

tia

Mësimet e Panjohura të

LAO TZU

Hua Hu Ching

Përktheu **Ledion Azemaj**

BRIAN WALKER

Hua Hu Ching

Mësimet e Panjohura të LAO TZU

Ky botim elektronik u publikua në Shqip në vitin 2023 nga Ionweb.

Përktheu **Ledion Azemaj**

Një.

Unë arrij Rrugën Integrale të bashkimit me Taon madhështor dhe misterioz. Mësimet e mia janë të thjeshta; nëse përpiqesh të ndërtoosh një fe ose shkencë prej tyre, ke për ti humbur thëniet e tyre. Të thella por të qarta, këto në vetvete përmbajnë të gjithë të vërtetën e universit. Ata që dëshirojnë të dinë të gjithë të vërtetën marrin gëzim duke bërë punën dhe shërbimin që atyre u vjen. Pasi e përfundojnë atë, ata më pas marrin gëzim duke pastruar dhe ushqyer veten. Duke u kujdesur për të tjerët dhe për veten e tyre, ata më pas i drejtohen mësuesit për instruksione. Kjo rrugë e thjeshtë të çon në paqe, virtyt dhe bollëk.

Dy.

Njerëzit që dëshirojnë të jenë të vetëdijshëm për të gjithë të vërtetën duhet të përvetësojnë praktikën e Rrugës Integrale. Këto disiplina të nderuara nga koha e qetësojnë mendjen dhe e sjellin njeriun në harmoni me gjithçka. Praktika e parë është praktika e virtytit të pa dallimshëm: kujdesu për ata që e meritojnë; gjithashtu, dhe në mënyrë të barabartë, kujdesu për ata që nuk gjenden këtu. Kur e zgjat virtytin tënd në të gjitha drejtimet pa bërë dallime, këmbët e tua janë të vendosura fort në rrugën që kthehet në Tao.

Tre.

Ata që dëshirojnë të mishërojnë Taon duhet të përqafojnë të gjitha gjërat. Të përqafosh të gjitha gjërat do të thotë së pari që njeriu të mos mbajë zemërim apo rezistencë ndaj ndonjë ideje apo gjëje, e gjallë apo e vdekur qoftë ajo, me një formë ose jo. Pranimi është vetë esenca e Taos. Të përqafosh të gjitha gjërat do të thotë gjithashtu që njeriu të çlirohet nga çdo koncept ndarjeje, si; mashkull dhe femër, vetja dhe tjetri, jeta dhe vdekja. Ndarja është në kundërshtim me natyrën e Taos. Duke lënë mënjanë antagonizmin dhe ndarjen, njeriu hyn në njëshmërinë harmonike së gjithçkaje.

Katër.

Çdokush që largohet nga Tao ndot shpirtin e vet. Zemërimi është një largim, rezistenca poashtu një largim, rëndësia-vetjake një tjetër largim. Gjatë shumë jetëve, barra e kontaminimeve mund të bëhet madhështore. Ekziston vetëm një mënyrë për të pastruar veten nga këto ndotje, dhe kjo është praktikimi i virtytit. Çfarë nënkuptohet me këtë? Të praktikosh virtytin do të thotë që në një mënyrë altruiste tu ofrosh të tjerëve ndihmë, duke dhënë pa kufizim kohën, aftësitë dhe zotërimet e tua në shërbim, kurdo dhe kudo që ato të nevojiten, pa paragjykuar identitetin e atyre që kanë nevojë për to. Nëse gatishmëria jote për të dhënë bekime është e kufizuar, po ashtu është edhe aftësia jote për t'i marrë ato. Ky është funksionimi delikat i Taos.

Pesë.

A e imagjinon se universi është i trazuar? Shko në shkretëtirë natën dhe observo yjet. Kjo praktikë duhet t'i përgjigjet asaj pyetje. Personi superior e fikson mëndjen e vet ashtu si universi fikson yjet në qiell. Duke e lidhur mëndjen e vet me origjinën delikate, një e qetëson mëndjen. Pasi mëndja qetësohet, ajo natyrshëm zgjerohet dhe më pas mëndja e dikujt bëhet po aq madhështore dhe e pamatshme sa vetë qielli i natës.

Gjashtë.

Tao krijon çdo formë, por Tao nuk ka asnjë formë të vetën. Nëse disi ti përpiqesh të përcaktosh një pamje të Taos në mëndjen tënde, ti do ta humbasësh atë. Kjo është sikur të kapësh një flutur: lëvozhga është kapur, por fluturimi humb. Pse të mos kënaqemi thjesht duke e përjetuar atë?

Shtatë.

Mësimi i Rrugës Integrale do të vazhdojë për aq kohë sa ekziston një Tao dhe një që dëshiron ta mishërojë atë; Ajo që është pikturuar sot në këto rrotulla do të shfaqet

në forma të ndryshme në shumë breza që do të vijjnë. Megjithatë, këto gjëra nuk do të ndryshojnë asnjëherë: Ata që dëshirojnë të arrijnë njësinë duhet të praktikojnë virtytin e pa dallimshëm. Ata duhet të shpërndajnë (hedhin tej) të gjitha idetë e dualitetit: e mira - e keqja, e bukura - e shëmtuara, e lartë - e ulët. Ata do të jenë të detyruar të braktisin çdo paragjykim mendor lindur nga besimi kulturor ose ai fetar. Në të vërtetë, ata duhet ta mbajnë mendjen e tyre të lirë nga çdo mendim që ndërhyr në të kuptuarit e tyre të universit si një unitet harmonik. Fillimi i këtyre praktikave është fillimi i çlirimit.

Tetë.

Unë rrëfej se nuk ka asgjë për të mësuar: asnjë fe, asnjë shkencë, asnjë grup informacioni që do ta çojë mendjen tënde përsëri në Tao. Sot unë flas në këtë mënyrë, nesër në një tjetër, por Mënyra Integrale është gjithmonë përtej fjalëve dhe përtej mendjes. Thjesht ji në vetëdijshmëri për njëshmërinë e gjërave.

Nëntë.

Një që dëshiron admirimin e botës do të bëjë mirë të grumbullojë një pasuri të madhe dhe më pas ta japë (dhurojë) atë. Bota do të përgjigjet me admirim në përpjesëtim me madhësinë e thesarit të dikujt. Sigurisht, kjo është e pakuptimtë. Ndaloje përpjekjen pas admirimit. Vendose vlerësimin tënd në Tao. Jeto në përputhje me të, ndaj me të tjerët mësimet që të çojnë në Tao dhe ti do të zhytesh në bekimet që rrjedhin prej tij.

Dhjetë.

Egoja është një majmun që katapulton nëpër xhungël: I magjepsur tërësisht nga sfera e shqisave, ai lëviz nga një dëshirë në tjetrën, nga një konflikt në tjetrën, nga një ide egoiste në tjetrën. Nëse ti e kërcënon atë, ai në fakt ka frikë për jetën e tij. Lëre këtë majmun të shkojë. Lëri shqisat të shkojnë. Lëri dëshirat të largohen. Lëri konfliktet të ikin. Lëri idetë të zbehen. Le të shkojë trillimi i jetës dhe vdekjes. Thjesht qëndro në qëndër, duke parë. Dhe më pas harro se ti je aty.

Njëmbëdhjetë.

A të tërheq një aromë më shumë se një tjetër? A preferon këtë shije, apo atë ndjenjë? A është praktika jote e shenjtë dhe puna jote laike? Atëherë mëndja jote është e ndarë: nga vetvetja, nga njëshmëria, nga Tao. Mbaje mëndjen tënde pa ndarje dhe dallime. Kur mëndja jote është e shkëputur, e thjeshtë, e qetë, atëherë të gjitha gjërat mund të ekzistojnë në harmoni dhe ti mund të fillosh të perceptosh të vërtetën delikate.

Dymbëdhjetë.

Dëshiron të banosh në hapësirën e shenjtë? Të kesh respektin dhe shoqërinë e qënieve më të larta shpirtërore? Të mbrohesh nga rojet e tetë rrezeve të fuqishme të energjisë? Atëherë vlerësoje Rrugën Integrale: Shikoj këto mësimë me nderim, praktiko të vërtetat e tyre, ndriçoi ato te të tjerët. Ti do të marrësh po aq bekime nga universi sa ka kokrra rëre në Lumin e Përjetësisë.

Trembëdhjetë.

Grimcat e vogla që formësojnë universin e gjerë nuk janë aspak të vogla. As edhe universi madhështor nuk është madhështor. Këto janë nocione të mëndjes, e cila është si një thikë, gjithmonë duke u copëtuar tej nga Tao, duke u përpjekur ta bëjë atë të kapshëm dhe të menaxhueshëm. Por ajo që është përtej formës është e pakapshme, dhe ajo që është përtej njohjes është e pamenaxhueshme. Megjithatë, ekziston ky ngushëllim: Një që lëshon thikën do ta gjejë Taon në majë të gishtave të vet.

Katërbëdhjetë.

