

**Silo  zenete**

A mű alapjául szolgáló kiadás: El Mensaje de Silo. Ulrica Ediciones, 2007, Rosario, Argentina  
© Silo, Mario Luis Rodríguez Cobos, 2010.  
Harmadik, javított kiadás

Fordította: Domán Sándor, Szigeti Judit  
Lektorálta: Nagy Nikoletta  
Hungarian translation © Nyitott Jövő Kiadó

Tördelés: Vetési Ágnes  
Nyomdai munkák: Professzor Hungary Bt.  
Készült 1000 példányban, 2012 márciusában.

ISBN 978-963-08-3389-9

Kiadja:  
Nyitott Jövő Kiadó  
1124 Budapest, Fodor u. 97/a  
[www.silouzenete.hu](http://www.silouzenete.hu)

Ez a kiadás tartalmazza a teljes Üzenetet. Terjeszthető nyomtatott vagy elektronikus formában, a forrás megjelölésével.  
Az eredeti szöveg, további fordítások, kommentárok és a szerző egyéb művei a [www.silo.net](http://www.silo.net) internetes honlapon olvashatók.

### ***A kiadó megjegyzése***

A Silo által 2002 júliusában megfogalmazott Üzenet három részből áll: *A könyvből*, *A tapasztalatból* és *Az útból*.

*A könyv* már korábban napvilágot látott, „A belső tekintet” címen.

*A tapasztalat* nyolc ceremóniából áll.

*Az út* gondolatok és javaslatok gyűjteménye.

**A könyv**

## I. Az elmélkedés

1. Itt arról szólunk, hogyan lehet az élet értelmetlenségét értelemmé és teljességgé változtatni.
2. Itt öröm lakozik; a test, a természet, az emberiség és a szellem szeretete.
3. Itt elvetjük az áldozatokat, a bűntudatot és a túlvilággal való fenyegetőzést.
4. Itt nem állítjuk szembe egymással az evilágit és az örökkévalót.
5. Itt a belső felismerésről szólunk, melyhez mindenki eljut, aki gondosan elmélkedik, alázatosan keresve.

## II. A megértésre való hajlandóság

1. Tudom, hogyan érzed magad, mert képes vagyok megtapasztalni a helyzetedet, te viszont nem tudod, hogyan tapasztalható meg az, amiről én beszélek. Következésképpen, ha önérdek nélkül szólok arról, ami boldoggá és szabaddá teszi az embert, érdemes megpróbálnod megérteni, amit mondok.
2. Ne gondold, hogy úgy fogsz megérteni, ha vitatkozol velem. Ha azt hiszed, azzal, hogy ellentmondasz, könnyebb lesz számodra a megértés, megteheted – de ez esetben nem ez a megfelelő út.
3. Ha azt kérdezed, milyen a megfelelő hozzáállás, azt válaszolom: a mély és sietség nélküli elmélkedés arról, amit itt elmagyarázok.
4. Ha azzal vágysz vissza, hogy sürgősebb dolgokkal kell foglalkoznod, azt felelem: mivel aludni vagy meghalni vágysz, nincs ellenvetésem.
5. Ne érvelj azzal sem, hogy nincs ínyedre az, ahogyan a dolgokról beszélek, hiszen a gyümölcs héjáról sem mondd ezt, ha maga a gyümölcs kedvedre való.
6. Úgy beszélek, ahogyan nekem megfelelőnek tűnik, nem pedig úgy, ahogyan azok számára lenne kívánatos, akik a belső igazságtól távol álló dolgokra vágyanak.

### III. Az értelműesség

*Sok nap kellett ahhoz, hogy felfedezzem a következő nagy ellentmondást: azok, akik kudarcot hordoztak a szívükben, eljutottak a végső győzelemhez; azok pedig, akik győzedelmesnek érezték magukat, lemaradtak az úton, szétfolyó és kioltott élet növényeiként. Sok nap kellett ahhoz, hogy a legmélyebb sötétségből eljussak a fényhez, és nem tanítás vezetett, hanem elmélkedés.*

*Ezt mondtam magamnak az első napon:*

1. Nincs értelem az életben, ha a halállal minden véget ér.
2. Legyenek bár tetteink megvetendőek vagy kiválóak, igazolásuk mindig egy új álom, mely űrt hagy maga után.
3. Isten olyan valami, ami nem bizonyos.
4. A hit annyira változékony dolog, mint a józan ész vagy az álom.
5. Az, hogy „mit kell tennünk”, teljességgel vitatható, és nincs semmi, ami a magyarázatokat végérvényesen alátámasztaná.
6. Annak a „felelőssége”, aki elkötelezi magát valami mellett nem nagyobb, mint azé, aki nem kötelezi el magát.
7. Érdekeim szerint cselekszem, és ez nem tesz sem gyávává, sem hőssé.
8. „Érdekeim” nem igazolnak, és nem is hiteltelensítenek semmit.
9. Az „én indokaim” nem jobbak, és nem is rosszabbak másokéinál.
10. A kegyetlenség borzalommal tölt el, de sem ezért, sem önmagában véve nem rosszabb vagy jobb a jósnál.
11. Az, amit ma én mondok vagy mások mondanak, holnap már nem érvényes.
12. Meghalni nem jobb, mint élni vagy meg sem születni, de nem is rosszabb.
13. Felfedeztem – és nem tanítással, hanem tapasztalattal és elmélkedéssel –, hogy nincs értelem az életben, ha a halállal minden véget ér.

## IV. A függőség

*Második nap:*

1. Semmi, amit teszek, érzek vagy gondolok, nem tőlem függ.
2. Változékony vagyok, és a környezet hatásától függök. Amikor meg akarom változtatni a környezetet vagy az „énemet”, a környezet változtat meg engem. Így a város vagy a természet felé fordulok, a társadalmi megváltást keresem vagy egy olyan új küzdelmet, mely igazolná léteimet... Minden esetben a környezet készlet arra, hogy egyik vagy másik magatartást válasszam. Így az érdekeim és a környezet egy helyben tartanak.
3. Azt mondom tehát, mindegy, ki vagy mi dönt. Ilyenkor azt mondom, élnem kell, ha már abban a helyzetben vagyok, hogy élek. Ezt mondom, de nincs semmi, ami ezt igazolná. Elhatározhatom magam, habozhatok vagy maradhatok, ahol vagyok. Mindenesetre az egyik dolog átmenetileg jobb, mint a másik, de végeredményben nincs „jobb” vagy „rosszabb”.
4. Ha valaki azt mondja nekem, hogy aki nem eszik, meghal, azt válaszolom majd, hogy ez valóban így van, és szükségleteinél fogva kénytelen enni; de azt nem teszem hozzá, hogy az evésért folytatott küzdelme igazolja létét. Ahogy azt sem állítom, hogy ez rossz. Egyszerűen csak annyit mondok, hogy egyéni vagy közösségi szempontból a fennmaradáshoz szükséges tényről van szó, amely azonban értelmetlennek bizonyul akkor, amikor az ember elveszti a végső csatát.
5. Ezenkívül azt is mondom, hogy küzdelmükben közösséget vállalok a szegényekkel, kizsákmányoltakkal és üldözöttekkel. Azt mondom, hogy ezzel az azonosulással „megvalósítom önmagam”, ugyanakkor megértem, hogy semmit sem igazolok vele.



## V. Az értelem megsejtése

*Harmadik nap:*

1. Néha előre láttam olyan eseményeket, melyek később bekövetkeztek.
2. Néha felfogtam egy távoli gondolatot.
3. Néha olyan helyeket írtam le, melyeken sosem jártam.
4. Néha pontosan elmeséltem valamit, ami a távollétemben történt.
5. Néha végtelen öröm ragadott el.
6. Néha elöntött egy teljes felismerés.
7. Néha magával ragadott a mindennel való, tökéletes egyesülés.
8. Néha, áttörve az ábrándjaimon, a valóságot új módon láttam.
9. Néha úgy tűnt, újra látok valamit, amit pedig először láttam.

*...És mindez elgondolkodtatott. Egyértelművé vált számomra, hogy ezen tapasztalatok nélkül nem léphettem volna ki az értelemürességből.*

## VI. Álom és ébredés

*Negyedik nap:*

1. Nem tarthatom valóságosnak azt, amit álomban látok, mint ahogyan azt sem, amit félálomban, vagy amit ugyan ébren, de ábrándozás közben látok.
2. Valóságosnak azt tarthatom, amit ébren és ábrándozás nélkül látok. Nem arról van szó, amit érzékszerveim rögzítenek, hanem arról, hogyan irányulnak elmém tevékenységei a gondolkodás „adataira”. Mert a naiv és kétes adatokat a külső és belső érzékek és az emlékezet közvetíti. Ami lényeges, hogy elmém ezt „tudja”, amikor ébren van, de csak „hiszi”, amikor alszik. Néha új módon észlelem a valóságot, és olyankor megértem, hogy az, amit általában látok, az álomhoz vagy a félálomhoz hasonlít.

