을 시작한다. 보조자는 경우에 따라 참가자의 이동을 쉽게 하거나 때로는 앉으러 가는 사람에게 동행한다. 시행이 끝나면 경험을 흡수하는 시간을 준다.

보조자: 우리가 인식한 이 힘과 함께 우리에게 정말로 필요한 것들을 완성하도록 정신에 집중합니다...

바람을 간청하기 위해 모두가 일어서도록 안내한다. 때로는 참가자 일부가 참석하거나 불참한 사람을 위한 바람을 말한다.

메시지

시간이 흐른다.

진행자: 평화, 힘, 그리고 기쁨이 함께하길!

참가자: 당신에게도 평화, 힘, 그리고 기쁨이
함께하길!

건강한 상태

집단의 요청에 따라 진행한다. 가급적 참가자들은 앉도록 한다. 진행자와 보조자는 서 있다.

보조자. 여기 우리는 좋아하는 사람들을 기억하기 위해 모였습니다. 그들 중 일부는 감정적인 삶, 관계의 삶, 또는 건강에 있어서 어려움을 겪고 있습니다. 그들을 향해 우리의 생각과 가장 선한 소망을 인도합니다.

진행자. 건강에 대한 우리의 요청이 그들에게 닿는다고 믿습니다. 우리가 사랑하는 사람들을 생각합니다. 우리가 사랑하는 사람들의 존재를 느끼고 접촉하는 것을 경험합니다.

보조자. 그 사람들이 겪는 어려움에 대해 명상하기 위해 시간을 약간 가집니다.

참가자들이 명상할 수 있도록 몇 분을 준다.

메시지

진행자. 이제 그 사람들이 우리의 가장 선한 소망을 느낄 수 있길 바랍니다. 상쾌함과 건강한 상태의 파도가 그들에게까지 닿아야 합니다...

보조자. 우리가 사랑하는 사람들에게 소망하는 건강한 환경을 정신적으로 자리잡히기 위해 짧은 시간을 가집니다.

참가자들이 정신에 집중할 수 있도록 몇 분간 시간을 준다.

진행자. 우리와 같은 시간과 공간에 없더라도 사랑, 평화 및 따뜻한 기쁨의 경험에 관련된 우리가 매우 사랑하는 사람들의 존재를 느끼고자 하는 소망을 가진 사람들에게 기회를 제공하면서 이 의식을 마치겠습니다.

짧은 시간을 준다.

진행자. 이는 다른 사람들에게 매우 좋은 것이며, 우리에게 기운이 솟게 하고 우리의 삶에 영감을 불어넣습니다. 여기에 출석하신 분들의 선한 소망을 통해 더 강해진 건강한 상태가 된 모두에게 인사합니다.

보호

*개인 또는 단체 참가자의 의식. 모두 일어선다.
아동과 아동을 둘러싼 사람들 앞에 진행자와
보조자가 있다.*

보조자: 이 의식은 우리의 지역사회에 아이들을
참여시키기 위한 목적입니다.

옛날부터 아이들은 세례, 이름 부여 등으로 의식을
치르는 대상이 되었습니다. 이러한 의식을 통하여
환경의 변화, 인간으로서의 단계를 받아들였습니다.

시민의 특정한 형식이 존재했고 현재에도
존재합니다. 그 형식으로써 출생 신고가 있고,
사건이 벌어지는 장소 등이 있습니다. 그러나 이러한
의식이 따르는 영적인 초월성은 기록을 위한 차가운
서류와는 아무런 관련이 없지만, 아이들이

메시지

공식적으로 나타날 때의 아이와 부모 및 지역 사회의 기쁨엔 관련이 있습니다.

이는 아이들이 지역 사회의 일원이 되도록 하는 의식이며, 이로써 불행한 상황으로 의지할 곳을 잃을 때 아이들을 돌봐주겠다는 약속이 됩니다.

이 의식에서 아이들이 보호받고 지역 사회가 새로운 아이들로 맞아들이도록 빌었습니다.