A mund ta shpërbësh egon tënde? A mund të braktisësh idenë e vetes dhe të tjetrit? A mund të heqësh dorë nga nocionet mashkull dhe femër, e shkurtër dhe e gjatë, jetë dhe vdekje? A mund t'i lësh të gjitha këto dualitete dhe të përqafosh Taon pa

skepticizëm apo panik? Nëse po, ti mund të arrish zemrën e Njeshmërisë Integrale. Gjatë rrugës, shmang të menduarit për Njeshmërinë e pazakontë, të lartësuar, sublime, transcendentale. Sepse ajo është Njeshmëria, ajo është përtej gjithë kësaj. Është thjesht e vërteta e drejtpërdrejtë, esenciale dhe e plotë.

Pesëmbëdhjetë.

Për një qenie të zakonshme, të tjerët shpesh kërkojnë tolerancë. Për një qenie shumë të evoluar, nuk ekziston diçka e tillë si toleranca, sepse nuk ka gjë të tillë si një 'tjetër'. Një ka hequr dorë nga të gjitha idetë e individualitetit dhe ka zgjeruar vullnetin e vet të mirë pa paragjykime në çdo drejtim. Një asnjëherë nuk urren, nuk reziston, nuk konteston, një thjesht është gjithmonë duke qënë dhe mësuar. Të duash, të urresh, të kesh pritshmëri: të gjitha këto janë lidhje. Lidhja pengon rritjen e qënies së vërtetë. Prandaj qënia integrale është e lidhur me asgjë dhe mund të lidhet me të gjithë me një qëndrim të pastrukturuar. Për shkak të kësaj, vetë ekzistenca e dikujt përfiton të gjitha gjërat. E sheh, diçka që ka formë është e barabartë me atë që është e paformë, dhe ajo që është e gjallë është e barabartë me atë që pushon. Kjo është e vërteta delikate, jo një shpikje fetare, por vetëm ata që tashmë janë shumë të evoluar do ta kuptojnë këtë.

Gjashtëmbëdhjetë.

Shumica e religjioneve të botës shërbejnë vetëm për të forcuar lidhjet me konceptet e rreme si vetvetja dhe tjetri, jeta dhe vdekja, qielli dhe toka, e kështu me radhë. Ata që ngatërrohen në këto ide të rreme pengohen të perceptojnë Njeshmërinë Integrale. Virtyti më i lartë që mund të ushtrohet është të pranosh përgjegjësinë për të zbuluar dhe transmetuar të gjithë të vërtetën. Disa ndihmojnë të tjerët për të marrë bekime dhe admirim. Kjo është thjesht e pakuptimtë. Disa e kultivojnë veten pjesërisht për t'u shërbyer të tjerëve, pjesërisht për t'i shërbyer krenarisë së tyre. Ata do të kuptojnë, në rastin më të mirë, gjysmën e së vërtetës. Por ata që përmirësojnë veten për hir të botës - atyre do t'u zbulohet e gjithë e vërteta e universit. Prandaj,

kërko të gjithë këtë të vërtetë, praktikoje atë në jetën tënde të përditshme dhe ndaje atë me përlësi me të tjerët. Ti do të hysh në sferën e hyjnore.

Shtatëmbëdhjetë.

Mos shko duke adhuruar hyjnitë dhe institucionet fetare si një burim të së vërtetës delikate. Ta bësh këtë do të thotë të vendosësh një ndërmjetës midis vetes dhe hyjnore dhe të bësh nga vetja një lypës që kërkon jashtë për një thesar që fshihet në brëndësi të gjoksit tënd. Nëse do të adhurosh Taon, së pari zbuloje atë në zemrën tënde. Atëherë adhurimi yt do të jetë kuptimplotë.

Tetëmbëdhjetë.

Nuk ka asnjë metodë të vetme për të arritur realizimin e Taos. Të konsiderosh çdo metodë si metodë do të thotë të krijosh një dualitet, i cili vetëm mund të vonojë të kuptuarin tënd të së vërtetës delikate. Personi i pjekur percepton pafrytësinë e metodologjive të ngurta e të jashtme; Duke kujtuar këtë, ai e mban qëndrimin e tij të pastrukturuar në çdo kohë dhe kështu është gjithmonë i lirë të ndjekë Rrugën Integrale. Ai studion mësimet e mjeshtrove. Ai shpërndan të gjitha konceptet e dualitetit. Ai zbrazet në shërbimin e të tjerëve. Ai kryen pastrimin e tij të brëndshëm dhe nuk e shqetëson mësuesin e tij me ngatërresa të panevojshme, duke ruajtur kështu lidhjen e hollësishme shpirtërore me energjinë hyjnore të mësuesit. Duke eliminuar butësisht të gjitha pengesat për të kuptuarin e tij, ai vazhdimisht ruan sinqeritetin e tij të pakushtëzuar. Përlësia, këmbëngulja dhe përshtatshmëria e tij ngjallin reagimin e universit dhe e mbushin atë me dritë hyjnore.

Nëntëmbëdhjetë.

Për personin e zakonshëm, trupi i njerëzimit duket i gjerë. Në të vërtetë, ai nuk është as më i madh dhe as më i vogël se çdo gjë tjetër. Për njeriun e zakonshëm, atje ka të tjerë të cilëve u duhet rritur ndërgjegjësimi. Në të vërtetë, atje nuk ka as vete, dhe as tjetër. Për njeriun e zakonshëm, tempulli është i shenjtë dhe hapësira fushore jo.

Ky, gjithashtu, është një dualizëm që bie ndesh me të vërtetën. Ata që janë shumë të evoluar mbajnë një perceptim të padallimshëm. Duke parë gjithçka, duke mos etiketuar asgjë, ata ruajnë vetëdijen e tyre së Njëshmërisë Madhështore. Kështu që ata suportohen prej tij.

Njëzetë.

Kleirvojanti mund të shohë forma që janë diku tjetër, por ai nuk mund të shohë të paformën. Telepatiku mund të komunikojë drejtpërdrejt me mendjen e një tjetri, por ai nuk mund të komunikojë me atë që ka arritur pa mendjen. Telekinetiku mund të lëvizë një objekt pa e prekur atë, por ai nuk mund të lëvizë të paprekshmen. Aftësi të tilla kanë kuptim vetëm në fushën e dualitetit. Prandaj, ato janë të pakuptimta. Brënda Njëshmërisë Madhështore, megjithëse nuk ekziston një gjë e tillë si kleirvojancë, telepati ose telekines, të gjitha gjërat shihen, të gjitha gjërat kuptohen, të gjitha gjërat përgjithmonë në vëndin e tyre të duhur.

Njëzetë e një.

Çdo moment është i brishtë dhe i përkohshëm. Momenti i së shkuarës nuk mund të mbahet, sado i bukur. Momenti i së tashmes nuk mund të mbahet, sado i këndshëm. Momenti i së ardhmes nuk mund të kapet, sado i dëshirueshëm. Por mendja është e dëshpëruar për të fiksuar lumin në vënd: E pushtuar nga idetë e së kaluarës, e preokupuar me imazhet e së ardhmes, ajo anashkalon të vërtetën e qartë të momentit. Një që mund të shpërbëjë mendjen e saj, papritur do të zbulojë Taon në këmbët e saj, dhe qartësinë në dorë.

Njëzetë e dy.

Si mund të shihet Njëshmëria hyjnore? Në forma të bukura, mrekulli që të lënë pa frymë, mrekulli frymëzuese? Tao nuk është i detyruar të paraqitet në këtë mënyrë. Ai është gjithmonë i pranishëm dhe gjithmonë i disponueshëm. Kur fjalët janë të rraskapitura dhe mendja shpërbëhet, ai shfaqet. Kur qartësia dhe pastërtia kultivohen, ai zbulon vetveten. Kur sinqeriteti është i pakushtëzuar, ai zbulon

vetveten. Nëse je gati të jetosh me të, do ta shohësh atë kudo, edhe në gjërat më të zakonshme.

Njëzetë e tre.

E vërteta më e lartë nuk mund të shprehet me fjalë. Prandaj mësuesi më madhështor nuk ka asgjë për të thënë. Ai thjesht e jep veten në shërbim dhe nuk shqetësohet kurrë.

Njëzetë e katër.

Vetëdija delikate e së vërtetës së universit nuk duhet të konsiderohet si një arritje. Të mendosh në kuptimin e arritjes së saj është ta vendosësh atë jashtë natyrës tënde. Kjo është e gabuar dhe çorientuese. Natyra jote dhe natyra integrale e universit janë një dhe e njëjta gjë: e papërshkrueshme, por përjetësisht e pranishme. Thjesht hape veten në këtë.

Njëzetë e pesë.

Jo të gjitha rrugët shpirtërore të çojnë në Njëshmërinë Harmonike. Në të vërtetë, shumica janë devijime dhe shpërqëndrime, asgjë më shumë. Pse të mos i besosh qartësisë dhe thjeshtësisë së Mënyrës Integrale? Të jetosh me sinqeritet të pakushtëzuar, duke zhdukur çdo dualitet, duke festuar barazinë e gjërave, çdo moment yti do të jetë i vërtetë.

Njëzetë e gjashtë.

