

סילו

ריפוי הסבלוהמבט

הפנימי

Curación del Sufrimiento
La Mirada Interna ©Silo

ISBN: 978-9930-529-83-6

Edición e impresión digital:

EdiNexo E.I.R.L

San Jose, Costa Rica,

Segunda edición, noviembre 2016

תוכן

תוכן	3
הערות למהדורה השנייה	4
ריפוי הסבל	5
דרשה	6
הערות:	9
המבט הפנימי	10
א. ההתבוננות	11
ב. הנכונות להבין	12
ג. היעדר המשמעות	12
ד. התלות	13
ה. החשד למשמעות	14
ו. חלום והתעוררות	15
ז. נוכחותו של הכוח	15
ח. השליטה בכוח	16
ט. התגליותיה של האנרגיה	17
י. וודאות לגבי המשמעות	19
יא. המרכז המאיר	20
יב. התגליות	21
יג. העקרונות	21
יד. המדריך לדרך הפנימית	23
טו. התנסות השלווה ומעבר הכוח	25

טז. הקרנת הכוח	27
יז. אובדן ודיכוי הכוח	28
יח. פעולה ותגובה של הכוח	29
יט. המצבים הפנימיים	30
כ. המציאות הפנימית	32
הערות	33
המסר	35
הערות של סילו	36
הרקע של המסר	36
דרשת ריפוי הסבל כרקע למסר	37
הספר "המבט הפנימי" כרקע למסר	38
אודות המחבר	39

הערות למהדורה השנייה

ההוצאה לאור בספר אחד של "ריפוי הסבל" והספר "המבט הפנימי", שניהם מאת הוגה הדעות סילו (1938.1.6 - 2010.9.16), הנה בהשראת ההסברים שניתנו על ידי סילו עצמו, בהדגישו שהללו הנם הרקע לספרו "המסר של סילו".

דרשת "ריפוי הסבל" מובאת מתוך הספר "סילו מדבר" ואילו "המבט הפנימי" מובא מהספר "להאניש את העולם", שניהם מתוך האוסף "הומניזם חדש".

אדוארדו מונחה

ריפוי הסבל

פונטה דה ווקאס, מנדוסה, ארגנטינה, 4

1969

במאי

דרשה

אם באת לשמוע אדם שכביכול מעביר חכמה, דע לך שטעית בדרכך כי את החכמה האמתית לא מעבירים באמצעות ספרים ולא באמצעות דרשות; החכמה האמתית נמצאת בעומקה של התודעה שלך, כפי שהאהבה האמתית נמצאת בעומק לבך.

אם המכפישים והצבועים דחפו אותך הנה לשמוע את האדם הזה על מנת שדבריו ישמשו לך כטענות נגדו בעתיד, דע לך שטעית בדרכך כי האיש הזה אינו כאן בשביל לבקש ממך דבר או בשביל לנצל אותך, משום שהוא אינו זקוק לך.

אתה מקשיב לאדם אשר חוקי היקום זרים לו, חוקי ההיסטוריה אינם ידועים לו, בור לגבי הקשרים אשר באמצעותם מתנהלים העמים. האיש הזה פונה אל תודעתך הרחק מן הערים ושאיפותיהן החולניות. שם, בערים, אשר בהן כל יום המוות קוטם את החריצות, בהן האהבה מוחלפת בשנאה, המחילה מוחלפת בנקמה; שם, בערים של האנשים העשירים והעניים; שם, בשדות האינסופיים של האנשים, נפרש מעטה של סבל ועצב.

אתה סובל כשהכאב נושך בגופך. סובל כשהרעב משתלט על גופך. אך הסבל שלך לא נובע רק מהכאב המידי בגופך, מהרעב שבו. אתה סובל גם בשל התוצאות של המחלות שבגוף שלך.

עליך להבדיל בין שני סוגים של סבל. ישנו סבל אשר נוצר בך בשל המחלה (והסבל הזה עשוי לסגת בזכות התקדמותו של המדע, כפי שהרעב עשוי לסגת, אך הזדות לעליונותו של הצדק). יש סוג אחר של סבל אשר אינו תלוי במחלה בגופך אלא נגזר ממנה: אם אתה נכה, אם אינך מסוגל לראות או לשמוע, אתה סובל; אך למרות שסבל זה נגזר מהגוף וממחלותיו, הסבל הוא של התודעה שלך.

ישנו סוג של סבל אשר לא נסוג מול התקדמותו של המדע או של הצדק. סבל מהסוג הזה, אשר שייך אך ורק לתודעה שלך, נסוג אל מול האמונה, אל מול שמחת החיים, אל מול האהבה. עליך לדעת שהסבל הזה מבוסס תמיד על האלימות אשר בתודעה שלך. אתה סובל כי אתה חושש לאבד את מה שיש לך, או בגלל מה שכבר איבדת או בשל הציפיות להשיג דבר מה. אתה סובל משום שאין לך, או משום שאתה פוחד

באופן כללי... הנה האויבים הגדולים של האדם: הפחד מפני המחלה, הפחד מפני העוני, הפחד מפני המוות, הפחד מפני הבדידות. כל אלה הנם הסבל שבתודעתך; כל אלה חושפים את האלימות הפנימית, האלימות הנוכחת בתודעה שלך. שים לב שהאלימות הזו תמיד נגזרת מהתאוה. ככל שאדם אלים יותר, כך תאוותיו גסות יותר.

הייתי רוצה לספר לך סיפור שהתרחש לפני זמן רב.

היה היה נוסע שהיה עליו לצאת לנסיעה ארוכה. הוא רתם את בעל החיים שלו לעגלה והחל במסע אל יעד מרוחק מאוד ועם מגבלת זמן קבועה. הוא כינה את בעל החיים "צורך", את העגלה כינה "תאוה", גלגל אחד כינה "הנאה" ואת השני "כאב". כך, הנוסע טלטל את עגלתו ימינה ושמאלה, אך תמיד אל עבר יעדו. ככל שהעגלה נעה ביתר מהירות, גלגלי ההנאה והכאב נעו מהר יותר, מחוברים באותו ציר ומובילים את עגלת התאוה. מכיוון שהנסיעה הייתה ארוכה מאוד, הנוסע שלנו נהג להשתעמם. לכן הוא החליט לקשט אותה בחפצים יפים, וכך עשה, אך ככל שייפה יותר את עגלת התאוה, לצורך נהייה קשה יותר. כך, בעיקולים ובעלויות בעל החיים המסכן כשל, לא מסוגל למשוך את עגלת התאוה. בדרכי החול, גלגלי ההנאה והסבל נתקעו בקרקע. יום אחד הנוסע התייאש משום שהדרך הייתה ארוכה מאוד ויעדו היה מרוחק ביותר. באותו ערב הוא החליט להרהר בבעיה ותוך כדי כך הוא שמע את צהלותיו של חברו הוותיק. הוא הבין את המסר ולמחרת פירק את הקישוטים מהעגלה, הקל עליו ממשקלם והשכם בבוקר לקח את חברו בדהירה אל עבר היעד. אך למרות זאת, הוא כבר איבד זמן שכבר לא ניתן היה להשיב. בערב למחרת הרהר שוב והבין, בשל אזהרה חוזרת של חברו, שעומדת בפניו מטלה קשה שבעתיים, כי משמעותה ויתור. לפנות בוקר הוא הקריב את עגלת התאוה. אמנם כך הוא איבד את גלגל ההנאה, אך יחד אתו איבד גם את גלגל הסבל. הוא עלה על חיית הצורך, על גבה החשוף, והחל לרכב דרך הערבות הירוקות אל עבר יעדו.

שים לב כיצד התאוה עלולה לדחוק אותך לפינה. ישנן תאוות בעלות איכויות שונות. ישנן תאוות גסות יותר וישנן תאוות נעלות יותר. רומם את התאוה!

התגבר על התאוה! טהר את התאוה! כך ללא ספק תוותר על גלגל ההנאה אך באותה נשימה גם על גלגל הסבל.

האלימות שבאדם, מונעת על ידי תאוותיו, לא נשארת רק בתודעה בתור מחלה, אלא שהיא מוקרנת אל עולמם של בני האדם ופועלת על שאר האנשים. אל תחשוב שאני מתכוון אך ורק לאלימות של מלחמה, שבה בני אדם מחסלים בני אדם אחרים. זו צורה של אלימות פיזית. ישנה גם אלימות כלכלית: היא זו שגורמת לך לנצל אדם אחר, היא מתרחשת כאשר אתה גונב מאדם אחר, כשאתה כבר אינך אח של האחר אלא עוף דורס כלפי אחיך. יש, בנוסף, אלימות גזעית. נדמה לך שאינך פועל באלימות כשאתה רודף אדם אחר רק משום שהוא שייך לגזע אחר? נדמה לך שאינך מפעיל כלפיו אלימות כאשר אתה משמיץ אותו על שום היותו מגזע שונה משלך? ישנה אלימות דתית. נדמה לך שאינך מפעיל אלימות כשאינך מספק עבודה או נועל שערים ומפטר אדם אחר משום שהוא לא בן הדת שלך? נדמה לך שאין זו אלימות לסגור על מישהו שלא נוהג על פי העקרונות שלך באמצעות השמצות? לכתר אותו בתוך משפחתו, בין בני עמו, בין יקיריו, רק משום שהוא אינו נוהג על פי הדת שלך? ישנן צורות אחרות של אלימות, כמו זו שכופה המוסר הפלשתי.

