

## "الوعي الكلي للصوت الكلي والصمت الكلي"

السيترات يقول شيفا:

15- ترنم بصوت مثل "آوم" بصوت بطيء، والصوت يدخل إلى

حيث الصوت الكلي، قم بها هكذا.

16- بالبداية وبشكل تدريجي قم بتتقية الصوت مستخدماً

أي حرف، كن متيقظاً.

17- عندما تستمع إلى آلة وترية، استمع إلى صوت مركزها

المركب، إنها كلية الوجود.

أتساءل إذا كنت قد سمعت عن مفهوم إتمام المادة (نظير

المادة)، مفهوم دخل إلى العالم الفيزيائي حديثاً، يقوم على مبدأ

أنه لا يمكن أن يتواجد شيء بالكون بدون نقيضه، من

المستحيل أن تتخدع بوجود شيء مفرد لا نقيض له، القطب

المعاكس تماماً موجود سواء كان معلوماً أم لا.

الظل لا يمكن أن يتواجد بدون ضوء، الحياة لا تتواجد بدون

موت، الصباح لا يتواجد بدون مساء، الرجل لا يتواجد بلا

امرأة، وكل شيء تفكر به سيان. القطب المقابل تماماً

مطلوب بشكل يتعذر اجتنابه، إنه مقترح فلسفي، ولكنه الآن

مطلب فيزيائي، وكان قد تم تطوير الكثير من الأفكار عبر

هذا المفهوم، الوقت يتحرك من الماضي إلى المستقبل، يجب أن يكون هناك بمكان ما نقيض لعملية الوقت، والتي تتحرك من المستقبل إلى الماضي، النقيض التام - النظير - يجب أن يكون هناك بمكان ما - نظير الوقت.

التحرك من المستقبل إلى الماضي، إنها تبدو سخيفة جداً، كيف يمكننا التحرك من المستقبل إلى الماضي؟ إنها تسمى أيضاً حالة المادة، فالنظير - نقيض المادة يجب أن يتواجد بمكان ما، لذا ما هو نقيض المادة هنا؟

الحالة لها كثافة، لنفترض وجود صخرة بيدي، ما هي حالتها، بالفضاء يكون هناك شكل كثيف للحالة، أما نقيض المادة يقولون إنه عبارة عن ثقب بالفضاء (الثقب الأسود)، الحالة لها كثافتها، وهناك ثقوب بالفضاء حيث لا وجود للكثافة بها، والفضاء محيط بها، ولكنها ثقوب بدون أية محتويات، يقولون إن نظير الحالة يجب أن يتواجد حتى تتوازن الحالة، وأنا أتكلم عن ذلك، لأن هذه السيترات التي سنأتي بالحديث عنها تعتمد على ظاهرة إتمام المادة.

الصوت موجود، ولكن التانترا تقول إنه موجود فقط بسبب الصمت، وإلا أصبح الصوت مستحيلًا، الصمت هو نقيض الصوت، لذا حيثما يكون الصوت، يكون الصمت مختبئاً

خلفه، لا يمكن أن يتواجد بدون الصمت، إنه الوجه الآخر لنفس العملة، لذا عندما ألفظ آية كلمة مثلاً "أوم" عندما ألفظها أكثر وأكثر، فقط بمقابلها، مختبئ ورائها - الظاهرة المقابلة - انعدام الصوت، لذا إذا كان بإمكانك أن تستخدم الأصوات كتقنية لتستدل على مرحلة انعدام الأصوات، سوف تدخل بالتأمل، إذا تمكنت من استخدام كلمة لتذهب أبعد من الكلام، ستذهب عميقاً بالتأمل، انظر إليها بهذا الشكل؛ العقل هو الكلمة، التأمل ليس العقل.

العقل مملوء بالصوت والفكر والكلمات، و فقط بالزاوية المقابلة هناك حالة اللاعقل (الحد الأقصى المقابل).

يقول أساتذة الزن إن التأمل هو حالة اللاعقل، ما هو العقل إذاً؟ إذا قمت بتحليله، هو عملية التفكير، وإذا قمت بتحليله تبعاً للفيزياء، إنه عملية الأصوات، عمل الصوت هو العقل، و فقط بالقرب منها حالة اللاعقل، ولا يمكنك التحرك إلى حالة اللاعقل بدون استخدام العقل كما لو أنه لوح خاص للقفز، لا يمكن تفهم اللاعقل بدون تفهم العقل. أولاً، العقل يجب استخدامه كما لوح القفز، ومن خلال لوح القفز يمكن أن تغطس عميقاً إلى اللاعقل.

هناك مدرستان متعارضتان، أولهما تدعى (سانكيا) حيث

(سانكيا) تدعى المدرسة التي لا تستخدم العقل، لأنك إذا استخدمت العقل لا يمكن أن تذهب أسمى وأرفع منه. مثل تعاليم (كريشنا مورتى) حيث كان يتبع "السانكيا"، يعتبر إن استخدام العقل يفسح المجال ليصبح العقل أقوى، يصبح أكثر فعالية، وإذا استخدمته لا يمكن أن تذهب أسمى منه. لذا كان (كريشنا مورتى) ضد استخدام العقل معتبراً أنك باستخدامه لن تصل أبعد منه.

كان (كريشنا مورتى) ضد كافة التقنيات التأملية على اعتبار أنها تستخدم العقل كأساس، فتبدو التقنية كنوع من الاشتراطات، والاشتراط يتم عبر العقل حصراً. فلسفة (سانكيا) تقول أن العقل لا يمكن أن يستخدم، فقط تفهم هذه وقم بالقفز، ولكن اليوغا تقول بأن ذلك مستحيل، حتى هذا التفهم سيتم عبر العقل، بدون استخدام العقل لا يمكن تنفيذ أية تقنية مهما كانت، ستصبح التقنيات كحواجز بطريقك، وكأنك تخلق شروطاً جديدة، وتبقى مستخدماً للعقل، سوف تتحرك من خلال العقل، وهذا أيضاً يجب أن نتفهمه عن العقل.

تقول التانترا واليوغا لا توجد طريقة بدون استخدام العقل، سواء بشكل إيجابي أو بشكل سلبي، ولكنه طريق إجباري،

حتى لو كان بالحد الأدنى - الأضعف، والتقنية هي الطريق  
لتستخدم العقل بشكل يُسهل عملية القفز خارجاً عنه، أنت  
تستخدمه فقط لتذهب أبعد وأسمى منه.