Ka dy lloje bekimesh. E para janë begatitë e kësaj bote, të cilat fitohen duke bërë vepra të mira. Këto kanë të bëjnë me mëndjen, dhe kështu janë të kufizuara në kohë dhe hapësirë. E dyta është bekimi integral, i cili bie mbi ata që arrijnë vetëdijen e Njëshmërinë Madhështore. Kjo vetëdije të çliron nga skllavëria e mëndjes, kohës dhe hapësirës për të fluturuar lirshëm nëpër harmoninë e pakufishme të Taos. Në mënyrë të ngjashme, ekzistojnë dy lloje urtësie. E para është urtësia e kësaj bote, e cila është një kuptim konceptual i përvojave të tua. Për shkak se ajo vjen pas vetë ngjarjeve, ajo domosdoshmërisht pengon kuptimin tënd të drejtpërdrejtë të së

vërtetës. Lloji i dytë, urtësia integrale, përfshin një pjesëmarrje të drejtpërdrejt në çdo moment: observieso dhe i observuari shpërbëhen në dritën e vetëdijes së pastër dhe nuk ka koncepte apo qëndrime mendore për ta zbehur atë dritë. Bekimet dhe urtësia që u grumbullohen atyre që praktikojnë Udhën Integrale dhe i udhëheqin të tjerët drejt saj janë një miliard herë më të mëdha se të gjitha bekimet dhe mënçuria e kësaj bote së bashku.

Njëzetë e shtatë.

Mos imagjino se një qenie integrale ka ambicien për të ndriçuar të pavetëdijshmit ose për të ngritur njerëzit e kësaj bote në sferën hyjnore. Për atë, nuk ka vetvete dhe tjetër, dhe si rrjedhim asnjë për t'u ngritur; nuk ka parajsë dhe ferr, dhe si rrjedhim asnjë destinacion. Prandaj shqetësimi i saj i vetëm është sinqeriteti i saj.

Njëzetë e tetë.

Është joshëse të shohësh qiejt e gjerë dhe të ndritshëm si trupin e Taos. Megjithatë, ky do të ishte një gabim. Nëse e identifikon Taon me një formë të veçantë, nuk do ta shohësh kurrë atë.

Njëzetë e nëntë.

Mos mendo se mund të arrish një vetëdije të plotë dhe ndriçim të plotë pa disiplinën dhe praktikën e duhur. Kjo është egomani. Ritualet e duhura i kanalizojnë emocionet dhe energjinë tënde jetësore drejt dritës. Pa disiplinën për t'i praktikuar ato, ti do të biesh vazhdimisht prapa në errësirë. Këtu është sekret i madhështor: Ashtu si vetëdijësimi i lartë për të vërtetën delikate fitohet nëpërmjet sjelljes së virtytshme dhe disiplinave mbështetëse, poashtu ajo ruhet nëpërmjet këtyre gjërave. Qëniet shumë të evoluara e dinë dhe e respektojnë të vërtetën e kësaj.

Tridhjetë.

Fjalët nuk mund të përcjellin kurrë bukurinë e një peme; për ta kuptuar atë, ti duhet ta shohësh atë me sytë e tu. Gjuha nuk mund ta kapë melodinë e një kënge; për ta kuptuar atë, duhet ta dëgjosh atë me veshët e tu. Kështu është edhe me Taon: e

vetmja mënyrë për ta kuptuar atë është ta përjetosh drejtpërdrejt atë. E vërteta delikate e universit është e patregueshme dhe e pamendueshme. Prandaj mësimet më të larta janë pa fjalë. Fjalët e mia nuk janë ilaç, por recetë; jo destinacion, por një hartë për të të ndihmuar ty ta arrish atë. Kur ti të arrish atje, qetëso mëndjen dhe mbyll gojën. Mos e analizo Taon. Përpiqu në vënd të kësaj ta jetosh atë: në heshtje, në mënyrë të pandarë, me të gjithë qënien tënde harmonike.

Tridhjetë e një.

Tao nuk vjen e as nuk shkon. Është gjithmonë i pranishëm kudo, ashtu si qielli. Nëse mëndja jote është e turbullt, nuk do ta shohësh atë, por kjo nuk do të thotë se ai nuk është aty. I gjithë mjerimi krijohet nga aktiviteti i mëndjes. A mund të heqësh dorë nga fjalët dhe idetë, qëndrimet dhe pritshmëritë? Nëse po, atëherë Tao do të shfaqet në pamje. Mund të qëndrosh në qetësi dhe të shikosh në brëndësi? Nëse po, atëherë do të shohësh se e vërteta është gjithmonë e disponueshme, gjithmonë e përgjigjshme.

Tridhjetë e dy.

Ego thotë se bota është e gjerë dhe se grimcat që e formësojnë atë janë të vogla. Kur grimcat e vogla bashkohen, thotë ajo, shfaqet bota madhështore. Kur bota madhështore shpërndahet, thotë ajo, shfaqen grimca të vogla. Egoja është e mahnitur nga të gjithë këto emra dhe ide, por e vërteta delikate është se bota dhe grimca janë të njëjta; as një e madhe, as një e vogël. Çdo gjë është e barabartë me çdo gjë tjetër. Emrat dhe konceptet vetëm bllokojnë perceptimin tënd për këtë Njeshmëri Madhështore. Prandaj është e mënçur t'i injorosh ato. Ata që jetojnë brënda egos së tyre janë vazhdimisht të hutuar: ata luftojnë furishëm për të ditur nëse gjërat janë të mëdha apo të vogla, nëse ka apo jo një qëllim për t'u bashkuar apo shpërndarë, nëse universi është i verbër dhe mekanik apo një krijim hyjnor i një qënieje të vetëdijshme. Në realitet nuk ka arsye për të pasur besime apo për të bërë komente për gjëra të tilla. Në vënd të kësaj, shiko prapa tyre dhe do të dallosh të vërtetën e thellë, të heshtur dhe të plotë të Taos. Përqafoje atë dhe hutimi yt zhduket.

Tridhjetë e tre.

Ashtu si bota mund të zbulojë veten si grimca, Tao mund të zbulojë veten si qenie njerëzore. Megjithëse bota dhe grimcat nuk janë të njëjta, as të ndryshme ato nuk janë. Edhe pse trupi kozmik dhe trupi yt nuk janë të njëjtë, as të ndryshëm ato nuk janë. Botët dhe grimcat, trupat dhe qëniet, koha dhe hapësira: Të gjitha janë shprehje kalimtare e Taos. I padukshëm, i pakapshëm, Tao është përtej çdo përpjekjeje për ta analizuar apo kategorizuar atë. Në të njëjtën kohë, e vërteta e tij është kudo që të kthehesh. Nëse mund ta lëshosh atë me mendjen tënde dhe ta rrethosh atë me zemrën tënde, ai do të jetojë në brëndësinë tënde përgjithmonë.

Tridhjetë e katër.

Të gjitha gjërat në univers lëvizin nga ato delikate në ato të dukshme dhe po kështu përsëri. Pavarësisht nëse forma është ajo e një ylli ose ajo e një personi, procesi është i njëjtë. Së pari, ekziston energjia delikate. Më pas, ajo bëhet e dukshme dhe merr jetë. Pas një kohe, jeta kalon, por energjia delikate vazhdon, ose duke u rikthyer në sferën delikate, ku ajo mbetet (qëndron), ose duke u bashkuar sërish me gjërat e dukshme. Karakteri i ekzistencës tënde përcaktohet nga energjitë me të cilat ti e lidh veten. Nëse ti e lidh veten me energji të mëdha - duke e dashur këtë person, duke e urryer atë fis, duke refuzuar një përvojë ose duke u kënaqur zakonisht me një tjetër - atëherë do të bësh një sërë jetësh të rënda, dhe të lidhura. Kjo mund të vazhdojë për një kohë shumë të gjatë dhe të lodhshme. Mënyra e qënies integrale është të bashkohet me gjëra më të larta. Duke u mbajtur pas asaj që është e rafinuar dhe delikate, ajo përshkon sfera të rafinuara dhe delikate. Nëse ajo hyn në botë, ajo e bën këtë lehtë, pa lidhje. Në këtë mënyrë ajo mund të shkojë kudo pa u larguar kurrë nga qendra e universit.

Tridhjetë e pesë.

Dija intelektuale ekziston në tru. Për shkak se truri është pjesë e trupit, e cila një ditë duhet të skadojë, ky koleksion faktesh, sado i madh dhe mbresëlënës, do të përfundojë gjithashtu. Megjithatë, Depërtimi (njohuria), është një funksion i shpirtit. Për shkak se shpirti yt të ndjek ty përgjatë çdo cikël pas cikli jete, vdekjes dhe

rilindjes, ti ke mundësinë të kultivosh njohuri në një mënyrë të vazhdueshme. Rafinuar me kalimin e kohës, depërtimi bëhet i pastër, konstant dhe i palëkundur. Ky është fillimi i pavdekësisë.

Tridhjetë e gjashtë.

Është plotësisht e mundur që ti të arrish pavdekësinë dhe të përjetosh gëzim dhe liri absolute përgjithmonë. Praktika e virtytit pa dallim është mjeti për këtë qëllim. Duke praktikuar mirësinë dhe vetëmohimin, ti natyrshëm e lidh jetën tënde me Rrugën Integrale. Duke e përafuar jetën tënde me Rrugën Integrale, ti fillon të eliminosh kufijtë iluzorë midis njerëzve dhe shoqërive, midis errësirës dhe dritës, midis jetës dhe vdekjes. Duke eliminuar këto iluzione, ti fiton shoqërinë e qënieve më të larta shpirtërore. Në shoqërinë e tyre, ti je i mbrojtur nga ndikimet negative, dhe energjia jote e jetës nuk mund të shpërbëhet. Kështu ti e arrin pavdekësinë. Kujto: nuk është se ata që kultivojnë tërësinë dhe virtytin në vetvete nuk hasin vështirësi në jetë. Është se ata kuptojnë se vështirësitë janë vetë rruga drejt pavdekësisë: duke i takuar ato me qetësi dhe hapur, sido që ato të shpalosen, dhe duke u zhvilluar me gëzim në përgjigje të tyre, ata bëhen po aq të natyrshëm, po aq të plotë dhe po aq të përjetshëm sa vetë Tao.