אתה רוצה לכפות את אורח החיים שלך על הזולת, אתה חייב לכפות את אורח החיים שלך, לכפות את העדפותיך על אחרים... אבל מי אמר לך שאתה דוגמה למופת? מי אמר לך שאתה יכול לכפות אורח חיים משום שכך מתחשק לך? היכן התבנית והיכן הדפוס שאתה רוצה לכפות?... הנה סוג של אלימות.

אתה יכול לשים קץ לאלימות שבך, בזולת ובעולם סביבך, בעזרת האמונה וההרהור הפנימי. אין שערים מדומים כדי לשים קץ לאלימות.

העולם הזה עומד להתפוצץ ואין דרך לשים קץ לאלימות! אל תחפש דרכים מדומות! אין כל מדיניות שתוכל לשים קץ לצורך המטורף באלימות. אין בעולם שלנו מפלגה או תנועה שמסוגלות לשים קץ לאלימות. אין פתרונות פלא נגד האלימות בעולם... נאמר לי שהצעירים במקומות השונים בעולם מחפשים דרכים מדומות בשביל לצאת מהאלימות ומהסבל הפנימי. הם מחפשים את הסמים בתור פתרון. אל תחפש דרכים מדומות כדי לשים קץ לאלימות.

אחי: קיים את המצוות הפשוטות האלה, פשוטות כמו האבנים, השלג והשמש אשר מברכת אותנו. שא את השלום בקרביך ושא אותו אל הזולת. אחי: אי שם בהיסטוריה רואים את פני הסבל של האדם, הסתכל עליו... אבל זכור שצריך להמשיך הלאה ושצריך ללמוד לצחוק ושצריך ללמוד לאהוב.

אליך, אחי, אני משליך את התקווה הזו, את התקווה הזו לשמחה, את התקווה הזו לאהבה, כדי שתרום את לבך ותרומם את נשמתך, וכדי שלא תשכח לרומם את גופך.

הערות:

1. הדיקטורה הצבאית בארגנטינה אסרה על כל התכנסות פומבית בערים. על כן, נבחר מקום שומם המוכר כפונטה דה ווקאס, על הגבול בין ארגנטינה לצ'ילה. החל משעות הבוקר המוקדמות הרשויות השגוהו על דרכי הגישה למקום. ניתן היה להבחין בעמדות של מקלעים, רכבים צבאיים ולוחמים חמושים. על מנת להגיע למקום היה צריך להגיש מסמכים ופרטים אישיים, דבר שיצר כמה חיכוכים עם אמצעי תקשורת בינלאומיים. על רקע של הרים מושלגים, סילו החל את דבריו בפני קהל של כ-200 איש. היום היה קר ושמשי.

בסביבות 12 בצהריים כבר הכל הסתיים.

2. זוהי ההופעה הפומבית הראשונה של סילו. בסגנון פחות או יותר פואטי מוסבר שהידע החשוב ביותר לחיים ("החכמה האמתית") אינו תואם את היכרותם של ספרים, של חוקים אוניברסליים וכו', אלא שזהו עניין של התנסות פנימית, אינטימית. הידע החשוב ביותר לחיים מתייחס אל הבנת הסבל וההתגברות עליו.

בהמשך מוצגת תזה מאוד פשוטה, בכמה חלקים: 1. החל בהבחנה בין כאב גופני והתוצרים שלו, בטענה שזה יכול לסגת הודות להתקדמות המדע והצדק, להבדיל מהסבל המנטלי שלא ניתן להסיגו באמצעותם; 2. סובלים דרך שלושה ערוצים: של החישה, של הזיכרון ושל הדמיון; 3. הסבל מעיד על מצב של אלימות; 4. בסיסה של האלימות היא התאוה; 5. לתאוה רמות וצורות שונות. בקשב אל כל אלה ("דרך ההרהור הפנימי") ניתן להתפתח. כך אם כן: 6. התאוה ("ישנן תאוות גסות יותר") מעודדת את האלימות, שאינה נותרת בתככי בני האדם אלא מזהמת את סביבת היחסים הבין-אישיים; 7. ניתן להבחין בצורות שונות של אלימות ולא רק בצורה הראשונית שהיא האלימות הפיזית; 8. יש צורך להחיל התנהגות פשוטה שתכווין את החיים ("קיים את המצוות הפשוטות האלה"): ללמוד להביא את השלום, את השמחה ומעל לכל, את התקווה.

לסיכום: המדע והצדק הם חיוניים להסגת הכאב של המין האנושי.

ההתגברות על התאוות הפרימיטיביות היא חיונית לניצחון על פני הסבל המנטלי.

המבט הפנימי

א. ההתבוננות

1. כאן מסופר כיצד ממירים את היעדר המשמעות של החיים במשמעות ובמלאות.
2. כאן ישנן שמחה, אהבה לגוף, לטבע, לאנושות ולרוח.
3. כאן שוללים את ההקָרבות, את רגשות האשם ואת איומי העולם הבא.
4. כאן אין סתירה בין העולם הגשמי לבין העולם הנצחי.
5. כאן מדובר בהתגלות הפנימית, אליה מגיע כל אדם המהרהר בקפדנות בחיפוש עניו.

ב. הנכונות להבין

1. ידוע לי כיצד אתה מרגיש משום שאני מסוגל לחוות את מצבך, אך אתה אינך יודע כיצד נחוזה מה שאני אומר. על כן, כאשר אני מדבר אליך ללא כל אינטרס על מה שגורם לאדם להרגיש מאושר וחופשי, מוטב שתשתדל להבין.
2. אל תחשוב שתוכל להגיע להבנה תוך כדי ויכוח איתי. אתה רשאי להאמין שהבנתך תתבהר מתוך התנגדות, אך דע לך שזו אינה הדרך המתאימה במקרה הזה.
3. אם תשאל אותי מה היא הגישה הנכונה, אענה לך שהיא ההתבוננות לעומק וללא חיפזון במה שאסביר לך כאן.
4. אם תאמר שיש לך דברים דחופים יותר לעסוק בהם, אענה לך שאם רצונך הוא לנוח או לחדול, לא אעשה דבר בכדי להתנגד לך.
5. גם אל תטען שהדרך שלי להציג את דבריי אינה מוצאת חן בעיניך, כי לא זה מה שתאמר על הקליפה כאשר הפרי ערב לחכך.
6. אני מציג את דבריי בדרך הנראית לי כמתאימה ביותר, ולא דווקא בזו הרצויה לאלה השואפים לדברים המרוחקים מהאמת הפנימית.

ג. היעדר המשמעות

במהלך ימים רבים גיליתי את הפרדוקס הגדול הזה: אלה אשר נשאו את הכישלון בלבם הצליחו להאיר את הניצחון האחרון, ואילו אלה אשר חשו עטורי ניצחון נותרו בדרך כצמחים אשר חייהם מעורפלים וכבויים.

במהלך ימים רבים הגעתי אל האור מן המעמקים החשוכים ביותר, לא בסיועה של הדרכה אלא בעקבות התבוננות.

כך אמרתי לעצמי ביום הראשון:

1. אין משמעות לחיים אם הכול נגמר במוות.
2. כל הצדקה למעשינו, בין אם הם ראויים להערכה ובין אם הם בזויים, היא תמיד חלום חדש אשר מותיר ריקנות בהמשך הדרך.
3. אלוהים הוא משהו לא בטוח.
4. האמונה היא משהו כה משתנה בדומה להיגיון ולחלומות.
5. ניתן להתווכח בלי סוף על "מה שחייבים לעשות" ודבר לא יבסס לחלוטין את ההסברים.

6. "אחריותו" של זה שמתחייב אינה גדולה מזו של זה שאינו מתחייב.
7. אני פועל על פי האינטרסים שלי, ואין זה הופך אותי למוג לב, אך גם לא לגיבור.
8. "האינטרסים שלי" אינם מצדיקים דבר ואינם מערערים על דבר.
9. "הסיבות שלי" אינן טובות או גרועות מסיבותיהם של אחרים.
10. האכזריות מחרידה אותי אך לא בשל כך, או כשלעצמה, היא טובה או גרועה מטוב הלב.
11. מה שנאמר היום, על ידי או על ידי אחרים, חסר תוקף מחר.
12. למות לא בהכרח טוב יותר מלחיות או לא להיוולד, אך גם אינו גרוע יותר.
13. גיליתי, לא דרך הדרכה אלא מתוך התנסות והתבוננות, שאין משמעות בחיים אם הכול נגמר במוות.

ד. התלות

היום השני.

