



**ANGLUNAS
SA
PAGDURUSA
ANG
SARILING
PANANAW**

Silo

Silo

Ang Lunas sa Pagdurusa

Ang Sariling Pananaw

Pagpapagaling sa mga
Pagdurusang Sariling
Pananaw

©Silo

Tagapagtala Mario Gazel Rojas

ISBN 978-9930-529-83-6

Inilathala sa digital na edisyon

EdiNexo E.I.R.L

San Jose, Costa Rica

Ikalawang edisyon, Nobyembre 2016

Nilalaman

Paalala sa edisyong ito Ang

Lunas sa Pagdurusa

Ang Sariling Pananaw

- I. Ang Pagninilay-nilay
- II. Kahandaan para maunawaan
- III. Mga bagay na walang kahulugan
- IV. Ang Pagtitiwala
- V. Malalim na Pangamba
- VI. Managinip at Gumising Presensya ng Puwersa
- VII. Pagkontrol ng Puwersa
- VIII. Mga pagpapakita ng enerhiya
- IX. Malalim na katibayan
- X. Ang sentro ng liwanag
- XI. Mga Natuklasan
- XII. Mga Prinsipyo
- XIII. Mga Gabay sa Sariling Landas
- XIV. Ang karanasan ng kapayapaan at paglalakbay patungo sa Puwersa
- XV. Pagkakaroon ng Puwersa
- XVI. Pagkawala at pagpigil sa Puwersa
- XVII. Pagkilos at Reaksyon ng Puwersa
- XVIII. Mga Pansariling Kapanatagan
- XIX. Katotohanan sa Sarili

Ang Mensahe, mga komento ni Silo

Tungkol sa May-Akda

Paalala sa kasalukuyang ika-2 edisyon

Ang paglathala ng isang aklat ng talumpati "Ang Lunas sa Pagdurusa" at librong Ang Sariling Pananaw, kapwa obra ng matalinong Latino Amerikanong si Mario Luis Rodriguez Cobos, Silo, (ika-6 ng Enero 1938 - ika-16 ng Setyembre 2010), ay nagbigay-inspirasyon sa mga paliwanag na ibinigay ni Silo, na itinuturo ang kanyang naturang aklat na Ang Mensahe ni Silo, sa mga obrang nabanggit: ang talumpating "Ang Lunas sa Pagdurusa" at librong Ang Sariling Pananaw.

"Ang Lunas sa Pagdurusa" ay hinango mula sa librong Mga Salita ni Silo at Ang Sariling Pananaw, ng aklat ng Sangkatauhan sa Mundo, parehong inilathala sa Bagong Koleksyon ng Humanismo.

Eduardo Monge

Ang Lunas sa Pagdurusa

Punta de Vacas,
Mendoza, Argentina,
ika-4 ng Mayo 1969

Talumpati

Kung ikaw ay nakikinig sa isang tao na ang karunungan ay dapat ikalat, nagkakamali ka sa paraang ito dahil ang tunay na karunungan ay hindi nakukuha sa pamamagitan ng mga aklat o talumpati; ang tunay na karunungan ay nasa kalooban ng iyong konsensya bilang tunay na pagmamahal, iyon ay nasa kaibuturan ng iyong puso.

Kung ikaw ay itinulak na makinig sa mga taong mapanirang-puri at ng mapagkunwari ang iyong naririnig ay magsisilbi sa iyo bilang argumento laban sa kanya, nagkakamali ka sa paraan dahil hindi naririto ang taong ito upang humingi sa iyo ng anumang bagay, hindi para gamitin ka, dahil hindi niya kailangan.

Nakikinig ka sa isang tao na walang kamalayan sa mga batas na namamahala sa Mundo, walang kamalayan sa kasaysayan ng batas, mangmang sa kaugnayan ng pamamahala sa tao. Tinutukoy ng taong ito na malayo ang iyong budhi mula sa siyudad at sa kanilang palalong ambisyon. Mula doon sa mga siyudad, kung saan bawat araw ay ninanais na padaliin ang kamatayan, kung saan ang pagmamahal ay nagiging pagkasuklam, kung saan nagiging paghihiganti ang pagpapatawad; doon sa siyudad ng mayayaman at mahihirap; doon sa napakalawak na dami ng tao, itinakda ang isang laksang pagdurusa at kalungkutan.

Ang Lunas sa Pagdurus

Nagdurus ka kapag matindi ang sakit sa iyong katawan. Nagdurus ka kapag ang gutom ay nararamdaman ng iyong katawan. Ngunit hindi ka lamang nagdurus mula sa dagliang panakit ng iyong katawan, mula sa iyong pagkagutom. Nagdurus ka rin, mula sa mga kahihinatnan ng mga sakit sa iyong katawan.

Kailangan mong makilala ang dalawang uri ng pagdurus. Mayroong pagdurus na nagaganap dahil sa sakit (at maaaring bumalik ang pagdurus subalit salamat sa makabagong siyensya, gayundin ang pagkagutom na maaaring bumalik ngunit salamat sa alintuntunin ng hustisya). Mayroon isa pang uri ng pagdurus kung saan hindi nakadepende ito sa sakit ng iyong katawan ngunit doon ito nagmumula: kung ikaw ay imbalido, hindi makakita o hindi makarinig, nagdurus ka; kahit na ang pagdurusang ito ay nagmula sa iyo o sa sakit ng iyong katawan, ang gayong pagdurus ay nasa iyong isipan.

May isang uri ng pagdurus na hindi maaaring bumalik laban sa makabagong siyensya o laban sa pagsulong ng katarungan. Ang uri ng pagdurus, na kung saan mahigpit sa iyong isipan, umaatras laban sa pananampalataya, sa harap ng maligayang pamumuhay, sa harap ng pag-ibig. Dapat mong malaman na ang pagdurusang ito ay nakabatay sa karahasan ng iyong sariling konsensya. Nagdurus ka dahil natatakot kang mawala ang mga bagy na mayroon ka, o para sa mga nawala na sa iyo, o sa bagay na iyong hinahangad na makamit. Nagdurus ka dahil hindi ka nagkaroon, o dahil sa pangkalahatan ikaw ay nakakaramdam ng takot... Narito ang mga dakilang kaaway ng tao: ang

Ang Lunas sa Pagdurusang

takot sa karamdaman, takot sa kahirapan, takot sa kamatayan, takot sa kalungkutan. Nasa iyong isipan ang lahat ng pagdurusang ito: lahat sila ay nagbibigay daan sa pansariling karahasan, ang karahasan na nasa iyong isip. Tandaan na ang karahasang iyon ay nanggagaling mula sa iyong pagnanasa. Ang mas marahas na tao, mas di-kanais-nais ang kanyang mga hangarin.

Ang Lunas sa Pagdurusa

Gusto kong ibahagi ang isang kwento na naganap ng matagal na panahon.

Mayroon isang manlalakbay na kailangang dumaan sa mahabang paglalakbay. Pagkatapos, itinali niya ang kanyang alagang hayop sa isang karwahe at nagsimulang magmartsa patungo sa isang mahabang destinasyon na may nakatakdang panahon lamang. Pinangalanan ko ang hayop ng "Kailangan", ang karwahe na "Hinahangad", tinawag ko ang isang gulong na "Kasiyahan" at ang isa na "Dalamhati". Sa gayon, kinuha ng manlalakbay ang kanyang karwahe patungo sa kanan at kaliwa, ngunit siyempre papunta sa kanyang patutunguhan. Mas mabilis ang pag-andar ng karwahe, mas mabilis kumilos ang mga gulong na sina "Kasiyahan" at "Dalamhati", na tila nakakonekta sa parehong aksis at tumatakbo kasama sa karwaheng si "Hinahangad". Dahil napakahaba ng paglalakbay, nainip ang ating manlalakbay. Kaya nagpasya siyang palamutian ito, pinalimutian nang magaganda, gayon nga ang ginawa niya. Ngunit mas higit pa niyang pinaganda ang kotse na si Hinahangad naging mas mabigat ang ginagawa ni Kailangan. Sa gayong paraan ang mga kurbada at sa matatarik na libis, nanlulupaypay ang kawawang hayop ni hindi magawang hatakin ang karwaheng si Hinahangad. Ang mga gulong ni Kasiyahan ay nasa mabuhanging kalsada at si Dalamhati ay nakadikit sa sahig. Kaya, isang araw nawalan ng pag-asa ang manlalakbay dahil napakahaba ng daraanan at ang kanyang patutunguhan ay napakalayo. Nang gabing iyon, nagpasiya siyang magnilay ng mga problema, sa gayon, narinig niya ang

Ang Lunas sa Pagdurusang
daing ng kanyang matalik na kaibigan. Sa pag-unawa
ng mensahe, nang sumunod na araw inalis niya ang
mga palamuti sa karwahe, pinagaan niya ang kanyang
timbang at maagang-maaga nagsimulang maglakad ang
kanyang hayop patungo sa destinasyon nito.
Gayunpaman, hindi na niya mababawi ang mga
nawalang oras. Sa sumunod na gabi, muli siyang
nagnilay at naunawaan, ang abiso mula sa kaibigan, na
kailangan niya ngayon isagawa ang bagong tungkulin

Ang Lunas sa Pagdurusa

higit na mahirap, dahil nangangahulugan ito ng kanilang paghihiwalay. Umagang-umaga isinakripisyo niya ang karwaheng si Hinahangad. Totoo nga sa paggawa nito, nawala sa kanya ang gulong na si Kasiyahan, gayon man ay nawala din ang gulong na si Pagdurusa. Sumakay siya sa hayop na si Kailangan, sa kanyang balakang, at nagsimula siyang maglakad sa berdeng damuhan hanggang sa marating niya ang patutunguhan.

Tingnan kung hanggang saan kaya kang dalhin ng iyong pagnanais. May iba't ibang uri ang pagnanais. Mayroong mas mapangahas na pagnanais at mayroon din palalong pagnanais. Mataas na hangarin, hangaring magtagumpay, malinis na hangarin!, tiyak na magkakaroon ng sakripisyo ang gulong na si Kasiyahan, gayundin ang gulong na si Pagdurusa. Ang karahasan ng tao, inuudyukan ng pagnanais, hindi lamang ito sakit sa iyong konsensya, ngunit gawa ng mundo na siyang isinasagawa ng ibang tao kasama ang ilang mabubuting tao. Huwag isipin na nagsasalita ako tungkol sa karahasan na tumutukoy sa katotohanan ng kakayahan ng digmaan, kung saan pinapatay ng tao ang kapwa tao. Iyon ay isang uri ng pisikal na karahasan. Mayroon pang-ekonomiyang karahasan: kung saan ang pang-ekonomiyang karahasan ay gumagawa ng ikakasira ng iba; nangyayari ang pang-ekonomiyang karahasan kapag nagnanakaw ka sa iba, kapag hindi ka na kapatid ng iba, kundi ikaw ay isang ibong maninila para sa iyong kapatid. Bilang karagdagan, mayroon ding karahasan sa lahi: Sa palagay mo ba hindi ka gumagawa ng karahasan kapag hinuhusgahan mo ang kapwa dahil iba ang lahi kaysa sa iyo, sa palagay mo ba

Ang Lunas sa Pagdurusa

hindi ka gumagawa ng karahasan kapag pinabubulaanan mo ito, dahil iba ang lahi kaysa sa iyo? Mayroong isang pangrelihiyong karahasan: Hindi mo ba iniisip na gumagawa ka ng karahasan kapag binigyan mo kami ng gawain, o isara ang mga pinto, o sisantehin ang iba, para sa hindi pagiging pareho ng iyong relihiyon? Sa palagay mo ba hindi karahasan sa mga taong nasa paligid

Ang Lunas sa Pagdurusa

na hindi sumasang-ayon sa iyong mga prinsipyo sa pamamagitan ng paninirang-puri; sa loob ng kanyang pamilya, sa kasama ng kanyang minamahal, Bakit hindi ka sumasang-ayon sa kanilang relihiyon? May iba pang anyo ng karahasan na ipinapatupad ng moralidad ng mga Filistena. Gusto mong ipatupad ang iyong paraan ng pamumuhay sa iba, dapat mong ipatupad ang iyong bokasyon sa iba ... Ngunit sino ang nagsabi sa iyo na ikaw ay isang halimbawa na dapat sundin?