*Az ébrenlétnek van egy valódi formája: az, amely oda vezetett, hogy mélyen elmélkedjek az eddig elmondottakról, és amely ezen felül megnyitotta a kaput, hogy felfedezhessem minden létező értelmét.*

## VII. Az Erő jelenléte

*Ötödik nap:*

1. Amikor valóban ébren voltam, megértésről megértésre kapaszkodtam felfelé.
2. Amikor valóban ébren voltam, de nem volt energiám a további emelkedéshez, önmagamból tudtam nyerni az Erőt. Egész testemben ott volt. A teljes energia jelen volt még testem legapróbb sejtjeiben is. Ez az áramló energia a vérnél is gyorsabb és erőteljesebb volt.
3. Felfedeztem, hogy az energia összpontosul testem azon pontjaiban, melyek éppen aktívak, és hiányzik azokból, melyekben nincs mozgás.
4. Betegségek idején az energia éppen az érintett pontokban hiányzott vagy halmozódott fel. De amikor sikerült helyreállítanom az áramlását, sok betegség elkezdett visszahúzódni.

*Egyes népek tudták ezt, és különböző, számunkra már szokatlannak tűnő eljárásokkal állították helyre az energiát.*

*Egyes népek tudták ezt, és ezt az energiát átadták másoknak. Így „megvilágosodásszerű” felismeréseket, sőt fizikai „csodákat” idéztek elő.*

## VIII. Az Erő irányítása

*Hatodik nap:*

1. Van egy módja a testben keringő Erő irányításának és összpontosításának.
2. A testben vannak irányítási pontok. Ezekről függ mindaz, amit mozgásként, érzelmként vagy gondolatként ismerünk. Amikor az energia ezekben a pontokban hat, motorikus, érzelmi és intellektuális megnyilvánulások jönnek létre.
3. Attól függően, hogy az energia mélyebben vagy a felszínhez közelebb hat a testben, lép fel a mély álm, a félálom vagy az ébrenléti állapot... A vallásos festményeken a szentek (avagy nagy felébredettek) testét vagy fejét övező glória bizonyosan az időnként „kijebb” megnyilvánuló energia jelenségére utal.
4. A valódi ébrenlétnak van egy irányítási pontja, és létezik egy módja annak, hogy az Erőt odavezessük.
5. Amikor az energiát erre a helyre vezetjük, az összes többi irányítási pont másképpen működik.

*Amikor ezt megértettem, és e felsőbb pontra irányítottam az Erőt, az egész testemet óriási energia hatotta át, mely erősen megrengette a tudatomat, majd megértésről megértésre emelkedtem egyre felfelé. De azt is megfigyeltem, hogy le tudok süllyedni elmém mélységeibe, amikor elvesztem az energia irányítását. És így, látva a két szellemi állapot közti választóvonalat, visszaemlékeztem a „mennyekről” és a „poklokról” szóló legendákra.*

## IX. Az energia megnyilvánulásai

*Hetedik nap:*

1. Ez a mozgó energia egységét megtartva "függetlenné" tudott válni a testtől.
2. Ez az egységes energia egyfajta „duplatest” volt, mely megfelelt a saját test a megjelenítés terén belüli, cönosztéziás megjelenítésének. E tér létezéséről, valamint a test belső érzékeléseihez kapcsolódó megjelenítésekről a szellemi jelenségekkel foglalkozó tudományok nem nyújtottak elegendő eligazítást.
3. A megduplázódott energia (azaz amelyet a testen „kívülinek” vagy anyagi alapjától „elválnak” képzelünk el) vagy felbomlott mint kép, vagy pontosan megjelent, létrehozójának belső egységétől függően.
4. Meg tudtam állapítani, hogy ezen energia „külsővé tétele” – amely úgy jeleníti meg a saját testet, mintha az a testen „kívül” lenne – már az elme legalacsonyabb szintjein létrejön. Ezekben az esetekben az élet legelemibb egysége elleni merénylet váltotta ki ezt a válaszreakciót, mintegy védelmet nyújtva a fenyegetettnek. Ezért egyes olyan médiumok transzállapotában, akiknek tudati szintje alacsony, belső egysége pedig veszélyben volt, e reakciók önkéntelenül jelentkeztek. Nem ismerték fel, hogy e jelenségeket ők maguk hozták létre, és más lényeknek tulajdonították őket.

*Egyes népek vagy jószok „látomásai” vagy „szellemei” nem voltak mások, mint azoknak a „duplatestei” (saját megjelenítései), akik megszállva érezték magukat. Elveszítve az Erő irányítását, szellemi állapotuk elborult (transzba estek), és úgy érezték, furcsa lények irányítják őket, akik olykor figyelemreméltó jelenségeket idéznek elő. Kétségtelen, hogy sok „megszállottal” ez történt. A döntő tényező tehát az Erő irányítása volt.*

*Ez teljességgel megváltoztatta a jelenlegi és a halál utáni életről vallott nézetemet egyaránt. Ezen gondolatok és tapasztalatok révén fokozatosan elvesztettem a halálban való hitemet, és azóta nem hiszek benne, ahogy az élet értelmetlenségében sem hiszek.*

## **X. Az értelem bizonyossága**

*Nyolcadik nap:*

1. Az éber élet valódi jelentősége világossá vált számomra.
2. A belső ellentmondások legyőzésének valódi jelentősége meggyőzőtt.
3. Az Erő irányításának valódi jelentősége – az egység és a folytonosság elérése végett – örömteli értelemmel töltött el.

## XI. A fénylő központ

*Kilencedik nap:*

1. Az Erőben ott volt a „fény”, mely egy „központból” jött.
2. Az energia felbomlásával a fénylő központtól való távolodás, egyesülésével és fejlődésével pedig e fénylő központ működése járt együtt.

*Nem lepett meg, hogy régi népeknél Napisten-imádatra leltem, és megértettem, hogy míg néhányuk azért imádta eme csillagot, mert életet ad földjüknek és a természetnek, addig mások e fenséges égitestben egy felsőbb valóság szimbólumát fedezték fel.*

*Voltak, akik még ennél is tovább mentek, és e központtól számtalan adományt kaptak, melyek olykor lángnyelvek formájában „szálltak le” a megihletettekre, máskor pedig fénygömbként vagy égő csipkebokorként jelentek meg az istenfélő hívő előtt.*

## XII. A felfedezések

*Tizedik nap:*

*Kevés, ám annál fontosabb felfedezést tettem, melyeket így összegeznék:*

1. Az Erő akaratunktól függetlenül kering a testben, de tudatos erőfeszítéssel irányítható. A tudati szint irányított változásának elérése megnyitja az emberi lény számára a „természetes” és látszólag a tudatra nehezedő körülmények alóli felszabadulás kapuját.
2. A testben léteznek a különböző tevékenységeknek megfelelő irányítási pontok.
3. Különbség van a valódi ébrenléti állapot és más tudati szintek között.
4. Az Erőt a valódi felébredés pontjáig lehet vezetni. („Erőn” azt a szellemi energiát értjük, mely bizonyos képeket kísér, „ponton” pedig egy kép elhelyezkedését a megjelenítés terének egy „helyén”.)