1. כל מה שאני עושה, מרגיש וחושב, אינו תלוי בי.
2. אני נתון לשינויים ותלוי בפעילותה של הסביבה. כשאני רוצה לשנות את הסביבה או את "האני" שלי, הסביבה היא זו שמשנה אותי. ועל כן אני פונה אל העיר או אל הטבע, אל הגאולה החברתית או אל מאבק חדש כלשהו אשר יצדיק את קיומי... בכל אחד מן המקרים האלה, מובילה אותי הסביבה לבחור בין גישה כזו או אחרת. כך משאירים אותי האינטרסים שלי והסביבה באותו מקום.
3. על כן אני אומר שאין כל חשיבות מי מחליט או מה מחליטים. במקרים כאלה אני טוען שעליי לחיות, מאחר שאני נמצא במצב של חיים. זה מה שאני אומר, אך אין לכך כל צידוק. אני יכול להיות נחוש, מהוסס או אדיש. בכל אופן, כל אפשרות עשויה להיות טובה מחברתה בשלב כזה או אחר, אך בסופו של דבר אין אפשרות "טובה יותר" או "גרועה יותר" מעצם הגדרתה.
4. אם יאמר לי אדם כי מי שלא אוכל מת, אענה לו שיש צדק בדבריו, ושהוא נאלץ לאכול בגלל צרכיו, אך לא אוסיף ואומר שמאבקו להשגת אוכל מצדיק את קיומו. גם לא אומר שיש רע בכך. אומר בפשטות שמדובר במעשה נחוץ למען הקיום, אישית או קבוצתית, אך כזה אשר אין בו כל טעם כשמפסידים בקרב האחרון.

5. אוסיף ואומר שאני מגלה סולידאריות עם מאבקם של העני, של המדוכא ושל הנרדף. אגיד שאני מרגיש "הגשמה" עם ההזדהות הזו אף שאני מבין שאיני מצדיק בכך דבר.

ה. החשד למשמעות

היום השלישי.

1. לעיתים הקדמתי מעשים שהתרחשו לאחר מכן.
2. לעיתים קלטתי מחשבה רחוקה.
3. לעיתים תיארתי מקומות שמעולם לא ביקרתי בהם.
4. לעיתים סיפרתי בדיוק רב את שאירע בהיעדרי.
5. לעיתים אחזה בי שימחה אדירה.
6. לעיתים פשטה בי הבנה מוחלטת.
7. לעיתים שיכר אותי איחוד מושלם עם כל מה שסובב אותי.
8. לעיתים ניפצתי את אשליותיי והבטתי במציאות בדרך חדשה.
9. לעיתים זיהיתי דבר שאני רואה לראשונה כמו משהו שכבר ראיתי בעבר.

... וכל זה נתן לי חומר למחשבה. אני מבין היטב שאלמלא ההתנסויות הללו לא הייתי נחלץ מהיעדר המשמעות.

ו חלום והתעוררות

היום הרביעי.

1. איני יכול להתייחס למה שאני רואה בחלומותיי כאל מציאות, גם לא למה שאני רואה בחלומות למחצה ואף לא למה שאני רואה בעודי ער אך חולם בהקיץ.

2. אני יכול להתייחס כאל מציאות למה שאני רואה כשאני ער ולא חולם בהקיץ. לא מדובר במה שחשתי קולטים אלא בפעולותיה של התודעה שלי המתייחסות ל"נתונים" המעובדים. כיוון שהנתונים התמימים והמוטלים בספק מסופקים על ידי החושים החיצוניים, הפנימיים ועל ידי הזיכרון. מה שקובע זה שהתודעה שלי יודעת זאת בעודה במצב ערות ומאמינה בזה כשהיא רדומה. לעיתים נדירות אני תופש את המציאות בדרך חדשה, ואז אני מבין שהמראות היומיומיים דומים לחלום או לחלום-למחצה.

ישנו אופן אמתי אחד להיות ער: זו הדרך שהובילה אותי להתבונן לעומק במה שנאמר עד כה והיא, בנוסף, זו שפתחה בפניי את השער כדי לגלות את המשמעות של כל הקיים.

ז נוכחותו של הכוח

היום החמישי.

1. כשהייתי ער באמת טיפסתי מהבנה להבנה.

2. כשהייתי ער באמת אך חָסַר לי מרץ על מנת להמשיך בעלייה, הצלחתי למצוא את הכוח בתוכי. הוא היה בכל גופי. הייתה אנרגיה ולו בתאים הקטנים ביותר של גופי. אנרגיה זו זרמה והייתה מהירה וחזקה יותר מזרימת הדם.

3. גיליתי שהאנרגיה התרכזה בנקודות השונות בגופי כשאלו פעלו, ונעלמה כשלא הייתה בהן כל פעילות.

4. בעת מחלה לא הייתה האנרגיה חזקה מספיק, או שהתרכזה בדיוק בנקודות אשר ניזוקו. אך כאשר הצלחתי להשיב את זרימתה התקינה, חלה נסיגה במחלות רבות.

מספר עמים הכירו זאת ופעלו להשבת האנרגיה באמצעות שיטות שונות הזרות לנו כיום.

מספר עמים הכירו זאת ופעלו להעברת האנרגיה לאנשים אחרים. כך, חלו "הארות" בהבנה ואף "נסים".

ח השליטה בכוח

היום השישי.

1. ישנה דרך לנתב ולרכז את הכוח הזורם בגוף.

2. ישנן נקודות שליטה בגוף, בהן תלוי מה שמוכר לנו בתור תנועה, רגש ודמיון. כאשר פועלת האנרגיה על הנקודות הללו, בא הדבר לידי ביטוי בהבעות מוטוריות, רגשיות ואינטלקטואליות.

3. על פי רמת פעילותה של האנרגיה, אם היא פנימית או שטחית יותר בגוף, נוצרים התרדמה העמוקה, מצב החולמנות או מצב הערנות המוחלטת... קרוב לוודאי שההילות אשר סובבות את גופם או את ראשם של הקדושים בתמונות בעלות אופי דתי, מרמזות לתופעת האנרגיה שלעיתים מקבלת ביטוי חיצוני יותר.

4. ישנה נקודת שליטה של מצב הערנות האמיתי וישנה דרך לנתב אליה את הכוח.

5. כאשר מנותבת האנרגיה לנקודה זו, נעות כל נקודות השליטה האחרות תחת השפעתה.

לאחר שהבנתי זאת וניתבתי את הכוח לנקודה העליונה ההיא, חש כל חלק בגופי מכת אנרגיה עצומה, אשר הלמה בחוזקה בתודעתי, וכך עליתי מהבנה להבנה. אולם שמתתי לב לכך שביכולתי לרדת למעמקים כאשר אני מאבד שליטה על האנרגיה. נזכרתי באגדות אודות "גן העדן" ו"הגיהנום" וראיתי את קו ההפרדה בין שני המצבים המנטאליים הללו.

ט התגליוותיה של האנרגיה

היום השביעי.

1. בכוחה של האנרגיה שבתנועה "להשתחרר" מהגוף תוך שמירה על אחדותה.
2. האנרגיה המאוחדת הזו הייתה מעין "כפיל של הגוף" אשר תאם לייצוג הפנים-גופי של הגוף עצמו בתוככי חלל הייצוג. תחומי המדע שעסקו בתופעות מנטאליות לא דנו מספיק בקיומו של החלל הזה וגם לא בייצוגים התואמים לתחושות הפנימיות של הגוף.
3. האנרגיה הכפילה (כלומר, כזו הנתפסת כ"חיצונית" לגוף או "נפרדת" מבסיסו החומרי) נמוגה כדימוי או הוצגה בצורה מדויקת, בהתאם לאחדות הפנימית שהייתה למי שפעל כך.
4. יכולתי להיווכח שה"החצנה" הזו של האנרגיה, אשר הציגה את הגוף עצמו כ"מחוץ" לגוף, נוצרה כבר ברמות הנמוכות ביותר של התודעה. במקרים כאלה קרה שההתקפה על השלמות הבסיסית ביותר של החיים גרמה לתגובה הזו, כמנגנון הגנה על מה שעמד תחת איום. לכן, אצל כמה מדיומים אשר רמת מודעותם הייתה נמוכה ואשר אחדותם הפנימית נמצאה בסיכון, התגובות הללו היו בלתי רצוניות ויוחסו לישויות אחרות, ולא להם עצמם.

•
"רוחות הרפאים" או "רוחות" למיניהן בכמה עמים או אצל כמה רופאי אליל לא היו אלא "הכפילים" (עצמם) הייצוגים עצמם) של אותם אנשים אשר חשו שהם נשלטים בידיהם. מכיוון שמצבם המנטאלי עומעם) היה בטרנס, כתוצאה מאיבוד שליטה על הכוח, הם חשו שהם נשלטים בידי הוויות זרות שלעיתים יצרו תופעות יוצאות דופן. אין ספק ש"אחוזי דיבוק" רבים חשו תופעות כאלו. הדבר המכריע אם כן היה השליטה על הכוח.

הדבר שינה לחלוטין הן את תפיסת החיים הרגילים שלי והן את תפיסתי אודות החיים שלאחר המוות. בגלל מחשבות וניסיונות אלו איבדתי את אמונתי במוות ואיני מאמין בו מאז, כפי שאיני מאמין בהיעדר המשמעות שבחיים.

י. וודאות לגבי המשמעות

היום השמיני.

1. החשיבות האמיתית של החיים הערניים נעשתה ממשית בעיניי.
2. החשיבות האמיתית של הכנעתן של הסתירות הפנימיות שכנעה אותי.
3. החשיבות האמיתית שבשליטה בכוח, למען השגת איחוד והמשכיות, מילאה אותי במשמעות משמחת.