Sino ang nagsabi sa iyo na maaari mong ipatupad ang isang paraan ng pamumuhay dahil gusto mo ito? Saan mo huhubugin at kanino mo ito ipapatupad?... Narito ang isa pang uri ng karahasan. Maaari mo lamang tapusin ang karahasan sa iyong sarili at sa iba at sa mundo sa paligid mo, sa pamamagitan ng pansariling pananampalataya at pagninilay. Walang magandang paraan para tapusin ang karahasan. Malapit nang sumabog ang mundong ito at walang paraan upang tapusin ang karahasan!

Huwag mo hanapin ang huwad na daanan! Walang patakaran na maaaring magawa para malutas ang magulong karahasan. Walang samahan o kilusan sa mundo na maaaring magtapos ng karahasan. Walang magandang kahihinatnan ang karahasan sa mundo... Sinasabi sa akin ng mga kabataan mula sa iba't ibang lugar na naghahanap upang iwasan ang karahasan at sariling pagdurusa sa maling pinto. Hanapin ang gamot bilang solusyon. Huwag maghanap ng maling paraan para tapusin ang karahasan.

Aking kapatid: tuparin ang mga simpleng utos, gaano kasimple ang mga bato at ang niyebe na ito at ang araw

Ang Lunas sa Pagdurusang
na nagpapala sa atin. Isabuhay sa iyong sarili ang
kapayapaan at ibahagi sa iba. Aking kapatid: mula sa
kasaysayan ng isang nilalang ipinapakita ang mukha ng
pagdurusang, tingnan ang mukha ng pagdurusang..., ngunit
tandaan na kailangan itong ipagpatuloy

Ang Lunas sa Pagdurusa

pasulong at kinakailangang matutong tumawa at matutong magmahal.

Para sa iyo, aking kapatid, ipinupukol ko ang pag-asang ito, itong pag-asa ng kagalakan, itong pag-asa ng pagmamahal upang itaas ang iyong puso at itaas ang iyong espiritu, at sa gayon ay hindi mo malimutan itaas ang iyong katawan.

Mga Paalala:

1. *Ipinagbawal ang diktadurang militar ng Argentina ang pagsasakatuparan ng anumang pampublikong batas sa mga lungsod. Samakatuwid, napili ang isang lugar na iniwan ng tao, na kilala bilang Punta de Vacas, sa mga hangganan ng Chile at Argentina. Mula pa noong una, kontrolado ng mga awtoridad ang mga ruta na madadaanan. Matutukoy mo ang pinagkukutaan ng machine-gun, sasakyang militar at armadong lalake. Upang ma-access ito kinakailangang magpakita ng mga dokumento at personal na datos, na lumilikha ng ilang di-pagkakaunawaan sa Ulat Pandaigdigang. Sa isang kahanga-hangang bundok na nalalatangan ng niyebe, sinimulan ni Silo ang kanyang talumpati sa harap ng dalawang daan taong manonood. Malamig at maaraw ang umaga. Bandang 12 a.m. nang matapos ang lahat.*
2. *Ito ang kauna-unahang pampublikong interbensyon ni Silo. Humigit kumulang bumabalot sa isang makasaysayang paliwanag na ang pinakamahalagang kaalaman sa buhay ("ang tunay na karunungan"), hindi ito tumutugma sa kaalaman ng aklat, pangkalahatang batas, etc., ngunit isa itong tanong sa pansariling karanasan, bukal sa loob. Ang*

Ang Lunas sa Pagdurusang tinutukoy ang pinakamahalagang kaalaman sa buhay sa pag-unawa ng pagdurusang at sa paglupig nito.

Isang pagpapatuloy ng paglalantad ng napakasimpleng tesis, sa maraming bahagi: 1. Magsisimula ka sa pagtukoy ng pagpasok ng pisikal na sakit at mga pinanggalingan nito, salamat sa makabagong siyensyang at hustisyang pag-asang maaari silang makabalik, hindi katulad ng paghihirap sa isip na hindi maaaring alisin sa pamamagitan ng mga ito; 2. Naghihirap ka sa tatolong paraan: ang pang-unawa, ng memorya, at ng imahinasyon; 3. Itinuturo ng paghihirap ang isang kalagayan ng karahasan; 4. Ang karahasan ay nakaugat sa pagnanasa; 5. May iba't ibang anyo at antas ang pagnanasa. Bilang tugon sa ("para sa pansariling pagninilay"), maaaring kang umunlad. Kaya't sa gayon: 6. Ang pagnanais ("mas higit na mapangahas na pagnanais") ay nag-uudyok sa karahasan na hindi iyon mula sa pagkatao ngunit ito ang lumalason sa relasyon sa pagitan ng; 7. sa pagtingin ng magkakaibang anyo ng karahasan at hindi lamang pangunahin ang pisikal na karahasan; 8. Kinakailangang ipaliwanag sa isang payak na pag-uugali na magpapatuloy sa buhay ("sumunod sa simpleng utos"): matutong dalihin ang kapayapaan, ang kagalakan

at higit sa lahat ang pag-asa. Konklusyon: kinakailangan mapagtagumpayan ng siyensyang at

Ang Lunas sa Pagdurusang
katarungan ang sakit sa lahi ng tao.
Napakahalagang malupig ang sinaunang
pagnanais para mapagtagumpayan ang pagdurusang
sa isip.

Ang Sariling Pananaw

Ang Sariling

I. ANG PAGNINILAY

1. Ito ay binibilang kung paano ang walang kabuluhang buhay ay nagiging makabuluhan at makatuwiran.
2. Dito ay may kagalakan, pag-ibig sa sarili, sa kalikasan, sa sangkatauhan at sa espiritu.
3. Tinatanggihan niya dito ang mga sakripisyo, ang pakiramdam ng pagkakasala at pagbabanta mula sa kabilang buhay.
4. Hindi sumasalungat ang mundo sa walang hanggan.
5. Pinag-uusapan natin dito ang pansariling rebelasyon na maingat nagninilay sa mapagpakumbabang paghahanap na dumarating sa lahat.

Ang Sariling

II. KAHANDAAN PARA MAUNAWAAN

1. Alam ko kung ano ang nararamdaman mo dahil nararanasan ko ang iyong kalagayan, ngunit hindi mo alam kung paano makaranas ng sinasabi ko. Samakatuwid, kung nakikipag-usap ako sa iyo nang walang interes sa kung bakit ka masaya at malaya ang bawat tao, nangangahulugan ito ng pagsisikap na maunawaan.
2. Huwag isipin kung ano ang iyong mauunawaan sa pakikipagtalakayan sa akin? Maaari mo itong gawin kung sa tingin mo dapat linawin ang mga salungat sa iyong pagkaka-unawa ngunit hindi ito ang paraan na tumutugma sa kasong ito.
3. Kung tatanungin mo ako kung ano ang angkop na pag-uugali, sasabihin ko sa iyo na magnilay nang mabuti at huwag magmadali kung ano ang ipinapaliwanag ko dito
4. Kung sumagot ka na may mga bagay na dapat mong gawin sa iyong sarili, sasagutin ko na ang iyong pagnanais na matulog o mamatay, walang akong gagawin para tutulan ka.
5. Huwag ding makipagtalo kung ayaw mo ang aking eksaktong pamamaraan ng pagpapakita sa mga bagay na ito dahil hindi ka makapagsasalita para sa balat ng mabungang prutas.

Ang Sariling

6. Ilalantad ko ang paraan na sa tingin ko ay maginhawa hindi kung ano ang sa labas ay kanais-nais para sa mga taong nagbibigay inspirasyon sa mga bagay na malayo sa buong katotohanan.

III. MGA BAGAY NA WALANG KAHULUGAN

Natuklasan ko sa mga nagdaang araw ang malaking kabalintunaanang ito: silang may dalang kabiguan sa kanilang mga puso ay maaaring magdala ng huling tagumpay, silang nakadama ng tagumpay ay nanatili sa kalsada bilang mga gulay na nagpapalaganap at matahimik na buhay. Sa mga nagdaang araw ay lumapit ako sa liwanag mula sa pinakamadilim na kadiliman na hindi ginagabayan ng pagtuturo kundi ng pagninilay-nilay.

Ganyan ang sinabi ko sa aking sarili sa unang araw:

1. Walang kahulugan ang buhay kung ang lahat ay nagtatapos sa kamatayan.
2. Ang lahat ng pagkilos ay nagbibigay-katwiran, maging kasuklam-suklam o maging mahusay ito, isa itong bagong panaginip na nag-iiwan ng kawalang kabuluhan sa hinaharap.
3. Ang Diyos ay isang bagay na hindi sigurado.
4. Pananampalataya ay isang bagay na papalit-palit bilang rason at panaginip.
5. "Ano ang dapat gawin" na maaaring ganap na

Ang Sariling
hamunin at walang katiyakan babalik upang
bigyang suporta ang mga paliwanag.

Ang Sariling

6. "Ang responsibilidad' ng mga taong gumagawa ng isang bagay ay hindi dakila kaysa sa responsibilidad ng mga hindi gumagawa sa kanilang sarili.
7. Kumikilos ako alinsunod sa aking mga interes at hindi nito ako ginagawang duwag ngunit hindi rin isang bayani.
8. Ang 'aking mga interes' ay hindi nagpapatunay o nagpapahiya sa anumang bagay.
9. Ang 'aking mga dahilan' ay hindi mas mabuti o mas masama kaysa sa mga dahilan ng iba.
10. Kinatatakutan ko ang kalupitan ngunit hindi para dito at sa kanyang sarili ito ay mas masahol o mas mahusay kaysa sa kabutihan.
11. Kung ano ang sinabi ko ngayon, o ng iba, ay walang halaga bukas.
12. Ang pagkamatay ay hindi mabuti kaysa sa buhay o sa hindi ipinanganak, ngunit hindi rin ito mas masama.
13. Natuklasan ko na hindi sa pagtuturo, kundi sa pamamagitan ng karanasan at pagninilay, na walang kahulugan ang buhay kung ang lahat ay magwawakas sa kamatayan.