*E következtetések ráébresztettek arra, hogy a régi népek imádságaiban egy nagy igazság csírája rejlik, mely azonban elhomályosult a külsődleges szertartásokban és gyakorlatokban. Így a régieknek nem sikerült kifejleszteniük azt a belső munkát, amely - ha tökéletesen valósítja meg - kapcsolatba hozza az embert fénylő forrásával. Végül észrevettem, hogy „felfedezéseim” nem felfedezések voltak, hanem annak a belső felismerésnek voltak köszönhetőek, melyhez mindenki eljut, aki ellentmondások nélkül, saját szívében keresi a fényt.*



### **XIII. Az alapelvek**

*Más lesz az élethez és a dolgokhoz való hozzáállásunk, amikor a belső felismerés villámként hasít belénk.*

*Ha lassan haladsz lépésről lépésre, elméled a mondottakon és a még elmondandókon, az értelemürességet értelemmé változtathatod. Nem közömbös, hogy mit kezdesz az életeddel, mely törvényeknek van alávetve, s melyben különböző választási lehetőségek állnak rendelkezésedre. Én nem szabadságról beszélek. Felszabadulásról, mozgásról, folyamatról beszélek. A szabadságról nem mint valami nyugalomban lévő dologról beszélek, hanem mint fokozatos szabaddá válásról, ahogyan az szabadul fel az út terhe alól, aki városa felé közeledik. Tehát „az, amit tenni kell” nem egy távoli, érthetetlen és konvencionális erkölcstől függ, hanem törvényektől: az élet, a fény és a fejlődés törvényeitől.*

*Íme, itt vannak az úgynevezett „Alapelvek”, melyek segíthetnek a belső egység keresésében:*

1. A dolgok fejlődése ellen fordulni annyi, mint önmagunk ellen fordulni.
2. Amikor valamit egy cél felé erőltetsz, ellenkező eredményt érsz el.
3. Ne szállj szembe egy nagy erővel; vonulj vissza, amíg meg nem gyengül, és akkor haladj elszántan előre.
4. A dolgok akkor működnek jól, amikor együtt és nem egymástól elszigetelten haladnak.
5. Ha neked egyaránt megfelel a nappal és az éjszaka, a nyár és a tél, felülkerekedtél az ellentmondásokon.
6. Ha hajszolod az élvezeteket, a szenvedéshez láncolod magad. De amíg nem okozol kárt az egészségednek, élvezz gátlások nélkül, amikor arra alkalom nyílik.
7. Ha hajszolsz egy célt, leláncolod magad. Ha mindent úgy viszel véghez, mintha önmagában cél lenne, akkor felszabadítod magad.
8. Akkor szünteted meg konfliktusaidat, amikor legmélyebb gyökerükben érted meg őket, és nem amikor meg akarod őket oldani.
9. Amikor másoknak ártasz, leláncolod magad, de ha nem ártasz senkinek sem, szabadon tehetsz, amit akarsz.
10. Amikor úgy bánsz másokkal, ahogy szeretnéd, hogy veled bánjanak, felszabadítod magad.
11. Nem számít, melyik oldalra állítottak az események. Ami számít, az az, hogy megértsd: te nem választottad egyik oldalt sem.
12. Az ellentmondást valamint az egységet hordozó cselekedetek felhalmozódnak benned. Ha belső egységed cselekedeteit ismétled, akkor semmi sem állíthat meg téged.

*Olyan leszel, mint egy természeti erő, melynek semmi nem állja útját. Tanuld meg megkülönböztetni a nehézséget, a problémát és az akadályt az ellentmondástól. Míg az előbbiek mozgásba hoznak vagy ösztökélnek, ez utóbbi megbénít és ördögi körbe zár.*

*Amikor nagy erőt, örömet és jószágot találsz szívedben, vagy szabadnak és ellentmondásoktól mentesnek*

*érzed magad, azonnal mondj köszönetet ezért bensődben. Amikor az ellenkezője történik veled, kérj hittel, és mindaz a hála, melyet addig felhalmoztál, átváltozva és gazdagabban tér vissza hozzád.*

## XIV. Útmutatás a belső úthoz

*Amennyiben az eddigieket megértetted, egy egyszerű gyakorlat segítségével megtapasztalhatod az Erő megnyilvánulását. Nem ugyanaz azonban, ha egy többé-kevésbé megfelelő szellemi hozzáállást alkalmazunk (amivel egy technikai feladathoz közelítenénk), mint ha egy olyan hangulatot, illetve érzelmi nyitottságot teremtünk magunkban, melyhez hasonlót a költészet ébreszt. Ezért az ilyen igazságok átadásához használt nyelvezet próbálja elősegíteni ezt a hozzáállást, mely sokkal inkább magához a belső érzékeléshez, mintsem a „belső érzékelésről” alkotott elképzeléshez visz közel.*

*Most pedig kövesd figyelmesen azt, amit elmagyarázok neked, mivel arról a belső tájról lesz szó, mellyel akkor találkozhatasz, ha az Erővel dolgozol, és azokról az irányokról, amelyek felé szellemi mozgásaidat terelheted.*

*„A belső úton járhatasz sötétséggel vagy fénnel kísérve. Figyelj a két útra, melyek megnyílnak előtted.*

*Ha hagyod, hogy lényed sötét vidékek felé vetődjön, tested nyeri meg a csatát, és uralkodik feletted. Akkor szellemek, erők és emlékek érzetei és látomásai tűnnek majd fel. Arra egyre lefelé vezet az út. Ott lakozik a Gyűlölet, a Bosszú, az Idegenség, a Birtoklás, a Féltékenység és a Maradni vágyás. Ha még tovább ereszkedsz lefelé, előnt majd a Csalódás, a Neheztelés, sorban mindazon ábrándok és vágyak, melyek pusztulást és halált hoztak az emberiségre.*

*Ha a fény felé irányítod lényedet, minden egyes lépésedet fáradtság és ellenállás kíséri majd. Az emelkedés okozta fáradtságnak megvannak a maga okai: életed rád nehezedik, emlékeid súlyosak, korábbi cselekedeteid gátolják a felemelkedést. Ez a mászás tested miatt nehéz, mely hajlamos uralkodni rajtad.*

*Az emelkedés során tiszta színek és ismeretlen hangok különös vidékeivel találkozol.*

*Ne menekülj a megtisztulás elől, mely úgy hat, mint a tűz, és elborzaszt kísérteteivel.*

*Állj ellen az ijedtségnek és a csüggedésnek!*

*Állj ellen az alsóbb, sötét vidékek felé való menekvés vágyának! Állj ellen az emlékekhez való ragaszkodásnak! Maradj belsőleg szabad, közömbös az álomkép-tájjal szemben és elszánt a felemelkedésre.*

*A tiszta fény feltűnik a magas hegyláncok csúcsain, és az ezerszín vizek felismerhetetlen melódiák között zúdulnak le fennsíkok és kristálytisza mezők felé.*

*Ne félj a fény erejétől, mely egyre erősebben távolít el központjától. Fogadd be, mintha folyadék vagy szél lenne, mert bizonyosan az élet van benne.*

*Amikor az óriási hegyláncok között rátalálsz az elrejtett városra, tudnod kell, hogy hol van a bejárat. De ezt tudni fogod, abban a pillanatban, hogy az életed átalakult. Óriási falai formákban vannak megírva, színekben vannak megírva, és „érezhetőek”. Ebben a városban őrzik a megtettét és a megteendő... De a te belső szemednek homályos az átlátszó. Igen, a falak számodra áthatolhatatlanok!*

*Vedd magadhoz az elrejtett város Erejét. Térj vissza az élet sűrű világába, fénylő homlokoddal és fénylő kezeiddel.”*

## **XV. A belső béke élménye és az erő átáramlása**

1. Lazítsd el teljesen a tested, és csendesítsd el az elmédet. Ezután képzelj el egy átlátszó és fényes gömböt, mely feléd ereszkedik, és végül a szíveden állapotodik meg. Fel fogod ismerni azt a pillanatot, amikor a gömb megszűnik képné lenni, és egy érzetté válik a mellkasodban.

2. Figyeld meg, hogyan terjed ki lassan a gömb érzete a szívedtől a tested határai felé, miközben légzésed tágabb és mélyebb lesz. Amikor az érzet a tested határaihoz ér, megállíthatod a folyamatot és megtapasztalhatod a belső béke élményét. Addig időzhetsz ebben az állapotban, míg jónak látod. Ezután engedd vissza az előbbi kiterjedést (úgy, hogy a szívedhez érjen vissza, mint az elején), hogy így elszakadj a gömbödtől, és nyugodtan, megerősödve fejezd be a gyakorlatot. Ezt a gyakorlatot a „béke élményének” hívják.

3. Ha viszont az Erő átáramlását szeretnéd megtapasztalni, a kiterjedés visszaengedése helyett meg kell növelned azt, engedve, hogy érzéseid és egész lényed kövessék. Ne próbálj a légzésedre figyelni. Engedd, hogy magától működjön, miközben te követed a kiterjedést a testeden kívülre.

4. Ezt meg kell ismételnem: figyelmednek e pillanatokban a kiterjedő gömb érzete felé kell fordulnia. Ha ezt nem tudod elérni, célszerű megállnod és újra próbálnod egy másik alkalommal. Mindenesetre, ha nem is hozod létre az átáramlást, a béke egy érdekes érzését tapasztalod meg.