Tridhjetë e shtatë.

Një person superior kujdeset për mirëqënien e të gjitha gjërave. Ajo e bën këtë duke pranuar përgjegjësinë për energjinë që ajo shfaq, si në mënyrë aktive poashtu edhe në sferën delikate. Duke parë një pemë, ajo nuk sheh një ngjarje të izoluar, por rrënjë, gjethe, trung, ujë, tokë dhe diell: çdo ngjarje e lidhur me të tjerat, dhe "pema" që lind mes lidhjeve të tyre. Duke parë veten ose një tjetër, ajo sheh të njëjtën gjë. Pemë dhe kafshë, njerëz dhe insekte, lule dhe zogj: Këto janë imazhe aktive të energjive delikate që rrjedhin nga yjet në të gjithë universin. Duke u takuar dhe kombinuar me njëra-tjetrën dhe me elementet e tokës, ato krijojnë të gjitha gjallesat. Personi superior e kupton këtë dhe e kupton se energjitë e saj luajnë një rol në të. Duke i kuptuar këto gjëra, ajo e respekton tokën si nënën e saj, qiejt si babain e saj dhe të gjitha gjallesat si vëllezërit dhe motrat e saj. Duke u kujdesur për ta, ajo e di

se ajo kujdeset për veten. Duke u dhënë atyre, ajo e di se po i jep vetes së saj. Në paqe me ta, ajo është gjithmonë në paqe me veten.

Tridhjetë e tetë.

Pse nxiton të kërkosh të vërtetën? Ajo vibron në çdo gjë dhe në çdo jo gjë, pikërisht nga maja e hundës tënde. A mund të qëndrosh e qetë dhe ta shohësh atë në mal? Në pisha? Në vete? Mos imagjino se ti do ta zbulosh atë duke grumbulluar më shumë dituri. Dituria krijon dyshime dhe dyshimi të bën të lakmuar për më shumë dituri. Nuk mund të ngopesh duke ngrënë në këtë mënyrë. Personi i mënçur ha darkë për diçka më delikate: Ai ha të kuptuarin se i emëruari ka lindur nga i paemëruari, se e gjithë qënia rrjedh nga mosqënia, se bota e përshkrueshme buron nga një burim i papërshkrueshëm. Ai e gjen këtë të vërtetë delikate në brëndësinë e vetes së vet dhe bëhet plotësisht i kënaqur. Pra, kush mund të jetë në qetësi dhe të shikojë lojën e shahut të botës? Të marrët bëjnë gjithmonë lëvizje impulsive, por të mënçurit e dinë se fitorja dhe humbja vendosen nga diçka më delikate. Ata shohin se diçka perfekte ekziston përpara se të bëhet ndonjë lëvizje. Kjo përsosmëri delikate përkeqësohet kur ndërmerren veprime artificiale, ndaj ji e kënaqur që të mos prishësh qetësinë. Qëndro e qetë. Zbulo harmoninë në qënien tënde. Përqafoje atë. Nëse mund ta bësh këtë, ti do të fitosh gjithçka dhe bota do të bëhet përsëri e shëndetshme. Nëse nuk mundesh, do të humbësh përgjithmonë në hije.

Tridhjetë e nëntë.

Nëse shkon në kërkim të Krijuesit Madhështor, do të kthehesh duarbosh. Burimi i universit është përfundimisht i panjohur, një lumë i madh i padukshëm që rrjedh përgjithmonë nëpër një luginë të madhe dhe pjellore. E heshtur dhe e pakrijuar, ajo krijon të gjitha gjërat. Të gjitha gjërat nxirren nga sfera delikate në botën e dukshme me anë të marrëdhënieve mistike të jin dhe jang. Lumi dinamik jang shtyn përpara, jin i qetë i luginës është pranues dhe përmes integritit të tyre gjërat vijnë në ekzistencë. Kjo njihet si Tai Chi Madhështor. Tai Chi është e vërteta integrale e universit. Gjithçka është një tai chi: trupi yt, trupi kozmik, forma, pamja, mënçuria, energjia, bashkimet e njerëzve, shpërndarja e kohës dhe e vëndeve. Secili e sjell

veten në ekzistencë përmes integritit të jin dhe jang, ruan veten dhe shpërndahet pa drejtimin e ndonjë krijuesi. Krijimi yt, vetë-transformimi yt, akumulimi i energjisë dhe mënçurisë, rënia dhe ndërprerja e trupit tënd: të gjitha këto ndodhin vetvetiu brenda funksionimit delikat të universit. Prandaj, përpjekja e shqetësuar nuk është e nevojshme. Vetëm ki parasysh Tai Chin Madhështor.

Dyzetë.

Ligjet natyrore të universit janë të paprekshëm: Energjia kondensohet në substancë. Ushqimi hahet me gojë dhe jo me hundë. Një person që neglizhon të marrë frymë do të bëhet blu dhe do të vdesë. Disa gjëra thjesht nuk mund të anashkalojnë. Është gjithashtu një pjesë e ligjit kozmik se ajo që ti thua dhe bën përcakton se çfarë ndodh në jetën tënde. Njeriu i zakonshëm mendon se ky ligj është jashtë vetes së tij dhe ai ndihet i kufizuar dhe i kontrolluar prej tij. Pra, dëshirat e tij shqetësojnë mendjen e tij, mendja e tij shqetëson shpirtin e tij dhe ai jeton në trazira të vazhdueshme me veten dhe botën. E gjithë jeta e tij kalohet në luftë. Personi superior e pranon se ai dhe ligji delikat janë një. Prandaj ai e kultivon veten për t'u përshtatur me të, duke sjellë moderim në veprimet e tij dhe qartësi në mendjen e tij. Duke bërë këtë, ai e gjen veten në një me gjithçka që është hyjnore dhe e ndriçuar. Ditët e tij kalojnë duke pirë në qetësi dhe duke marrë frymë nga kënaqësia. Kjo është e vërteta e thellë dhe e thjeshtë: Ti je mjeshtri i jetës dhe vdekjes tënde. Ajo që ti bën është ajo që ti je.

Dyzetë e një.

E mira dhe e keqja, vetvetja dhe të tjerët, jeta dhe vdekja: Pse të afirmohen këto koncepte? Pse të mohohen ato? Të bësh njërin do të thotë të ushtrosh mendjen, dhe qënia integrale e di se manipulimet e mendjes janë ëndrra, iluzione dhe hije. Mbaj një ide, dhe një tjetër konkurren me të. Së shpejti të dyja do të jenë në konflikt me një të tretë, dhe me kalimin e kohës jeta jote është e gjitha muhabet dhe kontradiktë. Përkundrazi, përpiku ta mbash mendjen tënde të pandarë.

Shpërbëj të gjitha idetë në Tao.

Dyzetë e dy.

Asgjë në sferën e mendimeve apo ideologjive nuk është absolute. Mbështetu në një të atillë për shumë gjatë dhe ajo rrëzohet. Për shkak të kësaj, nuk ka asgjë më të kotë dhe frustruese sesa të mbështetesh në mendje. Për të arritur tek e palëkundura, duhet të miqësohesh me Taon. Për ta bërë këtë, qetëso mendimet e tua. Ndalo së analizuari, së ndarë, dhe duke bërë dallime mes një gjëje dhe një tjetre. Thjesht shiko se ti je në qëndër të universit dhe prano të gjitha gjërat dhe qëniet si pjesë të trupit tënd të pafund. Kur e kupton se një veprim që i bëhet tjetrit i bëhet vetes, ke kuptuar të vërtetën madhështore.

Dyzetë e tre.

Në kohët e lashta, njerëzit bënë jetë holistike. Ata nuk e mbitheksuan intelektin, por e integruan mendjen, trupin dhe shpirtin në të gjitha gjërat. Kjo i lejoi ata të bëheshin mjeshtër të dijes dhe jo viktime të koncepteve. Nëse një shpikje e re shfaqej, ata kërkonin për problemet që ajo mund të shkaktonte, si dhe shkurtoret që ajo ofronte. Ata vlerësuan mënyrat e vjetra që ishin dëshmuar efektive, dhe ata vlerësuan mënyrat e reja nëse mund të provoheshin efektive. Nëse do të mos jesh e hutuar, atëherë imito këta njerëz të lashtë: bashko trupin, mendjen dhe shpirtin tënd në gjithçka që ti bën. Zgjidh ushqim, veshje dhe strehim që përputhet me natyrën. Mbështetu në trupin tënd për transport. Lejo që puna jote dhe argëtimi yt të jetë një dhe e njëjta gjë. Bëj ushtrime që zhvillojnë të gjithë qënien tënde dhe jo vetëm trupin tënd. Dëgjo muzikë që lidh tre sferat e qënies tënde. Zgjidh liderët për virtytin e tyre dhe jo për pasurinë apo fuqinë e tyre. Shërbeju të tjerëve dhe kultivoje veten në të njëjtën kohë. Kupto se rritja e vërtetë vjen nga takimi dhe zgjidhja e problemeve të jetës në një mënyrë që është në harmoni me veten dhe me të tjerët. Nëse mund të ndjekësh këto mënyra të thjeshta të vjetra, ti do të rinovohesh vazhdimisht.