IV. ANG PAGTITIWALA

Ang ikalawang araw:

1. Ang lahat ng ginagawa ko, nadarama at iniisip, ay hindi nakasalalay sa akin.
2. Ako nga ay nagbabago at depende sa pamamaraan ay kumikilos. Kapag gusto kong baguhin ang pamamaraan o ang 'ako', ito ang pamamaraan na nagbabago sa akin. Pagkatapos ay hinahanap ko ang lungsod o ang kalikasan, ang pagtubos sa lipunan o isang bagong labanan na magpapatunay sa aking buhay ... Sa bawat isang kasong ito ang paraan na umaakay sa akin upang magpasiya para sa isa o iba pang saloobin. Sa ganitong paraan, iniwan ako ng aking mga interes at kapaligiran.
3. Sinasabi ko noon na hindi mahalaga kung ano o sino ang nagpasiya. Sinasabi ko sa mga pagkakataon iyon na kailangan kong mabuhay,

yamang ako ay nasa sitwasyong mabuhay. Sinasabi ko ang lahat ng ito ngunit walang bagay na magpapatunay rito. Maaari akong magpasiya, mag-atubili o manatili. Gayon pa man, mas mahusay ang isang bagay kaysa sa iba, pansamantala, ngunit walang 'mas mabuti' o 'mas masama' sa dulo.

4. Kung sasabihin sa akin ng isang tao na hindi siya

Ang Sariling

kumakain ay mamamatay, sa katunayan, at siya ay obligadong kumain ng kanyang mga pangangailangan ngunit hindi ko idagdag ang kanyang pakikibaka upang kumain ay nagpapatunay sa kanyang buhay. Hindi ko rin sasabihin na masama ito. Sasabihin ko,

Ang Lunas sa Pagdurusa
nang may kasimplehan, na kung saan ang indibidwal
na katotohanan o kolektibong kinakailangan para
makaligtas ngunit

walang kabuluhan sa sandaling ito kapag nawala ang
huling labanan.

5. Sasabihin ko, bilang karagdagan, na ako ay nakikiisa sa pakikibaka ng mga mahihirap at ng pinagsasamantalahan at inusig. Sasabihin ko ang nararamdaman kong "natupad" na may naturang pagkakakilanlan ngunit mauunawaan ko na wala nang katwiran.

V. Malalim na Pangamba

Ang ikatlong araw:

1. Minsan naiisip ko ang mga katotohanang naganap na nauna nang nangyari.
2. Minsan ay nahuhuli ako na malayo ang iniisip.
3. Kung minsan ay nailalarawan ko ang mga lugar na hindi ko pa nabisita.
4. Minsan sa aking pagkawala ay tumpak kong masasabi kung ano ang nangyari.
5. Minsan ay nananaig sa akin ang sa sobrang kaligayahan .
6. Kung minsan nananaig sa akin ang isang buong pang-unawa.
7. Minsan isang perpektong pakikipag-ugnayan sa lahat ay kalugud-lugod sa akin.
8. Minsan ay nasisira ang aking pangarap at nakita ko ang katotohanan sa isang bagong paraan.
9. Minsan ay nakikilala ko ang isang bagay na nakita ko sa unang pagkakataon.

... At ang lahat ng ito ay nagbigay sa akin alalahanin.

Ang Sariling

Mabuting kadahilanan ang binigay ko sa aking sarili, nang walang mga karanasang iyon, hindi ko magagawang iwanan ang mga kayamanan na walang kabuluhan.

VI. MANAGINIP AT GUMISING

Ang ika-apat na araw:

1. Hindi ko maaaring makuha ang katotohanan sa kung ano ang nakikita ko sa aking mga pangarap, o kung ano ang nakikita ko sa aking pag-idlip, o kung ano ang nakikita ko paggising, ngunit nangangarap.
2. Maaari kong gawin para sa katotohanan kung ano ang nakikita ko paggising at hindi pangarap. Hindi ito ang nagsasabi kung ano ang rumerekord sa aking damdamin ngunit ang mga gawain sa aking isip kapag tinutukoy nila ang mga iniisip na "datos". Dahil ang mga datos na walang laman at nakakapagduda ay inihatid ng panlabas na pandama at ng sarili din at ng memorya din. Ito ang tama sa aking isip kapag ito ay gising at naniniwala ito kapag natutulog. Bihira kong makita ang isang tunay na bagong paraan at pagkatapos ay mauunawaan ko ang karaniwang nakikita na aking panaginip o nakikita sa aking pag-idlip.

Mayroon isang tunay na paraan para maging gising: ang bagay na nagdala sa akin upang malalim na magnilay tungkol sa kung ano ang sinabi at kahit na dito, at saka, ang siyang nagbukas ng pinto para sa akin para matuklasan ang kahulugan ng lahat ng bagay na umiiral.

VII. PAGKAKAROON NG PUWERSA

Ang ikalimang araw:

1. Kapag ako ay talagang gising, pinipilit kong maabot ang pag-unawa.
2. Kapag ako ay tunay na gising at kulang ako ng lakas upang magpatuloy sa pag-akyat maaari kong kunin ang Puwersa mula sa aking sarili. Siya ay nasa buo kong katawan. Ang lahat ng lakas kahit ang nasa pinakamaliit na selula ng aking katawan. Mas mabilis na kumakalat ang enerhiyang ito at mas matindi kaysa sa dugo.
3. Natuklasan koNG nakapokus sa mga bahagi ng aking katawan ang enerhiya nang kumilos sila.
4. Sa panahon ng mga sakit nawawala ang enerhiya o naipon nang eksakto sa mga apektadong bahagi Subalit oo, upang manumbalik ang iyong normal na daluyan mula sa maraming sakit nagsisimula silang mawala.

Alam ng ilang tao ito at kumikilos na muling patatagin ang enerhiya sa pamamagitan ng iba't ibang mga pamamaraan na iba sa atin ngayon.

Alam ng ilang bayan ito at kumikilos na makipag-ugnayan sa iba para sa enerhiyang iyon. Pagkatapos, lumilikha sila ng "mga liwanag" ng pag-unawa at kahit sa pisikal na "himala".

VIII. PAGKONTROL NG PUWERSA

Ang ika-anim na araw:

1. Mayroong isang anyo na naghahatid at nakapokus sa Puwersa na kumakalat sa buong katawan.
2. Mayroong kumokontrol sa bahagi ng ating katawan. Nakasalalay ito mula sa kanila kung ano ang alam namin bilang pagkilos, damdamin at ideya. Kapag nagpapakita ng paglikha sa pagkilos ang enerhiya sa mga bahaging iyon ng pag-uudyok, emosyonal at karunungan.
3. Ayon sa mas panloob o mababaw na pagkilos ng enerhiya na nagaganap sa katawan ng nanaginip nang malalim, kalahating panaginip, o sa estado ng gising... Tiyak na ang koronang nakapalibot sa katawan o ang ulo ng mga banal (o ng dakilang liwanag), sa mga ipinintang larawan ng relihiyon, binabanggit nila ang kamanghang-manghang pangyayaring iyon ng enerhiya, paminsan-minsan, na nagpapakita ng higit pang panlabas.
4. Mayroong isang tunay-gising-totoong kontrol na punto at may isang paraan hanggang sa madala ang Puwersa.
5. Kapag dinadala ang enerhiya sa lugar na iyon binabago ang lahat ng iba pang control point.

Ang Sariling

Sa pag-unawa ng mabuti at pagpapalabas ng Puwersa sa mas mataas na punto, nadama ng buong katawan ko ang malaking epekto ng isang enerhiya at tumama siya sa aking budhi at hanggang sa maunawaan at maintindihan. Ngunit nasiyasat ko rin na maaari akong mawala sa kalaliman ng aking isip kung mawalan ako ng kontrol sa enerhiya. Naalala ko noon ang mga alamat tungkol sa "mga langit" at "impiyerno" at nakikita ko ang parehong linya na humahati sa pagitan ng mental na estado.

-

IX. MGA PAGPAPAKITA NG ENERHIYA

Ang ikapitong araw:

1. Ang enerhiya na ito sa paggalaw ay maaaring 'maging independiyente' ng katawan habang pinapanatili ang pagkakaisa nito. Ang tuloy-tuloy na paggalaw ng enerhiya ay maaring "kusang-loob" ng katawan habang pinapanatili ang kabuuan nito.
2. Isang uri ng nagkakaisang enerhiya ang "dobleng katawan" na tumutugma sa cenesthetic na kumakatawan sa iisang tao na rumententa sa loob ng espasyo. Sa umiiral na espasyo pati na rin ang mga kumakatawan na tumutugma sa nararamdaman ng katawan, hindi nagbigay ang siyensya na nangangasiwa sa mental phenomena ng sapat na impormasyon.
3. Ang di-balanseng enerhiya (halimbawa: isipin na nasa "labas" ng katawan o "nakahiwalay" na materyal nito, na nagpapalipas tulad ng larawan o tunay na kumakatawan sa sariling unit depende sa kung sino ang humahawak ng pagpapatakbo nito.
4. Nakikita ko na ang "panlabas" na enerhiya na

Ang Sariling

kumakatawan sa sarili mismo bilang "sa labas" ng katawan, nililikha na ito mula sa pinakamababang antas ng pag-iisip. Sa mga nangyaring pag-atake sa kasong iyon laban sa pinakapangunahing yunit ng buhay

Ang Sariling

sa dahilang ito ang tugon bilang kalasag sa isang nanganganib. Samakatuwid, sa ilang mga pamamaraan ng pagkawala ng ulirat na mababa ang antas ng kamalayan at ang panloob na yunit ay nasa panganib, ang mga hindi boluntaryong sagot at hindi kinikilala na nilikha ng kanilang sarili ngunit mai-uugnay sa iba pang mga nilalang.

Ang "mga multo" o "mga espiritu" ng ilang bayan o ilang mga manghuhula na wala sa kanilang sarili "mga manggagaya"

(mga representasyon sa kanilang sarili), ng mga tao na pakiramdam ay nalasing sila. Dahil wala sa malinaw ang kanilang mental na kalagayan (sa kawalan ng ulirat), dahil nawala sa kanila ang pagkontrol ng Puwersa, nadama ang mga kakaibang mga nilalang na nag-uudyok na kung minsan ay gumagawa ng kahanga-hangang phenomena. Walang alinlangan na maraming mga "demonyo" ang nagdurusa sa gayong mga epekto. Ang pangwakas na bagay, sa gayon, ang pagkontrol sa Puwersa.

Ganap na nagbago ang aking pagkakaintindi sa ordinaryong buhay at sa buhay pagkatapos ng kamatayan. Sa pamamagitan ng mga saloobin at ng karanasang ito nawawala ang aking pananampalataya sa kamatayan at mula noon hindi ako naniniwala dito, dahil hindi ako naniniwala sa kawalang kahulugan ng buhay.