5. Ha azonban egyszer túljutottál ezen, elkezded észlelni az átáramlást. Kezeidben és tested más részeiben újszerű érzések jelennek meg. Erődődő hullámzást tapasztalsz majd, kevéssel ezután erőteljes képek és érzelmek tűnnek fel. Akkor engedd, hogy megtörténjen az átáramlás...

6. Amikor az Erőt befogadod, az általad megszokott megjelenítési módtól függően fényt vagy szokatlan hangokat fogsz észlelni. Mindenesetre, ami lényeges, az a tudat kitérülésének megtapasztalása, melynek egyik jele a fokozott szellemi tisztaság és a dolgok megértésére való készség.

7. Ha úgy kívánod, véget vethetsz e kivételes állapotnak (hacsak nem bomlott fel egy idő után magától) úgy, hogy elképzeld vagy érzed, hogy a gömb összehúzódik és kiszáll belőled, úgy, ahogyan érkezett, amikor a gyakorlatot elkezdted.

8. Érdekes megérteni, hogy számos módosult tudatállapotot értek el és érnek el ma is, szinte mindig az imént leírtakhoz hasonló mechanizmusok beindításával. Ezeket persze különös szertartások mögé rejtették, vagy olykor olyan gyakorlatokkal erősítették meg, mint a kifárasztás, a féktelen motorikus tevékenységek, az ismétlés és olyan testhelyzetek, melyek minden esetben megváltoztatják a légzést és eltorzítják a test belsejének általános érzékelését. Ide sorolandók a hipnózis, a médiumi tevékenységek és a kábítószer hatásai is, melyek bár más módon fejtik ki hatásukat, hasonló módosulásokat okoznak. Ám bizonyos, hogy minden előbb említett esetet az irányítás hiánya jellemez, valamint az, hogy az ember nincs tudatában annak, ami történik. Légy bizalmatlan az efféle megnyilvánulásokkal szemben, és tekintsd ezeket egyszerű „transz állapotoknak”, melyeket a tudatlanok, a kísérletezők, és a legendák szerint a „szentek” tapasztaltak meg.

9. Még ha azon voltál is, hogy betartsd a javasoltakat, előfordulhat, hogy nem sikerült elérned az átáramlást. Ez ne váljon aggodalom forrásává, hanem tekintsd olyan jelzésnek, amely a belső „könnyedség” hiányára utal, ami nagy feszültséget, képdinamikai gondokat, összefoglalva pedig az érzelmi viselkedés töredezettségét tükrözheti... mely különben a mindennapi életedben is bizonyára jelen van.

## XVI. Az erő kivetítése

1. Ha tapasztaltad már az Erő átáramlását, megértheted, hogy különböző népek, hasonló jelenségek alapján, ám a megértés teljes hiányában, hogyan indítottak újukra szertartásokat és kultuszokat, melyek aztán vég nélkül szaporodtak. Így az előbb említett tapasztalatok révén sokan „megkettőzve” érezték testüket. Az Erő megtapasztalása azt az érzést keltette bennük, hogy ezt az energiát ki tudják vetíteni önmagukon kívülre.

2. Az Erőt „kivetítették” másokra, valamint befogadására és megőrzésére különösen „alkalmas” tárgyakra. Bízom benne, hogy nem esik majd nehezedre megérteni, hogy a különböző vallásokban milyen szerepet töltek be bizonyos szentségek, vagy mit jelentettek a szent helyek és az – állítólag – Erővel „feltöltött” papok. Amikor a templomokban egyes tárgyakat hittel imádtak, ünnepléssel és szertartásokkal vettek körül, azok bizonyosan „visszaadták” a hívőknek az ismételt imádságok által felhalmozott energiát. Az emberi valóság megismerését pedig korlátozza az a tény, hogy ezen jelenségekre majdnem mindig a kultúrának, a helynek, a történelemnek illetve a hagyományoknak megfelelő, külső magyarázatokat adtak; holott mindennek a megértéséhez elengedhetetlen az alapvető belső tapasztalat.

3. Az Erőnek e „kivetítésével”, „feltöltésével” és „visszaállításával” a későbbiekben még foglalkozunk. De már most mondom neked, hogy ugyanez a mechanizmus tovább él még az elvilágiasodott társadalmakban is, ahol a vezetőket és a hírességeket különleges dicsfény övezi annak a szemében, aki látja, sőt akár meg is kívánja „érinteni” őket, illetve meg akarja szerezni öltözetük vagy személyes tárgyaik egy-egy darabját.

4. Hiszen minden „magasabb rendűnek” a megjelenítése a szemmagasság, a tekintet hétköznapi síkja fölött helyezkedik el. „Magasabb rendűek” azok a személyiségek, akik a jóságot, a bölcsességet és az erőt „birtokolják”. A „magasságokban” vannak a hierarchiák, a hatalmak, a zászlók és az állam. Nekünk, földi halandóknak fel kell „emelkednünk” a társadalmi ranglétrán, és mindenáron a hatalom közelébe kell kerülnünk. Milyen rossz nekünk, akiket még ezek a mechanizmusok irányítanak, melyek egybeesnek a belső megjelenítéssel, amely szerint fejünk a „magasban” van, míg lábunk a földhöz tapad! Milyen rossz nekünk, amikor hiszünk ezekben a dolgokban (és hiszünk bennük, mert megvan a maguk „valósága” a belső megjelenítésben)! Milyen rossz nekünk, amikor külső tekintetünk nem egyéb, mint a belső tekintet fel nem ismert kivetítése!

## XVII. Az Erő elvesztése és elfojtása

1. A legnagyobb energiakisüléseket kontrollálatlan cselekedetek okozzák. Ezek lehetnek: féktelen képzelet, mértéktelen kíváncsiság, felesleges fecsegés, túlhajtott szexualitás és túlzásba vitt észlelés (céltalan nézés, hallás, ízlelés stb.). De azt is el kell ismerned, hogy sokan azért cselekszenek így, mert olyan feszültségeket vezetnek le, melyek különben fájdalmasak lennének számukra. Figyelembe véve ezt és látva, milyen szerepet töltenek be az ilyen levezető cselekvések, bizonyára egyetértesz majd velem abban, hogy nem célszerű elfojtani, inkább rendezni kell őket.
2. Ami a szexualitást illeti, helyesen értelmezd azt, amit mondok: ezt a működést nem szabad elfojtani, mert annak gyötrelmes hatásai vannak, és belső ellentmondást okoz. A szexualitás az aktus felé irányul és abban végződik, de nem jó, ha tovább hat a képzeletre vagy birtoklási vágyának megszállott módon újabb tárgyat keres.
3. A nemiség bizonyos társadalmi vagy vallási „erkölcsből” fakadó kontrollja olyan szándékokat szolgál, melyeknek semmi közük sincs a fejlődéshez, sőt éppen ellenkezőleg.
4. Az Erő (a belső test érzékelésének megjelenítési energiája) az alkony irányába fordult az elfojtások alatt nyögő társadalmakban: ilyenkor elszaporodtak a „megszállottak”, a „boszorkányok”, a mindenféle szentségtörők és bűnözők, akik a szenvedésben, valamint az élet és a szépség pusztulásában lelték örömeiket. Egyes törzsek és civilizációk esetében éppúgy voltak bűnözők a kivégzők, mint a kivégzettek között. Másutt minden olyasmit üldöztek, ami tudomány és haladás volt, mert az szemben állt az irracionalitással, a homálllyal és az elfojtással.
5. Bizonyos primitív népeknél még létezik a nemiség elfojtása éppúgy, ahogyan néhány „fejlett civilizációnak” tartott népnél is. Ennek erősen romboló jellege nyilvánvaló, még ha a két esetben eltérő is e gyakorlat eredete.
6. Ha még több magyarázatot kérsz, azt mondom neked, hogy a nemiség valójában szent, és ez az a központ, melyből az élet és minden alkotóerő árad. Éppígy innen árad minden tisztítás is, amennyiben működése rendezetlen.
7. Sose hidd el az élet megmérgezőinek hazugságát, amikor a nemiségről, mint valami megvetendő dologról beszélnek. Éppen ellenkezőleg, szépség van benne, nem véletlenül kapcsolódik a legszebb szerelmi érzésekhez.
8. Légy hát óvatos, és tekintsd nagy csodának, mellyel kellő finomsággal kell bánni, anélkül, hogy ellentmondás forrásává vagy az életenergia bomlasztójává válna.