إذا أمكن استخدام العقل كلوح للقفز، وهذا ما تؤمن به  
التانرا واليوغا - هناك شيء ما يخص العقل يجب تدريبه  
وصقله - والصوت هو أحد أهم الأشياء، يمكنك استخدام  
الصوت لتذهب إلى حالة انعدام الصوت، إلى حالة انعدام العقل.  
التقنية الثالثة للصوت:

- ترثم بصوت مثل "آوم" بصوت بطيء، والصوت يدخل إلى  
حيث الصوت الكلي، قم بها هكذا.

على سبيل المثال استخدم "آوم" واحدة من الأصوات الرئيسة:  
(آ - و - م) إنها الأحرف المشكلة لها، الأحرف الصوتية  
الأساسية، كافة الأصوات قد صُنعت منها، أو تم اشتقاقها  
من هذه الحروف، إنها كما البنية الأساسية بالفيزياء القائمة  
على الإلكترون، والبروتون والنيوترون. هذا ما يجب تفهمه  
بعمق.

تكلم (كرديجيف) عن "القانون الثلاثي" يقول إن الوجود  
الحسي الكلي والمطلق واحد، الحواس بالمطلق، بشكلها  
اللامحدود هي واحدة فقط، ولكن ذلك بالقيمة المطلقة.

وكل ما نشاهده نسبي، مهما كان ما نراه لا يمكن أن يكون كاملاً بشكل مطلق، الكمال - المطلق - بشكل دائم مُخبأً، لا يمكن مشاهدته، لأنه باللحظة التي نشاهد فيها شيئاً ما، اللحظة ذاتها مقسمة، إنها منقسمة إلى ثلاثة، الرائي، المرئي وطريقة المشاهدة - طريقة المعرفة. أنا أشاهدك، أنا هنا وأنت هناك، وبين الاثنين هناك وسيلة المشاهدة، وحتى المطلق يقسم إلى ثلاثة، باللحظة التي تعرفه تصبح ثلاثة، بلا معرفة تصبح واحدة، مع المعرفة تصبح ثلاثة، المعرفة نسبية، عدم المعرفة هو الكمال - المطلق.

مهما تكلمنا عن الحقيقة المطلقة سيبقى كلامنا منقوصاً - غير كامل إطلاقاً. لأنه باللحظة التي نلفظ كلمة مطلق، ستصبح معلومة، مهما كانت معارفنا، كل شيء يصبح نسبياً. لذلك نرى (لاوتزو) بشكل دائم يشدد على أن الحق لا يمكن وصفه، باللحظة التي تقول عنه شيئاً، يصبح باطلاً لأنها أصبحت نسبية، مهما كان الكلام الذي نستخدمه من أجل وصف الحق - الكمال المطلق - التاو - مهما كانت الكلمة، باللحظة التي نقول شيئاً يصبح هذا القول نسبياً ويغدو باطلاً - بعيداً عن الحق.

الأحادية ستتقسم إلى ثلاثة، لذا يقول (كرديجيف): "القانون

الثلاثي" هو المبدأ الأساسي بالكون الذي نعرفه. فإذا ذهبنا عميقاً سنشاهد أن كل شيء قد تم اختزاله إلى ثلاثة. إنه القانون الثلاثي - المسيحيون يسمونه الثالث "الأب - الابن - الروح القدس" الآن تقول الفيزياء الحديثة إذا قمنا بالتحرك عميقاً نحو البنية الأساسية للمادة سنختزل المادة أياً كانت إلى ثلاثة عناصر "الإلكترون - البروتون - النيوترون". يقول الشعراء إذا بحثنا عميقاً بالمشاعر الإنسانية الحقيقة الصادقة، والعواطف النبيلة سنشاهد "ساتيام - شيفام - ساندرام" وتعني الحق - الخير - الجمال. المشاعر الإنسانية تركز على هذه الثلاثية، الباطنيون يقولون إذا تم تحليل حالة الغبطة الكاملة - النشوة - أو ما تسمى السمادهي، فهناك "سات، شبيت - أناندا" وتعني "الحالة - الوعي - الغبطة". إن كامل الوعي الإنساني مهما تعددت الاتجاهات سيصل إلى "القانون الثلاثي". (آ - و - م) هو رمز للقانون الثلاثي، هذه الثلاثية هي الأصوات الرئيسية، إنها الأصوات الذرية، إن الأصوات الأساسية تتألف في هذه "آوم"، لذا آوم قريبة جداً من حالة الكمال المطلق، فقط خلفها الحالة المطلقة، المجهولة، آوم هي المحطة الأخيرة التي تهتم بها الأصوات، إذا تمكنت من الذهاب أبعد من آوم، تذهب أبعد من الصوت، عندها تصل اللاصوت.

آ - و - م" إنها النهائية، إنها بحدود تجاوز الحالة، أبعد من هذه الثلاثية، ستذهب إلى المجهول، إلى المطلق الكامل.

يقول الفيزيائيون إن الوصول إلى حالة الإلكترون، يبدو هو الوصول للحد الأقصى، حيث لا يمكن تسمية الإلكترون بالحالة، ليس الإلكترون جزءاً من الحالة، لأنه لا يشاهد إطلاقاً، إنه لا يحمل خواصاً مادية، ولا يمكن تسميتها بالعناصر غير المادية أيضاً، لأن كافة المواد مكونة منها، فإذا كانت ليست بالحالة و ليست غير حالة، ماذا يمكن تسميتها؟ لا أحد تمكن من مشاهدة الإلكترون، يستدل عليها من آثارها، تم الافتراض رياضياً أنها هناك، تأثيرها معلوم، ولكن لا يمكن رؤيتها، الآن لا نستطيع الذهاب أبعد منها، إذا القانون الثلاثي هو الحد الأقصى، وإذا تمكنت من الذهاب أبعد من "القانون الثلاثي" ستتحرك في المجهول، لا شيء يمكن قوله عندها، حتى عن الإلكترون هناك القليل جداً يمكن التكلم عنه.

آوم هي الحد الأقصى الذي يمكن أن يشغله الصوت، لا يمكن الذهاب أبعد منه، لذا تم استخدام آوم كثيراً جداً، بالهند وبكافة أنحاء العالم، يستخدم الإسلام والمسيحيون كلمة آمين، وهي لا شيء سوى آوم بهيئة مختلفة، هناك

كلمات باللغة الإنكليزية مثل:

### Omnipotent - Omniscient - the prefix "Omni"

إنها اشتقاقات من آوم، وتعني كلي الوجود، أو الشخص الذي يتمكن من مشاهدة آوم بشكل مطلق، وهو شخص ذو علم كلي، حينها العالم والقانون الثلاثي يصبح أدنى من هذه الحالة.