Ang Sariling

X. MALALIM NA KATIBAYAN

Ang ikawalong araw:

1. Malinaw na sa akin ang tunay na kahalagahan ng masiglang buhay.
2. Nakumbinsi ako ng tunay na kahalagahan ng pagtaboy sa personal na paninira.
3. Ang tunay na kahalagahan ng pamamahala ng Puwersa, upang makamit ang pagkakaisa at pagpapatuloy, na pumupuno sa akin ng kasiyahan.

XI. ANG SENTRO NG LIWANAG

Ang ikasiyam na araw:

1. Mayroong isang "liwanag" sa Puwersa na nagmumula sa "sentro".
2. Sa paglaho ng enerhiya ay nagkakaroon ng paggalaw mula sa sentro at sa pagsasama-sama at ebolusyon nito, katumbas ito ng isang operasyon ng maliwanag na sentro.

Hindi ako nagulat na makita sa mga sinaunang bayan ang debosyon para sa Diyos ng araw at nakita ko iyon, kung ang iba ay sumasamba sa bituin dahil nagbibigay ito ng buhay sa lupa at kalikasan nito, binigyan ng babala ang iba sa maringal na katawan na sumisimbolo sa mas malaking katotohanan.

May mga nanggaling pa mula sa malayo at tumanggap ng hindi mabilang na regalo mula sa sentro na paminsan-minsan "bumababa" na may dilang-nagniningas na nagpapahayag ng inspirasyon tungkol sa kanila, kung minsan ay tulad ng maliwanag na bola, kung minsan ay tulad ng nasusunog na kawa na lumitaw sa harapan ng natatakot na mananampalataya.

XII. MGA NATUKLASAN

Ang ikasampung araw:

Mangilan-ngilan, ngunit naging mahalaga ang aking mga natuklasan, na aking binuod sa ganitong paraan:

1. Lumalaganap ang Puwersa sa katawan nang hindi-boluntaryo, ngunit maaari itong makibagay sa isang may masidhing kamalayan. Ang pag-abot sa isang direktang pagbabago, sa antas ng kamalayan, ay nagbibigay sa tao ng isang mahalagang sulyap sa pagpapalaya ng mga 'natural' na kondisyon na mukhang nagpapasakop sa kanilang budhi.
2. Nasa katawan ang mga punto ng pagkontrol sa mga magkakaibang gawain nito.
3. Sa pagitan ng estado ng tunay na gising at iba pang antas ng budhi ay may pagkaka-iba.
4. Maaari mong dalhin sa punto ng tunay na paggising ng Puwersa (sa pag-unawa ng "Puwersa" ng enerhiya ng isipan na sinasamahan ng ilang kilalang imahe at para sa 'punto' ng lokasyon ng isang imahe sa isang 'lugar' na kumakatawan sa espasyo).

Ginawa nila ang mga konklusyong ito upang makilala ko ang mga orasyon ng sinaunang mga tao, naging madilim sa mga ritwal ang binhi ng isang mahusay na katotohanan at hindi nakaabot sa kanila ang panlabas na pag-aaral kaya bumuo ng pansariling gawain, binuo sa pagiging perpekto, na nag-aatas sa isang lalaki na makipag-ugnayan sa

Ang Sariling

kanyang makinang na pinagmulan. Sa pangwakas, nagpapalala ako na ang aking "mga natuklasan" ay hindi ganoon, ngunit ito ay dahil sa pansariling pahayag na kung saan mo ina-access

Ang Sariling

sa lahat ng kung sino, nang walang pagsalungat, hanapin ang liwanag sa iyong sariling puso.

Ang Sariling

XIII. MGA PRINSIPYO

Iba't ibang ang saloobin patungo sa buhay at mga bagay kapag ang sarili ay masakit na nahahayag tulad ng kidlat.

Sa pagsunod ng dahan-dahan sa mga hakbang, ang pagninilay-nilay sa kung ano ang sinabi at masasabi pa, maaari na ang walang kapararakan ay palitan ng makahulugan. Hindi kawalang-halaga kung ano ang iyong ginagawa sa iyong buhay. Ang iyong buhay, napapailalim sa mga batas, ay hayag bago sa mga posibilidad na pumili. Hindi ko pinag-uusapan ang tungkol sa kalayaan. Nagsasalita ako sa iyo tungkol sa pagpapalaya, ng pagkilos, ng pamamaraan. Hindi ako nangangaral sa iyo ng tahimik na kalayaan, ngunit hakbang-hakbang ang pagpapalaya sa iyong sarili habang pinalalaya mo ang iyong sarili mula sa kinakailangang landas na nilakad kapag lumapit ka sa iyong lungsod. Kaya, "Ano ang dapat gawin" hindi ito nakasalalay sa isang walang moralidad, hindi maunawaan at isinasalang-alang, ngunit ng mga batas: mga batas ng buhay, ng liwanag, ng ebolusyon.

Narito ang tinatawag na "Prinsipyo" na makatutulong sa paghahanap ng pansariling kapanatagan.

1. Upang lumaban sa mga pagbabago ng mga bagay ay isang laban sa sarili..

Ang Sariling

2. Kapag pinipilit mo na tapusin ang isang bagay kabaligtaran ang nililikha mo.
3. Huwag tutulan ang isang mahusay na puwersa. Bumalik ka hanggang mapahina ito, pagkatapos ay isulong na magkaroon ng resolusyon.
4. Bumubuti ang mga bagay kapag lumalakad ng magkasama hindi magkakahiwalay.

5. Kung araw at gabi, ang tag-init at taglamig ay mabuti para sa iyo, nalampasan mo ang mga sumasalungat.
6. Kung kasiyahan ang hinanap mo, itinatali mo ang iyong sarili sa pagdurusa. Ngunit, hangga't hindi mo pinipinsala ang iyong kalusugan, magsaya nang walang pagbabawal kapag lumapit ang pagkakataon.
7. Kung katapusan ang hanap mo, itinatali mo ang iyong sarili. Kung natatapos mo ang lahat ng iyong ginagawa hanggang sa dulo, ikaw ay malaya na.
8. Mawawala ang iyong mga alalahanin kapag naintindihan mo ang kanilang pinaka-ugat, hindi kung gusto mo lang malutas ang mga ito.
9. Kapag sinasaktan mo ang iba, mananatili kang naka-tali. Ngunit kung hindi mo sinasaktan ang iba, maaari mong gawin ang anumang nais mo ng may kalayaan.
10. Kapag tinatrato mo ang iba sa kung paano gusto mong tratuhin ka, ikaw ay malaya.
11. Hindi mahalaga kung aling panig ka inilagay ng mga kaganapan, ang mahalaga ay na nauunawaan mo na hindi ka pinili ng anumang panig.
12. Ang pagkakasalungatan o iisang pangyayari ang bumubuo sa iyo. Kung uulitin mo ang mga sariling kapanatagan, walang pipigil sa iyo.

Magiging katulad ka ng lakas ng Kalikasan kung saan walang hahadlang sa landas nito. Pag-aralan kung paano mo makikilala ang kahirapan, suliranin, kaabalahan, ito ay ang kontradiksyon. Kung pinapalipat o inu-udyukan ka nila, nagpapalaya ito sa iyo sa

malalapit na kaibigan.

Kung nahanap mo ang lakas, kasiyahan at kabutihan sa iyong puso, o kapag naramdaman mong malaya ka at walang pagsasalungat, agad mong pahalagahan ito Ang Lunas sa Pagdurusa

pansarili. Kung mangyari ito sa iyo, hilingin ng may pananampalataya at ang kababaang loob na iyong itinanim ay muling babalik at may pinahabang kapakinabangan.

Ang Sariling

XIV. ANG GABAY SA SARILING LANDAS

Kung naintindihan mo kung ano ang ipinaliwanag sa ngayon, maaari mong maranasan, sa pamamagitan ng isang simpleng gawain, ang pagpapakita ng Puwersa. Gayunpaman, hindi ito tulad ng natutunan mong isang higit na kalagayang kaisipan o mas kaunting tama (tulad ng isang pagtutustos sa teknikal na gawain), na ipagpalagay ang isang tono at isang pagbubukas ng damdamin na malapit sa inspirasyon ng mga tula. Iyon ang dahilan kung bakit ginamit ang wika upang ihatid ang mga katotohanang ito na mapadali ang pagbibigay ng posisyong iyon na mas madaling pagkakaroon ng pansariling pang-unawan at hindi ng isang ideya tungkol sa "pansariling pang-unawa".

Sundang mabuti ngayon kung ano ang aking ipapaliwanag sa iyo na tumatalakay sa pansariling pananaw na maari mong mahanap kapag gumagawa kasama ang Puwersa at ang mga direksyon pagkilos na maaari mong i-print sa iyong kaisipan. "Sa pamamagitan ng pansariling pamamaraan maari kang magdilim o lumiwanag. Ingatan ang dalawang landas na nagbukas sa harap mo.

Kung hahayaan mo ang iyong sarili na itapon sa madilim na rehiyon, mananalo sa labanan ang iyong katawan at siya ay magpupunyagi. Pagkatapos, ang mga nararamdaman at anyo ng mga espiritu, ng mga puwersa, ng mga alaala ay lilitaw. Higit pang pababa ng pababa ito doon. Doon sila ang Kasuklam-suklam, ang Paghihiganti, ang Kasamaan, ang Kasikaman, ang Panibugho, ang Katamaran. Kung higit ka pang bababa sasakupin ka, ng Pagkabigo, ng Pagkagalit at lahat ng

Ang Sariling

mga pangarap at hangarin na nagiging sanhi ng pagkasira at kamatayan sa sangkatauhan.

Kung itutulak mo ang iyong sarili sa direksyon ng liwanag, makikita mo ang pagpigil at pagkapagod sa bawat hakbang. Ang pag-akyat ng pagod ang may sala. Ang timbang ng iyong buhay, timbang ng iyong mga alaala, ang iyong mga nakaraang pagkilos ay pumipigil sa pag-akyat. Mahirap ang pag-akyat na ito dahil sa mga pagkilos ng iyong katawan an siyang nananaig.

Sa mga hakbang ng pag-akyat sa kakaibang rehiyon matatagpuan ang mga masasayang kulay at kakaibang mga tunog.

Huwag lumakad palayo mula sa paglilinis na nagsisilbing apoy at sumisindak kasama ng mga multo.

Tanggihan ang takot at kawalang pag-asa.

Tanggihan ang pagnanais na tumakas papunta sa malamlam at madilim na rehiyon. Tanggihan ang pagkamalapit sa mga alaala.

Nananatili ito sa loob sariling kalayaan kasama ng pagkawalang-kiling patungo sa abot-tanaw na pangarap, pagkakaroon ng resolusyon.

Nagniningning ang tunay na liwanag sa tuktok ng matataas na bulubundukin at bumababa ang libu-libong kulay ng tubig sa pagitan ng kakaibang melodiya patungo sa talampas at mala-kristal na mga parang.

Huwag matakot sa puwersa ng liwanag na gumagalaw sa iyo palayo mula sa gitna nang higit at mas malakas. Tanggapin mo ito tulad ng isang likido o ng hangin dahil dito, totoong, may buhay.