היום התשיעי.

1. בכוח היה "אור" אשר נבע מ"מרכז" מסוים.
 2. בפירוקה של האנרגיה התקיימה התרחקות מהמרכז, ובהתאמה – עם איחודה ופיתוחה, תפקד המרכז המאיר .
- לא הפליא אותי למצוא בעמים עתיקים את האמונה באל השמש, והבנתי שבזמן שכמה מהם סגדו לכוכב משום שהעניק חיים לאדמה ולטבע, ראו אחרים בגוף המפואר הזה סמל למציאות גדולה יותר.
- היו מי שהרחיקו לכת אף יותר וקיבלו מהמרכז הזה אינספור סגולות אשר לעיתים "השתלחו" כלשונות אש על אלו שהיו נתונים להשפעתם, לפעמים בדמות סְפָרוֹת זוהרות ולפעמים כסנה בוער אשר הופיע בפני המאמין הירא.

יב. התגליות

היום העשירי.

מעטות אך חשובות היו תגליותיי. אסכם אותן כך:

1. הכוח זורם בגוף באופן לא רצוני, אך ניתן לכוון אותו בעזרת מאמץ מודע. הישג של שינוי מכוון ברמת המודעות מעניק לאדם הצצה חשובה אל השחרור מהתניות "טבעיות" שנדמה שמשתלטות על התודעה.
2. בגוף ישנן נקודות שליטה האחראיות על תפקודיו השונים.
3. ישנם הבדלים בין מצב הערנות האמיתי לבין רמות אחרות של מודעות.
4. ניתן להוביל את הכוח אל נקודת היקיצה האמיתית (בהביננו את ה"כוח" כאנרגיה מנטאלית שמתלווה אל דימויים מסוימים, ו"נקודה" כמיקומו של דימוי ב"מקום" מסוים בחלל הייצוג).

באמצעות מסקנות אלה זיהיתי בתפילותיהם של עמים עתיקים גרעין של אמת גדולה, שהוחשבה על ידי פולחנים ופרקטיקות חיצוניות שלא הבשילו עד לכדי התפתחות של עבודה פנימית, שכאשר היא מתבצעת בשלמות, מביאה את האדם במגע עם המקור המאיר שלו. לבסוף, גיליתי שהתגליות שלי אינן התגלויות כלל, אלא תוצאה של ההתגלות הפנימית אליה מגיע כל מי שמחפש, ללא סתירות, את האור בתוככי ליבו.

יג. העקרונות

הגישה כלפי החיים והדברים בכללם שונה כאשר ההתגלות הפנימית מכה
כברק .

בהתקדמות איטית צעד אחר צעד, בהרהור מעמיק של מה שנאמר פה ומה שעוד יאמר, תוכל להפוך את היעדר המשמעות למשמעות. אין זה היינו אך מה שתעשה עם חייך. חייך, הכפופים לחוקים, חשופים לאפשרויות בחירה. אין אני מדבר על חופש. אני מדבר על שחרור, על תנועה, על תהליך. אין אני מדבר על חופש כמשהו דומם, אלא על שחרור צעד אחר צעד, כפי שמשחרר מהדרך ההכרחית זה שקרב אל עירו. כך, "מה שצריך להיעשות" אינו תלוי במוסר רחוק, בלתי מובן ותלוי-מוסכמות, אלא בחוקים: חוקי חיים, חוקי אור, חוקי התפתחות. להלן מה שיכונה "העקרונות", אשר עשויים לסייע בחיפוש אחר אחדות פנימית:

1. ללכת נגד התפתחותם של הדברים זה ללכת נגד עצמך.

2. כאשר אתה דוחף משהו אל עבר מטרה אתה משיג את היפוכה.
3. אל תתנגד לכוח גדול. תיסוג עד אשר הוא ייחלש, ואז תתקדם בנחישות.
4. הדברים הם בסדר כאשר הם מתקדמים יחד, לא כל אחד לחוד.
5. אם אתה שלם גם עם היום וגם עם הלילה, גם עם הקיץ וגם עם החורף, הרי שהתגברת על הסתירות.
6. אם אתה רודף אחר ההנאה, אתה כובל את עצמך לסבל. אולם, כל עוד לא תזיק לבריאותך, תהנה ללא עכבות כאשר תזדמן לך האפשרות לכך.
7. אם אתה רודף אחר מטרה, אתה כובל את עצמך. אם אתה עושה כל דבר כאילו היה מטרה בפני עצמה, אתה משתחרר.
8. תעלים את הקונפליקטים שלך כאשר תבין אותם עד שורשם האחרון, לא כאשר תנסה לפתור אותם.
9. כאשר אתה מזיק לאחרים אתה כובל את עצמך. אולם אם לא תזיק לאחרים תוכל לעשות כרצונך בחופשיות.
10. כאשר אתה נוהג כלפי אחרים כפי שאתה רוצה שינהגו כלפיך, אתה משתחרר.
11. אין זה משנה באיזה מחנה העמידה אותך השתלשלות המאורעות; מה שחשוב הוא שתבין שאתה לא בחרת באף מחנה.
12. הפעולות המאוחדות או הסותרות מצטברות בך. אם תחזור על הפעולות בעלות אחדות פנימית, שום דבר כבר לא יוכל לעצור בעדך.

תהיה כמו כוח טבע שלא נתקל בהתנגדות במהלך התקדמותו. למד להבחין בין קושי, בעיה או מכשול לבין סתירה. בעוד הראשונים מעודדים או מקדמים אותך, הרי שהסתירה משתקת אותך בתוך מעגל סגור.

כאשר תמצא בלבך כוח גדול, שמחה וטוב לב, או כאשר תרגיש חופשי וללא סתירות, הודה על כך מיד בתוכך. כאשר יקרה ההפך – בקש באמונה, ואותה הודייה שצברת תחזור אליך מותמרת ומורחבת לתועלתך.

י.ד. המדריך לדרך הפנימית

אם הבנת היטב את אשר הוסבר עד כה, תוכל להתנסות באמצעות עבודה פשוטה, בהתגלותו של הכוח. אולם אין זהות בין הצבתך את עצמך בנכונות מנטאלית נכונה פחות או יותר) כאילו מדובר היה בנכונות למלאכה טכנית(, ובין הענקת טון ופתיחות רגשית הדומה לזו שמשרה השירה. זו היא גם הסיבה שהשפה המשמשת להעברת אמיתות אלו נוטה לאפשר את העמדה המנכיחה בקלות רבה יותר את ההתבוננות הפנימית, ולא את הרעיון אודות "ההתבוננות הפנימית."

כעת עקוב בתשומת לב אחר הסבריי, כיוון שמדובר בנוף הפנימי אותו אתה עשוי למצוא בעבודתך עם הכוח, ובכיוונים שתוכל להקנות לתנועותיך המנטאליות:

"בדרך הפנימית תוכל להלך מוחשך או מואר. שים לב לשתי הדרכים הנפרשות לפניך.

אם תאפשר להווייה שלך לנוע אל עבר אזורים חשוכים, ינצח גופך בקרב ויהיה הוא השולט. או אז יופיעו תחושות ומופעים של רוחות, של כוחות, של זיכרונות. בדרך זו יורדים עוד ועוד. שם נמצאים השנאה, הנקמה, הניכור, הרכושנות, הקנאה, הרצון להיוותר. אם תרד עוד, ישתלטו עליך התסכול, הטינה וכל אותן אשליות ושאיפות שהביאו על האנושות חורבן ומוות.

אם תדחוף את הווייתך בכיוון האור, תמצא התנגדות ועייפות על כל צעד.

ישנם אשמים לעייפות הזו במהלך העלייה. חייך מכבידים עליך, זיכרונותיך מכבידים עליך, פעולותיך הקודמות מונעות ממך לעלות. הטיפוס הזה קשה בגלל פעילות גופך הנוטה להשתלט.

במשעולי עלייתך נמצאים אזורים מוזרים בעלי צבעים טהורים וצלילים לא מוכרים

.

אל תימלט מפני הטיהור שפועל כמו אש ושמעורר אימה עם רוחות הרפאים שלו

.

דחה את הבהלה ואת שברון הלב .

דחה את הרצון להימלט אל אזורים תחתונים וחשוכים .

דחה את ההיצמדות אל הזיכרונות .

דבק בחופש הפנימי, באדישות אל אשליית הנוף, בנחישות בעלייה.

אור זך זורח בפסגות רכסי ההרים הגבוהים, ומי אלף הגוונים זורמים בין צלילים לא מוכרים אל עבר רמות וערבות צלולות.

אל תירא מעצמת האור המרחיק אותך ממרכזו בעוצמה הולכת וגוברת. ספוג אותו כאילו היה נוזל או רוח, כי בו, ללא ספק, מצויים החיים.

כאשר תמצא ברכס ההרים הגבוה את העיר הנסתרת, עליך להכיר את הכניסה.

אבל את זאת תדע ברגע שישתנו חייך. חומותיה האדירות כתובות בצורות,

בצבעים, הן "מורגשות". בעיר זו נשמר כל שנעשה וכל שייעשה...