يستخدم الإسلام والمسيحية كلمة آمين بعد الصلاة. إن علم الصوت، وعلوم الارتقاء أبعد من الصوت، فإذا كان العقل هو الصوت، فإن اللاعقل يجب أن يكون اللاصوت. ومجموعهما هو الصوت الكلي.

هذا يجب تفهمه، المطلق الكلي يمكن وصفه بالاتجاهين سواء الموجب أم السالب، والنسبية توصف بالطريقتين - الإيجابية والسلبية - إنها الأزواجية، عندما تحاول أن تعبر عن المطلق، يمكنك استخدام المصطلحات الإيجابية أو السلبية، لأن اللغات التي تستخدمها الإنسانية لها نمطين من المصطلحات هما الإيجابية والسلبية، عندما تذهب إلى وصف المطلق الذي لا يوصف" عليك باستخدام بعض المصطلحات الرمزية، وهذا يعتمد على العقل.

على سبيل المثال: كان (بوذا) يفضل استخدام المصطلحات السلبية، كان يستخدم عبارة اللاصوت - انعدام الصوت - لم

يستخدم أبداً عبارة الصوت الكلي، ولكن التانترا تستخدم المصطلحات الإيجابية مثل الصوت الكلي، كل شيء بالتانترا إيجابي.

لذا تم استخدام مصطلح الصوت الكلي هنا بهذه التقنية، والصوت يدخل إلى حيث الصوت الكلي، (بوذا) قام بوصف المطلق ضمن عبارات سلبية - العدم، (الأوينشادا) تصف نفس المطلق التام بعبارات إيجابية - الكمال، استخدم (بوذا) العدم، واستخدمت (الأوينشادا) الكمال، ولكن كلاهما يعينان ذات الشيء.

عندما تفقد الكلمات معانيها يمكن استخدام النمط الإيجابي أو السلبي، يمكن أن تصف التحرر الروحي بأنه كلي الوجود، وهذا اتجاه إيجابي، ويمكن أن تقول أنه لم يعد موجوداً - لقد أضحى لاشيء، وهذا النمط السلبي.

على سبيل المثال، إذا التقت قطرة ماء مع المحيط، يمكن أن تقول أن القطرة أصبحت لاشيء، لقد ضاعت استقلالية ومميزات القطرة، لم تعد موجودة، هذه طريقة (بوذا) بالشرح، إنها طريقة جيدة وهو على صواب، وبمقدار ما تذهب بعيداً بمقدار ما تصف اللاشيء - العدم، هذا ما يعنيه بالنيرفانا، أن تصبح القطرة بدون بنية مستقلة، هي لاشيء.

ويمكن استخدام (الأوبنشادا) تقول (الأوبنشادا) إن القطرة أصبحت كامل المحيط، وهي على صواب أيضاً، عندما تتحطم الحدود، فالقطرة ستصبح المحيط الهائل. لذا هي ببساطة مواقف. (بوذا) يحب المصطلحات السلبية، لأنك باللحظة التي تشاهد الجانب الإيجابي، يظهر الحد المقابل، لأنه باللحظة التي تقول أن النقطة ستصبح المحيط يقول (بوذا) - المحيط أيضاً محدود ومتناهٍ، القطرة ستبقى قطرة، ستصبح كما المتسول، هذا كل شيء، المتناهي لا يمكن أن يصبح لامتناهي.

لذا ما هو الفرق؟ بين قطرة صغيرة وأخرى كبيرة.... بالنسبة لـ (بوذا)، هو كما الفارق بين القطرة والمحيط، لذا يقول (بوذا) إذا القطرة أصبحت المحيط الهائل لن يحدث شيء عندها. إذا أصبحت أنت "الله" لن يحدث أي فرق، فقط ستصبح شخصاً متسولاً، ستبقى ضمن حدودك مهما فعلت، لذا يقول (بوذا) عليك بالبقاء بحالة العدم، عليك بالبقاء خالياً من الصفات والحدود، فارغاً من كافة الأشياء المخادعة بهذه الحياة، فقط حالة الخلاء الكامل.

ولكن الأوبنشادا تقول حتى لو كنت خالياً، أنت موجود، أنت ما زلت هناك، لأن الفراغ هو عبارة عن حالة موجودة، وذلك لا

يمثل شيئاً بالنسبة للكينونة، هي موجودة دوماً.   
العدم أيضاً طريق الجوهر (الكينونة)، لذلك يُقال: "لماذا علينا   
أن نختار اتجاهاً سلبياً، إنه مطلب غير ضروري؟ من الجيد أن   
تكون إيجابياً، إنه يعتمد على خياراتك". التانترا دائماً   
تستخدم الخيارات الإيجابية، فلسفة التانترا العميقة مليئة   
بالإيجاب، تقول: "لا تسمح لـ (لا) بالدخول، لا تسمح للإنكار   
والرفض. التانترا هي الحد الأعظم لـ (نعم) إنها القبول الكلي.   
تقول السيترا: ترنم بصوت مثل "أوم" بصوت بطيء، والصوت   
يدخل إلى حيث الصوت الكلي، قم بها هكذا.

إن الترنم بالصوت يعتبر علماً هاماً، هو من أطف العلوم، أولاً   
يجب الترنم به بصوت مسموع خارجياً، عندها يمكن للآخرين   
سماعه، من الجيد الابتداء بصوت عالٍ، لأن أعمالك مهما   
كانت تخص الآخرين، وهذه أصبحت عادة روتينية، عندما   
تتحدث، أنت تتحدث مع الآخرين، وأنت تسمع نفسك تتكلم   
فقط عندما تتكلم مع الآخرين، إذاً اجعل البداية من العادات   
الطبيعية.