Ang Sariling

Mahahanap mo ang nakatagong lungsod kapag nasa malalaking bulubundukin dapat mong malalaman ang papasok. Ngunit sa sandaling iyon malalaman mo ito kapag nagbago ang iyong buhay. Ang napakalaking mga pader nito ay nakasulat

nasa numero 33

Ang Sariling

na nakasulat sa mga kulay, sila ay 'makikita' Sa lungsod na ito kung ano ang ginawa at kung ano ang gagawin ay maliligtas... Ngunit maliwanag na transparent ito sa iyong paningin. Oo, ang mga pader ay hindi masisira!

Dalhin ang Puwersa ng nakatagong lungsod. Bumalik sa mundo ng siksik na buhay pati ang iyong isipan

at ang iyong makikinang na kamay."

**XV. ANG KARANASAN NG
KAPAYAPAAN AT
PAGLALAKBAY PATUNGO
SA PUWERSA**

1. Buong i-relax ang iyong katawan at ipahinga ang isipan. Pagkatapos, isipin ang isang transparent at maliwanag na bilog, na bumaba at nanatili sa iyong puso. Makikita mo na huminto ang bilog sa sandaling ito at nag-ibang anyo bilang isang imahe ng pandama sa loob ng iyong dibdib.
2. Panoorin kung paano pinapalawak nang dahan-dahan ng bilog ang pakiramdam mula sa iyong puso papalabas ng katawan habang ang iyong paghinga ay ginagawa nitong mas malawak at mas malalim. Maaari mong ihinto ang pagdating ng damdamin sa pinakadulo ng iyong katawan, maaaring ihinto ang lahat ng pangyayari at itala ang karanasan ng pansariling kapayapaan. Maaari kang manatili sa loob nito hanggang maging angkop ang oras na iyon.

Pagkatapos, balikan ang naunang pagpapalawak (sa pagdatin, tulad nang sa simula, ang puso) upang alisin ang bilog sa iyong sarili at tapusin ang kalmado at maginhawang pagsasanay. Ito ay tinatawag na "karanasan ng kapayapaan".

3. Ngunit, sa kabilang banda, kung nais mong

Ang Sariling

maranasan ang paglalakbay ng Puwersa, sa halip na bumalik sa pagpapalawak dapat mong dagdagan ito sa pamamagitan ng pagpapaalam sa iyong mga damdamin at ang iyong buong pagkatao. Huwag mong subukang ilagay ang iyong atensyon sa iyong paghinga. Hayaan mo siyang kumilos ng mag-isa habang ipinagpapatuloy ang pagpapalawak sa buong katawan.

Ang Sariling

4. Dapat kong ulitin ito sa iyo: ang iyong atensyon, sa naturang oras na iyon, dapat nasa damdamin ang pagpapalawak ng bilog. Kung hindi mo maaabot ito mas maginhawa na huminto ka at subukang muli. Gayunpaman, maaari mong maranasan ng isang interesanteng pakiramdam ng kapayapaan kung hindi mo malikha ang paglalakbay.
5. Kung, sa kabilang banda, mas malayo ka, magsisimula kang makaranas ng paglalakbay. Mula sa iyong kamay at iba pang parte ng katawan ay makakakuha ka ng ibang tono ng pakiramdam kaysa sa karaniwan. Pagkatapos, malalaman mo ang tuloy-tuloy na pag-alon at ilang sandali lalabas ang mga larawan at emosyon. Kung gayon, hayaan maganap ang paglalakbay...
6. Sa pagtanggap ng Puwersa makikita mo ang liwanag o kakaibang tunog depende sa iyong partikular na paraan na kinagawian ng katawan. Sa buong kahalagahan ito ay magiging eksperimento sa karagdagang mapalawak ang kamalayan kung saan isang mas maliwanag na indikasyong may kabuluhan at pagpayag na maunawaan kung ano ang mangyayari.
7. Kahit kailan maari mong naisin na tapusin na may ganitong iisang kalagayan (kung hindi ito malabo para sa simpleng paglalakbay), ng pag-iisip o pakiramdam na paliitin ang globo at pagkatapos ay palabasin sa iyo sa paraan na kung ano ang dumating sa simula sa lahat ng iyon.

Ang Sariling

8. Hinahangad na maunawaan iyan ng maraming estado na siyang bumabago sa budhi at nagtatagumpay, halos

Ang Lunas sa Pagdurus

palagi, ang pagsasagawa ng mga mekanismo ng paggalaw na katulad ng mga inilarawan. Pagkatapos, pinahiran ng kakaibang ritwal o kung minsan ay pinalakas ng mga nakakapagod na kasanayan, walang kontrol na pagtakbo, paulit-ulit at postura na, sa lahat ng mga kaso, babaguhin ang paghinga at sisirain ang pangkalahatang pandama ng sariling katawan. Dapat mong kilalanin sa larangan ng hipnosis, ng pamamaraan at pagkilos din ay isang gamot na, kumikilos sa ibang paraan, na lumilikha ng parehong pagbabago. At, siyangapala, ang lahat ng nabanggit na pamamaraan ay tanda ng kawalang kontrol at kamangmangan sa kung ano ang nangyayari. Huwag magtiwala sa mga naturang pagpapakita ay pagsa-alang-alang bilang simpleng "pagkawala sa sarili" para sa kanilang nalampasan ang kawalang-muwang, ang mga nagsawaga ng eksperimento at kahit "mga santo" ayon sa alamat.

9. Maaaring maganap ang mga inirekomenda kung ikaw ay matiyagang nag-observa, gayunpaman, hindi ka nagtagumpay sa paglalakbay. Hindi dapat ito maging pokus ng pag-aalala ngunit isang indikasyon ng kawalan ng sariling "kahusayan", na maaaring sumalamin sa maraming tensyon, mga problema sa kagalingan ng imahe at, sa madaling pira-pirasong emosyonal na pag-uugali ... Kung saan, sa kabilang banda, iyong kakaharapin sa pang-araw araw na buhay.

XVI. PAGKAKAROON NG PUWERSA

1. Maiintidihan mo kung paano sumailalim ka sa paglalakbay ng Puwersa, batay sa parehong kamanghang-manghang pangyayari, ngunit kung walang anumang pag-unawa, nagsasagawa ng patuloy na ritwal ng kakaibang tao at kulto na nagpapadami sa kanila ng walang tigil. Sa pamamagitan ng mga uri ng karanasan na nabanggit, nadarama ng maraming tao sa kanilang mga katawan ay "binuksan". Ibinibigay sa kanila ng karanasan ng Puwersa ang pakiramdam na ang enerhiya na ito ay maaaring lumabas mismo.

2. "Inaasahan" ang Puwersa sa iba at sa mga bagay na partikular na "angkop" para tumanggap at panatilihin ito. Nagtitiwala ako na hindi magiging mahirap para sa iyo na maunawaan ang function kung saan ginaganap ang ilang mga sakramento sa iba't ibang relihiyon at, ang kahulugan ng mga sagradong lugar at ng saserdote na tila "kargado" sa Puwersa. Kapag ang ilang mga bagay ay sinamba kasama ang pananampalataya sa mga templo at pinalibutan sila ng seremonya at seremonya, ang naipon na enerhiya ng mga mananampalataya ay tinitiyak ang "pagbabalik-loob" sa paulit-ulit na panalangin. Ang limitasyon sa kaalaman ay isang katotohanan sa tao, para sa isang tao na halos palaging nakita ang mga bagay na ito para sa malawak na paliwanag ayon sa kultura, espasyo, kasaysayan at

Ang Sariling

tradisyon, isang mahalagang datos upang maintindihan ang lahat ng mga ito ang pangunahing karanasan sa sarili.

Ang Sariling

3. Ang "pagpapalawig", "pagkakarga" at "panunumbalik" ng Puwersa,

ay muling babalik para sumaaatin. Ngunit mula ngayon sasabihin ko sa iyo na ang parehong mekanismo ay patuloy na nagpapatakbo kahit na sa mga walang modo ng lipunan kung saan ang mga lider at prestihiyoso lalaki ay puno ng espesyal na representasyon para sa mga nakakita rito at kahit na 'hawakan' ang mga ito, o bahagihan ng isang piraso ng kanilang mga damit, o mga kagamitan nito.

4. Dahil ang bawat representasyon ng "kataas-taasan" ay nagmumula sa mata pataas ng normal na linya ng pagtingin. At ang "kataas-taasan" na personalidad ay "nagtataglay" ng kabutihan, karunungan at lakas. At sa "kataas-taasan" ay ang sistema at ang kapangyarihan at ang mga bansa at ang Estado. At kami, mga karaniwang tao, ay dapat na 'umakyat' sa panlipunang antas at lumapit sa kapangyarihan anuman ang kapalit. Gaano man tayo kasama, pinamamahalaan pa rin ng mga mekanismo na tumutugma sa representasyon ng sarili, ang aming ulo ay "taas-noo" at nakatungtong ang aming mga paa sa lupa Kung gaano tayo kasama, kapag naniniwala ka sa mga bagay na iyon (at naniniwala ka dahil mayroon silang "katotohanan" sa pansariling representasyon). Gaano man tayo kasama, kapag walang kabuluhan ang ating panlabas na pagtingin kaya't isang nakalimutang projection ang ating sarili .

**XVII. PAGKAWALA AT PAGPIGIL
SA PUWERSA**

1. Nililikha ng kusang-loob na gawa ang pinakadakilang pagpapakitang-gilas ng enerhiya. Ang mga ito ay: walang pigil na imahinasyon, kawalan ng pag-usisa, sobrang pag-uusap, labis na sekswalidad at pagpapalaki ng pang-unawa (pagtingin, pagdinig, pagtikim, atbp., Umaapaw at walang layunin). Ngunit kailangan mo ring kilalanin na maraming nagpapatuloy sa ganoong paraan dahil nilalabas ang kanilang tensyon na sa kabilang banda ay magiging masakit. Ipagpalagay na nakikita ko ang kanilang layunin na kung saan dinidiskarga ang naturang pagpapalabas, sasang-ayon ka sa akin na hindi makatwiran hulihin sila sa halip ay paalalahanan sila.
2. Tulad ng sekswalidad, dapat mo itong bigyan ng tamang kahulugan: hindi marapat na layuan ang naturang layunin dahil lumilikha ng nakakamatay na epekto ang ganitong paraan at sariling kontradiksyon. Ang sekswalidad ay itinuto at sinasang-ayunan sa sariling kilos nito, ngunit hindi ito mabuting ipagpatuloy na makaapekto sa imahinasyon o paghahanap ng bagong bagay na kababaliwan sa isang makasariling paraan.
3. Tinutukoy ng isang tiyak na panlipunang "moralidad" ang pagkontrol sa seks o relihiyon na

Ang Sariling

nagsisilbing disenyo na walang kinalaman ito sa ebolusyon sa halip ay kabaligtaran.