אבל עבור עינך הפנימית, השקוף מעורפל. כן, החומות בלתי חדירות
מבחינתך!

טול את הכוח מהעיר הנסתרת. חזור אל עולם החיים הדחוסים עם מצח וידיים
מאירים."

טו התנסות השלווה ומעבר הכוח

1. הרפה לחלוטין את גופך והשקט את הראש. כעת, דמיין סְפָרָה שקופה וזוהרת, שברדתה עד אליך, מתמקמת לה בסופו של דבר בתוככי לבך. תוכל לזהות מיד שהספירה מפסיקה להופיע כדימוי והופכת לתחושה המתרחבת בתוך החזה.
2. שים לב כיצד תחושת הספרה מתפשטת מהלב אל מחוץ לגוף, בו בזמן שנשימתך מתרחבת והופכת עמוקה יותר. כאשר התחושה תגיע עד גבולות הגוף תוכל לעצור ולחוות בהתנסות השלום הפנימית. תוכל להישאר במצב זה למשך כל זמן שייראה לך מתאים. לאחר מכן, תיסוג מאותה התרחבות (בהגיעך, כמו בהתחלה, עד הלב) בשביל לשחרר את הספרה ולסיים את התרגיל שליו ומעודד. תרגיל זה נקרא "חוויית השלווה".
3. לעומת זאת, אם ברצונך להתנסות במעבר הכוח, במקום לסגת במהלך ההתרחבות יהיה עליך להגדיל אותה עוד ולאפשר לרגשות שלך ולמלא הווייתך לעקוב אחריה. אל תנסה לשים לב לנשימתך. הנח לה לפעול מעצמה בזמן שאתה עוקב אחר ההתרחבות אל מחוץ לגוף.
4. עליו לומר זאת שוב: תשומת לבך, ברגעים אלה, צריכה להיות מרוכזת בתחושת ה סְפָרָה המתרחבת. אם אינך יכול להשיג זאת, מוטב שתעצור ותנסה בהזדמנות אחרת. גם אם לא תתנסה במעבר, עדיין תוכל לחוות תחושת שלווה מעניינת.
5. אם לעומת זאת, הרחקת לכת, תתחיל להתנסות במעבר. מידיך ומאזורים אחרים בגופך יגיע אליך טונוס תחושה שונה מהרגיל. אתה תחוש תנודות מתגברות, ותוך זמן קצר יצוצו בעוצמה דימויים ורגשות. הנח למעבר הכוח להתרחש בחופשיות.
6. בקבלך את הכוח אתה תחוש את האור או צלילים מוזרים, התלויים באופן הייצוג האופייני לך. בכל אופן, חשובה ההתנסות בהרחבת התודעה, אשר אחד מסממניה הוא צלילות ונכונות להבין את מה שמתרחש.
7. בכל עת שתרצה תוכל להפסיק את המצב הייחודי הזה (אם הוא טרם נפסק מעצמו), אם רק תדמיין או תחוש שה סְפָרָה מתכווצת ויוצאת ממך באותו אופן בו היא הגיעה בהתחלה.
8. מעניין להבין שמצבי תודעה מעורערת רבים הושגו ומושגים, כמעט תמיד, על ידי מנגנונים דומים לאלה המתוארים כאן. כמובן שהללו עטופים בפולחנים מוזרים או, לעתים מחוזקים על ידי עייפות, אובדן רסן מוטורי, שינון ותנחות, שבכל המקרים מערערים את הנשימה ומעוותים את התחושה הכללית של

תוך-הגוף. עליך לזהות בתחום זה את ההיפנוזה, את פעולת המדיומים וגם את השפעת הסמים, שאמנם פועלים באמצעים אחרים אך גורמים למצבים מעורערים דומים. ללא ספק, המשותף לכל המצבים הללו הוא היעדר השליטה וחוסר ההבנה לגבי מה שמתרחש. הייה ספקן לגבי תופעות שכאלה וקבל אותם כ"טראנס" פשוט אליו נקלעו הבורים, המתנסים ואפילו "הקדושים", כפי שמסופר באגדות.

9. גם אם פעלת בהתאם להנחיות אתה עשוי שלא להצליח ליצור את המעבר. אין בכך משום מקור לדאגה, אלא סימן להיעדר "חופשיות" פנימית, מה שיכול להעיד על מתח רב, בעיות בדינאמיקה של הדימוי, ובקצרה, פיצול בהתנהגות הרגשית - דבר שקרוב לוודאי נוכח גם בחייך היומיומיים

טז הקרנת הכוח

1. אם חווית את מעבר הכוח תוכל להבין כיצד, בהסתמך על תופעות דומות אך ללא שום הבנה, פיתחו עמים שונים פולחנים ומסורות שהוכפלו לאחר מכן עד אין קץ. באמצעות התנסויות מהסוג שתואר לעיל, חשו אנשים רבים את גופם "משוכפל". חוויית הכוח העניקה להם את התחושה שהם יכולים להקרין את האנרגיה הזו אל מחוץ לעצמם.

2. הכוח "הוקרן" אל אחרים וגם אל עבר חפצים "המסוגלים" לקבל ולשמר אותו. אני בטוח שלא יקשה עליך להבין את תפקידם של חפצי פולחן בדתות השונות, ובאופן דומה, את המשמעות של מקומות קדושים ושל כוהנים "הטעונים" לכאורה בכוח. כאשר חפצים שונים היו למושא הערצה מלאת אמונה במקדשים והוקפו בטקס ובפולחן, קרוב לוודאי שהם "החזירו" למאמינים את האנרגיה שנצברה בהם במהלך אין ספור תפילות. זוהי מוגבלות ההבנה של המעשה האנושי

– העובדה שכמעט תמיד הסבירו את הדברים הללו על פי הסבר חיצוני של תרבות, מיקום, היסטוריה ומסורת, בעוד ההתנסות הפנימית הבסיסית היא נתון חיוני להבנה.

3. אותה "הקרנה", "טעינה" ו"השבה" של הכוח, ישובו ויעסיקו אותנו בהמשך. אך כבר עכשיו אומר לך שאותו מנגנון ממשיך לפעול אפילו בתרבויות חילוניות, בהם המנהיגים והידוענים עטויים הילת ייצוג מיוחד בעיני זה שרואה אותם והיה רוצה אפילו "לגעת" בהם, או לתפוס בעלות על פיסה מבגדיהם או על אחד מן החפצים שלהם.

4. זאת משום שכל ייצוג של ה"נעלה" הוא מהעין כלפי מעלה, מעל לקו הראיה הרגילה. וה"נעלים" הם האישים ש"מחזיקים בבעלותם" את טוב הלב, את החוכמה ואת הכוח. "למעלה" נמצאים המעמדות הגבוהים, הדגלים והמדינה. ואנו, בני תמותה פשוטים, צריכים "לעלות" במעמד החברתי ולהתקרב אל השררה בכל מחיר. מה רע מצבנו: אנו עדיין מונחים על ידי מנגנונים שתואמים את הייצוג הפנימי, עם ראשינו "למעלה" בעוד רגלינו דבוקות לאדמה. מה רע מצבנו כאשר אנו מאמינים בדברים כאלה (ומאמינים מפני שהם "מציאותיים" בייצוג הפנימי). מה רע מצבנו כאשר מבטנו החיצוני אינו אלא הקרנה לא מודעת של המבט הפנימי.

יז. אובדן ודיכוי הכוח

1. פריקות הכוח העיקריות הן תוצאה של מעשים נעדרי שליטה. אלה הם: דמיון ללא מעצורים, סקרנות ללא בקרה, פטפטת ללא מידה, מיניות מופרזת ושימוש מוגזם בחושים (לראות, לשמוע, לטעום וכו', באופן מוגזם וללא תכלית). אבל עליך להבין שרבים פועלים באופן שכזה על מנת לפרוק מתחים, שאלמלא פרקו אותם היו גורמים למכאובים רבים. כך, ובהתייחס לתפקידן של פריקות אלה, תסכים איתי שלא כדאי לדכא אותן אלא מוטב להסדירן.
2. באשר למיניות עליך להבין נכון: אין לדכא את התפקוד הזה, מפני שהתוצאה תהיה תופעות מייסרות וניגודים פנימיים. המיניות מתכוונת ומסתיימת באקט עצמו, אבל לא כדאי שהיא תמשיך להמריץ את הדמיון או לחפש אובייקט חדש לכיבוש באובססיות.
3. השליטה במין על ידי "מוסר" חברתי או דתי שימשה למטרות שאין להן ולא כלום עם ההתפתחות, אלא דווקא עם הכיוון המנוגד.
4. הכוח (אנרגיית הייצוג של תחושת תוך-הגוף), הופנה אל עבר האופל בתרבויות שנמצאו תחת דיכוי ושם התרבו המקרים של אנשים "אחוזי שדים", "מכשפים", מחללי קודש ופושעים מכל סוג, שנהנו מהסבל ומהרס החיים והיופי. בשבטים ובתרבויות אחדות הפושעים נמנו עם הנאשמים והמאשימים כאחד. במקרים אחרים נרדף כל מה שהיה מדע וקידמה, מפני שהללו היוו ניגוד לחוסר רציונאליות, לאפל ולמדוכא.
5. אצל כמה עמים פרימיטיביים עדיין קיים דיכוי המין, וכך גם אצל עמים אחרים הנחשבים ל"תרבויות מתקדמות". ברור שאצל אלה ואלה ההרס הוא רב, גם אם המקור למצב שונה אצל כל אחד מהם.
6. אם תבקש הסברים נוספים אומר לך שהמין הוא למעשה קדוש והוא המרכז ממנו פורצים החיים וכל מבע של יצירתיות. באותו האופן, פורץ ממנו גם כל הרס, כאשר תפקודו אינו מוסדר.
7. לעולם אל תאמין לשקריהם של מרעילי החיים כאשר הם מתייחסים למין כאל משהו בזוי. ההיפך הוא הנכון, במין ישנו יופי ולא לשווא הוא קשור אל מיטב רגשות האהבה.
8. הייה זהיר, אם כן, והתייחס אליו כאל משהו נפלא שיש לנהוג בו בעדינות, מבלי להפוך אותו למקור לסתירות או להתפרקות של אנרגיה חיונית.