시간이 지나고 진행자는 참가자를 부드럽게 이끈다.

진행자: 이 아이들을 보호하길 바랍니다.

보조자: 그들을 기쁘게 받아들이며 그들을 보호할 것을 약속합니다.

진행자: 이제 우리의 선한 소망을 올려보냅시다... 모두에게 평화와 기쁨이 있기를!

각 아이들의 머리에 부드럽게 한 손을 올리고 이마에 입을 맞춘다.

결혼

*모두 일어선다. 한 쌍 또는 여러 쌍의
약혼자들이 있다. 약혼자들 앞에 진행자와
보조자가 선다.*

보조자: 아주 오래전부터 결혼식은 사람의 상태 변화에 대한 의식이었습니다.

누군가가 삶의 새로운 단계를 끝내거나 시작할 때, 정해진 종교적 의식이 함께 하곤 합니다. 우리의 개인적인, 그리고 사회적인 삶은 의식에 많은 적든 전통으로써 받아들여서 연결되어 있습니다. 우리는 아침에 밤과는 다른 인사를 합니다. 우리는 아는 사람에게 손을 내밀어 인사합니다. 우리는 생일, 학업의 정점이나 직업을 바꿀 때 축하를 합니다. 우리의 운동은 의식과 종교적 의식에 함께합니다. 지지자와 시민이 경우에 따라 적절한 상황을 만듭니다.

메시지

결혼식은 사람의 상태에 대한 중요한 변화이며 모든 나라에서 그런 것을 특정한 법적 서류를 요청합니다. 말하자면 부부라는 관계는 지역 사회와 국가에 관련된 새로운 상황에서 배우자를 맞아들이는 것입니다. 그러나 배우자가 부부의 인연을 새로운 생활의 형식으로 생각하며 시작한다면, 형태 중심의 영혼이 아니라 깊은 감정으로 하십시오.

따라서 이 상태 변화의 의식엔 다른 사람과 새로운 인연을 가능한 한 긴 유대으로써 맺으려는 의도가 있습니다. 다른 사람에게 최선의 것을 받고 최선의 것을 주려는 소망이 있습니다. 세상을 살아가거나 아이를 기르면서 인연을 최대한 길게 이어가고자 하는 소망이 있습니다.

혼인을 이러한 방식으로 바라보면, 우리는 인연의 합법성을 인정하하지만 영적이며 감정적인 의미에 대해선 단지 배우자만이 이 의식에 의미를 부여한다고 말할 수 있습니다.

다른 말로 반복합니다. 이 의식은 두 명의 인간을 새로운 삶을 영위하는 환경에 안착시키며, 이 의식에선 약혼자들이 그들만의 감정으로 합의에 의한 깊은 공동체를 실현합니다.

우리는 하지 않지만 그들은 우리의 지역 사회 앞에서 혼인합니다.

메시지

진행자: 이 의식이 개인적이며 진실해지기 위해 질문을 합니다. (한 약혼자들 중 한 사람을 가리키며) 이 결혼이 당신에겐 무엇을 의미합니까?

요청받은 사람이 큰 목소리로 대답한다...

진행자: (다른 사람을 가리키며). 이 결혼이 당신에겐 무엇을 의미합니까?

요청받은 사람이 큰 목소리로 대답한다...

진행자: 그러므로, 이 결혼은 표현된 소망과 가장 깊은 의도에 일치할 것입니다. (약혼자들에게 다정하게 인사한다).

임종

이것은 거대한 애정의 의식이며 최선을 다하는 사람들을 요한다.

이 의식은 관심을 가진 집단 또는 다른 사람을 돌보는 사람의 요청에 의해 반복될 수 있다.

진행자는 죽어가는 사람 곁에 홀로 있다.

죽어가는 사람에게 명백하게 의식이 있거나 또는 없는 상태에서, 진행자는 그에게 다가가 부드럽고 분명하며 느린 목소리로 말한다.