4. Ang Puwersa (ang enerhiya na kumakatawan sa personal na damdamin), ay nagbukas sa takip-silim ng mga napag-iwanan ng lipunan at doon pinarami ang mga kaso ng "demonyong gawa", "pangkukulam", mga lapastangan at lahat ng malayang gumagawa ng mga krimen, na nasiyahan sa paghihirap at pagkawasak ng buhay at kagandahan. Sa ilang mga tribo at sibilisasyon ang mga kriminal ay nahati sa pagitan ng mga humuhusga at ang naghuhusga. Sa ibang mga kaso, lahat ng bagay na agham at progreso ay inuusig sapagkat sinasalungat nito ang hindi makatwiran, ang sinungaling at ang mapanlinlang.
5. Sa ilang sinaunang tao mayroon pa rin pagsupil sa kasarian pati na rin sa iba na itinuturing na "makabagong sibilisasyon". Maliwanag ito, sa iilan at sa iba, mahusay ang tanda ng pagwasak, bagama't sa parehong kaso magkaiba ang pinagmulan ng sitwasyong ito.
6. Kung tatanungin mo ako sa higit pang paliwanag, sasabihin ko na tunay na banay ang seks at ito ang sentro kung saan ang lahat ng buhay at nilalang ay umusbong. Tulad ng mula roon, hinihimok din ang pagkawasak kapag ang operasyon nito ay hindi nalutas.
7. Hindi ka maniniwala sa mga kasinungalingan ng bilanggo ng buhay kapag tinutukoy nila ang seks

Ang Sariling

bilang isang bagay na kasuklam-suklam. Sa kabaligtaran, mayroon siyang kagandahan at may kabuluhan na may kaugnayan sa pinakamagandang damdamin ang pag-ibig.

Ang Sariling

8. Maging maingat kung gayon at isaalang-alang ito bilang isang napakagandang pagtrato nang may delikadesang hindi mapagkukunan ng kontradiksyon o pagka-ubos ng mahahalagang enerhiya.

XVIII. PAGKILOS AT REAKSYON NG PUWERSA

Ipinaliwanag ko sa iyo kanina na: "Kapag nahanap mo ang isang dakilang lakas, kagalakan at kabaitan sa iyong puso, o kapag naramdaman mo ang kalayaan at walang mga pagsalungat, agad kang magpasalamat."

1. Ang ibig sabihin ng "magpasalamat" ay ituon ang positibong damdamin na nauugnay sa isang imahe, na kumakatawan. Pinapayagan ang positibong kalagayan sa pagkonekta sa mga di kanais-nais na sitwasyon, upang pukawin ang isang bagay, sinasamahan ito ng pagbangon mula sa nakaraang pangyayari. Dahil sa, bilang karagdagan, maaaring pataasin ang "pagkarga" ng isipian sa pamamagitan ng pag-uulit, may kakayahan ito na magpalayas ng mga negatibong emosyon na maaaring ipataw ng ilang pangyayari.
2. Para sa lahat ng ito, mula sa iyong konsensya, ang anumang hinihiling mo ay pinalaki sa benepisyo, kung nakukuha mo ang maraming positibong estado. At hindi ko na kailangang ulitin ang mekanismong ito na nagsisilbing (nakalilito) sa "pag-load" ng mga bagay o tao, o mga tagalabas na nilalang na gumagawa, na naniniwalang tutugon sila sa mga kahilingan at mga kautusan.

XIX. ANG PANSARILING KAPANATAGAN

Dapat ka ngayon makakuha ng sapat na pang-unawa sa sariling kalagayan kung saan maaari mong mahanap ng buong sarili sa iyong buhay at, lalo na, sa kabuuan ng iyong pagbabago. Wala akong ibang paraan para makabuo ng isang paglalarawan, kaysa sa mga imahe (sa kasong ito, talinghagac). Ang mga ito, sa aking opinyon, ay may kabutihang "nakikita" na komplikadong damdamin. Sa kabilang banda, ang pag-unawa ng pag-uugnay sa mga naturang estado, ng iba't ibang mga sandali sa parehong proseso, ay nagpapakilala ng isang anyong pira-piraso ng paglalarawan kung saan nakasanayan na ng mga taong nakikitungo sa mga bagay na ito.

1. Ang pangunahing estado, kung saan ang mga bagay na walang kapararakan ay nangingibabaw (na ating binanggit sa simula), ay tatawaging "nagpapalaganap ng bisa". Nakatuon ang lahat sa pisikal na pangangailangan ngunit ang mga ito ay madalas na nakakalito, isang pagbabago, salungat sa kagustuhan at mga imahe. Mayroong kasamaan sa mga motibo at gawain. Nananatili ito sa pagusbong, nawawala sa iba't ibang anyo. Mula sa puntong iyon maaari kang magbago sa dalawang paraan: ang landas ng kamatayan o ang landas ng mutasyon.

Ang Sariling

2. Maglalagay sa iyo sa pagkakaroon ng isang magulo at madilim na pananaw ang landas ng kamatayan. Alam ng mga matanda ang paglalakbay at halos palaging inilagay ito sa "ilalim ng lupa", o sa walang hanggang kadiliman. Bumibisita din ang ilan sa kahariang iyon upang 'muling ipagpatuloy' ng susunod ang antas ng maliwanag. Nakukuha nang mabuti nito ang "pagbaba" ng kamatayan ang pag-iral ng pagkalat ng kalakasan. Marahil, ang isip ng tao ay may kaugnayan sa paghiwalay sa katawan ng namatay kasunod ang phenomena ng pagbabagong-anyo at, gayundin, marahil maiuugnay mo ito sa malakihang pagkilos kasama ang ibang ipinanganak dati. Kung ang iyong ipinapahayag ay para sa pag-promote, ang 'kamatayan' ay nangangahulugan ng pahinga sa iyong nakaraang yugto. Sa paraan ng pagkamatay ang tao ay lumilipat sa iba pang kalagayan.
3. Ito ang pagdating sa kanlungan ng pagkabuhay na muli. Mula doon dalawang landas ang nagbubukas: ang pagsisisi at ang isa ay naglingkod para sa pag-akyat, iyon ay: ang daan ng kamatayan. Kung gagawin mo ang una, ito ay dahil ang iyong desisyon ay may nagawang masama sa iyong nakaraang buhay. Kung sa landas ng kamatayan bumalik ka, muli kang babalik sa kalaliman na may pakiramdam na nakakulong sa loob.
4. Gayunpaman, sinasabi ko sa iyo na may iba pang landas para makatakas sa labis na pagbabago, iyon ang mutasyon. Kung iyan ang pipiliin mo, ito ay

Ang Sariling

dahil gusto mong makalabas mula sa iyong nakakaawang kalagayan ngunit hindi ang handang paglayo sa ilang malinaw na benepisyo nito. Samakatuwid ito ay isang maling landas na kilala bilang "kabuktutan" Maraming halimaw na ang lumabas sa kailaliman ng nagpapahirap na lakbayin. Nais nilang kunin ang kalangitan sa pamamagitan ng pag-atake nang hindi umaalis sa impiyerno at, samakatuwid, na-project ang mga ito sa mundo ng isang walang katapusang kontradiksyon.

5. Sa aking palagay, mula sa pangigingabaw sa kaharian ng kamatayan at

sa pamamagitan ng iyong taos-pusong pagsisisi, nakarating ka na sa tahanan ng pagkakataon. Sinusuportahan ng dalawang manipis na kuwadro ang iyong tirahan: pagpapanatili at pagkabigo. Kasinungalingan ang pagpapanatili at hindi matatag. Sa paghabol mo dito, nasasabik ka sa ideya ng pagiging permanente ngunit sa katotohanan mabilis kang bumabagsak. Kung sakali ang landas ng kabiguan pinili mo, ang iyong pag-akyat ay masakit, bagaman natatangi-hindi kasinungalingan.

6. Mula sa sunod-sunod na kabiguan maaari mong maabot ang susunod na pagpapahinga na tinatawag na "bahay pahingahan". Mag-ingat sa dalawang paraan na mayroon ka ngayon sa harapan mo: o tinatawag mo ang landas ng resolusyon, na magdadala sa iyo sa henerasyon, o sa pagkakaroon ng sama ng loob na nagpapakumbaba ka muli

Ang Sariling

patungo sa pagbabalik. Nandoon ka nakatayo sa harap mo ang problema: magpapasya ka alinman sa masalimuot na dako ng iyong konsensya (at ginagawa mo ito ng may resolusyon), o bumalik ka nang nagagalit sa iyong nakaraang buhay. Napakarami nila na hindi nagkaroon ng pagkakataong mapagtagumpayan ang mga pinutol na posibilidad.

7. Ngunit ikaw na umakyat na may resolusyon ay nasa panunuluyan ngayon na kilala bilang "henerasyon". Mayroon kang tatlong pinto: tinatawag ang isa na "Pagbagsak" ang isa ay "Pagtatangka" at ang pangatlo ay "Panghahamak". Dadalhin ka nang direkta sa kailaliman ang Pagbagsak at tanging ang isang aksidente ay maaaring itulak ka patungo dito. Mahirap para sa iyo na piliin ang pintong iyan. Habang ang Panghahamak ay magdadala sa iyo nang di-tuwiran sa kailaliman, sa pagtunton sa landas, isang uri ng magulong paikot ang patuloy mong isasaalang-alang,

Ang Sariling

mawawala ang lahat ng bagay at lahat ng bagay na isinakripisyo. Humahantong ang pagsusulit na ito ng kamalayan sa Panghahamak, sa paraang, isang pekeng pagsusulit na kung saan mo hindi pahahalgahan at hindi pag-ibayuhin ang ilang mga bagay na pinagambing mo. Sinusuri mo ang pagsisikap ng pag-akyat sa mga "benepisyo" na iyong inabandona. Ngunit, kung titingnan mo ang mga bagay ng mas malapit, makikita mo na hindi mo pinabayaan ng walang kadahilanan ito kundi para sa iba. Nagsisimula ang Panghahamak sa pagsisinungaling ng mga dahilan na, tila, di-pagsang-ayon sa pag-akyat. Tanong ko ngayon: Ano ang nagpapahamak sa isip? Ang mga maling motibo ng naunang sigla? Ito ba ang kasama ng paghihirap? Ang mga sakripisyon ba ng maling kaisipan ay hindi na umiiral, o ng hinihimok para sa iba pang dahilan? Sinasabi ko sa iyo at hinihiling ko sa iyo ngayon: nagkaroon ng sunog ang iyong bahay sa nakalipas na panahon. Iyon ang dahilan kung bakit ka nagpasyang umakyat, o sa palagay mo ba sa pag-akyat mo naging masigasig ka? Tiningnan mo ba kahit kaunti kung ano ang nangyari sa mga kabahayang nasa paligid mo? Walang alinlangan na dapat mong piliin ang gitnang pinto.

8. Umakyat ka patungo sa Pagtatangka at mapagtatanto mo ang isang di-matatag na pamamahala. Mula doon, lumakad ka patungo sa isang makipot at lihis na pasilyo, malalaman mo ang "pagbabago ng isip", hanggang sa marating mo

Ang Sariling

ang isang malawak at walang laman na lugar (tulad ng isang platform), na nagngangalang: "bukas-na espasyo-ng-enerhiya".