ترنم بالصوت "أوم"، لحن كل حرف "آه، وواو، م م م م"   
عندها يوم بعد يوم، اشعر بالتناغم مع الصوت، عندما تترنم   
بصوت "أوم" كن ممتلئاً به، انس كل شيء آخر، أصبح

واحداً مع "أوم"، أصبح أنت الصوت، ذلك بمنتهى السهولة أن تغدو أنت الصوت، لأن الصوت اهتزاز يحدث من خلال الجسد، ومن خلال العقل، ومن خلال كامل النظام العصبي، اشعر بارتداد الصوت (الصدى) لـ "أوم". ترنم بها، واشعر بها وكأن كامل جسدك ممتلئ بها، كل الخلايا تهتز عبرها. ترنم بها على أنها لحن أيضاً، اجعل نفسك لحناً مرافقاً للصوت، لتصبح أنت الصوت، وعندها ستشعر بإيقاع متناغم عميق بينك وبين الصوت، أنت تبدع شعوراً عميقاً بينك وبينها، فالصوت جميل جداً ممتلئ بالموسيقى العميقة. "أوم" كلما ترنمت بها أكثر كان ذلك أفضل، هناك أصوات حادة جداً، ولكن صوت أوم جميل ولطيف، إنه لحن نقي طاهر يمكنك أن تمتلئ به. وعندما تشعر بالتناغم معه، يمكنك تخفيض الصوت المُرنم. بعد ذلك أغلق شفطيك، واجعل الترنم للداخل، ولكن اجعل الترنم نحو الباطن بالبداية مسموعاً، ترنم نحو الباطن بصوت عالي، وبذلك ينتشر الصوت على كافة أنحاء الجسد، إنها تلامس كل الأجزاء، تشعر بحيوية بواسطتها، تشعر بالتجدد، تشعر بحياة جديدة دخلت إليك - لأن جسدك آلة موسيقية، إنها بحاجة للإيقاع المتناغم، لذا عندما يتوزع الإيقاع تتوزع أنت أيضاً.

لذلك عندما تستمع إلى الموسيقى تشعر بالراحة، لماذا تشعر أن وضعك تحسن؟ الموسيقى مجرد أصوات ذات إيقاع متناغم، نلاحظ أن المرء يشعر بتحسن عند سماع الموسيقى ويشعر بالتشتت عند سماع الأصوات الفوضوية.

أنت بالحقيقة عبارة عن موسيقى عميقة، أنت عبارة عن أداة تقوم بترديد صدى الأصوات، قم بتلحين "أوم" بالداخل وستشعر أن كامل جسدك يرقص معها، كامل الجسد يقوم بعملية التطهير والتنقية الباطنية، كل المسام تنقى، كلما شعرت بحدتها أكثر، كلما اخترقت كيائك أكثر، حاول أن تصبح أبطأ وأبطأ، لأنه كلما كان الصوت أبطأ كلما ذهب عميقاً. ذلك كما الاستحمام المنزلي، كلما حدث ببطء يخترق أكثر، لأنك إذا رغبت أن تذهب عميقاً، عليك أن تكون أكثر لطفاً، وأكثر تهذيباً، وأكثر هدوءاً.

الصوت الفج والخشن والفظ لا يمكنه الوصول إلى القلب، يمكن أن يدخل إلى الأذنين، ولكنه لا يصل القلب، الممر ضيق جداً، والقلب لطيف جداً، يمكن الوصول إليه ببطء شديد، بإيقاع متناغم، فقط الصوت الذري يمكنه الوصول إلى القلب.

باستثناء أن يصل الصوت إلى القلب، لا يمكن أن تكتمل

المانترا، هذه المانترا تغدو كاملة فقط عندما يصل الصوت إلى القلب - إلى الأعماق، إلى صميم مركز كينونتك، عندها تذهب مع كينونتك ببطء شديد، ويهدوء أكثر وأكثر.

هناك أسباب أخرى لجعل هذه الأصوات بطيئة وأكثر لطفاً، الصوت الأكثر لطفاً هو أكثر تأثيراً على الوعي، وذلك مطلوب لتشعر بالباطن، الصوت الفظ لا يصل مطلقاً إلى الوعي، هو صوت لا طائل منه.

إذا كان الصوت موسيقياً، متناغماً، لطيفاً، عندها يمكنك الاستماع إليه بالداخل، ستكون متيقظاً لهذا الصوت بالأعماق، إذا لم تكن متيقظاً له ربما تغرق بالنوم وتفقد النقطة الجوهرية، وهذه مشكلة المانترا، مع أي أنشودة، يمكن أن تصل إلى النوم، إنها لطيفة كمهدئ، إذا رددت بشكل مستمر أي صوت بدون وعي حوله، ستغرق بالنوم، عملية الإعادة والتكرار تصبح ميكانيكية، "أوم - أوم - أوم..." وبذلك تخلق الإعادة السأم والضجر.

الضجر هو المطلب الأساسي للنوم، إذا لم تصل تلك المرحلة لا يمكنك أن تنام، حتى مع الإرهاق يصبح النوم صعباً، لذا نشاهد الإنسان العصري عاجز عن النوم، حيث هناك الكثير من الإثارة والمؤثرات التي لم يتعرف إليها من قبل.

بالماضي كانت الحياة مملة ومضجرة، وكانت تكراراً لذات الأمور.

إذا ذهبت إلى إحدى القرى النائية بالجبال، ستشعر بالضجر والملل، لأنك معتاد على حياة المدينة الصاخبة، هذه الجبال مملة للغاية، لذا فإن القاطن هناك ينام بسرعة، حيث لا وجود للمؤثرات، هناك ذات الروتين بلا تغيير يذكر، يذهب الفكر كالعادة بذات الاتجاه، تجري الحياة ضمن دائرة مغلقة، وبسبب الضجر يأوي القروي إلى النوم مباشرة.

أصبحت حياة المدن أكثر احتياجاً - لا شيء يتكرر، كل شيء يصبح متجدداً يومياً، وتغدو الحياة غير متوقعة، وبرغم الإرهاق لا يمكنك النوم، لأنك يومياً تسمع أشياء جديدة، وتقابل أشخاصاً جدد، تقرأ كتاباً جديداً، كل يوم هناك شيء جديد.

المؤثرات مستمرة بشكل دائم، وعندما تأوي إلى السرير تستمر هذه المؤثرات، يرغب العقل بالبقاء مستيقظاً، يبدو النوم تافهاً وعديم الجدوى، يقول بعض المفكرين أن الإنسان إذا عاش ستين عاماً، سيضيع منها عشرون عاماً بالنوم، الحياة مثيرة جداً لماذا تضعها بالنوم، ولكن بالعالم القديم لم تكن الحياة مثيرة إطلاقاً.