יח פעולה ותגובה של הכוח

הסברתי קודם: "כאשר תמצא בלבך כוח גדול, שמחה וטוב לב, או כאשר תרגיש חופשי וללא ניגודים, הודה על כך מיד בתוכך".

1. "להודות" פירושו לרכז את הלכי הנפש החיוביים המקושרים אל דימוי או אל ייצוג. אותו מצב חיובי, המקושר כך, גורם לכך שבמצבים שליליים, על ידי אזכור דבר אחד, יופיעו הדברים האחרים שנלוו אליו בזמנים קודמים. מכיוון שבנוסף לכך, ניתן לחזק את אותו "מטען" מנטאלי על ידי שינון קודם, ביכולתו לסלק רגשות שליליים שמצבים מסוימים עלולים היו לכפות.
2. לכן, מתוכך יחזור מה שהיית עשוי לבקש, מוכפל לתועלתך, בתנאי שצברת בתוכך מצבים חיוביים רבים. ואין כבר צורך להסביר שאותו מנגנון עצמו שימש (באופן מבולבל) על מנת "לטעון כלפי חוץ" חפצים, אנשים או ישויות פנימיות "שהוקרנו", מתוך אמונה שייענו לתחינות ולבקשות

עליך לרכוש כעת תחושה מספקת בנוגע למצבים הפנימיים שבהם תוכל להימצא במהלך חייך, ובעיקר, במהלך עבודתך ההתפתחותית. אין באפשרותי אלא להמחיש זאת באמצעות דימויים (במקרה זה, אלגוריות). (מעלתן של אלו, כך נראה לי, הינה ביכולתן לרכז באופן "ויזואלי" הלכי נפש מורכבים. מאידך, הייחוד שביצירת קשר בין מצבים אלה, כאילו היו רגעים שונים של אותו תהליך, מכניס שוני אל התיאורים המקוטעים תמיד, אליהם הרגילו אותנו אלה העוסקים בנושאים הללו.

1. המצב הראשון, בו שלט היעדר המשמעות (אותו תיארו בתחילת דברנו), ייקרא "חיוניות לא ממוקדת". הכול מכוון על ידי צרכים גופניים, אך נוטים לבלבל את הללו, לעיתים קרובות, עם תשוקות ודימויים סותרים. שורה במצב זה אפילה על המניעים ועל המעשים. אנו נותרים במצב זה כצמחים, אבודים בין צורות משתנות. מנקודה זו ניתן להתפתח בשתי דרכים: דרך המוות או דרך המוטציה.
2. דרך המוות מביאה אותך למול נוף כאוטי וחשוך. אנשי קדם הכירו את הנוף הזה וכמעט תמיד מיקמו אותו "מתחת לפני האדמה", או במעמקי התהום. היו גם כאלו שביקרו בממלכה זו על מנת "לקום לתחייה" בדרגות הארה גבוהות. עליך להבין ש"מתחת" למוות נמצאת החיוניות הלא ממוקדת. יתכן שנפש האדם מקשרת את הפירוק שלאחר המוות עם תופעות שינוי שבאות אחרי המוות, וייתכן גם שהיא מקשרת את התנועה הלא ממוקדת עם הקדמה ללידה. אם הכיוון אליו אתה פונה הוא מעלה, "המוות" משמעו ניתוק ממצבך הקודם. דרך המוות עולים למצב אחר.
3. בדרכנו מן המוות מגיעים אל מקלט הנסיגה. שתי דרכים נפתחות ממנו: דרך החרטה והדרך ששימשה לצורך עלייה – דרך המוות. פנייה בדרך הראשונה משמעה שהחלטת לקטוע את חייך כפי שהיו עד כה. אם תשוב בדרך המוות תיפול לתהומות בתחושה של מעגל סגור.
4. עם זאת, אמרתי שישנה דרך נוספת לברוח מן החיוניות התהומית, זוהי דרך המוטציה. בחירה בדרך זו משמעה שברצונך לצאת ממצבך העגום מבלי שתהיה מוכן לוותר על כמה מן היתרונות המדומים של מצב זה. זוהי אם כן דרך שווא, המוכרת כ"דרך השגויה". מפלצות רבות יצאו מן המעמקים במעבר מפותל זה. הן שאפו לכבוש בסערה את השמיים מבלי לוותר על הגיהנום, וכך הקרינו על העולם התיכון סתירות אין ספור.

5. אני מניח שבעלייתך מממלכת המוות ודרך חרטה מודעת, הגעת כבר אל משכנה של הנטייה. שתי תומכות דקיקות מחזיקות את משכנך: השימור והתסכול. השימור היא תומכת שווא לא יציבה. בהליכתך עליה אתה משלה עצמך ברעיון הקביעות, אך למעשה אתה יורד במהירות רבה. אם תפנה בדרך התסכול, עלייתך תהיה קשה אבל זוהי הדרך האמיתית היחידה.

6. מכישלון אל כישלון תוכל להגיע אל המנוחה הבאה, אשר נקראת "משכן הסטייה". היזהר בבחירתך לגבי שתי הדרכים העומדות כעת לפניך: או שתפנה אל דרך ההחלטיות, שתוביל אותך אל היצירה, או שתפנה אל דרך הטינה שתגרום לך לרדת שוב אל הנסיגה. שם תעמוד בפני התלבטות: או שתבחר במבוך החיים המודעים (ותעשה זאת בנחישות), או שתשוב בכעס אל חייך הקודמים. רבים הם אלו שבאי יכולתם להתעלות מעל עצמם, קיפחו שם את אפשרויותיהם.

7. אולם אתה שעלית בנחישות נמצא כעת באכסניה המוכרת כ"יצירה". שם תמצא שלוש דלתות: אחת נקראת "נפילה", אחרת "ניסיון" והשלישית "ביזוי". הנפילה תביא אותך ישירות אל המעמקים ורק תקרית חיצונית יכולה לדחוף אותך לעברה. קשה להאמין שתבחר בדלת זו. לעומתה, זו של הביזוי מובילה אותך בדרך עקלקלה חזרה אל התהום דרך השבילים בהם עברת, במעין מערבולת גועשת בה אתה מחשב כל העת את כל מה שהפסדת והקרבת. מבחן תודעה המביא אותך אל הביזוי הוא כמובן מבחן שווא, בו אתה מאבד פרופורציה לגבי הדברים ביניהם אתה משווה ומפחית מערכם. אתה משווה בין מאמץ העלייה לבין "ההטבות" עליהן ויתרת. אולם אם תתבונן על הדברים מקרוב, תגלה שלא עזבת דבר מסיבה זו אלא מסיבות אחרות. הביזוי מתחיל אם כן בסילוף המניעים שלכאורה היו זרים למניעי העלייה. אני שואל כעת: מה בוגד בנפש? האם מדובר במניעי השווא של התלהבות ראשונית? או אולי הקושי שבמשימה? או שמא הזיכרון השקרי של קרבנות שלא נעשו כלל, או שנבעו ממניעים אחרים? אני אומר לך ושואל אותך כעת: ביתך עלה באש מזמן. על כן החלטת לעלות. או שמא תחשוב כעת שהוא נשרף בגלל העלייה? האם הבטת סביב על מנת לראות מה קרה לבתים האחרים? ... אין ספק שעליך לבחור בדלת האמצעית.

8. עלה במדרגות הניסיון ותגיע אל כיפה לא יציבה. משם, עבור במעבר צר ומפותל, אותו תזהה כ"הפכפכות", עד שתגיע אל חלל רחב וריק (כמו רחבה), הנקרא "החלל-הפתוח-של-האנרגיה".

9. בחלל זה אתה עשוי להיבהל מהנוף השומם והעצום, ומן השקט המפחיד של לילה מלא בכוכבי ענק דוממים. שם, בדיוק מעל ראשך, תראה ברקיע את צורתו הנעוצה והמרמזת של "הירח השחור..."

ליקוי ירח מוזר העומד במקום המנוגד בדיוק לשמש. שם יהיה עליך להמתין לשחר, סבלני ומלא אמונה, מפני ששום דבר רע לא יכול לקרות אם תשמור על שלוותך.