## **XVIII. Az Erő hatása és visszahatása**

*Az előbbieken elmagyaráztam:*

*Amikor nagy erőt, örömet és jószágot találsz szívedben, vagy szabadnak és ellentmondásoktól mentesnek érzed magad, azonnal mondj köszönetet ezért bensődben.*

1. „Köszönetet mondani” a pozitív lelkiállapotok összpontosítását jelenti, melyek egy képhez vagy egy megjelenítéshez kapcsolódnak. Az ilyen módon összekapcsolt pozitív lelkiállapot lehetővé teszi, hogy kedvezőtlen helyzetekben egy dolog felidézése által felszínre kerüljön az a szellemi állapot, ami azt korábban kísérte. Ráadásul, mivel e szellemi „töltés” korábbi ismétléseknek köszönhetően megnövekedhetett, képes eltávolítani olyan negatív érzéseket, melyeket bizonyos körülmények egyébként ránk kényszeríthetnének.

2. Mindezért bensődből jótékonyabb hatással tér vissza mindaz, amit kérsz, feltéve, hogy önmagadban számos pozitív állapotot halmoztál fel. Szükségtelen újra elmondanom, hogy ezt a mechanizmust – tévesen – arra is használták, hogy tárgyakat, személyeket vagy „kivetített” belső lényeket „kívül töltsenek fel”, azt gondolván, hogy azok meghallgatják majd imáikat és kéréseiket.

## XIX. A belső állapotok

*Most el kell érned azoknak a belső állapotoknak a megfelelő érzékelését, melyekkel életed és különösen a fejlődésen való munkálkodásod során találkozhatasz. Ezeket az állapotokat csak képekkel – ez esetben allegóriákkal – tudom leírni. Az allegóriák előnye véleményem szerint az, hogy „vizuálisan” össze tudnak sűríteni összetett lelkiállapotokat. Másrészt az az egyedi megközelítés, mely ezeket a lelkiállapotokat egyazon folyamat különböző pillanataiként fűzi egybe, változást jelent a mindig töredezett leírásokhoz képest, melyeket azoktól szokhattunk meg, akik ezekkel a dolgokkal foglalkoznak.*

1. Az első állapotot, melyben az értelemüresség uralkodik (az, amire már a könyv elején utaltunk), „szétfolyó életerőnek” fogjuk nevezni. Mindent a fizikai szükségletek irányítanak, de ezeket gyakran összetévesztjük ellentmondásos vágyakkal és képekkel. Errefelé sötétség uralkodik az okokban és a teendőkben. Ebben az állapotban az ember változó formák közt elveszetten vegetál. Erről a pontról csak két úton lehet továbblépni: a halál vagy a mutáció útján.

2. A halál útja zűrzavaros és sötét tájra vezet. A régi népek ismerték ezt az ösvényt, és szinte mindig a „föld alá” vagy szakadékok mélységeibe helyezték. Mások e birodalomba azért látogattak el, hogy utána fényes magasságokban „támadjanak fel”. Meg kell értened, hogy a halál „alatt” a szétfolyó életerő lakozik. Az emberi elme a halállal járó felbomlást talán későbbi átalakulási jelenségekhez köti, sőt az is lehet, hogy a zavaros mozgást a születést megelőzővel kapcsolja össze. Ha irányod emelkedő, a „halál” előző állapotoddal való szakítást jelent. A halál útján egy másik állapot felé emelkedsz.

3. Ide érkezvén a visszaesés menedékével találkozunk. Onnan két út nyílik: a megbánásé és az, amelyik a felemelkedésre szolgál, vagyis a halálé. Ha az elsőt választod, az azért van, mert döntésed az eddigi életeddel való szakítás felé hajlik. Ha újból a halál útjára lépsz, visszaesel a szakadékokba, azzal az érzéssel, hogy a kör bezárult.

4. Tehát, korábban azt mondtam, hogy egy másik ösvényen is megszökhetünk a szakadékbeli életerő elől, és ez a mutáció útja. Ha ezt az utat választod, azt azért teszed, mert ki akarsz emelkedni gyötrelmes állapotodból, ám anélkül, hogy látszólagos előnyeinek egy részéről hajlandó lennél lemondani. Ez tehát hamis út, melyet „görbe útként” ismerünk. Sok szörnyeteg került ki e kacskaringós folyosó mélységeiből. Ostrommal akarták bevenni a mennyországot, anélkül, hogy a poklot elhagyták volna, s ezáltal végtelen sok ellentmondást bocsátottak a köztes világba.

5. Feltételezem, hogy a halál birodalmából felemelkedve, és tudatos megbánást mutatva elérkeztél a hajlamosság lakhelyéhez. Lakhelyedet két vékony palló tartja: a megtartás és a kudarc. A megtartás útja hamis és bizonytalan. Amikor ezen jársz, az állandóság illúziójával áltatod magad, de valójában sebesen ereszkedsz lefelé. Ha a kudarc útjára térsz, emelkedésed gyötrelmes ugyan, de ez az egyetlen út, amely nem hamis.

6. Kudarctól kudarcig haladva elérkezel a következő pihenőhöz, melyet a „letérés lakhelyének” hívnak. Vigyázz, melyiket választod az előtted lévő két út közül: vagy az elszántság útjára lépsz, mely alkotáshoz vezet, vagy a neheztelés útjára, mely ismét lefelé, a visszaesés irányába terel. Itt a következő dilemmával szembesülsz: vagy a tudatos élet útvesztője mellett döntesz (és ezt elszántan teszed), vagy nehezteléssel visszatérsz előző életedbe. Sokan vannak, akik, miután nem sikerült önmagukon felülkerekedniük, lehetőségeik útját itt elvágják.

7. De te, aki elszántan emelkedted, az „Alkotás” fogadójában találod magad. Ott három ajtót találsz: az elsőt „Bukásnak”, a másodikat „Próbálkozásnak”, a harmadikat pedig „Leértékelésnek” hívják. A Bukás egyenesen a mélységekbe vezet, és csak egy külső véletlen taszíthat feléje. Nehéz ezt az ajtót választanod. A Leértékelésé pedig kerülő úton vezet a szakadékokba, úgy, hogy újra megteszed a már



megtett utakat, egyfajta háborgó spirálon, miközben egyfolytában újraértékelisz mindent, amit elvesztettél és amit feláldoztál. Ez az önvizsgálat, mely a Leértékeléshez vezet, kétségkívül hamis vizsgálat, mely során lebecsülsz és eltorzítasz bizonyos dolgokat, melyeket összehasonlítasz. Egybeveted az emelkedés során tett erőfeszítéseket azokkal az „előnyökkel”, melyekről lemondtdál. Ellenben ha közelebbről vizsgálod meg a dolgokat, meglátod, hogy nem emiatt mondtál le bármiről is, hanem más okokból. A Leértékelés tehát úgy kezdődik, hogy meghamisítjuk az okokat, melyek látszólag függetlenek voltak a felemelkedéstől. Most pedig azt kérdezem: Mi téveszti meg az elmét? Talán egy kezdeti lelkesedés hamis okai? Talán a vállalkozás nehézsége? Talán olyan áldozatok csalóka emléke, melyek nem is léteztek, vagy melyeket más okok vezéreltek? Én azt mondom és kérdezem egyben: a házad már rég kigyulladt, és ezért döntöttél az emelkedés mellett. Vagy most azt gondolod, hogy házad az emelkedés miatt gyulladt ki? Körülnéztél talán egy kicsit is, hogy lásd, mi történt a környező házakkal? ...Kétségtelen, hogy a középső ajtót kell választanod.

8. Menj fel a Próbálkozás díszlépcsőjén, és egy labilis kupolába érkezel. Onnan menj tovább egy szűk és kanyargós folyosón, melyet „ingatagságként” ismersz majd meg, míg egy fennsíkhhoz hasonló, tágas és üres térbe nem érkezel, melynek az „energia nyitott tere” a neve.

9. E térben megrémülhetsz a kihalt és óriási tájtól, és a hatalmas, mozdulatlan csillagoktól átlényegült éjszaka rémisztő csendjétől. Ott, pontosan a fejed fölött, meglátod majd a Fekete Hold sejtelmes alakját az égboltra szegezve... egy furcsa, beárnyékolt Holdat, amely pontosan a Nappal szemben helyezkedik el. Ott meg kell várnod a virradatot türelmesen és hittel, hiszen ha nyugalmad megőrzöd, semmi rossz nem történhet.

10. Ebben a helyzetben előfordulhat, hogy azonnali kiutat keresel innen. Ha ez történne, akkor vaktában útra kelhetnél bármilyen cél felé, ahelyett, hogy bölcsen megvárnád a nappalt. Emlékezned kell rá, hogy ott (a sötétségben) bármely mozdulat hamis és általában „rögtönzésnek” hívják. Ha elfelejtetted azt, amit most említék, és rögtönzött mozdulatokat teszel, biztos lehetsz benne, hogy örvény ragad el, és ösvényeken és lakhelyeken át hurcol egészen a felbomlás legsötétebb mélyéig.