9. Sa puwang na iyon maaari kang matakot sa napakalawak na tanawin na disyerto at sa nakakakilabot na katahimikan ng gabi na binago ng malalaking bituin.

di-matinag. Doon, eksakto sa iyong ulo, makikita mo na nakapako ang papawirin

na nagpapahiwatig ng hugis ng Iitim na Buwan.. isang nananabik na eklipse na nasa eksaktong kabaligtaran ng Araw. Marapat kang maghintay para sa madaling araw, magtiis at may pananampalataya, dahil walang maaaring mangyaring masama kung ikaw ay mananatiling kalmado.

10. Maaari itong mangyari sa gayong sitwasyon na kung saan nanaisin mo magkaroon ng isang agarang eksit mula doon. Kung gayon ang mangyayari, maaari mong tangkain na gabayang pumunta kahit saan upang huwag ng maghintay sa mahinahong umaga. Kailangan mong tandaan na ang lahat ng kilos doon (sa madilim), ito ay mali at sa pangkalahatan ay tinatawag na

"di-pinalanong kilos". Oo, makakalimutan kung ano ang binabanggit ko ngayon, magsisimula kang kumilos ng wala sa plano, titiyakin nitong hahatakin ka paikot ng isang bungkos ng hangin sa pagitan ng mga landas at tirahan hanggang sa

Ang Sariling
pinaka-ilalim ng kadiliman ay matunaw ka.

11. Gaano ba kahirap na maunawaan na ang sariling kapanatagan ay naka-ugnay sa isat'isa. Kung nakita mo kung ano ang matigas na lohika mayroon ang budhi, mapapansin mo sa sitwasyong inilarawan kung sino ang nabulag sa paglikos ng wala sa plano ay magsisimulang pabulaanan at pababain ang sarili; pagkatapos, ang mga damdamin ng kabiguan na lumitaw sa kanya at pagkatapos, ay babagsak ka sa sama ng loob at kamatayan, mapapansin at pinangangasiwaan ang paglimot sa lahat ng isang araw.

12. Kung makarating sa plaza at magawa mong maabot ang araw, lilitaw sa harap ng iyong mga mata ang maningning na Araw kung saang magbibigay sa iyo ng liwanag sa oras na iyon.

Ang Lunas sa Pagdurusang
una ang katotohanan. Pagkatapos makikita mo ang
umiiral ang isang plano sa lahat ng bagay na
nabubuhay.

13. Mahirap para sa iyo ang mahulog mula dito
maliban sa kusang-loob mas gugustuhin mong
bumaba sa madidilim na rehiyon para dalhin ang
liwanag sa dilim.

*Hindi na mahalaga para higit na palawakin ang mga
isyung ito dahil manlilinlang sila sa walang karanasan,
mapapaisip ka sa paglipat sa lugar ng kathang-isip.
Magsisilbi ito hanggang sa kung ano ang sinabi dito.
Hindi magiging kapaki-pakinabang kung tututol ka sa
ipinaliwanag, yamang wala namang pundasyon at
dahilan para sa pag-aalinlanagan, malapit sa imaheng
nasa salamin, tinig mula sa alingawngaw, mula sa
anino ng isang anino.*

XX. KATOTOHANAN SA SARILI

1. Bigyang pansin ang aking mga isinaalang-alang. Hindi mo kailangan ng pangitain ngunit isang kagila-gilalas na talinghaga at tanawin sa labas ng mundo. Ngunit sa kanila mayroon din mga tunay na paglalarawan sa mundo ng kaisipan.
2. Hindi ka rin dapat maniwala sa "mga lugar" kung saan ikaw ay dumadaan, nagiging isang uri ng malayang nilalang. Ang gayong pagkalito ay madalas na pinagugulo ang malalim na pagtuturo

at hanggang sa ngayon ang ilang mga naniniwala na ang langit, impiyerno, mga anghel, demonyo, halimaw, na enkangtong kastilyo, liblib na lungsod at iba pa, may nakikitang katotohanan para sa "napaliwanagan". Sa mismong panghuhusga, sa kabilang banda ng interpretasyon, nagiging biktima ng mga manlilinlang na walang karunungan ang mga bagay para sa simpleng ilusyon o halusanasyon na pinagdudusahan ng mga may sakit sa isip.
3. Dapat kong ulitin, kung gayon, na dapat mong maunawaan ang lahat ng mga ito ay tunay na kalagayan ng isip, bagama't masigasig sila sa mga bagay na angkop sa labas ng mundo.

Ang Sariling

4. Isaalang-alang kung ano ang sinabi at matutunan upang matuklasan ang katotohanan sa likod ng mga talinghaga na kung minsan ay lumilihis mula sa

Ang Sariling

isip, ngunit isinasalin nila ang mga katotohanan sa iba ang imposibleng makunan nang walang representasyon.

Kapag napag-uusapan ng mga diyos ng mga lungsod kung saan maraming mga bayani ang nagmula sa iba't ibang tao; kapag pinag-uusapan ang mga paraiso kung saan ang mga diyos at kalalakihan ay nanirahan sa orihinal na kalikasang;

Pagkatapos ay dinadala ng mga tagapagligtas ang kanilang mga mensahe at lumalapit sa amin sa pinadobleng likas na katangian, upang ibalik ang nawala ang alaala ngpagkaka-isa. Gayundin din ang sinabi ng pinakamahusay na sariling katotohanan.

Gayunpaman, kapag ang lahat ng sinabi ay inilagay sa isip, nakaligtaan o nagsinungaling siya.

Sa kabaligtaran, nasa labas ng mundo ang mga nalilito na may sariling pananaw na pinipilit upang maglabay sa mga bagong daan.

Kaya, ang bayani sa panahong ito ay pumapailanlang sa mga bituin. Lumilipad sa nakalipas ang mga hindi pinapansing rehiyon.

Lumilipad mula sa mundong ito, hindi nalalaman, pumapasok sa pinaka-kaibuturan at maliwanag na sentro.

Paalala

Nahahati sa dalawampung kabanata Ang Sariling Pananaw at bahagi ng bawat isa. Maaari mong pagsamasamahin ang magagandang paksa ng aklat na ito sa ganitong paraan:

- A. Ang unang dalawang kabanata ay pambungad at ipinapakita ang intensyon ng isang nagpapaliwanag, ang saloobin ng taong dumadalo at ang paraan ng pagsasakatuparan ng ganitong relasyon.
- B. Mula sa kabanata III hanggang XIII, binubuo ang pinaka pangkalahatang paksa, na nagpapaliwanag sa kanila ng sampung 'araw' na pagmumuni-muni.
- C. Binabanggit ng kabanata XIII ang isang pagbabago. Mula sa pangkalahatang pagsasaysay, isinaalang-alang ang pagsisimula ng mga ugali at mga saloobin patungo sa buhay.
- D. Isinasaalang-alang ng mga sumusunod na kabanata ang pansariling gawain. Ang pagkakasunud-sunod ng mga paksa ay ang mga sumusunod:
 - I. MEDITASYON - Paksa ng Libro: pagbabalik ng walang kabuluhan sa may kahulugan.
 - II. KAHANDAAN PARA MAUNAWAAN - Kakayahan ng kaisipan na hilinging maunawaan ang mga paksa.

- III. ANG WALANG KAHULUGAN - Ang kuhulugan ng buhay at kamatayan.
- IV. ANG PAGTITIWALA - Isang aksyon tungkol sa pamamaraan ng tao.
- V. MALALIM NA PANGAMBA - Ilang kamanghang-manghang sakit sa isip.
- VI. MANAGINIP AT GUMISING - Mga pagkakaiba sa pagitan ng antas ng kamalayan at pang-unawa sa katotohanan (panaginip, pag-idlip, paggising sa panaginip at buong paggising). Panlabas na damdamin, pansarili at alaala.
- VII. PAGKAKAROON NG PUWERSA - Pag-akyat ng pang-unawa sa paggising Enerhiya o puwersa, na siyang nananahan at nagpapagalaw sa katawan.
- VIII. PAGKONTROL SA PUWERSA - Lalim at kababawan ng enerhiya, kaugnayan sa mga antas ng kamalayan.
- IX. MGA PAGPAPAKITA NG ENERHIYA - Pagkontrol at kawalang kontrol sa enerhiya.
- X. MALALIM NA KATIBAYAN - Pansariling kontradiksyon, pagkakaisa at pagpapatuloy.
- XI. ANG SENTRO NG LIWANAG - Ang enerhiya, na nakaugnay sa sariling "sentro ng liwanag". Ang mga pinagsama-samang pangyayari sa sarili na kamangha-mangha "pag-akyat patungo

sa liwanag". Naitalang paglugmok sa sarili bilang "paglayo mula sa liwanag".

- XII. MGA NATUKLASAN - Pagpapalaganap ng enerhiya. Antas. Likas na puwersa. kinakatawan ng "liwanag". Mga halimbawa ng mga bayan na may respeto sa ganitong mga paksa.
- XIII. MGA PRINSIPYO - Ang mga Prinsipyo bilang sanggunian ng sariling pagkatao.
- XIV. ANG GABAY SA SARILING LANDAS - representasyon ng mga kamanghang-manghang pangyayari na may kasamang direksyon ng "pagbaba" at "pag-akyat".
- XV. ANG KARANASAN NG KAPAYAPAAAN AT PAGLALAKBAY PATUNGO SA PUWERSA - Mga pamamaraan.
- XVI. PAGPAPAKITA NG PUWERSA - Damdamin sa "pagpapakita".
- XVII. PAGKAWALA AT PAGPIGIL SA PUWERSA - Pagdiskarga sa enerhiya. Kasarian bilang sentro ng paglikha ng enerhiya.
- XVIII. PAGKILOS AT REAKYSON NG PUWERSA - Ang kaugnayan ng representasyon sa pagkakarga ng damdamin. Ang pagtawag ng mga imaheng may kaugnayan sa kalagayan ng emosyon, pagpukaw (pagbabalik) muli sa kaugnayan ng kalagayang emosyon. Ang "pagpapasalamat", bilang pamamaraan ng pagsasama ng mga imahe sa kalagayang

emosyonal na magagamit sa pang-araw-araw na buhay.

- XIX. MGA PANSARILING KAPANATAGAN -
Mga pangkaisapang sitwasyon kung saan mahaanap mo ang ninanais na gawin sa sarili.

Ang Lunas sa Pagdurusang

- XX. KATOTOHANAN SA SARILI - Mga
inuugnay na pamamaraan sa isipan na
kumakatawan sa talinghaga
ng panlabas na mundo.

Ang

Ang Mensahe

Mga komento ni Silo

Parke ng Sentro ng Trabaho Pag-aaral at Pagbabalik-
Tanaw,

Punta de Vacas, Abril 2008

(Ikatlong paglilipat; silo.net)

Ang pagtugon ngayon lalo na sa mga mensaherong nagtitipon sa iba't ibang panig ng mundo. Dapat na isangguni ang aming mga komento sa pangkalahatang katangian ng Mensahe.