10. יתכן שבמצב הזה תרצה לצאת משם מהר. אם כך יקרה, אתה עלול לפנות בכל כיוון רק כדי לא להמתין ליום בסבלנות. עליך לזכור שכל תנועה שם (בחושך) היא שקרית ונקראת באופן כללי "אלתור". אם, בהתעלם ממה שאני מציין כעת, תתחיל לאלתר תנועות, הייה בטוח שתיסחף על ידי מערבולות בין שבילים ומשכנים עד לתחתיתו העמוקה ביותר של הפירוד.

11. כמה קשה להבין שהמצבים הפנימיים קשורים זה לזה! אילו ראית את ההיגיון הנוקשה של התודעה, היית מבין שבמצב המתואר, זה שמאלתר בעיוורון בהכרח מתחיל לבזות ולהתבזות; צצים בו לאחר מכן רגשות תסכול והוא נופל אל הטינה ואל המוות, תוך שכחה של כל מה שאי פעם הצליח להבין.

12. אם תצליח להגיע אל אור היום ברחבה, תופיע לפניך השמש הזורחת שתאיר אותך לראשונה באמת. אתה תראה אז שבכל הקיים חיה תוכנית.

13. אין סבירות רבה שתיפול משם, אלא אם מתוך רצונך החופשי תשאף לרדת אל אזורים חשובים יותר על מנת להביא אליהם את האור.

אין טעם לפתח עוד את הנושאים הללו כיוון שללא ניסיון הם עלולים להטעות, בהעבירם אל תחום הדמיון את הבר-ביצוע. שמה שנאמר עד כה יהיה לעזר. אם מה שהוסבר הוא חסר תועלת עבורך, לְמָה עוד תוכל להתנגד, מכיוון שאין שום דבר שיש לו ביסוס ומניע עבור הספקנות, הדומה לתמונה של מראה, לצליל של הד, לצלו של צל.

כ. המציאות הפנימית

1. הרהר בהערות שלי. לא תוכל לחוש דרכן יותר מאשר תופעות אלגוריות ונופים של עולם חיצוני. אך יש בהן גם תיאורים אמיתיים של עולם מנטאלי.

2. גם אין עליך להאמין ש"המקומות" בהם אתה עובר בדרכך, הינם בעלי איזשהו קיום עצמאי. בלבול שכזה החשיך לעיתים תורות מעמיקות וכך עד היום מאמינים אנשים מסוימים שגן עדן, גיהנום, מלאכים, שדים, מפלצות, טירות מכושפות, ערים רחוקות ועוד, ניתנים לראיה על ידי "המוארים". אותה דעה

קדומה, אבל בעלת פירוש הפוך, פשטה בקרב ספקנים בורים שהתייחסו לדברים הללו כאשליות או כהזיות פשוטות של מוחות קודחים.

3. עליו לשוב ולהדגיש, אם כן, שעליך להבין את כל הדברים הללו בתור מצבים מנטאליים אמיתיים, הבאים לביטוי סמלי באובייקטים השייכים לעולם החיצוני.

4. קח בחשבון את מה שנאמר ולמד לגלות את האמת מאחורי האלגוריות שלעתים מסיחות את הדעת, אך לפעמים מתרגמות מציאות שאינה ניתנת לתפיסה ושאינה לה ייצוג מתאים.

כאשר דובר על ערי האלים אליהם ניסו להגיע גיבורים רבים מעמים שונים; כאשר דובר על גני עדן בהם חיו יחדיו אלים ובני אנוש בטבע מקורי וחדש; כאשר דובר על נפילות ועל מבול, נאמרה אמת פנימית גדולה.

אחר כך הביאו הגואלים את בשורתם והגיעו אלינו בטבע כפול על מנת לשקם את אותה אחדות נוסטלגית אבודה. גם אז נאמרה אמת פנימית גדולה.

אולם כאשר כל שנאמר לעיל הוצב מחוץ לתחום המנטאלי, היה מדובר בטעות או בשקר.

מנגד, עולם חיצוני המבולבל במבט פנימי מכריח את זה האחרון לסקור דרכים חדשות.

כך, עף היום אל השמיים גיבור העידן הזה. עף דרך אזורים לא מוכרים עד כה.

עף אל מחוץ לעולמו, ומבלי לדעת, שב מחוזה אל המרכז הפנימי והזהר.

הערות

המבט הפנימי מחולק לעשרים פרקים וכל פרק ופרק לפסקאות. ניתן לאגד את הנושאים העיקריים של הספר באופו הבא:

1. שני הפרקים הראשונים משמשים כמבוא ומציגים את כוונת המספר, את עמדת הקורא וכיצד לקיים את מערכת היחסים ביניהם.

2. החל מפרק ג' ועד פרק י"ג מובאים הנושאים הכלליים ביותר, מוצגים כ-10 ימים של הרהור.

3. פרק י"ג מציין שינוי. מהצגה כללית עוברים להתייחס להתנהגויות ועמדות אל מול החיים.

4. הפרקים הבאים מתייחסים לעבודה הפנימית.

סדר הנושאים הוא כדלהלן:

1. ההרהור - זוהי מטרתו של הספר: להמיר את העדר המשמעות במשמעות.
2. עמדה על מנת להבין - העמדה המנטלית המתבקשת על מנת להבין את הנושאים.
3. העדר המשמעות - משמעות החיים והמוות.
4. התלות - השפעת הסביבה על האדם.
5. חשד למשמעות - כמה תופעות מנטליות לא שגרתיות.
6. שינה והתעוררות - הבדלים בין רמות תודעה ופרספציה של המציאות (שינה, שינה למחצה, ערות עם חלימה בהקיץ וערות מלאה). חושים חיצוניים, פנימיים וזיכרון.
7. נוכחות הכוח - הגברת ההבנה במצב של ערות. אנרגיה או כוח, שמתמקם ונע בתוך הגוף.
8. שליטה על הכוח - עומק ושטחיות האנרגיה, בהקשר של רמות התודעה.
9. ביטויים של הכוח - שליטה והעדר שליטה של האנרגיה.
10. וודאות למשמעות - סתירה פנימית, אחדות והמשכיות.
11. המרכז המאיר - האנרגיה, קשורה אל האלגוריה הפנימית של "המרכז המאיר". תופעות של אחדות פנימית אשר "עולים אל האור". פירוק פנימי עם רישום של "התרחקות מהאור". 12. התגליות - תנועת האנרגיה. רמות. טבעו של הכוח המיוצג כ"אור". דוגמאות של עמים בהקשר לנושאים הללו.
13. העקרונות - העקרונות כנקודות יחוס לאחדות פנימית.
14. המדריך לדרך הפנימית - ייצוג של תופעות שמלוות את כיווני העלייה והירידה.
15. התנסות השלווה ומעבר הכוח - נהלים.
16. הקרנת הכוח - תכלית ההקרנה.
17. איבוד ודיכוי הכוח - פורקן אנרגטי. המין כמרכז מחולל של אנרגיה.
18. פעולה ותגובה של הכוח - שיוך הרפרזנטציות למטענים רגשיים.

ההזכרות של דימוי המשויך למצבים רגשיים מעלה (מחזיר) מחדש את המצבים הרגשיים המשויכים. "ההודיה" כטכניקה של שיוך דימויים אל מצבים רגשיים מועילים בחיי היומיום.

19. המצבים הפנימיים - מצבים מנטליים בהם יכול להימצא מי שמעוניין בעבודה פנימית.

20. המציאות הפנימית - התהליכים המנטליים המשויכים לייצוגים אלגוריים של העולם החיצוני.

המסר

הערות של סילו

מרכז עבודה, פארקים ללימוד והגות,

פונטה דה ווקאס, אפריל 2008

(שידור מס. 3: silo.net)

היום נפנה במיוחד אל נושאי המסר המכונסים בפארקים רבים בעולם. ההערות שלנו יתייחסו למאפיינים הכלליים ביותר של המסר.

הרקע של המסר

נתחיל בהתייחסות לרקע של המסר כפי שהוא מופיע בשני טקסטים שהופקו ב-1969. כתיבתו של הטקסט הראשון, המוכר כ"המבט הפנימי", החלה במקום הזה, בשנת 1969, ויצא לאור לראשונה בשנת 1972. הרקע השני הנו נאום המוכר בשם "דרשת ריפוי הסבל", והוא נישא ב-4 במאי 1969 ממש במקום הזה.

הפצתם של החומרים האלה נמשכה בתצורות שונות ואליהם התווספו פיתוחים שיצאו לאור כספרים שונים ולבסוף נאספו אל "כל כתבי" של המחבר. נראה לי מתאים להבהיר שכל היצירה כולה איננה אלא מכלול של התאמות ופיתוחים על בסיס שני חומרי הרקע האלה. כך ש, אמנם ניתן למיין את היצירה לפי סגנונות ספרותיים, פסיכולוגיים, חברתיים או לפי חתכים שונים, הרי שהגלעין של היצירות השונות מצטמצם לשני חומרי הרקע המצוינים לעיל. על כן הכתבים השונים והדברים שנשאו בפומבי אינם אלא הרחבות, פיתוחים והסברים ליצירות הללו.