메시지

진행자: 당신 인생의 기억은 당신 행동의 심판입니다. 잠시 동안 당신 속의 가장 좋은 기억을 많이 떠올려 보세요. 기억을 떠올리되 두려워하지 말고 순화하세요. 기억을 부드럽게 떠올리며 마음을 가라앉히세요...

몇 분간 조용히 기다리고 같은 어조와 성량으로 다시 말한다.

이제 두려워하지 말고 낙담하지 마세요...

어두운 곳으로 도망치고 싶은 마음을 버리세요...

추억에 대한 집착을 버리세요...

이제 풍경에 대한 꿈에서 관심을 지우고 내부의 자유에 머무르세요...

이제 상승에 대해 결정을 내리세요...

순수한 빛이 높은 산맥의 봉우리를 밝히고 천 가지 색깔의 물이 처음 듣는 멜로디 사이로 평야와 수정 초원을 향해 떨어집니다...

당신에게서 멀어지며 중심에서 점점 더 강해지는 빛의 압력을 두려워하지 마세요. 액체 또는 바람인 것처럼 흡수하세요. 그 안에 생명이 들어 있기 때문입니다...

거대한 산맥에서 숨어있는 도시를 발견하면 그 입구를 알아야 합니다. 그러나 당신의 삶이 형태를

메시지

바꿀 때면 알게 될 것입니다. 도시의 높다란 벽에는 형태로 써진 것, 색깔로 써진 것, “의미”가 있습니다. 이 도시는 한 일과 해야 할 일이 저장되어 있습니다...

잠시 말을 멈추었다가 같은 어조와 성량으로 다시 말한다.

당신은 조화되었습니다...

당신은 순수해졌습니다...

가장 아름다운 빛의 도시로 들어갈 준비를 하세요. 이 도시는 절대 눈으로는 알아차릴 수 없으며, 사람의 귀로는 절대 도시의 노래를 들을 수 없습니다...

자, 가장 아름다운 빛으로 들어갈 준비를 하세요...

죽음

진행자: 삶은 이 신체에서 떠났습니다. 우리의 마음에서 이 신체의 이미지와 우리가 지금 기억하는 사람의 이미지를 분리하도록 노력해야 합니다...

이 신체는 우리의 말을 듣지 못합니다. 이 신체는 우리가 기억하는 사람이 아닙니다...

다른 신체에서 분리된 다른 생의 존재를 느끼지 못하는 사람은, 죽음이 신체를 움직이지 못 하게

메시지

만든다고 해도 실행된 행동은 계속되며 그 영향은 절대 멈추지 않을 거라고 생각할 수도 있습니다. 이 삶에서 분리된 일련의 행동은 죽음으로써 멈추어질 수 없습니다. 행동이 다른 행동으로 바뀌는 것이 완전히 이해되지 않는다고 해도, 이 진실에 관한 명상은 얼마나 깊숙한지요!

그리고 분리된 다른 생의 존재를 느끼는 사람은 똑같이 죽음이 단지 신체를 움직이지 못 하게 했을 뿐이라 생각할 것입니다. 정신이 한 번 더 승리에 도취한 채 해방되었으며 빛을 향해 발걸음을 내딛었다고...

우리의 생각이 어떻든, 망자들에 대해 슬퍼하지 마시다. 오히려 믿음의 뿌리에 대해 묵상하면 부드럽고 조용한 기쁨이 우리에게 올 것입니다...

마음의 평화, 이해의 빛!

승인

승인은 지역 사회에 소속되는 의식이다. 공동체 경험, 함께 나눈 이상, 태도 및 절차로 인한 소속을 말한다.

집단의 요청에 따라 진행한다. 참여자는 문서를 가지고 있어야 한다.

메시지

진행자와 보조자는 일어서 있다.

보조자: 이 의식은 우리 지역 사회에 소속되기를 능동적으로 원하는 사람들의 요청으로 집행됩니다. 여기서 개인적인 약속과 각자의 생활을 개선하기 위해, 그리고 우리의 이웃의 생활을 개선하기 위해 함께 일할 것을 표명할 것입니다.