Dyzetë e katër.

Kjo është natyra e mendjes së pandriçuar: Organet shqisore, të cilat janë të kufizuara në shtrirje dhe aftësi, mbledhin informacion rastësisht. Ky informacion i pjesshëm përshtatet në gjykime, të cilat bazohen në gjykimet e mëparshme, të cilat zakonisht

bazohen në idetë e marra të dikujt tjetër. Këto koncepte dhe ide të rreme ruhen më pas në një sistem memorie shumë selektive. Shtrembërim mbi shtrembërim: energjia mendore rrjedh vazhdimisht nëpër kanale të shtrembëruara dhe të papërshtatshme, dhe sa më shumë që njeriu përdor mendjen, aq më shumë ai konfuzohet. Për të eliminuar shqetësimin e mendjes, nuk ndihmon të bësh diçka; kjo vetëm përforcon mekanikën e mendjes. Përkundrazi, shpërbërja e mendjes është një çështje e mosbërjes: Thjesht shmang lidhjen me atë që ti sheh dhe mendon. Hiq dorë nga ideja se ti je e ndarë nga mendja e gjithëdijshme e universit. Atëherë ti mund të rikuperosh njohurinë tënde origjinale të pastër dhe të shohësh të gjitha iluzionet. Duke mos ditur asgjë, ti do të jesh në vetëdijshmëri për gjithçka. Kujto: për shkak se qartësia dhe ndriçimi janë në brëndësinë e natyrës tënde, ato rifitohen pa lëvizur asnjë centimetër.

Dyzetë e pesë.

Nëse korigjon mendjen tënde, pjesa tjetër e jetës tënde do të bjerë në vënd. Kjo është e vërtetë sepse mendja është aspekti qeverisës i jetës njerëzore. Nëse lumi rrjedh qartë dhe pastër nëpër kanalin e duhur, gjithçka do të jetë mirë përgjatë brigjeve të tij. Rruga Integrale varet nga zvogëlimi, jo rritja; Për të korigjuar mendjen tënde, mbështetu në mosbërjen. Ndalo së menduari dhe duke u kapur pas komplikimeve; mbaje mendjen të shkëputur dhe të plotë. Elimino baltën dhe errësirën mendore; mbaje mendjen të pastër kristal. Shmang ëndrrat me sy hapur dhe lëre të shfaqet njohuria jote e pastër origjinale. Heshti emocionet e tua dhe qëndro në qetësi. Mos u çmënd me adhurimin e idhujve, imazheve dhe ideve; kjo është si të vendosësh një kokë të re në majë të kokës që ti tashmë ke. Kujto: nëse mund të ndalosh çdo aktivitet të shqetësuar, natyra jote integrale do të shfaqet.

Dyzetë e gjashtë.

Tao i jep lindje Një. Një i jep lindje jin dhe jang. Jin dhe Jang i jep lindje të gjitha gjërave. Tani harroje këtë. Tërësia e plotë është tërësia e plotë. Po kështu çdo pjesë është e tërësisë së plotë. Harroje edhe këtë. Dhimbja dhe lumturia janë thjesht kushte të egos. Harroje egon. Koha dhe hapësira po ndryshojnë dhe shpërbëhen, nuk janë fikse dhe reale. Ato mund të konsiderohen si aksesorë, por mos i mendo. Qëniet e mbinatyrshme

pa formë shtrijnë forcën e tyre jetësore në të gjithë universin për të mbështetur qëniet e formuara dhe të paformuara. Por gjithsesi; e mbinatyrshtmja është vetëm një pjesë e natyrës, ashtu si e natyrshmja. E vërteta delikate nuk thekson asnjërën dhe i përfshin të dyja. E gjithë e vërteta është në tai chi: për të kultivuar mëndjen, trupin ose shpirtin, thjesht balanco polaritetet. Nëse njerëzit do ta kuptonin këtë, paqja botërore dhe harmonia universale do të lindnin natyrshëm. Por harro të kuptuarit dhe harmonizimin dhe për ti bërë të gjitha gjërat një. Universi është tashmë një unitet harmonik; vetëm kuptoje atë. Nëse ti përleshesh në kërkim të paqes së brëndshme, do të humbasësh paqen tënde të brëndshme.

Dyzetë e shtatë.

Mendimi dualist është një sëmundje. Feja është një shtrembërim. Materializmi është mizor. Spiritualiteti i verbër është joreal. Të këndosh nuk është më e shenjtë sesa të dëgjosh zhurmën e një përroi, të numërosh lutjet sjell jo më të shenjtë sesa thjesht frymëmarrja, rrobat fetare nuk janë më shumë shpirtërore se rrobat e punës. Nëse dëshiron të arrish unitet me Taon, mos u kap nga sipërfaqësitë shpirtërore. Në vënd të kësaj, jeto një jetë të qetë dhe të thjeshtë, pa ide dhe koncepte. Gjej kënaqësi në praktikën e virtytit pa dallim, e vetmja fuqi e vërtetë. Duke u dhënë të tjerëve në mënyrë vetëmohuese dhe anonime, duke rrezatuar dritë në të gjithë botën dhe duke ndriçuar errësirat e tua, virtyti yt bëhet një vënd i shenjtë për veten dhe të gjitha qëniet. Kjo është ajo që nënkuptohet me mishërimin e Taos.

Dyzetë e tetë.

Dëshiron të çlirohesh nga nyjet mendore dhe emocionale dhe të bëhesh një me Taon? Nëse po, ka dy rrugë në dispozicion për ty. E para është rruga e pranimit. Poho këdo dhe gjithçka. Zgjero lirisht vullnetin dhe virtytin tënd në çdo drejtim, pavarësisht nga rrethanat. Përqafo të gjitha gjërat si pjesë e Njëshmërisë Harmonike dhe atëherë do të fillosh ta perceptosh atë. Rruga e dytë është ajo e mohimit. Kupto që gjithçka që ti sheh dhe mendon është një gënjeshtër, një iluzion, një perde mbi të vërtetën. Hiq të gjitha perdet dhe ti do të arrish në Njëshmëri. Megjithëse këto shtigje janë krejtësisht të ndryshme nga njëra tjetra, ato do të të dërgojnë ty në të njëjtin vënd: vetëdijen

spontane të Njeshmërisë Madhështore. Pasi të mbërrish atje, kujto: nuk është e nevojshme që të luftosh për të ruajtur unitetin me të. Gjithcka që ti duhet të bësh është të marrësh pjesë në të.

Dyzetë e nëntë.

Të mendosh dhe të flasësh për Mënyrën Integrale nuk është njësoj si ta praktikosh atë. Kush u bë ndonjëherë një kalorës i mirë duke folur për kuajt? Nëse dëshiron të mishërosh Taon, ndalo së foluri dhe fillo të praktikosh. Relakso trupin tënd dhe qetëso shqisat e tua. Kthe mëndjen në qartësinë e saj origjinale. Harroje ndarjen nga të tjerët dhe nga Burimi Hyjnor. Ndërsa kthehesh në Njeshmëri, mos mendo për të dhe mos ki frikë prej saj. Kjo është vetëm një mënyrë tjetër për t'u ndarë prej saj. Thjesht bashkohu në të vërtetën dhe lëre që të të rrethojë.

Pesëdhjetë.

Çfarë dobie ka të kalosh jetën duke grumbulluar gjëra materiale? Kjo nuk është në përputhje me Taon. Çfarë përfitimi ka nga përshtatja e sjelljes tënde me konventat e dikujt? Ajo cënon natyrën tënde dhe shpërndan energjinë tënde. Pse të ndash jetën tënde shpirtërore dhe jetën tënde praktike? Për një qenie integrale, nuk ka një dallim të tillë. Jeto thjesht dhe me virtyt, besnik ndaj natyrës tënde, duke mos vënë asnjë kufi midis asaj që është shpirtërore dhe asaj që nuk është e tillë. Injoro kohën. Hiq dorë nga idetë dhe konceptet. Përqafo Njeshmërinë. Kjo është rruga integrale.

Pesëdhjetë e një.

Ata që duan të dinë të vërtetën e universit duhet të praktikojnë katër virtytet kryesore. E para është nderimi për të gjithë jetën; kjo manifestohet si dashuri dhe respekt i pakushtëzuar për veten dhe të gjitha qëniet e tjera. E dyta është sinqeriteti natyror; kjo manifestohet si ndershmëri, thjeshtësi dhe besnikëri. E treta është butësia; kjo manifestohet si mirësi, konsideratë për të tjerët dhe ndjeshmëri ndaj së vërtetës shpirtërore. E katërta është mbështetja; kjo manifestohet si shërbim ndaj të tjerëve pa prituri shpërblim. Katër virtytet nuk janë një dogmë e jashtme, por një pjesë e natyrës

tënde origjinale. Kur praktikohen, ato i japin lindje zgjuarsisë dhe evokojnë pesë bekimet: shëndetin, bollëkun, lumturinë, jetëgjatësinë dhe paqen.