إن التجدد بالحياة يجعلها جديدة، أما إذا كررت الصوت ذاته، ستخلق دائرة بالباطن، وذلك سيخلق الضجر، وتصل إلى مرحلة النوم، لذا قام (ميهيش يوجي) بإبداع التأمل التجاوزي الذي يعرف بالغرب بالمسكن الغير طبي، إنها عبارة عن تكرار بسيط للمانترا، ولكن هذه المانترا فقط للتكرار بدون خلق حالة الوعي الباطني بالداخل، من خلال تيقظك تستمع باستمرار لكيونتك، أما الاستماع إلى الصوت يساعد فقط على النوم وليس على شيء آخر، التأمل التجاوزي طريقة للحصول على النوم فقط. يجب أن تستمع إلى المانترا بأذن متيقظة تماماً وعندها عليك بالقيام بتخفيض درجة الصوت، اجعلها أكثر بطئاً وأكثر لطفاً، وبنفس الوقت وبشكل متزامن كن أكثر تيقظاً، كلما كان الصوت ألطف، يجب أن تصبح أكثر تيقظاً، وإلا ستضيع النقطة الجوهرية. إذاً هناك أمران يجب تحقيقهما، الصوت يصبح بطيئاً ومنخفضاً، وأنت تصبح أكثر وعياً، وكلما أصبح الصوت لطيفاً بدوت أكثر وعياً، وتأتي النقطة الجوهرية عندما يصل الصوت مرحلة انعدام الصوت (اللاصوت) أو الصوت الكلي، عندها ستدخل الوعي الكلي، ولكن إلى ذلك الوقت فإن يقطتك يجب أن تلامس القمة.

عندما يصل الصوت إلى الحد الأدنى - الوديان المنخفضة،  
عندما يصل إلى الحد الأكثر انخفاضاً، يقظتك تذهب إلى  
القمم والذرا العالية، وعندها ينحل الصوت إلى الصوت  
الكلي، أو اللاصوت، وأنت تتلاشى إلى حيث اليقظة الكلية.  
هذه الطريقة: ترنم بصوت مثل "أوم" بصوت بطيء، والصوت  
يدخل إلى حيث الصوت الكلي، قم بها هكذا. انتظر لحظة  
عندما يصبح الصوت لطيفاً جداً، بهذه اللحظة، يمكنك  
القفز من عالم القوانين، عالم القانون الثلاثي، إلى حيث  
تدخل العالم الأحادي، عالم الكمال المطلق، انتظر.

إنها واحدة من أكثر التجارب جمالية للإنسانية جمعاء -  
عندما ينحل الصوت، فجأة لا يمكنك أن تعلم إلى أين ذهب  
الصوت، أنت تستمع إليه بلطف، بعمق "أوم - أوم - أوم..."  
وبعدها لا شيء متبقي منها، أنت دخلت عالم الأحادية، العالم  
الثلاثي غير موجود بعد، تقول التانترا بأنه الصوت الكلي،  
ويقول (بوذا) إنه اللاصوت (صوت العدم).

هذا هو الطريق، عندما يستخدمه المرء أكثر وأكثر، كلما  
كانت فائدته جمة أكثر وأكثر، المانترا أصبحت هامة جداً  
لهذا السبب، لأن الصوت هناك من الأساس وعقلك مشبع به،  
بإمكانك استخدامه والقفز أبعد منه، ولكن هناك صعوبات،

الصعوبة الأولى هي النوم، مهما كانت المانترا المستخدمة يجب أن تكون واعياً لهذه الصعوبة، أنت بحدود عتبة النوم، بسبب التكرار، إنها تتأغم عظيم، إنها مصدر للضجر، ربما تسقط كضحية للنوم.

إذا كنت تعتقد أن نومك هو تأملك، فالنوم حقيقة ليس تأملاً على الإطلاق، النوم جيد بحد ذاته، ولكن كُن على علم، فإذا رغبت باستخدام المانترا من أجل النوم، عندها لا بأس.

ولكن إذا استخدمت المانترا من أجل اليقظة الروحية، عندها كُن واعياً لخطر النوم، النوم سيفقدو عدو من يستخدم المانترا لغاية البحث الروحي، لأنه يحدث بسهولة عندها، وبشكل جميل، إنه نمط مختلف من النوم، وتذكر هذه أيضاً، عندما يأتي النوم من خلال المانترا، إنه ليس نوماً اعتيادياً، إنه نوع مختلف من النوم.

يسميه الإغريق (هاينوس) وهي كلمة تعني التتويم المغناطيسي، وهو يخص نمط النوم الشخصي لليوغي وليس للإنسان العادي، التي تدعى باليوغا (يوغي تاندر) وهي تشبه التتويم المغناطيسي، إنه نوم له أسبابه، وليس نوماً اعتيادياً، الفرق هنا جوهرى، لذا حاول تفهم الآتي:

عندما تحاول بالمانترا عبر أي صوت، هناك مشكلة ستولد، إنها مواجهة حقيقية مع النوم.

يستخدم التتويم المغناطيسي نفس التقنية، إنه يخلق السأم

والمثل عن طريق التكرار، أو يقوم بالتركيز على الضوء، عن طريق مشاهدة الضوء المستمرة يخلق حالة الضجر.

بالكثير من المعابد أو الكنائس ينام الناس بسرعة، وهم يستمعون إلى النصوص المقدسة، لقد استمعوا إلى ذات النصوص مرات ومرات، فأصبحت مملة، حيث لا وجود للإثارة، إنهم مسبقاً يعلمون هذه القصص.

إذا قمت بمشاهدة نفس الفيلم عدة مرات، ستأوي إلى النوم سريعاً، حيث لا مؤثرات، بالنسبة للعقل لا وجود للتحدي، لا شيء يستحق المشاهدة.

كذلك أصوات القديسين العميقة والرتبية، يمكن التكلم برتبة بدرجة صوت معينة، ويحدث النوم عندها، ينصح أطباء النفس مرضاهم المصابين بالأرق، أن يستمعوا إلى الأحاديث الدينية، للحصول على النوم بسهولة. عندما تصبح ضجراً، ستغرق بالنوم، ولكن هذا النوم هو تنويم مغناطيسي، إنه نوم (اليوغا تاندرا) ولكن ما هو الفرق؟

إنه نوم غير طبيعي، يعود لخاصية فردية. عندما تغرق بالنوم من خلال المانترا أو التنويم المغناطيسي، يمكنك أن تبدع أي تخيل بسهولة، وهذا الوهم التخيلي يمكن أن يغدو حقيقة، بالنوم الاعتيادي يمكن أن تحلم، وبلحظة الاستيقاظ تعلم أنه مجرد

حلم. بالتتويم المغناطيسي أو التاندرا يمكن ابتداء مشاهد، وعندما تستيقظ لا يمكن أن تحكم عليها بأنها كانت أحلام، يمكن أن تقول إنها حقيقية أكثر من كل ما تشاهده بالحياة المحيطة بك، إنها الاختلاف الرئيسي.