보조자는 선서하기를 원하는 사람들을 자리에서 일어서도록 안내한다.

진행자: 이기주의와 억압을 행하기 위한 지식이 아니라 선한 지식을 발전시켜 인간 존재가 경험하는 고통과 괴로움이 더 나아지도록 할 것입니다.

선한 지식은 정의를 가져옵니다.

선한 지식은 화해를 가져옵니다.

선한 지식은 또한 의식의 깊은 곳에서 성스러운 것을 간파하게 합니다.

보조자 (및 선서하는 사람들이 함께 읽는다)

우리는 인간을 돈, 국가, 종교 및 모델 및 사회 시스템 위에 있는 최대 가치로 여깁니다.

우리는 생각의 자유를 지향합니다.

메시지

우리는 모든 인간을 위해 권리의 평등과 기회의 평등을 얻습니다.

우리는 관습과 문화의 다양성을 인식하고 장려합니다.

우리는 모든 차별에 반대합니다.

우리는 모든 형태의 물리적, 경제적, 인종적, 종교적, 성적, 심리적, 도덕적 폭력에 대한 정당화에 반대하기 위해 헌신합니다.

진행자: 한편으로, 아무도 다른 사람들을 그들의 종교 또는 무신앙으로 차별할 권리가 없으며, 우리를 위한 영성과 불멸과 신성한 것에 대한 믿음을 선전할 권리를 주장합니다.

우리의 영성은 미신에 대한 영성이 아니며, 무관용에 대한 영성이 아니며, 교리의 영성이 아니며, 종교적인 폭력에 대한 영성이 아닙니다. 그들의 최선의 열망 속에 있던 인간들을 육성하기 위해 깊은 꿈에서 깨어나도록 하는 영성입니다.

보조자 (및 선서하는 사람들이 함께 읽는다)

우리는 생각과 감각 및 행동하는 것을 일치시킴으로써 우리의 삶에 일관성을 부여하길 원합니다.

메시지

우리의 좌절을 인식함으로써 나쁜 의식을 뛰어넘길 원합니다.

우리는 이해시키고 화해하기를 갈망합니다.

우리는 “다른 사람들을 우리가 대우받길 원하는 대로 대하기”를 상기시키는 규칙을 더욱 준수시키고자 합니다.

진행자: 새로운 인생을 시작합니다.

우리의 내면에서 신성한 흔적을 찾아내고 다른 사람에게 우리의 메시지를 전달합니다.

보조자 (및 선서하는 사람들이 함께 읽는다)

오늘 우리의 인생에 대한 개혁을 시작합니다. 우리에게 정신적인 평화와 기쁨과 확신을 주는 힘을 찾기를 시작합니다. 그 후, 가장 가까운 사람들에게 가서 그들과 함께 우리에게 일어난 가장 위대하고 좋은 것을 나눌 것입니다.

진행자: 모두에게 평화, 힘, 그리고 기쁨이 함께하길!

보조자 (및 참석한 모든 사람들)

당신에게도 평화, 힘, 그리고 기쁨이 함께하길!

메시지

길

메시지

당신의 삶이 죽음과 함께 끝난다고 믿는다면 생각하고 느끼고 행하는 것들에 의미가 없습니다. 모든 것이 일관성 없이 붕괴로 끝납니다.

당신의 삶이 죽음과 함께 끝나는 게 아니라고 믿는다면, 생각하고 느끼고 행하는 것들이 일치해야 합니다. 모든 것이 일관성과 통일을 향해 나아가야 합니다.

다른 이들의 고통과 괴로움에 무관심하다면, 당신이 도움을 요청할 때 정당함을 찾지 못할 것입니다.

다른 이들의 고통과 관심에 무관심하지 않다면, 느끼고 생각하고 행하는 것들이 일치하도록 행동하여 다른 사람을 도와야 합니다.