לפני זמן לא רב הופיע המסר, לראשונה ככותר אשר יצא לאור ביולי של 2002, תחת השם המסר של סילו. הספר מחולק לשלושה חלקים: הספר, ההתנסות והדרך.

"הספר" איננו אלא המבט הפנימי עצמו. "ההתנסות" הנו החלק המעשי של המסר, המיושם באמצעות שמונה טקסים. לבסוף, "הדרך" הנו מכלול של הרהורים והצעות.

כאן ניתן היה לסיים את ההתייחסות למסר והרקע שלו. אולם, הייתי רוצה להרחיב בקצרה אוזות כמה נושאים שנובעים מדרשת ריפוי הסבל ואשר שמשו כנקודות ציון ואפשרו את הפיתוח של נושאים אישיים וחברתיים חשובים, כגון ההבחנה בין כאב לסבל.

דרשת ריפוי הסבל כרקע למסר

בדרשה, הידע החשוב ביותר לחיים מתייחס להבנת הסבל וההתגברות על אותו סבל. מה שחשוב הוא להבחין בין כאב גופני לסבל נפשי.

סובלים דרך שלוש ערוצים: דרך החישה, דרך הזיכרון ודרך הדמיון. הסבל חושף את מצב האלימות, אלימות שקשורה לפחד: פחד לאבד את מה שיש; פחד על מה שאבד; פחד על מה שנאשים להשיג. סובלים בגלל שאין או בגלל שחוששים באופן כללי... פחד מפני המחלה, מפני העוני, מפני הבדידות והמוות.

שורשה של האלימות היא התאוה. התאוה מופיעה בדרגות וצורות שונות, החל מהשאפתנות חסרת המעצורים ביותר ועד לשאיפות הפשוטות והלגיטימיות ביותר. בשימת לב בנקודה הזו, על ידי הרהור פנימי, האדם יכול להקנות לחייו כיוון חדש. התאוה גורמת לאלימות שאינה נותרת בתוך האנשים אלא שמזהמת את כל סביבת מערכות היחסים.

בדרשה מבחינים גם בין צורות אלימות שונות ולא רק צורתה הראשית שהיא האלימות הגופנית. כמובן ישנה גם אלימות בעלת אופי כלכלי, גזעי, דתי, מיני, פסיכולוגי, מוסרי וצורות אחרות מוסוות יותר.

.....

(צטטה מתוך הדרשה, 1969)

"האלימות שבאדם, מונעת על ידי תאוותיו, לא נשארת רק בתודעה בתור מחלה, אלא שהיא מוקרנת אל עולמם של בני האדם ופועלת על שאר האנשים

... אל תחשוב שאני מתכוון אך ורק לאלימות של מלחמה, שבה בני אדם מחסלים בני אדם אחרים. זו צורה של אלימות פיזית. ישנה גם אלימות כלכלית: היא זו שגורמת לך לנצל אדם אחר, היא מתרחשת כאשר אתה גונב מאדם אחר, כשאתה כבר אינך אח של האחר אלא עוף דורס כלפי אחר. יש, בנוסף, אלימות גזעית. נדמה לך שאינך פועל באלימות כשאתה רודף אדם אחר רק משום שהוא שייך לגזע אחר? נדמה לך שאינך מפעיל כלפיו אלימות כאשר אתה משמיץ אותו על שום היותו מגזע שונה משלך? ישנה אלימות דתית. נדמה לך שאינך מפעיל אלימות כשאינך מספק עבודה או נועל שערים ומפטר אדם אחר משום שהוא לא בן הדת שלך? נדמה לך שאין זו אלימות לסגור על מישהו שלא נוהג על פי העקרונות שלך באמצעות השמצות? לכתר אותו בתוך משפחתו, בין בני עמו, בין יקיריו, רק משום שהוא אינו נוהג על פי הדת שלך? ישנן צורות אחרות של אלימות, כמו זו שכופה המוסר הפלשתי.

אתה רוצה לכפות את אורח החיים שלך על הזולת, אתה חייב לכפות את אורח החיים שלך, לכפות את העדפותיך על אחרים... אבל מי אמר לך שאתה דוגמה למופת? מי אמר לך שאתה יכול לכפות אורח חיים משום שכך מתחשק לך? היכן התבנית והיכן הדפוס שאתה רוצה לכפות?... הנה סוג של אלימות.

אתה יכול לשים קץ לאלימות שבך, בזולת ובעולם סביבך, בעזרת האמונה וההרהור הפנימי. אין שערים מדומים כדי לשים קץ את האלימות.

העולם הזה עומד להתפוצץ ואין דרך לשים קץ לאלימות! אל תחפש דרכים מדומות! אין כל מדיניות שתוכל לשים קץ לצורך המטורף באלימות. אין בעולם שלנו מפלגה או תנועה שמסוגלות לשים קץ לאלימות. אין פתרונות פלא נגד האלימות בעולם"...

(סוף צטטה)

.....

בדרשה זו מדגישים את החיוניות שבהתנהגות פשוטה שתכוון את החיים. כמו בן נאמר שהמדע והצדק דרושים על מנת לגבור על הכאב, אך ההתגברות על תאוות פרימיטיביות דרושה על מנת לגבור על הסבל הנפשי.

רבים הם המוטיבים שעוברים מהדרשה הזו אל ספרים שונים, כגון "להאניש את העולם", "מכתבים אל ידידי", "מילון של ההומניזם" ו"סילו מדבר", כמו גם בהרצאות כמו "הפעולה התקפה", "תכלית החיים", "הומניזם ועולם חדש", "משבר הציביליזציה וההומניזם", "מה אנחנו מבינים היום כהומניזם אוניברסליסטי" ועוד.

הספר "המבט הפנימי" כרקע למסר

הרקע השני, המבט הפנימי, דן בתכלית החיים. הנושא העיקרי הנידון בו הנו המצב הפסיכולוגי של סתירה. שם מובהר שהרישום שמתקבל מהסתירה הנו הסבל ושההתגברות על הסבל הנפשי אפשרי במידה והחיים עצמם מכוונים אל פעולות שבאופן כללי אינן סותרות, ובייחוד, אל פעולות לא סותרות בקשר עם אנשים אחרים.

הספר הזה מכיל את הזרע של רוחניות חברתית ואישית, ושל פסיכולוגיה ואנתרופולוגיה רחבות מאוד, שעוברות מהספרים "פסיכולוגיה של הדמוי" ו"הערות בפסיכולוגיה" ועד "מיתוסי שורש אוניברסליים". הוא גם מופיע בדברים שנשאו בפומבי, כמו "אודות האנושי", "הדתיות בתקופה הנוכחית" ו"נושא האלוהים", שבהם מופיעים פיתוחים ויישומים חדשים של "המבט הפנימי".

ברור שהרקעים שאנחנו מציינים בקשר למסר של סילו מתערבבים ומשפיעים בעיקר על חלק השני והשלישי, היות והחלק הראשון הנו המבט הפנימי עצמו אשר מובא כלשונו.

גם ביצירות ספרותיות כמו "התנסויות מוזרות" או בסיפורים, מופעים התרגומים הללו. ב"אשליה ופעולה" או ב"יער בומרזו", ניתן לראות נוכחות ניכרת של פסיכולוגיה אשר שורשיה נטועים ברקעים שתיארנו עד כה.

לסיומן של ההערות הקצרות הללו, הייתי רוצה להדגיש שהמסר הנו ביטוי של רוחניות אישית אבל גם חברתית, אשר מאשרת את אמתותה בהתנסות ככל שהזמן חולף ובאה לדי ביטוי בתרבויות, לאומים, שכבות חברתיות ודודות שונים.

אמת שכזו אינה נזקקת לדוגמות או לצורות ארגוניות קבועות לצורך תפקודה והתפתחותה. על כן "נושאי המסר", זאת אומרת אלה אשר מרגישים ומביאים את המסר אל אחרים, מדגישים תמיד את הצורך לא להיכנע ללחצים לגבי חופש הדעה והאמונה, ולנהוג כלפי כל אדם באותו אופן בו כל אחד רוצה שינהגו כלפיו.

הערך הנעלה הזה ביחסים הבין-אישיים והחברתיים גורם לכך שנושאי המסר יפעלו נגד כל צורת הפלייה, חוסר שוויון ואי-צדק.

סילו

אודות המחבר

מריו לואיס רודריגס קובוס, המוכר בכינויו סילו, נולד ב 6 בינואר 1938 במנדוסה, ארגנטינה.

סופר והוגה דעות, הוא חיבר כמה ספרים. מייסדה של זרם החשיבה "ההומניזם האוניברסליסטי" או "ההומניזם החדש". מציע את המתודולוגיה של אי האלימות כחלופה היחידה בשביל לצאת מהמשבר האנושי העולמי. הוא אף מציע את ההתפתחות האישית והחברתית באופן סימולטני.

במסר של סילו, הוא מעודד את הפרשנות החופשית של דבריו ואת ההתארגנות החופשית.

בין הצעותיו העיקריות הוא מציע את ההתגברות על הכאב הגופני והסבל הנפשי.

סילו נפטר ב 16 בספטמבר 2010 בביתו בצקראס דה קוריה, כפר הולדתו במנדוסה, ארגנטינה.

את כל יצירותיו של סילו ניתן למצוא ב: silو.net