Background ng Mensahe Magsisimula tayo sa pagsaalang-alang ng background ng Mensahe na makikita sa dalawang materyales na nilikha noong 1969. Ang una ay ang bahaging isinulat na kilala bilang Ang Sariling Pananaw kung saan isinulat sa lugar na ito, Punta de Vacas, noong 1969 at na unang inilathala noong 1972. Ang ikalawang background ay isang pananalita, isang pagtutukoy, na kilala bilang Ang Talumpati ng Pagpapagaling sa Pagdurusang at ibinigay noong Mayo 4, 1969 sa parehong lugar.

Patuloy na ipinamamahagi sa iba't ibang mga format ang mga materyales na ito at sa kanila ay idinadagdag ang pag-unlad na nailathala bilang mga titulo at hiwalay na libro at sa wakas na siyang matapos na i-configure ang mga bahagi ng aklat na nakumpletong Obra ng may-akda. Sa palagay ko tama na sabihin na

Ang

ang lahat ng nilikhang gawain ay hindi mangyayari sa isang hanay ng mga pag-aakma at pagpapaunlad ng mga paksain sa dalawang nabanggit na siyang pinagmulan nito. Kaya, kahit na maaaring hatiin ang gawa sa iba't ibang mga pampanitikan, sikolohikal, panlipunan at iba pang mga genre, ang buod ng iba't ibang mga paglilinaw ay nabawasan sa dalawang nabanggit na pinagmula. Kung kaya't ang dahilan kung bakit ang iba't ibang mga sulatin at ang iba't ibang pampublikong pamamagitan ay walang anuman kundi mga extension, mga pagpapaunlad at mga paliwanag ng mga pangunahing produkto na naunang nabanggit.

Sa ilang sandali lamang lumabas ang Mensahe, nakuha sa unang pagkakataon sa isang bahagi ng aklat na inilathala noong Hulyo 2002, sa ilalim ng pamagat ng Mensahe ni Silo. Sa tatlong parte ibinahagi ang mga kasulatang ito: Ang Aklat, Ang Karanasan at Ang Daan.

Ang Sariling Pananaw ay wala kundi dahil sa "Ang Aklat". "Ang Karanasan" ay isang praktikal na bahagi ng Ang Mensahe na kumakatawan sa walong seremonyas. Ang panghuli, "Ang Daan" ay isang hanay ng pagmumuni-muni at suhestiyon

Narito ang mga dapat isaalang-alang tungkol sa Mensahe at mga pangunahin nitong background. Gayunpaman, nais kong palawakin sa madaling sabi ang ilang mga paksa na hinihimay mula sa Ang Talumpati ng Pagpapagaling ng Pagdurusa, nagsisilbi itong reprensya at pinapayagan ang pag-unlad ng mga indibidwal at mahahalagang paksa sa lipunan,

Ang
tulad ng mga tumutukoy sa pagkakaiba sa pagitan ng
sakit at pagdurusang.

Ang pinagmulan ng Ang Talumpati ng Pagpapagaling sa Pagdurusa.

Sa talumpati ang pinakamahalagang kaalaman para sa buhay ay tinutukoy sa pag-unawa sa pagdurusa at pagharap sa parehong paghihirap. Ang mahalagang bagay ay matukoy sa pagitan ng pisikal na pananakit at pagdurusa sa kaisipan.

Naghihirap sa tatlong paraan: ang pang-unawa, ng memorya at ng imahinasyon. Ang pagdurusa ay nagpapalaya sa karahasan, karahasan na naka-ugnay sa takot. Takot na mawala ang meron ka, na nawala at na siyan walang pag-asa na makamit. Nagdudusa ka dahil wala kang, o dahil natatakot sa pangkalahatan, takot sa sakit, kahirapan, kalungkutan at kamatayan. Nag-uugat ang karahasan sa paghahangad. Lumalabas ang pagnanais sa iba't ibang antas at porma na nagmumula sa pinakamalabis na ambisyon sa pinakasimple at pinaka-lehitimong aspirasyon.

Ang pagdalo sa puntong ito sa pamamagitan ng pagmumuni-muni sa sarili, ang tao ay maaaring maturuang muli sa kanyang buhay.

Pinalalakas ng pagnanasa ng karahasan na hindi nananatili sa loob ng mga tao, ngunit nakakahawa ang kaugnayan sa pamamaraan.

Makikita din natin dito ang iba't ibang anyo ng karahasan at hindi lamang ang pangunahin, na kung saan ay pisikal na karahasan. Kaya kung gayon, bilang

Ang
karagdagan, ang anyo ng pang-ekonomiya, lahi,
relihiyon, sekswal, sikolohikal, moral na karahasan at
iba pang mga mas mababa o nagpapahina o

Ang

nagpapanggap..., at higit kumulang ang iba ay mahina o nagpapanggap.

[Bahagi ng Ang Talumpati sa Pagpapagaling ng Pagdurusa: «Karahasan sa tao [...] Walang maling pagsisimula upang tapusin ang karahasan sa mundo»]

Sa talumpating ito higit na kailangang magkaroon ng isang payak na ugali na magtuturo sa pinaningning na buhay. At sinasabi din na ang siyensya at katarungan ay kinakailangan para magtagumpay laban sa paghihirap. Ngunit ang malampasan ang pinaka-unang pagnanasa ay kinakailangan upang madaig ang pagdurusa sa isip.

Maraming elemento na nagmumula sa pag-uusap ng iba't ibang mga libro tulad ng Ang Sangkatauhan sa Mundo, Mga Sulat sa aking mga kaibigan, Diksiyunaryo ng Humanismo at Mga Salita ni Silo, at sa mga eksibisyon tulad ng "Ang Wastong Aksyon", "Ang kahulugan ng buhay", "Humanismo at bagong mundo", "Ang krisis ng sibilisasyon at humanismo", "Ano ang naiintindihan natin ngayon? ng pandaigdigang pagkatao?", atbp.

Ang
Pinagmulan ng librong Ang Sariling Pananaw

Ang isa pang pinagmulan, Ang Sariling Pananaw, na tumutukoy sa kahulugan ng buhay. Ang pangunahing paksa ay tumatakbo tungkol sa sikolohiyang kalagayan ng di-pagsang-ayon. May malinaw na rekord ng kontradiksyon ng pagdurusa at ng pagtatagumpay ng pagdurusa sa pag-iisip ay posible hangga't nagtuturo sa buhay ng isang tao ng di - pagsalungat sa mga pagkilos sa pangkalahatan at lalo na sa mga di-pagsalungat na aksyon na may kaugnayan sa ibang tao.

Ang

Ang librong ay naglalaman ng salot sa lipunan at personal na espirituwalidad at ng isang malawak na sikolohiya at antropolohiya, mula sa mga aklat na Sikolohiya ng Larawan at Paghirang ng Sikolohiya hanggang sa Alamat ng Pinagmulan ng Daigdig. Lumabas din ito sa pampublikong interbensyon tulad ng "Tungkol sa tao", "Pagka-relihiyoso ngayon sa mundo" at "Ang tema ng Diyos". Mayroong mga nilikhang bagong pagpapa-unlad at pagsasagawa sa Ang Sariling Pananaw.

Maliwanag na ang pinagmula ng binabanggit natin ay may kaugnayan sa Mensahe ng Silo na pinagsama-sama at magkakatulad sa isa't isa lalo na sa pangalawa at pangatlong bahagi sapagkat sa kung ano ang ginagawa sa naunang Ang Sariling Pananaw ay direktang nakasalin.

Sa mga gawang pampanitikan bilang Mga gabay sa karanasan o kwento, lumilitaw ang mga pagsasalin na ito, isinalin ang mga ito: may mga kuwento at kathang-isip, o mas mabuting, sa "Ang managinip at ang aksyon" o "Ang Kagubatan ng Bormazo", makikita natin ang pambihirang nilalaman ng isang sikolohiya na ipinakita ang pinagmulan ng nabanggit na mula sa simula. Upang tapusin ang mga maikling komento nais kong tandaan na Ang Mensahe ay isang pagpapahayag ng isang personal na espirituwalidad ngunit isang panlipunan din, na nagpapatunay sa katotohanang karanasan nito sa paglipas ng panahon at nagpapakita mismo sa iba't ibang kultura, nasyonalidad, panlipunan at pangkalahatang henerasyon. Ang isang katotohanan ng ganitong uri ay

Ang
hindi kailangan ng kapisanan o nakapirming anyo ng
organisasyon para sa pagpapatakbo at pag-unlad nito.
Kaya ang mga mensahero, iyon ay, yaong mga
nararamdaman at nagdadala ng Mensahe sa iba,

Ang

laging manindigan sa pangangailangan para huwag tanggapin ang mga pamimilit tungkol sa kalayaan ng mga ideya at paniniwala at upang tratuhin ang bawat tao sa parehong paraan na ang isa ay nais na tratuhin. Ang pagpapahalaga sa sarili sa interpersonal at sosyal na relasyon, sa parehong panahon na ang mensahero ay kumikilos laban sa lahat ng anyo ng diskriminasyon, di-pagkakapantay-pantay at kawalang katarungan.

Silo

Tungkol sa May-Akda

Mario Luis Rodríguez Cobos, kilala rin sa pangalang Silo, ay isinilang noong Enero 6, 1938 sa Mendoza (Argentina).

Manunulat at matalino, may-akda ng ilang mga aklat. Tagapagtatag ng kasalukuyang kaisipang Ang Humanismo sa Mundo o Bagong Humanismo. Iminungkahi ang pamamaraan ng No Violence, bilang tanging alternatibong makalabas sa krisis sa mundo ng tao. Nagtataas din ito ng personal at panlipunang pag-unlad nang sabay-sabay.

Sa Mensahe ni Silo, iniimbitahan niya ang malayang interpretasyon ng kanyang ideya at isang malayang organisasyon.

Kabilang sa mga pangunahing panukala nito ang pagtatagumpay sa pisikal na sakit at pagdurusa sa isip.

Namatay si Silo noong Setyembre 16, 2010, sa kanyang tahanan sa Chacras de Coria, sa kanyang tinubuang bayan ng Mendoza.

Iba pang obra ng **May-akda:**

<http://www.silo.net>

Ang Lunas sa Pagdurusá

Sa talumpating ito, kinakailangan ang pagkakaroon ng simpleng ugali nag magtuturo sa maniningning na buhay ; at sinasabi din na ang siyensya at katarungang ay kinakailang upang mapagtagu-mapayan ng sakit, ngunit kailangan din na malampasan ang primitibong pagnanasa para madaig ang pagdurusá sa isip.

Ang Sariling Pananaw

Tungkol ito sa kahulugan ng buhay. Ang pangunahing paksa ay tumatakbo tungkol sa sikolohiyang kalagayan ng di-pagsang-ayon. May malinaw na rekord ng kontradiksyon ng pagdurusá at ng pagtatagumpay ng pagdurusá sa pag-iisip ay posible hangga't nagtuturo sa buhay ng isang tao ng di -pagsalungat sa mga pagkilos sa pangkalahatan at lalo na sa mga di-pagsalungat na aksyon

Silo