다른 사람들을 당신이 대접받고 싶은 대로 대하는 법을 배우십시오.

당신과 이웃 사람 및 인간 사회의 고통과 괴로움을 초월하는 법을 배우십시오.

메시지

당신 안팎의 폭력성에 저항하는 법을 배우십시오.

당신 안팎의 신성함의 표시를 인지하는 법을 배우십시오.

당신의 삶이 스스로에게 질문하는 법 없이 지나가도록 두지 마십시오. “나는 누구인가?”

당신의 삶이 스스로에게 질문하는 법 없이 지나가도록 두지 마십시오. “내가 어디로 가고 있는가?”

당신이 누군지 대답하지 않고 하루가 지나가도록 두지 마십시오.

당신이 어디로 가고 있는지 대답하지 않고 하루가 지나가도록 두지 마십시오.

메시지

당신의 내면에 대해 감사하지 않고 거대한 기쁨이 지나가도록 두지 마십시오.

자신에게 남아있는 기쁨을 내면에서 요청하지 않고 거대한 슬픔이 지나가도록 두지 마십시오.

당신이 마을, 도시, 지구 및 무한한 세계에 혼자 있다고 상상하지 마십시오.

당신이 이 시간과 이 공간에 속박되어 있다고 생각하지 마십시오.

당신의 죽음에서 외로움이 영원할 거라 생각하지 마십시오.

메시지

실로의 해설

Centro de Trabajo Parques de Estudio y Reflexión,
Punta de Vacas, 2008년 4월

(세 번째 방영/silo.net)

오늘 특별히 세계의 여러 다른 공원에 모인 메시지 전달자들을 이끌 것입니다. 우리의 해설은 메시지의 가장 보편적인 특성을 언급하려고 합니다.

메시지의 배경

1969년에 제작된 두 가지 자료에서 발견되는 배경을 설명하며 시작하겠습니다. 첫 번째는 내면의 시선이라고 알려진 저작물이 이 장소, 1969년 폰타 데 바카스(Punta de Vacas)에서 시작되었다는 것과 1972년 처음으로 발행되었다는 점입니다. 두 번째 배경은 1969년 5월 4일, 똑같이 이 장소에서 *고통의 치유에 관한 강연*이라고 알려진 연설, 즉 훈시가 열렸다는 점입니다.

이 자료들은 계속 여러 형식으로 배포되었으며, 이것이 모여서 분리된 제목과 저서로 엮어지고

메시지

마침내는 저자의 *작품 모음집(Obras completas)*을 구성하기에 이릅니다. 모든 작품들이 모여서 엮기만 한 게 아니라 이미 언급한 두 배경에서 주제가 진전된 것이라고 할 수 있습니다. 따라서 이 작품이 문학, 심리학, 사회 및 다른 여러 장르로 나누어질 수 있지만 여러 가지로 가공된 것의 핵심은 앞서 말한 두 가지로 축소됩니다. 그리하여 다른 여러 저술들과 다른 여러 공공적인 개입은 이전에 언급한 기본 작품의 확장, 발전 및 설명일 뿐입니다.

*메시지(El Mensaje)*는 등장한 지 얼마 되지 않았습니니다. *실로의 메세지(El Mensaje de Silo)*라는 제목으로 2002년 6월에 출판된 한 권의 책에서 처음으로 등장하였습니다. 세 파트는 내부에서 다음과 같이 나누어져 있습니다. 책(*El Libro*), 경험(*La Experiencia*), 그리고 길(*El Camino*.)

“책(*El Libro*)”는 *내면의 시선(La Mirada Interna)*입니다. “경험(*La Experiencia*)”은 8가지 의식을 통해 구체화된 *메시지(El Mensaje)*의 실질적인 부분입니다. 마지막으로, “길(*El Camino*)”는 반성 및 조언을 엮은 것입니다.

