

Prefață – de Dr. David R. Hawkins

Introducere

PARTEA I „Micul sine” (egoul /mintea) ..

1.Natura „Egoului”

2.Natura minții

PARTEA a II-a Transcenderea Sinelui

3.Calea Minții

4.Subiectivitatea

5.A fi Martor și a Observa

6.Meditația

7.Devotamentul față de Dumnezeu și Adevăr

PARTEA a III-a Realizarea Sinelui

8.Natura Divinității/Sinelui! Adevărului

9.Prezența lui Dumnezeu

10.Nondualitatea

11.Iluminarea

Vocabular

Despre Autor și Editor

1. NATURA EGOULUI

Hawkins descrie egoul ca fiind „autorul imaginar din spatele gândului și al acțiunii”.

Acest „mod de gândire adânc înrădăcinat”, întărit de consensul social și de repetarea inconștientă, creează simțul iluzoriu al unui sine personal. Primul scop al unei munci spirituale este transcenderea unității centrale de procesare, care e considerată esențială pentru supraviețuire. Înțelegerea naturii egoului dezvăluie mecanismul său ascuns, pentru a putea revoca valoarea pe care i-am conferit-o cu inocență, prin aceasta permițând evoluția spirituală.

Evoluția conștiinței este facilitată de o conștientizare a naturii evolutive a egoului și a structurii acestuia.

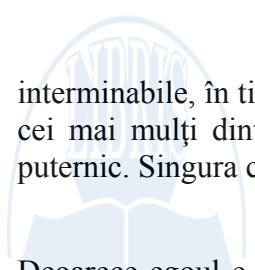
*

Realizarea Sinelui e un proces evolutiv. Evoluția spirituală este accelerată prin înțelegerea adevăratei naturi a ego ului. Acesta nu e un inamic ce poate fi atacat sau învins și nici un rău ce poate fi înfrânt. El poate fi dizolvat printr-o înțelegere plină de compasiune.

În limbajul spiritual, egoul implică o conotație negativă, un obstacol în calea realizării Sinelui, din cauza construcției sale lineare, dualiste. Pe de altă: parte, în psihologie, acest termen înseamnă capacitatea de a face față provocărilor și de a supraviețui, necesară pentru a te descurca efectiv în lume.

*

Lumea egoului este ca o sală a oglinzilor, în care el rătăcește pierdut și-confuz, hăituit de imaginile care se succed dintr-o oglindă în alta. Viața omenească se caracterizează prin încercări și greșeli



interminabile, în timp ce încerci să ieși din labirint. Câteodată, pentru mulți oameni, probabil pentru cei mai mulți dintre ei, camera oglinzilor devine o casă a ororilor, în care răul devine tot mai puternic. Singura cale de a scăpa din rătăcirea ocolitoare este căutarea adevărului spiritual.

*

Deoarece egoul e construit din poziționalități, el nu are posibilitatea de a fi altceva decât ceea ce este. De aceea, el devine o sursă inevitabilă de suferință și pierdere fără sfârșit. Înainte de toate, el se teme de viitor. și de spectrul morții înseși) care îi este proprie structurii egoului.

*

Egoul nu e un dușman care trebuie îngenuncheat, ci, mai degrabă, o compilație de obiceiuri necontrolate de percepție.

Egoul poate fi considerat un ansamblu de obiceiuri de gândire adânc înrădăcinate, care sunt rezultatul antrenării unor câmpuri energetice invizibile care domină conștiința umană. Ele devin mai intense prin repetare și prin consensul societății. O și mai mare intensificare provine din limbajul însuși. Gândirea într-un anumit limbaj este o autoprogramare. Folosirea pronumelui Eu ca subiect – și prin urmare, ca temei al tuturor acțiunilor implicite – este cea mai serioasă eroare, care creează, în mod automat, o dualitate subiect-obiect.

*

În realitate, egoul nu există; el este iluzoriu, e alcătuit dintr-o compilație de păreri subiective, furnizate de procesarea mentală și amplificate de sentimente și emoții. Aceste dorințe reprezintă atașamentele pe care Buddha le numea robia suferinței. Egoul se dizolvă printr-o smerenie totală. El este un ansamblu de procese mentale arbitrare, care capătă forță doar din orgoliu și obișnuință. Dacă cineva se eliberează de orgoliul părerii personale, acesta se dizolvă. Toate părerile țin de orgoliu. De aceea, plăcerea orgoliului este fundamentul egoului; debranșează-l, și el se va năruî.