Pesëdhjetë e dy.

Mendon se mund ta pastrosh mëndjen tënde duke u ulur vazhdimisht në meditim të heshtur? Kjo e bën mëndjen tënde të ngushtë, dhe jo të qartë. Vetëdija integrale është e rrjedhshme dhe e adaptueshme, e pranishme në të gjitha vëndet dhe në çdo kohë. Ky është meditimi i vërtetë. Kush mund të arrijë qartësinë dhe thjeshtësinë duke shmangur botën? Tao është i qartë dhe i thjeshtë dhe nuk i shmanget botës. Pse thjeshtë të mos nderosh prindërit e tu, t'i duash fëmijët e tu, të ndihmosh vëllezërit dhe motrat e tua, të jesh besnikë ndaj miqve të tu, të kujdesesh për bashkëshortin tënd me përkushtim, të përfundosh punën tënde në mënyrë bashkëpunuese dhe me gëzim, të marrësh përgjegjësi për problemet, të praktikosh virtytin pa e kërkuar më parë atë nga të tjerët, të kuptosh të vërtetat më të larta dhe të ruash një mënyrë të zakonshme? Kjo do të ishte një qartësi e vërtetë, një thjeshtësi e vërtetë, mjeshtëri e vërtetë.

Pesëdhjetë e tre.

Kuptimi i vërtetë i një personi ka dytribute: vetëdijësimin dhe veprimin. Së bashku këto formojnë një tai chi të natyshëm. Kush mund të gëzojë ndriçimin dhe të mbetet indiferent ndaj vuajtjeve në botë? Kjo nuk është në përputhje me Shtegun. Vetëm ata që rrisin shërbimin së bashku me mirëkuptimin e tyre mund të quhen iniciues të Taos.

Pesëdhjetë e katër.

Në kohët e lashta, shkenca të ndryshme holistike u zhvilluan nga qenie shumë të zhvilluara për të mundësuar evolucionin e tyre dhe të tjerëve. Këto arte delikate u krijuan përmes lidhjes së mendjeve individuale me mëndjen universale. Këto ende u mësohen nga mësuesit tradicionalë atyre që shfaqin virtyt dhe dëshirë për të ndihmuar të tjerët. Studenti që kërkon dhe studion këto mësimet, nxit evolucionin e njerëzimit si dhe shpalosjen e saj shpirtërore. Nxënësi që i shpërfill këto pengon zhvillimin e të gjitha qenieve.

Pesëdhjetë e pesë.

Praktikat holistike të mjeshtrave të lashtë integrojnë shkencën, artin dhe zhvillimin shpirtëror personal. Mëndja, trupi dhe shpirti marrin pjesë në to në mënyrë të barabartë. Ato përfshijnë:

Yi Yau, shkenca shëruese e cila përfshin diagnozën, akupunkturën, mjekësinë bimore, dietën terapeutike dhe metoda të tjera;

Syang Ming, shkenca që parashikon fatin e një personi duke vëzhguar manifestimet e jashtme fizike të fytyrës, skeletit, pëllëmbëve dhe zërit të tij;

Feng Shui, shkenca për të dalluar rrezet delikate të energjisë të pranishme në një vëndndodhje gjeografike për të përcaktuar nëse ato do të mbështesin siç duhet aktivitetet e një ndërtese ose qyteti të ndërtuar atje;

Fu Kua, vëzhgimi i ndryshimeve delikate të jin dhe jang me qëllim të marrjes së vendimeve që janë në harmoni me aspektet e dukshme dhe të fshehura të një situatë. Themeli i Fu Kuas dhe i së gjithë praktikës Taoiste është studimi i I Ching, ose quajtur ndryshe, Libri i Ndryshimeve.

Nei Dan, Wai Dan dhe Fang Jung, shkencat e rafinimit të energjisë personale përmes alkemisë, kimisë dhe kultivimit të energjisë së ekuilibruar seksuale;

Tai Syi, shkenca e rigjallërimit përmes teknikave të frymëmarrjes dhe vizualizimit;

Chwun Shi, transformimi i esencës shpirtërore përmes mbajtjes së mendimeve në përputhje me Burimin Hyjnor;

Shu-Ser, përshtatja e jetës së përditshme me ciklin e rrezeve të energjisë universale;

Bi Gu, praktika e agjërimit në ditë të veçanta për të mbledhur energjinë jetësore që buron nga pozicionet e harmonizuara të yjeve të caktuar;

Sau Yi, shkenca e përqafimit të njëshmërisë integrale transcendentale për të realizuar konceptimin e 'perlës mistike';

Tai Chi Ch'uan, kryerja e ushtrimeve fizike për të nxitur dhe drejtuar rrjedhat e energjisë brënda trupit për të fituar zotërimin e trupit, frymës, mendjes, organeve të brëndshme dhe jetës dhe vdekjes;

Fu Chi, shkenca e reformimit dhe rafinimit të energjisë me ushqim dhe barishte të pastra;

Chuan Se, vizualizimi i brëndshëm i unitetit të qënies së brëndshme dhe së jashtme;

Dzai Jing, pastrimi i energjisë së dikujt nëpërmjet praktikave asketike;

Fu Jou, vizatimi i pikturave mistike dhe shkrimi dhe recitimi i thirrjeve mistike me qëllim të evokimit të një përgjigjeje nga sfera delikate e universit;

Tsan Syan, proçesi i shpërbërjes së egos dhe i lidhjes me Njëshmërinë Madhështore nëpërmjet studimit të shkrimeve klasike dhe dialogut të përditshëm me një mjeshtër të ndriçuar;

Lyou Yen dhe Chi Men, shkencat mistike të lidhjes së energjisë për qëllimin e ndikimit në punët e jashtme.

Nga këto, më e rëndësishmja për fillestarët është studimi i I Ching, i cili i mundëson dikujt të perceptojë ndikimet e fshehura në çdo situatë dhe kështu të krijojë një mjet të ekuilibruar dhe të evoluar shpirtërisht për t'iu përgjigjur atyre. Të gjitha janë instrumente për të arritur Taon. T'i studiosh ato do të thotë t'i shërbesh unitetit, harmonisë dhe mënçurisë universale.

Pesëdhjetë e gjashtë.

Nëse dëshiron të bëhesh një person i Taos, atëherë studjo atë që i shërben natyrës së jetës dhe ofroja atë botës. Lejo që përkushtimi yt për të mësuar mënyrat taoiste të jetë i plotë. Praktika e pjesshme dhe disiplina e pjesshme nuk do të bëjnë punë. Ti nuk mund ta njohësh trupin duke studiuar gishtin dhe ti nuk mund ta kuptosh universin duke mësuar një shkencë. Nëse e studion të gjithë Taon me gjithë zemër, atëherë gjithçka në jetën tënde do ta pasqyrojë atë.

Pesëdhjetë e shtatë.

Universi është një rrjet i gjerë rrezesh energjie. Rrezja kryesore është ajo që buron nga Origjina Delikate, dhe është tërësisht pozitive, krijuese dhe konstruktive. Megjithatë, çdo qenie e shndërron energjinë e kësaj rreze primare në rrezen e vet, dhe këto rreze të ulëta mund të jenë pozitive ose negative, konstruktive ose shkatërruese. Një individ që ende nuk është evoluar plotësisht mund të ndikohet negativisht nga rrezet e energjisë negative në rrjetën rreth tij. Për shëmbull, ndikimi i kombinuar i disa rrezeve negative mund të bëjë që një person i pazhvilluar të besojë se jeta e tij po kontrollohet nga një sundimtar i padukshëm dhe shtypës. Një keqkuptim i tillë mund të jetë një pengesë e rëndësishme për iluminimin. Për të arritur evolucionin e plotë dhe statusin e një qenie integrale, duhet të jesh në vetëdijshmëri për këtë rrjetë të ndërlikuar dhe për ndikimet e saj mbi ty. Duke integruar rrezet e energjisë pozitive dhe harmonike me elementet pozitive të qënies tënde dhe duke eliminuar ndikimet delikate negative, ti mund të përmirësosh të gjitha aspektet e jetës tënde. Për të eliminuar ndikimet negative, thjesht injoroi ato. Për të integruar ndikimet pozitive, me vetëdije rilidhe veten me rrezet e energjisë primare të Origjinës Delikate duke adoptuar praktikat e Mënyrës Integrale. Atëherë të gjitha rrezet në rrjetën rreth teje do të bashkohen përsëri në një unitet harmonik.

Pesëdhjetë e tetë.

Për aq kohë sa mëndja, trupi dhe shpirti nuk janë zhvilluar dhe integruar plotësisht në mënyrë të barabartë, asnjë kulm shpirtëror ose gjëndje ndriçimi nuk mund të mbahet.