여기에서 *메시지*와 그 전작들에 관한 설명을 끝낼 수 있을 것입니다. 그럼에도, *괴로움의 치유에 대한 강연*에서 분리되어 나온 몇 가지 주제에 대해 간단하게 설명하고 싶습니다. 이는 참고 자료로써 고통과 괴로움 사이의 구분과 같이 개인적, 그리고

메시지

사회적인 중요한 주제를 발전시키도록 해주었습니다.

강연 “괴로움의 치유”의 배경

이 강연에선 삶에 가장 중요한 지식은 괴로움과 그 괴로움에 대한 이해라고 이야기합니다. 중요한 것은 신체의 고통과 정신적인 괴로움을 구분하는 것입니다.

세 가지 이유로 괴로움을 겪습니다. 인식, 기억, 상상의 이유입니다. 고통은 폭력의 상태를 드러냅니다. 두려움과 연결된 폭력입니다. 가진 것을 잃는 것, 잃어버린 것, 그리고 성취에 실패하는 것에 대한 두려움. 대체로 질병, 가난, 외로움, 그리고 죽음에 대한 두려움을 갖고 있지 않거나 갖고 있음으로써 괴로움을 겪습니다. 폭력은 욕망에 뿌리를 두고 있습니다. 욕망은 과도한 야망에서부터 가장 간단하고 합법적인 열망에까지 다양한 층위와 형태로 나타납니다.

내면의 명상을 통해 이 점을 이해하면서, 인간 존재는 그 삶을 전환할 수 있습니다.

욕망은 인간의 내면에 남아있지 않아도 관계의 수단을 오염시키는 폭력을 부릅니다.

또한 여기서 우선적인 신체적인 폭력 뿐 아니라 폭력의 다양한 형태가 보입니다. 경제적, 인종적,

메시지

종교적, 성별, 심리적, 도덕적 및 기타 위장 또는 은폐된 형태의 폭력이 있습니다.... 위장되거나 은폐된 것들이 있습니다.

[강연 “괴로움의 치유”에서 발췌: «*사람의 폭력에 대해선 [...] 세상의 폭력을 종식시키기 위한 시작 방법에 잘못된 문이 있습니다.*»]

이 연설에선 삶의 방향을 조정하는 단순한 행동을 가지는 게 필요하다는 점이 강조됩니다. 또한 과학과 정의가 고통을 이겨내기 위해 필요하다는 것도 말합니다. 즉 저속한 욕망을 넘어서는 것이 정신의 괴로움을 이겨내기 위해 필요합니다.

이 강연의 많은 요소들이 다양한 책으로 발전됩니다. *세계에 인간성을 부여하다(Humanizar la Tierra)*, *친구들에게 보낸 편지(Cartas a mis amigos)*, *휴머니즘의 사전(Diccionario del Humanismo)* 및 *실로가 말하다(Habla Silo)* 등이 있으며, “유효한 행동(La Acción Válida)”, “삶의 의미(El sentido de la vida)”, “휴머니즘과 새로운 세계(Humanismo y nuevo mundo)”, “문명과 휴머니즘의 위기(La crisis de la civilización y el humanismo)”, “범세계적 휴머니즘에서 오늘날 우리가 무엇을 이해하는가?(¿Qué entendemos hoy por humanismo universalista?)” 등의 전시회도 있습니다.

내면의 시선의 배경

또 다른 전작, *내면의 시선*은 삶의 의미를 다룹니다. 이것이 이끌어내는 주요 화제는 모순에 대한 심리적 상태입니다. 여기에서 괴로움의 의미, 그리고 정신적 괴로움의 극복이 가능한 방법으로는 모순적이지 않은 행동을 지향하도록 각자의 삶을 조정하는 것이 일반적이며, 특별하게는 다른 사람과의 관계에서 모순이 없는 행동을 지향하는 것이라는 점을 명백하게 합니다.