11. Milyen nehéz megérteni, hogy a belső állapotok egymásba kapcsolódnak! Ha látnád, milyen szigorú logikával rendelkezik a tudat, észrevennéd, hogy az előbb leírt helyzetben az, aki vaktában rögtönöz, végzettszerűen kezdi el leértékelni a többieket és önmagát. Később feltolulnak benne a kudarc érzései, majd a neheztelés és a halál felé zuhan, és végül eljön mindannak a feledése, amit valaha is sikerült észlelnie.

12. Ha a síkságon sikerül kivárnod a nappalt, szemed előtt feltűnik a sugárzó Nap, mely számodra először világít rá a valóságra. Akkor meglátod majd, hogy minden létezőben él egy Terv.

13. Innen nehéz lezuhanni, hacsak nem akarsz önként leereszkedni sötétebb vidékek felé, hogy magaddal vidd a fényt a homályba.

*Nem érdemes tovább taglalni ezeket a témákat, mert tapasztalat hiányában megtévesztenek azáltal, hogy a képzelet világába helyezik át azt, ami megvalósítható. Szolgálja javadat, amit eddig mondtunk. Ha mindaz, amit elmagyaráztam nem volna hasznos a számodra, ugyan mivel ellenkeznel? Hiszen semminek nincs alapja és oka a szkepticizmus számára, mely a tükör képéhez, a visszhang hangjához vagy az árnyék árnyékához hasonló.*

## XX. A belső valóság

1. Fontold meg észrevételeimet. Bennük a külső világ csupán allegorikus jelenségeit és tájait kell megsejtened. Ugyanakkor a szellemi világ valós leírásait is tartalmazzák.

2. Azt sem kell hinned, hogy azok a „helyek”, melyekkel utad során találkozol, valamiféle önálló létezéssel bírnak. Ehhez hasonló félreértések gyakran elhomályosítottak mély értelmű tanításokat, és így egyesek még ma is azt hiszik, hogy a mennyek, poklok, angyalok, démonok, szörnyetegek, elvarázsolt kastélyok, távoli városok és egyéb hasonló dolgok látható valósággal bírnak a „megvilágosodottak” számára. Ugyanez az előítélet – csak ellentétes értelmezéssel – vezetett félre olyan bölcsességgel nem rendelkező szkeptikusokat, akik e dolgokat egyszerű illúzióknak vagy képzelgéseknek tekintették, melyektől a lázas elmék szenvednek.

3. Szükséges megismételnem tehát: azt kell megértened, hogy mindez valós szellemi állapotokról szól, még ha a külső világ tárgyaival jelképezzük is őket.

4. Vedd figyelembe az elmondottakat, és tanuld meg felfedezni az igazságot az allegóriák mögött, melyek olykor félrevezetik a tudatot, máskor azonban olyan valóságokat fejeznek ki, melyeket megjelenítés hiányában lehetetlen felfogni.

*Amikor az istenek városairól beszéltek, ahová különböző népek megannyi hőse akart eljutni; amikor a Paradicsomokról beszéltek, ahol istenek és emberek átlényegült, eredeti mivoltukban éltek együtt; amikor bukásokról és özönvizekről beszéltek, nagy belső igazság mondatott ki.*

*Később a megváltók elhozták üzenetüket, és kettős természettel érkeztek hozzánk, hogy visszaállítsák ezt a nosztalgikus, elveszett egységet. Újfent nagy belső igazság mondatott ki.*

*Csak hogy amikor minderről úgy beszéltek, hogy az elmén kívülre helyezték, tévedtek vagy hazudtak.*

*Megfordítva, ha a külső világot összetévesztjük a belső tekintettel, akkor ez a tekintet új utak bejárására kényszerül.*

*Így, ma a kor hőse a csillagok felé repül, korábban ismeretlen vidékeken át. Világából kifelé repül, s anélkül, hogy tudná, valami a belső és fényes központ felé hajtja.*

# **A tapasztalat**

# Szertartás

*Egy csoport kérésére rendezendő.*

**Szertartásvezető:** Az elmém nyugtalan.

**Résztevők:** Az elmém nyugtalan.

**Szertartásvezető:** A szívem zaklatott.

**Résztevők:** A szívem zaklatott.

**Szertartásvezető:** A testem feszült.

**Résztevők:** A testem feszült.

**Szertartásvezető:** Ellazítom a testem, a szívem és az elmém.

**Résztevők:** Ellazítom a testem, a szívem és az elmém.

*Ha lehetséges, a résztvevők ülnek. A Segéd feláll, és elmond egy, a körülményekhez illő alapvetet vagy gondolatot a A belső tekintetből, majd mindenkit arra kér, hogy elmélkedjen róla. Pár perc múlva a Szertartásvezető feláll, és lassan felolvassa a következő mondatokat, mindegyik után szünetet tartva.*

**Szertartásvezető:** Lazítsd el teljesen a testedet, és nyugtasd meg az elmédet...

Ezután képzelj el egy átlátszó és fényes gömböt, mely feléd ereszkedik, és végül a szívedben állapodik meg...

Fel fogod ismerni, hogy a gömb egy kiterjedő érzéssé kezd válni a mellkasodban...

A gömb érzete kiterjed a szívedtől a testeden kívülre, miközben elmélyítet a légzésed...

Kezeidben és tested többi részében új érzéseket fogsz tapasztalni...

Erősödő hullámzást érzékelsz majd, pozitív érzelmek és emlékek fognak feltűnni...

Engedd, hogy szabadon megtörténjen az Erő átáramlása. Az Erőé, amely energiát ad a testednek és az elmédnek...

Hagyd, hogy az Erő megnyilvánuljon benned...

Próbáld fényét a szemeidben látni, és ne akadályozd abban, hogy magától működjön...  
Érezd az Erőt és belső fényességét...

Engedd, hogy szabadon megnyilvánuljon...

**Segéd:** Ezzel az Erővel, melyet befogadtunk, összpontosítsunk elménkkal annak beteljesülésére, amire valóban szükségünk van...

*Megkéri a résztvevőket, hogy álljanak fel a Kéréshez. Ertelik egy kis idő.*

**Szertartásvezető:** Békét, Erőt és Örömet!

**Résztevők:** Neked is Békét, Erőt és Örömet!

# **Kézzrátétel**

*Egy vagy több ember kérésére rendezendő.  
A Szertartásvezető és a Segéd áll.*

**Szertartásvezető:** Az elmém nyugtalan.

**Résztevők:** Az elmém nyugtalan.

**Szertartásvezető:** A szívem zaklatott.

**Résztevők:** A szívem zaklatott.

**Szertartásvezető:** A testem feszült.

**Résztevők:** A testem feszült.

**Szertartásvezető:** Ellazítom a testem, a szívem és az elmém.

**Résztevők:** Ellazítom a testem, a szívem és az elmém.

*A Szertartásvezető és a Segéd leül, és vár pár percet.  
A Szertartásvezető feláll.*

**Szertartásvezető:** Ha be akarsz fogadni az Erőt, meg kell értened, hogy a Kézzrátétel pillanatában új érzéseket kezdesz tapasztalni. Erősödő hullámozást fogsz érzékelni, majd pozitív érzelmek és emlékek fognak feltűnni. Amikor ez történik, engedd, hogy szabadon megtörténjen az Erő átáramlása...

Hagyd, hogy az Erő megnyilvánuljon benned, és ne akadályozd abban, hogy magától működjön...

Érezd az Erőt és belső fényességét...

Engedd, hogy szabadon megnyilvánuljon...

*Eltelik egy kis idő, majd a Segéd feláll.*

**Segéd:** Aki szeretné befogadni az Erőt, álljon fel.

*A Segéd – a jelenlévők létszámától függően – arra kéri a résztvevőket, hogy maradjanak állva az ülőhelyük mellett, vagy alkossanak egy kört a Szertartásvezető körül. Egy kis idő elteltével a Szertartásvezető elkezd a Kézzrátételt. A Segéd, ha szükséges, segíti a résztvevőket a mozgásban, esetleg visszakiséri őket a helyükre. A Kézzrátétel befejezése után hagyunk egy kis időt az élmény feldolgozására.*

**Segéd:** Ezzel az Erővel, melyet befogadtunk, összpontosítsunk elménkkel annak beteljesülésére, amire valóban szükségünk van, vagy összpontosítsunk elménkkel annak beteljesülésére, amire valamely szerettünknek valóban szüksége van.