Kjo është arsyeja pse fetë dhe ideologjitë ekstremiste nuk japin fryte. Kur mendja dhe shpirti detyrohen të bëjnë masa shtrënguese të panatyrshme ose t'u përmbahen dogmave të jashtme, trupi sëmuret dhe dobësohet dhe bëhet tradhtar i së gjithë qënies. Kur është trupi ai që theksohet, duke përjashtuar mendjen dhe shpirtin, ata bëhen si gjarpërinjë të bllokuar: të furishëm, shpërthyes dhe helmues për vetë personin. Të gjitha këto disbalanca çojnë në mënyrë të pashmangshme në rraskapitjen dhe ekspirimin e forcës jetësore. Kultivimi i vërtetë i vetvetes përfshin integrimin holistik të mendjes, trupit dhe shpirtit. Duke balancuar jin dhe jang përmes praktikave të ndryshme të Rrugës Integrale, njeriu arrin unitet të plotë brënda dhe jashtë vetes. Kjo manifestohet në botë si ekuilibër i përsosur dhe hir i përsosur.

Pesëdhjetë e nëntë.

Lakmia për iluminim dhe pavdekësi nuk ndryshon nga lakmia për pasuri materiale. Kjo është egoiste dhe dualiste, dhe si rrjedhim një pengesë për arritjen e vërtetë. Prandaj këto gjëndje nuk arrihen kurrë nga ata që i lakmojnë ato; përkundrazi, ato janë shpërblimi i të virtytshmëve. Nëse dëshiron të bëhesh një engjëll i pavdekshëm hyjnor, atëherë rivendos cilësitë engjëjllore të qënies tënde nëpërmjet virtytit dhe shërbimit. Kjo është mënyra e vetme për të fituar vëmendjen e të pavdekshmëve që mësojnë metodat e rritjes dhe integritit të energjisë që janë të nevojshme për të arritur në sferën hyjnore. Këta mësues engjëllorë nuk mund të kërkohen; janë ata që kërkojnë studentin. Kur të arrish të lidhësh energjinë tënde me sferën hyjnore përmes vetëdijes së lartë dhe praktikës së virtytit pa dallim, transmetimi i së vërtetave delikate ultimatumë do të pasojë. Kjo është rruga që ndërmarrin të gjithë engjëjt për në sferën hyjnore.

Gjashtëdhjetë.

Teknikat mistike për arritjen e pavdekësisë u zbulohen vetëm atyre që kanë shpërbërë të gjitha lidhjet me sferën e dëndur botërore të dualitetit, konfliktit dhe dogmës. Për sa kohë që ambiciet e tua të cekëta së kësaj bote ende ekzistojnë, dera nuk do të hapet. Përkushtohu për të jetuar një jetë të virtytshme, të integruar, jo-vetjake. Përsos energjinë tënde nga ajo bruto dhe e dëndur në atë delikate dhe të lehtë. Përdor

praktikat e Rrugës Integrale për të transformuar personalitetin tënd sipërfaqësor të kësaj bote në një prani të thellë, hyjnore. Duke kaluar nëpër secilën fazë të zhvillimit përgjatë Rrugës Integrale, ti mëson të vlerësosh atë që është e rëndësishme sot në sferën delikate dhe jo atë që duket e dëshirueshme nesër në sferën e kësaj bote. Atëherë dera mistike do të hapet dhe ti mund të bashkohesh me sundimtarët jo-sundues dhe krijuesit jo-krijues së universit të gjerë.

Gjashtëdhjetë e një.

Për të kuptuar universin, ti duhet të studiosh dhe kuptosh këto gjëra: Së pari, Njëshmëria, Tao, Tai Chi Madhështor. Së dyti, E Dytë Madhështore, forcat e jin dhe jang; Së treti, Tre Kategoritë Kryesore, të shprehura ose si Qielli, Toka dhe Njeriu, ose si trup mendje dhe shpirt; Së katërti, Katër Forcat, e fortë, e dobët, e lehtë dhe e rëndë; Së pesti, Pesë Elementet, simbolizuar nga uji, zjarri, druri, metali dhe toka; Së gjashti, Gjashtë Frymëmarrjet -- era, i ftohti, nxehtësia, lagështia, thatësia dhe inflamacioni -- të cilat transformojnë klimën dhe organet e brëndshme; Së shtati, proceset e ndryshimit dhe riciklimit; Së teti, Tetë Manifestimet e Mëdha - Qielli, Toka, Uji, Zjarri, Bubullima, Liqeni, Era dhe Mali - kombinimet e së cilave zbulojnë të vërtetën delikate energjetike së të gjitha situatave, siç mësohet në I Ching. Duke i kuptuar këto gjëra, ti mund t'i përdorësh ato në brëndësi për të lënë pas atë që është e vjetër dhe e vdekur dhe për të përqafuar atë që është e re dhe e gjallë. Pasi zbulohet, ky proces alkimie i brëndshëm hap portën mistike drejt pavdekësisë shpirtërore.

Gjashtëdhjetë e dy.

Dëshiron të arrish Taon e pastër? Atëherë duhet të kuptosh dhe të integrosh në brëndësi të vetes tre energjitë kryesore të universit. E para është energjia e tokës. E përqëndruar në bark, ajo shprehet si seksualitet. Ata që kultivojnë dhe zotërojnë energjinë fizike arrijnë pastërtinë e pjesshme. E dyta është energjia e qiellit. E përqëndruar në mendje, ajo shprehet si dituri dhe urtësi. Ata, mendjet e së cilëve bashkohen me Mëndjen Universale, gjithashtu arrijnë pastërtinë e pjesshme. E treta është energjia e harmonizuar. E përqëndruar në zemër, ajo shprehet si njohuri (depërtim) shpirtërore. Ata që zhvillojnë mprehtësinë shpirtërore arrijnë gjithashtu

pastërtinë e pjesshme. Vetëm kur të arrish të trija zotërimet e energjisë fizike, mëndjes universale dhe depërtimit shpirtëror - dhe t'i shprehësh ato në një jetë integrale të virtytshme, mundesh ti të arrish Taon e pastër.

Gjashtëdhjetë e tre.

Ka tre shtresa në univers: Në pjesën e poshtme, Tai Ching, dhe në mes, Shan Ching, pengimi i ekzistencës fizike trupore është e kërkueshme. Ata që nuk arrijnë të jetojnë vazhdimisht në përputhje me Taon, banojnë këtu. Në pjesën e sipërme, Yu Ching, ka vetëm Tao: skllavëria e formës është thyer dhe e vetmja gjë që ekziston është vallëzimi i shkëlqyer i energjisë i qenieve të pavdekshme hyjnore. Ata që dëshirojnë të hyjnë në Yu Ching duhet të ndjekin Rrugën Integrale. Thjeshtëso personalitetin, rafino energjinë seksuale lart, integro jin dhe jang në trup, mëndje dhe shpirt, praktiko jo-impulsivitetin, bëje vetëdijen tënde një me ligjin e pastër dhe do të zbulosh të vërtetë pas së vërtete dhe do të hysh në sferën e hollë të epërme. Kjo rrugë është e përcaktuar qartë dhe mjaft e thjeshtë për t'u ndjekur, megjithatë shumica e humbasin veten në mjegulla ideologjike të krijuara prej tyre.

Gjashtëdhjetë e katër.

Në kohët e mëparshme, njerëzit jetonin thjeshtësisht dhe të qetë. Të ndjeshëm ndaj luhatjeve që ndodhin vazhdimisht, ata mundën të përshtateshin komfortësisht me energjinë e ditës. Sot, njerëzit bëjnë jetë hysterike, impulsive. Duke injoruar ndryshimet delikate të jin dhe jang që ndikojnë në të gjitha gjërat, ata bëhen konfuzë, të rraskapitur dhe të frustruar. Megjithatë, edhe sot njeriu mund të rikthejë tërësinë dhe qartësinë në mëndjen e tij. Mënyra për ta bërë këtë është përmes studimit të I Ching. Ashtu si cikli i ditës dhe natës, gjithçka është një tai chi që përfshin lëvizjet midis jin dhe jang. Nëse nuk i sheh modelet në këto lëvizje, je e humbur. Por nëse konsultohesh me I Ching me mëndje të hapur, ti do të fillosh të shohësh modelet që qëndrojnë në themel së të gjitha gjërave. Duke ditur që dita do të vijë, ti mundesh që natën të pushosh e qetë. Kur percepton me saktësi rrjedhshmërinë e gjërave, ti gjithashtu fillon të perceptosh qëndrueshmërinë pas tyre: Taon krijues, transformues, të pakufishëm, të pandryshueshëm. Të shohësh këtë është edukimi ultimat, dhe lehtësimi ultimat.

Gjashtëdhjetë e pesë.

Ndërveprimi i jin dhe jang në brëndësi të barkut të Nënës Misterioze krijon zgjerimin dhe tkurrjen e natyrës. Edhe pse i gjithë universi është krijuar nga ky vallëzim riprodhues, ai nuk është veçse një pjesë e vogël e qënies së saj. Zemra e saj është Zemra Universale dhe mëndja e saj Mëndja Universale. Funkcioni riprodhues është gjithashtu pjesë e qënieve njerëzore. Për shkak se jin dhe jang nuk janë të plotë në brëndësinë tonë si individë, ne çiftohemi për t'i integruar ato dhe për të sjellë jetë të re. Megjithëse shumica e njerëzve e kalojnë tërë jetën e tyre duke ndjekur këtë impuls biologjik, ajo është gjithashtu vetëm një pjesë e vogël e qënieve tona. Nëse mbetemi të fiksuar pas farave dhe vezëve, atëherë jemi martuar me luginën pjellore riprodhuese të Nënës Misterioze, por jo me zemrën e saj të pamatshme dhe mëndjen e gjithëdijshme. Nëse dëshiron të bashkohesh me zemrën dhe mëndjen e saj, duhet të integrosh jin dhe jang në brëndësinë tënde dhe të rafinosh zjarrin e tyre lart. Atëherë ti ke fuqinë të bashkohesh me gjithë qënien e Nënës Misterioze. Kjo është ajo që njihet si evolucioni i vërtetë.