*

Egoul nu este rău și nici nu e un dușman, ci doar o iluzie de care trebuie să ne eliberăm, pentru ca ceva mult mai bun să-i ia locul.

*

Egoul este autorul imaginar din spatele gândului și al acțiunii. Se crede cu fermitate că prezența lui e necesară și esențială pentru supraviețuire. Motivul este faptul că principala capacitate a egoului e percepția și ca atare, el este limitat de paradigma așa-zisei cauzalități.

*

Egoul se teme de disoluție și, de aceea, opune rezistență renunțării la iluzia unei existențe separate într-un imaginar „aici” și „acum”. Lui îi e frică de faptul că se va dizolva, devenind nimic, și că, în consecință, vigilența conștiință va înceta să existe. Prin analiză, va deveni clar faptul că realitatea cuiva nu este de loc un „cineva” anume – ci, în schimb, este o Unime intens iubitoare, care e considerată și cunoscută ca fiind mult mai apropiată, liniștitoare și satisfăcătoare decât precedentul simț al „eu”-lui.

*

Egoul poate fi numit unitatea centrală de procesare și planificare – punctul central integrator, executiv, strategic și tactic ce orchestrează, gestionează, sortează și remediază.

*

Cu cât ne apropiem mai mult de sursa tenacității egoului, facem uimitoarea descoperire crucială că suntem îndrăgostiți de noi înșine.

*

În secret, egoul iubește postura de victimă, de care se agață; el extrage o plăcere distorsionată din această postură, iar din durere și suferință, o justificare disperată.

Un mecanism pe care îl folosește egoul, pentru a se proteja, este să nege informațiile dureroase și să le proiecteze asupra lumii și a altor oameni.

Egoul este extrem de tenace și de aceea, el dă adeseori impresia că pretinde condiții excesive înainte de a se elibera de o poziționalitate. Deseori, pentru a învăța, el pune sub semnul întrebării chiar și experiența de secole a milioane de oameni, cum ar fi faptul că pacea e mai bună decât războiul sau că iubirea e mai bună decât ura. Deși nivelul critic de integritate (nivelul 200 de pe Harta Conștiinței) este punctul de plecare în evoluția spirituală, omul poate observa că, din cauza structurii egoului, aceasta poate fi greu de realizat. Forța egoului poate fi înfrântă doar de puterea spirituală.

*

Egoul are modalități uzuale de a determina percepția. În primul rând, înainte de a fi demontate, ele trebuie identificate. Omul trebuie să înceteze să se simtă vinovat că are un ego.

*

Nu natura egoului e importantă, ci problema identificării sale cu „mine”, cu „eu” sau „eu însumi”. Egoul a fost moștenit ca un „el” și, de fapt, este un „el” impersonal. Problema apare fiindcă omul îl personalizează și se identifică cu el. Acest „el” nu este unic sau personal și e relativ similar (cu variații karmice) la toți oamenii. Ceea ce diferă cu adevărat de la o persoană la alta, este măsura în care aceasta e în robită de programele sale. De aceea, gradul de dominare e determinat de măsura în care o persoană se identifică cu egoul său. În mod firesc, el nu are putere, iar puterea de a reduce programele egoului crește exponențial, pe măsură ce omul evoluează din punct de vedere spiritual. Acesta este înțelesul real al Hărții Conștiinței. Ceea ce majoritatea oamenilor cred că este adevărat reprezintă, în realitate, părerile lor.

*

Într-un context mai larg, putem observa că egoul nu este „rău”, dar e, înainte de toate, un animal care își urmărește propriile sale interese. Dacă sinele-animal nu este înțeles și acceptat, influența ego ului nu poate fi diminuată.

*

În mod curios, dominația egoului este atenuată prin acceptare, familiaritate și înțelegere plină de compasiune; în caz contrar, ea e întărită de autocritică, autocondamnare, frică și rușine.

*

Tentația vine din interior; este, pur și simplu, dorința de a trăi avantajele și satisfacțiile impulsive ale egoului, chiar dacă e vorba doar de o curiozitate sau o lipsă.

Egoului omenesc îi place să pretindă că răul există acolo, în afară, și îl ademenește pe sinele său nefericit și inocent să cadă în mod necugetat în capcana seducției. Adevăratul seducător este dorința ego-