*Mindenkit megkér, hogy álljon fel, és csendben összpontosítson a Kérésére. Egyes esetekben valamely résztvevő megfogalmaz egy Kérést egy jelen levő, vagy jelen nem levő személy számára.  
Eltelik egy kis idő.*

**Szertartásvezető:** Békét, Erőt és Örömet!

**Résztevők:** Neked is Békét, Erőt és Örömet!

## Jóllét

*Egy csoport kérésére rendezendő.  
A résztvevők lehetőség szerint ülnek.  
A Szertartásvezető és a Segéd áll.*

**Segéd:** Azért gyűltünk itt össze, hogy felidézzük a szeretteinket. Néhányuknak gondjai vannak az érzelmi életében, a kapcsolataiban vagy az egészségével. Feljüket irányítjuk a gondolatainkat és a legjobb kívánságainkat.

**Szertartásvezető:** Bízunk benne, hogy az ő jóllétükért megfogalmazott kérésünk eléri őket. Gondoljunk a szeretteinkre, érezzük szeretteink jelenlétét, és tapasztaljuk meg a szeretteinkkel való kapcsolatot...

**Segéd:** Szánunk egy kis időt arra, hogy elmélkedjünk a nehézségeken, amelyeket ezek az emberek átélnek...

*Néhány percet adunk az egybegyűlteknél az elmélkedésre.*

**Szertartásvezető:** Most azt szeretnénk, ha ezek az emberek éreznék a mi legjobb kívánságainkat. Érje el őket a megkönnyebbülés és a jóllét érzésének hulláma...

**Segéd:** Szánunk egy kis időt arra, hogy gondolatban megtaláljuk a jóllét azon állapotát, melyet szeretteink számára kívánunk.

*Néhány percet szánunk arra, hogy az egybegyűltek összpontosítsák a gondolataikat.*

**Szertartásvezető:** Azzal fejezzük be ezt a ceremóniát, hogy lehetőséget adunk mindazoknak, akik kívánják, hogy érezzék azon nagyon szeretett személyek jelenlétét, akik ugyan nincsenek itt velünk ebben az időben és térben, mégis összekapcsolódnak velünk a szeretet, a béke és a meleg öröm tapasztalatában...

*Hagyjunk erre egy kis időt.*

**Szertartásvezető:** Mindez jó volt másoknak, megnyugtató volt a számunkra, és inspirálóan hatott az életünkre... Üdvözlünk mindenkit, akit elért a jóllét ezen hulláma, mely megerősödött a jelenlévők jókívánságaitól...

## Oltalmazás

*Egyéni vagy csoportos ceremónia.*

*Mindenki áll.*

*A Szertartásvezető és a Segéd a gyermekekkel szemben áll, a résztvevők körbeveszik őket.*

**Segéd:** Ennek a ceremóniának az a célja, hogy a gyermekeket közösségünk részévé tegyük.

A gyermekek ősidők óta résztvevői olyan ceremóniáknak, mint a keresztelők, névadások stb. Ezen ceremóniák által ismerték el az emberi lény helyzetének megváltozását, életének korszakváltásait.

Léteztek és léteznek bizonyos polgári formaságok a születés helyének és idejének stb. megjelölésére. De a spirituális transzcendenciának, amely az ilyenfajta ceremóniákat kíséri, semmi köze az írott okmányok ridegségéhez. Annál inkább kötődik az örömhöz, melyet a szülők és a közösség érez a gyermekek nyilvános bemutatásakor.

Ez egy olyan ceremónia, mely által a gyermekek helyzete megváltozik: egy olyan közösség részévé válnak, amely elkötelezi magát, hogy felelősséget vállal értük arra az esetre, ha szerencsétlen körülmények folytán védtelenek maradnának.

Ezen szertartás során védelmet kérünk a számukra, és a közösség új gyermekeiként fogadja be őket.

*Egy kis idő elteltével a Szertartásvezető kedvesen a jelenlévőkhez fordul.*

**Szertartásvezető:** Védelmet kérünk e gyermekek számára.

**Segéd:** Örömmel fogadjuk be őket, és elkötelezzük magunkat arra, hogy védelmet nyújtunk nekik.

**Szertartásvezető:** Most fejezzük ki a legjobb kívánságainkat... Békét és örömet mindenkinek!

*Minden gyermek fejére kedvesen ráteszi egyik kezét, és homlokon csókolja őket.*



# Házasság

*Mindenki áll.*

*Egy vagy több pár.*

*A Sziertartásvezető és a Segéd a párral (párokkal) szemben áll.*

**Segéd:** Az esküvők ősidők óta olyan ceremóniák, melyek az emberek helyzetének megváltozásához kapcsolódnak.

Amikor valakinek az életében lezárul egy szakasz, vagy éppen egy új kezdődik, ezt gyakran bizonyos rituálék kísérik. Személyes és társadalmi életünket átszövik a többé-kevésbé megszokott rituálék. Reggel másképpen köszönünk, mint este; kezét fogunk ismerőseinkkel; megünnepeljük a születésnapokat, tanulmányaink befejezését, vagy azt, amikor munkahelyet változtatunk. Sporteseményeinket rituálék kísérik, és vallási, politikai vagy polgári ceremóniáink az alkalomnak megfelelő hozzáállást alakítják ki bennünk.

A házasság fontos változást jelöl az emberek élethelyzetében, és olyasvalami, ami minden országban megkövetel bizonyos jogi formásokat. Vagyis a házastársi kapcsolat révén a felek új helyzetbe kerülnek a közösséggel és az állammal szemben. De amikor egy pár a házasság kötelékébe lép, ezt egy új életstílus kialakításának gondolatával teszi, mély érzésekkel, nem pedig formális szellemben.

Következésképpen ezen ceremóniával, mely az élethelyzet megváltozását kíséri, a feleknek az a szándékuk, hogy egy másik emberrel új, remélhetőleg tartós kapcsolatot alakítsanak ki. Arra vágnak, hogy a legjobbat kapják a másiktól, és hogy a legjobbat adják neki. Az a szándékuk, hogy gyermekek világra hozásával vagy örökbefogadásával a kapcsolat továbbfejlődjön.

Ily módon tekintve a házasságra, elismerjük a kapcsolat törvényesítésének fontosságát, de azt mondjuk, hogy spirituális és érzelmi értelemben csakis maguk a felek adhatnak értelmet ennek a ceremóniának.

Más szavakkal, ezen ceremónia révén két emberi lény olyan helyzetbe kerül, amelyben új életet kezdenek, és a felek, érzéseikkel összhangban, ezen ceremónia során valósítják meg mély egyesülésüket.

Nem mi adjuk össze őket, hanem ők maguk kelnek egybe közösségünk előtt.

**Sziertartásvezető:** Azért, hogy ez a szertartás megfelelő és igaz legyen, azt kérdezzük *(a pár egyik tagjához fordulva)*: Mit jelent számodra ez a házasság?

*A megkérdezett hangosan felel...*

**Sziertartásvezető:** *(a pár másik tagjához fordulva)* Mit jelent számodra ez a házasság?

*A megkérdezett hangosan felel...*

**Sziertartásvezető:** Így ez a házasság összhangban lesz az itt kifejezett vágyakkal és legmélyebb szándékokkal. *(A párt/párokat melegen üdvözi.)*

# Segítségnyújtás

*Ez egy olyan ceremónia, amelyhez sok gyengédségre van szükség, és amely azt igényli a levezetőtől, hogy a legjobbat adja önmagából.*

*A ceremóniát meg lehet ismételni az érintett, illetve azok kérésére, akik róla gondoskodnak.*

*A Szertartásvezető egyedül van a haldoklóval.*

*Bármilyen legyen is a haldokló látszólagos állapota, akár tiszta a szelleme, akár öntudatlan, a Szertartásvezető lágy, tiszta és nyugodt hangon beszél hozzá..*

**Szertartásvezető:** Életed emlékei a cselekedeteid bírálata. Rövid idő alatt sok mindent felidézhetsz abból, ami a legjobb benned. Emlékezz tehát, de félelem nélkül, és tisztítsd meg az emlékezedet. Emlékezz gyengéden, és nyugtasd meg az elmédet...

*Néhány percig csendben marad, majd ugyanazzal a hangszínnel és hangerővel folytatja.*

Állj most ellen az ijedtségnek és a csüggedésnek...

Állj most ellen a sötét vidékek felé való menekülés vágyának...