يمكن أن تخلق الوهم، إذا غرق المسيحي بالتتويم المغناطيسي، سيشاهد السيد المسيح، أما الهندي سيشاهد كريشنا، هنا نوعية النوم المغناطيسي تجعلك مؤمناً بأنها مشاهد حقيقية - إنها بغاية الجمال، وهذا يولد الخطر، لأن المرء لا يقتنع أنها ليست حقيقية، هناك شعور بأنك تعرفها جيداً، ويمكن أن تقول أن الحياة بأكملها غير حقيقية، الحياة هي مايا "الوهم والظلال"، ولكن لا يمكن أن تقول أن ما تشهده بالتتويم المغناطيسي غير حقيقي، إنه مليء بالحياة وبزهوة الألوان. إنه جذاب ورائع.

لهذا السبب أثناء التتويم المغناطيسي إذا أخبروك شيئاً ما سوف تصدق بشكل مطلق، حيث لا وجود للشك، ربما شاهدت جلسة تتويم مغناطيسي، مهما كان ما يقوله الخبير سيتبعه الشخص النائم، يصدقه على الفور، فإذا قال له أنت الآن امرأة وعليك أن تمشي على المنصة، سيمشي كما لو أنه امرأة، لا يمكن أن يمشي كرجل لأن التتويم المغناطيسي هو ثقة

عمياء، حيث لا وجود للعقل الواعي ليبدأ بالنقاش، ولا وجود للأسباب والجدال، أنت ببساطة القلب فقط، إيمان فقط، لا وجود للأسئلة، العقل المتورط بالأسئلة نائم كلياً.

بالنوم الاعتيادي هناك العقل، العقل المسبب للأسئلة ما زال حاضراً، إنه لا ينام، بالتتويم المغناطيسي هو نائم كلياً، وأنت لست نائماً، لذلك تستمع إلى ما يقوله الخبير وتنفذ كافة التعليمات بلا تردد، بالنوم العادي لا تسمع، لأن العقل السببي ليس نائماً.

إذا حدث شيء خطير على حياتك، سينقطع النوم فجأة بسبب العقل، مثلاً تنام الأم بجانب طفلها، ربما تغرق بنوم عميق. ولكن إذا أصدر الطفل صوتاً ضعيفاً جداً، تستيقظ الأم، بمجرد أن يشعر الطفل بأي صعوبة. فالعقل السببي ما زال حاضراً، أنت نائم ولكن العقل السببي (المنطقي) ما زال متيقظاً، حتى لو حدث شيء ما بالحلم، يمكن أن تشعر أنه حلم، بالطبع بعد انتهاء لحظة الحلم، تشعر أنه مجرد حلم تافه، العقل حقيقة متيقظ، وهو يشاهد على الدوام.

ولكن أثناء التتويم المغناطيسي، أو باليوغا تانديرا، يصبح المشاهد نائماً كلياً، وهذه هي مشكلة أولئك الذين يرغبون بالذهاب بالصوت إلى حيث الصوت الكلي، أو انعدام الصوت، حيث تتجاوز الأصوات كلياً، عليهم أن يكونوا متيقظين من أن المانترا لن تتحول إلى تتويم مغناطيسي، إنها

يجب أن لا تخلق المناخ الملائم للتتويم المغناطيسي.

إذاً ما هو العمل المطلوب؟ يمكنك القيام بشيء واحد، بينما أنت تستخدم المانترا، بينما تترنم بالمانترا التي تخصك لا تترنم ببساطة بها، بنفس الوقت كن متيقظاً واستمع إليها أيضاً، لحنها وترنم بها واستمع إليها بذات الوقت، بطريقة أخرى، إذا لم تستمع إليها بشكل مستمر، تصبح كترنيمه للنوم العميق، حتى هذا النوم سيكون مفيداً جداً وستشعر بالانتعاش بعده، تشعر أنّ كينونتك بالجواهر بحالة حسنة ولكن هذه ليست النقطة الجوهرية من التقنية.

التقنية الرابعة: بالبداية وبشكل تدريجي قم بتقوية الصوت مستخدماً أي حرف، كن متيقظاً.

يستخدم المعلمون هذه التقنية كثيراً جداً، لديهم طرق إبداعية، على سبيل المثال إذا دخلت كوخاً لراهب الزن، يطلق صرخة قوية مفاجئة، ربما تجفل من الرعب، ولكن إذا كنت تعلم لماذا يقوم بذلك، ستعلم أنه يقصد إيقاظك، أن أي صوت فجائي يمكن أن يجعلك متيقظاً.

على أثر المفاجأة يتحطم النوم والغفلة، باستثناء أن يحصل خطأ ما، لن يستيقظ المرء من النوم، نحن نغط بنوم عميق، نقوم بأعمالنا بغفلة تامة، نحن نأثمون تماماً، لذلك لا نشعر بالنوم

أبداً، أنت تذهب إلى مكتبك، أنت تقود سيارتك، تعود إلى منزلك، تحب أطفالك، تتحدث مع زوجتك، لذا تظن أنك لست نائماً، كيف تقوم بكل هذه الأعمال وأنت نائم؟

تعتقد أن ذلك مستحيل، ولكن هل تعلم شيئاً عن السير أثناء النوم؟ أولئك الذين يسيرون بنومهم تكون أعينهم مفتوحة، ويمكنهم القيام بأشياء كثيرة، ومن ثم يعودون إلى أسرهم ويُكملون نومهم، وبالصبح لا يتذكرون شيئاً مما حدث.

يمكن أن يفتح المرء الباب ويتحدث عن أشياء كثيرة، ويمكنه أن يقود السيارة، يمكنه القيام بأشياء كثيرة، فالعيون مفتوحة والشخص نائم كلياً. حقيقة بالأعماق نحن نسير بنومنا. يمكنك القيام بأعمال يقينية: يمكن أن تقوم بذات الأشياء مرات ومرات، أنت تكرر ذات الأمور يومياً، ربما تقول لزوجتك "أنا أحبك" ولكنك لا تعني هذا الكلام مطلقاً، الكلمة فقط عادة ميكانيكية، أنت لست متيقظاً عند كلامك، أنت تقوم ببساطة بالعمل، وكأنك تغط بنوم عميق، كامل العالم هو عالم مُسرّج (سائر بالنوم) وهذه نظرة أولئك المستيقظين.