이 책은 사회적이며 개인적인 성스러움과 넓은 범위의 심리학 및 인류학의 기초를 포함하고 있으며, 이는 서적인 *상상의 심리학(Psicología de la imagen)*과 *심리학 노트(Apuntes de psicología)*에서 *보편적인 근원적 신화(Mitos raíces universales)*까지 이어집니다. 또한 “인간에 대하여(Acerca de lo humano)”, “현재 세계의 종교성(La religiosidad en el mundo actual)” y “신에 관한 테마(El tema de Dios)”와 같은 공적 개입에서도 나타납니다. 이곳에서 *내면의 시선*이 새롭게 전개되고 응용됩니다.

확실한 것은 우리가 언급했던 전작이 실로의 메시지와 관련하여 두 번째와 세 번째 파트의 모든 것과 서로 섞여 있고 겹쳐져있다는 것입니다. 그 이유는 첫 번째로 쓴 것이 *내면의 시선*이었으며 그것을 바로 옮겨쓴 것이기 때문입니다.

경험의 안내Las experiencias guiadas 또는 이야기들 같은 작품에서 이러한 옮겨쓰기가 등장합니다. 이

메시지

해설엔 설화와 허구적인 이야기가 있으며, 또는 “꿈과 행동(El ensueño y la acción)” 또는 “보르마소의 숲(El Bosque de Bormazo)”에서 이미 전작에서 드러난 심리학의 내용을 볼 수 있습니다. 이 간단한 해설을 마치면서, *메시지*가 개인적인 영성, 그리고 사회적인 영성인 것을 주목하길 바랍니다. 이는 시간이 지남에 따라 경험의 진실을 확인해주며 여러 문화, 국적, 사회 및 세대의 지층에서 나타납니다. 정설도 확실한 구조의 형태도 이 한 가지 진실의 기능과 발전에 필요하지 않습니다. 그러나 메시지 전달자들에게 있어, 말하자면 *메시지*를 느끼고 다른 사람에게 전달하는 사람들에게 있어선 언제나 사상과 신념의 자유에 대한 강요를 받아들이지 않을 필요성이, 그리고 다른 사람에게 대접 받을 원하는 것과 같은 방식으로 모든 사람을 대할 필요성이 강조됩니다. 대인 및 사회적인 관계에서의 가치는 모든 전달자들이 동시에 모든 형태의 차별, 불평등 및 불의에 대해 행동하게 합니다.

실로

저자에 대하여

가명 ‘실로’라고도 알려진 마리오 루이스 로드리게스 코보스는 1938년 1월 6일 아르헨티나 멘도사에서 태어났다.

작가이자 철학가로서 여러 책을 썼다. 보편적 휴머니즘 또는 뉴 휴머니즘 사상 기류의 창설자이다. 인간 세계의 위기에서 벗어나기 위해 유일한 대안으로 폭력 반대의 방법론을 제시한다. 개인 및 사회의 동시 발전을 계획하기도 했다.

실로의 메시지에서 그의 사상을 자유롭게 해석하고 자유롭게 정립하도록 안내한다.

메시지

그가 제안하는 원칙은 신체적 고통 및 정신적
괴로움을 뛰어넘는 계획을 세운다.

2010년 9월 16일, 태어난 마을인 멘도사 차크라스 데
코리아(Chacras de Coria)의 자택에서 생을 마감했다.

저자의 다른 작품:

www.silo.net

La Curación del Sufrimiento

En esta arenga se destaca la necesidad de contar con una conducta simple que oriente la vida; y también se dice que la ciencia y la justicia son necesarias para vencer el dolor, pero la superación de los deseos primitivos es necesaria para vencer el sufrimiento mental.

La Mirada Interna

Trata sobre el sentido de la vida. El tópico principal sobre el que discurre es el estado psicológico de contradicción. Allí se aclara que el registro que se tiene de la contradicción es el sufrimiento y que la superación del sufrimiento mental es posible en la medida en que se oriente la propia vida hacia acciones no contradictorias en general y, en particular, hacia acciones no contradictorias en relación con otras personas.



Otras obras del autor:

<http://www.silo.net>