Állj most ellen az emlékekhez való ragaszkodásnak...

Maradj most belsőleg szabad, közömbös az álomkép-tájjal szemben...

.....  
.....

Most szánd el magad a felemelkedésre...

A tiszta fény feltűnik a magas hegylancok csúcsain, és az ezerszín vizek felismerhetetlen melódiák között zúdulnak le fennsíkok és kristálytiszta mezők felé...

Ne félj a fény erejétől, mely egyre erősebben távolít el központjától. Fogadd be, mintha folyadék vagy szél lenne, mert bizonyosan az élet van benne...

Amikor az óriási hegylancok között rátalálsz az elrejtett városra, tudnod kell, hogy hol van a bejárat. De ezt tudni fogod abban a pillanatban, amikor az életed átalakult. Óriási falai formákban vannak megírva, színekben vannak megírva, és „érezhetőek”. Ebben a városban őrzik a megtettet és a megteendőt...

*Rövid ideig csendben marad, majd ugyanazzal a hangszínnel és hangerővel folytatja.*

Megbékéltél...

Megtisztultál...

Készülj fel arra, hogy belépj a Fény legszebb Városába, melyet emberi szem még soha nem látott, melynek énekét soha emberi fül még nem hallotta...

Gyere, készülj fel, hogy belépj a legszebb Fénybe...

## ***Halál***

**Szertartásvezető:** Az élet megszűnt ebben a testben. Erőfeszítést kell tennünk, hogy elménkben szétválasszuk ennek a testnek a képét annak az embernek a képétől, akire most emlékezünk...

Ez a test nem hall minket. Ez a test nem az, akire emlékezünk...

Azok, akik nem érzik egy másik, a testtől független élet jelenlétét, fontolják meg, hogy bár a halál megbénította a testet, a véghezvitt cselekedetek tovább hatnak, és hatásuk sosem ér véget. Ezt a cselekedet-láncolatot, mely az élet során kibontakozott, nem állíthatja meg a halál. Milyen mély is ezen az igazságon elmélkedni, még ha nem is értjük teljesen, hogyan alakul át egyik cselekedet a másikká!

Azok pedig, akik érzik egy másik, a testtől független élet jelenlétét, fontolják meg, hogy a halál csak a testet bénította meg; a szellem újfent győzedelmesen felszabadította magát, és utat nyit magának a Fény felé...

Bármit hiszünk is, ne sirassuk a testeket. Elmélkedjünk inkább hiteink gyökerén, és gyengéd, csendes öröm fog elérkezni hozzánk...

Békét a szívben, fényt a megértésben!

## **Elismerés**

*Az Elismerés a Közösséghez való csatlakozás ceremóniája. Csatlakozás közös tapasztalatokon és olyan ideálok, álláspontokon és cselekvési módokon keresztül, amelyekben osztozunk.*

*Egy csoport kérésére rendezendő, egy Szertartás után.*

*A résztvevőknek meg kell kapniuk az írott szöveget.*

*A Szertartásvezető és a Segéd áll.*

**Segéd:** Ezt a ceremóniát azok kérték, akik Közösségünk aktív tagjaivá kívánnak válni. Itt kinyilvánítjuk egyéni és társadalmi elkötelezettségünket, hogy saját magunk és embertársaink életének jobbításán fogunk munkálkodni.

*A Segéd megkéri azokat, akik szeretnének kinyilatkozni, hogy álljanak fel.*

**Szertartásvezető:** A fájdalom és a szenvedés, melyet mi, emberi lények tapasztalunk, akkor fog csökkenni, ha a jó tudás növekszik, és nem az önzést és az elnyomást szolgáló tudás.

A jó tudás igazsághoz vezet.

A jó tudás megbékéléshez vezet.

A jó tudás ahhoz is elvezet, hogy megfejtjük azt, ami szent a tudat mélyén.

**Segéd (és a kinyilatkozók együtt olvassák):**

Az emberi lényt tekintjük a legfőbb értéknek, a pénz, az állam, a vallás, a társadalmi modellek és rendszerek fölött.

Kiállunk a gondolkodás szabadságáért.

Hirdetjük minden emberi lény jogainak és esélyeinek egyenlőségét.

Elismerjük és támogatjuk a szokások és a kultúrák sokszínűségét.

Szembeszállunk a megkülönböztetés minden formájával.

Megszenteljük az erőszak minden formájával szembeni jogos ellenállást, legyen az erőszak fizikai, gazdasági, faji, vallási, nemi, lelki vagy erkölcsi.

**Szertartásvezető:** Másrésről, mivel senkinek sincs joga megkülönböztetni másokat vallásosságuk vagy vallástalanságuk miatt, jogot formálunk arra, hogy hirdessük spiritualitásunkat és hitünket a halhatatlanságban és abban, ami szent.

A mi szellemiségünk nem a babona szellemisége, nem is az intolerancia szellemisége, nem a dogma szellemisége, nem is a vallási erőszak szellemisége: ez egy olyan spiritualitás, mely felébredt mély álmából, hogy táplálja az embereket legjobb törekvéseikben.

**Segéd (és a kinyilatkozók együtt olvassák):**

Szeretnénk egységet adni az életünknek, összhangot teremtve aközött, amit gondolunk, amit érzünk és amit cselekszünk.

Le akarjuk győzni a rossz lelkiismeretet, felismerve kudarcainkat.

Törekvünk, hogy meggyőzzünk és megbékéljünk.

Növekvő elkötelezettséget javasolunk magunknak a szabály mellett, amely emlékeztet minket arra, hogy „úgy bánjunk másokkal, ahogy szeretnénk, hogy velünk bánjanak”.

**Szertartásvezető:** Új életet fogunk kezdeni.

Keresni fogjuk bensőnkben a jeleit annak, ami szent, és elvisszük másoknak az üzenetünket.

**Segéd (és a kinyilatkozók együtt olvassák):**

Ma elkezdjük megújítani az életünket. Keresni fogjuk a szellemi békét és az Erőt, ami örömet és meggyőződést ad nekünk. Ezután elmegyünk a hozzánk legközelebb állókhoz, hogy megosszuk velük mindazt a nagyszerűt és jót, ami velünk történt.

**Szertartásvezető:** Mindenkinek Békét, Erőt és Örömet!

**Segéd** (és *minden jelenlévő*):  
Neked is Békét, Erőt és Örömet!

**Az út**

Ha azt hiszed, hogy az életed a halállal véget ér, akkor nincs értelme annak, amit gondolsz, amit érzel és amit cselekszel. Minden ellentmondásban és szétesésben végződik.

Ha azt hiszed, hogy az életed nem ér véget a halállal, akkor az, amit gondolsz, meg kell hogy egyezzen azzal, amit érzel és amit cselekszel. Mindennek az egység, az összhang felé kell haladnia.

Ha közömbös vagy mások fájdalmával és szenvedésével szemben, nem lesz igazolható semmilyen segítség, amit kérsz.

Ha nem vagy közömbös mások fájdalmával és szenvedésével szemben, úgy kell cselekedned, hogy az, amit érzel, megegyezzen azzal, amit gondolsz és teszel, azért, hogy segíts másoknak.

Tanulj meg úgy bánni másokkal, ahogy szeretnéd, hogy veled bánjanak.

Tanuld meg legyőzni a fájdalmat és a szenvedést magadban, a körülötted lévőekben és az emberi társadalomban.

Tanulj meg ellenállni a benned és a körülötted lévő erőszaknak.

Tanuld meg felismerni a jeleit annak, ami szent, benned és körülötted.

Ne hagyd, hogy elmúljon az életed anélkül, hogy megkérdeznéd magadtól: „Ki vagyok?”.

Ne hagyd, hogy elmúljon az életed anélkül, hogy megkérdeznéd magadtól: „Hová tartok?”

Ne hagyd, hogy elmúljon egy napod anélkül, hogy válaszolnál magadnak arra, hogy „ki vagy”.

Ne hagyd, hogy elmúljon egy napod anélkül, hogy válaszolnál magadnak arra, hogy „hová tartasz”.

Ne hagyd, hogy elmúljon egy nagy öröm anélkül, hogy köszönetet mondanál bensődben.

Ne hagyd, hogy elmúljon egy nagy bánat anélkül, hogy előhívnád bensődből azt az örömet, amit megőriztél.

Ne képzeld azt, hogy egyedül vagy a faludban, a városodban, a Földön és a végtelen sok világban.

Ne képzeld azt, hogy be vagy zárva ebbe az időbe és ebbe a térbe.

Ne képzeld azt, hogy halálodban örökkévaló lesz a magány.