(بوذا) كان يشعر بهذا الاتجاه. (كرديجيف) يشعر كذلك - كافة البشر نائمون ويقومون بأعمالهم ضمن غفلة كاملة،

اعتاد (كرديجيف) أن يقول مهما كان ما يجري بالعالم هو متوقع تماماً وبشكل كلي، كافة الحروب والمآسي، والجرائم، الشغب والطيش والانتحار كلها أمور متوقعة ولا يمكن إيقافها، كان يقول لا فرصة لإيقاف الحروب، لأن أولئك الذين يقاتلون نائمون بعمق، وكذلك دعاة السلام أيضاً، كافة الناس غارقة بالنوم العميق، إنها تحدث بشكل طبيعي، يتعذر تجنبه، باستثناء أن يصل المرء إلى الاستيقاظ، لا شيء يمكن أن يتغير، لأنها جميعها منتج ثانوي للنوم الذي تغط به البشرية قاطبة. والصراع سيستمر فقط بتغير الأسباب والمعطيات - أحدهم يقاتل من أجل الإسلام، أو المسيحية، أو من أجل هذا وذاك.

الآن هناك من لا يقاتل من أجل الدين، إنه يقاتل من أجل الشيوعية، أو الديمقراطية، الأسباب فقط تتغير، والأعدار تُقدم، والحروب مستمرة، لأن البشر جميعهم نيام ولا يمكن استثناء أحد.

النوم العميق يمكن تحطيمه، عليك باستخدام تقنية يقينية، هذه التقنية تقول: بالبداية وبشكل تدريجي قم بتقنية الصوت مستخدماً أي حرف، كن متيقظاً.

حاول مع أي صوت، مع أي حرف - مثلاً "آوم" بالبداية عندما لا

يمكنك ابتداء أصوات أخرى، كن متيقظاً، عندما يذهب الصوت إلى صوت العدم - اللاصوت، عندها كن متيقظاً. ولكن كيف نقوم بذلك؟

اذهب إلى المعبد هناك العديد من الأجراس، خذ جرساً بيدك وانتظر، أولاً كُن متيقظاً تماماً، وكأن حياتك بالكامل معتمدة عليها، وكأن شخصاً ما يحاول قتلك باللحظة الحالية، وأنت مستيقظ تماماً، واعياً لهذه الحالة، وكأن هذه اللحظة هي لحظة موتك ولكن بوعي، حيث أن الفكر غارق بالنوم، مع الفكر لا يمكن أن تكون متيقظاً، وعندما تكون متيقظاً لا وجود للفكر، لذا انتظر عندما تشعر أن العقل بدون أفكار، حيث لا وجود للغيوم وأنت متيقظ، عندها تحرك مع الصوت.

انظر عندما لا وجود للصوت، ثم أغلق عينيك، ثم انظر عندما يظهر الصوت مجدداً، انظر إلى كلا قطبي الصوت، كلاهما البداية والنهاية.

حاول بها مع الأصوات الخارجية، كالجرس، ثم أغلق عينيك والفظ أي صوت بالداخل - مثلاً آوم، ثم قم بذات التجربة معها، إنها صعبة، لذا نقوم بالعمل خارجياً، بالبداية عندما يمكنك العمل خارجياً، ثم يمكنك التطبيق بالداخل، انتظر

للحظات حتى يكون العقل فارغاً، ثم اخلق الصوت بالباطن،  
اشعر به، تحرك معه، حتى يختفي تماماً.

حتى تتمكن من عمل هذا ستستغرق وقتاً، إنها تحتاج إلى  
بضعة شهور، على الأقل ثلاثة شهور، بهذه الشهور الثلاثة،  
ستصبح متيقظاً أكثر وأكثر، تصبح منتبهاً للصوت ببدايته  
ونهايته، لا شيء يجب أن يضيع، باللمحة التي تصبح بها  
متيقظاً لبداية الصوت ونهايته، من خلال هذه العملية، ستصبح  
شخصاً مختلفاً كلياً.

أحيانا تبدو سخيفة جداً، مثل هذه التقنية البسيطة، كيف  
يمكنها أن تغيرك؟

كل شخص مشتب بشدة، هناك ألم نفسي مبرح، وهذه  
الطريقة تبدو سهلة جداً، إنها تبدو كالسحر، إنها حقيقة  
بدعة رائعة جداً. كيف يمكنك التحول من خلال أشياء  
بسيطة؟

ولكنك لا تعلم أنها ليست سهلة، عندما تقوم بالعمل، عندما  
تعمل عليها ستشعر كم هي صعبة وشاقة، عندما تستمع إلى  
ما أقول فقط، هي سهلة بالتأكيد، إذا قلت لك "إنه سُم وإذا  
تناولت قطرة صغيرة ستموت" فإذا لم يكن لديك أية معلومات  
عن السُم ستقول: "ماذا تتحدث، مع قطرة صغيرة لشخص

مثلي، قوي ونشيط ، وسوف أموت ما هذا الهراء؟" هذا إذا لم تعلم شيئاً عن السم، أما إذا كانت لديك المعارف لن تتكلم بذات الطريقة.

إنها تبدو سهلة جداً، ترنم بالصوت ومن ثم كن متيقظاً بالبداية والنهاية، ولكن التيقظ مسألة صعبة للغاية، وعندما تحاول بها ستعلم أنها ليست لعبة لطفل، والسبب أنك غير واعي ولست متيقظاً البتة، وعندما تجربها للمرة الأولى ستعلم أنك تغط بنوم عميق لكامل الحياة، حتى الآن تعتقد أنك متيقظ وواعي، حاول بها إنها تجربة بسيطة، لكن حاول بها.

أنا لا أحسب أنفاسي، ربما تستطيع عد أنفاسك، فإذا عدت حتى العشرة، ستشعر إنك تعد وأنت نائم، أنت لست مستيقظاً أبداً.

الاستيقاظ أحد أكثر الأمور صعوبة، لذا لا تعتقد أن مثل هذه التقنية بسيطة، مهما كانت التقنية، اليقظة هي الهدف الذي يجب الوصول إليه، يمكن ابتكار أي طريقة عندها، ولكن تذكر شيئاً واحداً، اليقظة يجب أن تحصل عليها، يمكنك أن تفعل كل شيء وأنت نائم، ولن تشعر بوجود مشكلة ما، المشكلة الحقيقية ستظهر لك عندما تصبح مستيقظاً وواعياً. عندها أنت شخص مختلف وتعيش بأبعاد مختلفة.

التقنية الخامسة للصوت: عندما تستمع إلى آلة وترية، استمع

إلى صوت مركزها المركب، إنها كلية الوجود.

إنها ذات الشيء، أنت تستمع إلى آلة موسيقية - غيتار، أو أي

آلة أخرى، أنغام كثيرة هناك، كن متيقظاً واستمع إلى

المركز الجوهري، السلسلة الفقرية لـ اللحن ستحيط بك، إنها

تتدفق، اشعر بالتيار الأشد عمقاً الذي يحمل كافة الأنغام

مجتمعة، هذا هو المركز.

إنه كما العمود الفقري، كامل الجسد محمول بواسطته،

استمع إلى الموسيقى، كن متيقظاً، اخترق الموسيقى، وابحث

عن العمود الفقري المركب لها، إنه مركز التدفق، الذي يقوم

بحمل كافة الأشياء مجتمعة، الألحان تأتي وتذهب وتختفي،

لكن هناك مركز جوهري - الصميم - كن واعياً له.

بشكل أساسي، منذ العصور الموعلة بالقدم، تم استخدام

الموسيقى للتأمل، الموسيقى الهندية استخدمت لتطوير طرق

تأملية، وتم استخدام الرقص بالهند كطرق تأملية. بالنسبة

للعاملين عليها كانت طرفاً تأملية عميقة، وبالنسبة للمستمعين

أيضاً كانت تأملاً عميقاً، الرقص والموسيقى يمكن أن تصبح

تقنيات، فإذا لم يرقم التأمل بعمله، هناك روح لطيفة تحضر

فقط عندما تقوم الموسيقى من خلال التأمل عميق بعملها.

الموسيقى بحد ذاتها أمر خارجي، فعندما يعزف المرء على آلة كالغيتار، هو لا يعزف فقط على الآلة، إنه يقوم بالعزف عن طريق الوعي الباطني، يذهب العزف للخارج، أما الوعي الكثيف يتحرك بالباطن، عندما يكون هناك تيقظ دائم من الجوهر الباطني لتدفق الألحان الموسيقية، إنها تمنحك السماهي، إنها تغدو الغبطة، إنها القمم العالية الشامخة. يقولون أن الموسيقي عندما يغدو موسيقياً حقيقياً، يقوم بتحطيم آله - لأنه لم يبق لها عمل، إذا بقي لها أي عمل، لن يغدو موسيقياً حقيقياً بعد، ما زال متدرباً، إذا كان بإمكانه العزف، ومع التأمل، عاجلاً أم آجلاً الموسيقي نفسها سوف تصبح الموسيقي الباطنية القسم الأكثر أهمية، والقسم الخارجي لن يغدو عديم القيمة فحسب، بل سيصبح مصدراً للتشويش، إذا كان وعيك يتحرك للباطن، وتمكنت من إيجاد الموسيقي الباطنية العميقة، عندها ستصبح الموسيقي الخارجية مصدراً للإزعاج، عندها سترمي بالغيتار أو أي آلة موسيقية بعيداً، لأنك الآن وجدت الأداة الباطنية. لكن لا يمكن أن تجدها بدون الخارجية، مع استخدام القسم الخارجي يمكن أن تصبح متيقظاً بشكل أسهل بكثير. باللمحة التي تغدو فيها متيقظاً، دع القسم الخارجي وتحرك

نحو الباطن، وبالنسبة للمستمع أيضاً يحدث ذات الشيء. ولكن ماذا يجب أن تعمل عندما تستمع إلى الموسيقى؟ لن تكون هناك تأملاً، بل على النقيض، ستستخدم الموسيقى كشيء ما يشبه الكحول، يجب استخدامها للحصول على السكينة والراحة، استخدمها من أجل تغييب العقل تماماً، لتغرق بالنسيان. لسوء الحظ أن هذه التقنيات لتطوير الوعي قد استُخدمت كمهدئ للحصول على النوم. ولن يحصل المرء إلا على الضرر منها.

إذا تم منحك شيئاً ما ليجعلك واعياً، هل تستخدمه لتصبح أكثر خمولاً ونوماً، لذلك مثل هذه التعاليم تبقى سرية، حيث أن الفكرة تبدو عديمة القيمة - ما الفائدة بإعطاء تقنيات للوعي لشخص نائم؟ سوف يستخدمها من أجل النوم، لن يقوم بطريقة أخرى، لذا تُعطى مثل هذه التقنيات للمُريدين المتميزين، المُستعدين لكي يهتز نومهم بقوة للوصول إلى اليقظة. المُستعدون لتحطيم النوم عميقاً.

(أوزينسكي) خصص كتاباً بعنوان: "الشخص الذي يقلق نومي" يعتبر فيه أشخاصاً مثل (جورج كرديجيف) (بوذا) يسوع، أشخاصاً مزعجين، ولذلك نحاول الانتقام منهم، مهما كان ما يشوش ويقلق نومك سوف تقف ضده، لا يبدو عملاً

حسناً لنا، ربما كانت أحلامنا جميلة، ولكنهم جاؤوا ليزعجوا نومنا.

الحلم ربما كان جميلاً وجذاباً، ولكن هناك شيء واحد يقيني، إنه مجرد حلم، تافه لا طائل منه، حتى إذا كان جميلاً، سيغدو ذو خطورة أكبر، لأنه سيغدو جذاباً وممتعاً - إنه يصبح كما العقار المخدر.

نحن نستخدم الموسيقى كما المخدرات، وكذلك الرقص، وإذا تم استخدام الرقص والموسيقى كالمخدر، لن تبقى كمهدئ من أجل النوم، بل ستغدو مخدراً جنسياً أيضاً. لذا تذكر هذه القاعدة، الجنس والنوم مترافقان معاً، الشخص الأكثر نوماً هو شخص أكثر جنسوية، والشخص الأكثر تيقظاً هو أقل جنسوية، الجنس هو الطريق الأسهل نحو النوم، عندما تغدو متيقظاً ستصبح أكثر حياً، كل الطاقة الجنسية ستتحول إلى حب، وسترتقي من خلالها.

تقول السيترا: عندما تستمع إلى آلة وترية، استمع إلى صوت مركزها المركب، إنها كلية الوجود.

صوت مركزها المركب، أو صوت مركزها الكلي، إنها كلية الوجود، عندها ستعلم كل ما يجب أن تعرفه. ما هو الشيء الذي يستحق أن تتعرف عليه. ستصبح شخصاً ذا معرفة

كلية فقط مع استخدام الموسيقى. مع هذا التيقظ ستصبح  
موجوداً بكل مكان - كلي الوجود.  
الآن حقيقة أنت موجود بمكان ما، هذا الحيز الذي تشغله  
يسمى (الأنا)، إذا تمكنت من أن تصبح واعياً، ستختفي هذه  
النقطة، سوف تتلاشى الأنا، سوف لن تكون هناك بعد،  
وستصبح أنت بكل الأماكن، وكأنك أصبحت كلياً، لقد  
أصبحت المحيط، لقد أصبحت غير منتهى. المتناهي هو العقل.  
اللامتناهي تصله بالتأمل العميق.

obeikandi.com