Gjashtëdhjetë e gjashtë.

Integrimi i parë i jin dhe jang është bashkimi i farës dhe vezës në brëndësi të mitrës. Integrimi i dytë i jin dhe jang është bashkimi seksual i mashkullit dhe femrës së pjekur. Të dyja këto kanë të bëjnë me mish e gjak, dhe gjithçka që konceptohet në këtë sferë një ditë duhet të shpërbëhet dhe të kalojë. Është vetëm integrimi i tretë që i jep jetë diçkaje të pavdekshme. Në këtë integrim, një individ shumë i evoluar bashkohet me energjitë e brëndshme delikate të jin dhe jang nën dritën e të kuptuarit shpirtëror. Nëpërmjet praktikave të Mënyrës Integrale ai e përpunon energjinë e tij bruto dhe të dëndur në diçka eterike dhe të lehtë. Kjo dritë hyjnore ka aftësinë për të depërtuar në oqeanin e fuqishëm të energjisë shpirtërore dhe urtësisë së plotë që është Tao. Jeta e krijuar nga integrimi përfundimtar është e vetë-dijshme, por pa ego, e aftë të banojë në një trup por u lidhur me të, dhe e udhëhequr nga njohuria dhe jo nga emocioni. E plotë dhe e virtytshme, ajo nuk mund të vdesë kurrë.

Gjashtëdhjetë e shtatë.

Për të arritur nivelet më të larta të jetës, vazhdimisht duhet të kombinohen nivele të reja të jin dhe jang. Në natyrë, energjia mashkullore mund të gjëndet në burime të tilla si dielli dhe malet, dhe femra në burime të tilla si toka, hëna dhe liqenet. Ata që i studiojnë këto gjëra, të cilat janë nënkuptuar vetëm këtu, do të përfitojnë pa masë. Për shkak se bashkimet gjithnjë e më të larta të jin dhe jang janë të nevojshme për konceptimin e jetës më të lartë, disa studentë mund të udhëzohen në artin e kultivimit të dyfishtë, në të cilin jin dhe jang integrohen drejtpërdrejt në tai chi të marrëdhënieve seksuale. Nëse studenti nuk është vërtet i virtytshëm dhe mësimi nuk është ai i një mjeshtri të vërtetë, kultivimi i dyfishtë mund të ketë një efekt shkatërrues. Megjithatë, nëse virtyti i vërtetë dhe mjeshtëria e vërtetë bashkohen, praktika mund të sjellë një balancim të thellë të energjive bruto dhe delikate të studentit. Rezultati i kësaj është përmirësimi i shëndetit, emocionet e harmonizuara, ndërprerja e dëshirave dhe impulseve dhe, në nivelin më të lartë, integrimi transcendent i të gjithë trupit energjetik.

Gjashtëdhjetë e tetë.

Në kultivimin e dyfishtë engjëllor, njeriu mëson të ndjekë Taon. Për t'iu afruar Taos, do të të duhet i gjithë sinqeriteti yt, sepse ai (Tao) është i pakapshëm, ai fillimisht zbulohet në formë dhe imazh, pastaj shpërndahet në esencën delikate dhe të papërcaktueshme. Edhe pse është vetë i pakrijuar, ai krijon të gjitha gjërat. Për shkak se nuk ka substancë, ai mund të hyjë aty ku nuk ka hapësirë. Të ushtrohesh duke iu rikthyer vetes, të fitosh fitore duke qëndruar miqësor dhe duke u dorëzuar, është më e butë se çdo gjë, prandaj kjo kapërcen çdo gjë të vështirë. Çfarë të thotë kjo ty për përfitimin e mosveprimit dhe heshtjes?

Gjashtëdhjetë e nëntë.

Qasja e një personi ndaj seksualitetit është një shenjë e nivelit të tij të evolucionit. Personat e pazhvilluar praktikojnë marrëdhënie seksuale të zakonshme. Duke vënë të gjithë theksin te organet seksuale, ata neglizhojnë organet dhe sistemet e tjera të trupit. Çfarëdo energjie fizike që është akumuluar shkarkohet në mënyrë të përmbledhur dhe energjitë delikate shpërndahen dhe çrregullohen në mënyrë të ngjashme. Ky është një

kërcim i madh prapa. Për ata që aspirojnë në sferat më të larta të jetesës, ekziston kultivimi i dyfishtë engjëllor. Për shkak se çdo pjesë e trupit, mendjes dhe shpirtit dëshiron integrimin e jin dhe jang, marrëdhëniet engjëjllore udhëhiqen nga shpirti dhe jo nga organet seksuale. Aty ku marrëdhëniet e zakonshme janë të mundimshme, kultivimi engjëllor është i qetë, i relaksuar, i heshtur dhe i natyrshëm. Kur marrëdhëniet e zakonshme bashkojnë organet seksuale me organet seksuale, kultivimi engjëllor bashkon shpirtin me shpirtin, mendjen me mendjen dhe çdo qelizë të një trupi me çdo qelizë të trupit tjetër. Duke kulmuar jo në shpërbërje por në integrim, kjo është një mundësi për një burrë dhe një grua që reciprokisht të transformohen dhe të ngrenë njëri-tjetrin në sferën e lumturisë dhe tërësisë. Mënyrat e shenjta të marrëdhënies engjëjllore mësohen vetëm nga një që ka arritur vetë integrimin total të energjisë dhe u mësohet vetëm studentëve që ndjekin Rrugën Integrale me përkushtim të thellë, duke kërkuar të pastrojnë dhe qetësojnë të gjithë botën së bashku me qënien e tyre. Megjithatë, nëse virtyti yt është veçanërisht rrezatues, mund të jetë e mundur të hapësh një shteg për në sferën delikate dhe t'i marrësh këto mësimë qiellore drejtpërdrejt nga të pavdekshmit.

Shtatëdhjetë.

Litarët e pasionit dhe dëshirës thurin një rrjetë lidhëse rreth teje. Konfrontimi i kësaj bote të bën të ngurtë dhe jo fleksibël. Kurthi i dualitetit është këmbëngulës. I lidhur, i ngurtë dhe i bllokuar, ti nuk mund ta përjetosh çlirimin. Nëpërmjet kultivimit të dyfishtë është e mundur që rrjeta të zbërthehet, ngurtësia të zbutet, kurthi të çmontohet. Duke tretur energjinë tënde jin në burimin e jetës universale, duke tërhequr energjinë jang nga i njëjti burim, ti lë pas individualitetin dhe jeta jotë bëhet natyrë e pastër. Të lirë nga egoja, duke jetuar natyrshëm, duke punuar me virtyt, ti mbushesh me vitalitet të pashtershëm dhe çlirohesh përgjithmonë nga cikli i vdekjes dhe i rilindjes. Kuptoje këtë nëse asgjë tjetër: liria shpirtërore dhe uniteti me Taon nuk janë dhurata të dhuruara rastësisht, por shpërblime të vetë-transformimit dhe vetë-evoluimit të vetëdijshëm.

Shtatëdhjetë e një.

Transformimi drejt jetës së përrjetshme është gradual. Energjia e dëndur, bruto e trupit, mendjes dhe shpirtit duhet së pari të pastrohet dhe të lartësohet. Kur energjia ngjitet në nivelin delikat, atëherë mund të kërkohet vetë-zotërimi. Një instruktor i mënçur u mëson parimet e fuqishme të vetë-integritit vetëm atyre që kanë arritur tashmë një nivel të lartë vetë-pastrimi dhe zotërimi të vetvetes. Për më tepër, të gjitha mësimet e duhura ndjekin ligjin e përgjigjes së energjisë: metoda më efektive është gjithmonë ajo ndaj së cilës energjia natyrore e studentit përgjigjet në mënyrë më harmonike. Së pari, beqaria dhe vetë-kultivimi do të jenë të përshtatshme; sepse një tjetër kultivim i dyfishtë i udhëhequr siç duhet do të nxjerrë përfitimin më të madh. Një mësues i zgjuar do të përcaktojë ekuilibrin e duhur të praktikave për çdo individ. Në çdo rast, dije se të gjithë mësuesit dhe teknikat janë vetëm kalimtare: realizimi i vërtetë vjen nga bashkimi i drejtpërdrejtë i qënies së dikujt me energjinë hyjnore të Taos.

Shtatëdhjetë e dy.

Nëse dëshiron të fitosh merita dhe të bëhesh një me hyjnoren, atëherë zhvillo virtytin tënd dhe zgjeroje atë në botë. Hiq dorë nga teologjitë e zbukuruara dhe idetë imagjinare dhe bëj disa punë të zakonshme të përditshme, siç është shërimi. Hiq dorë nga çdo konflikt dhe grindje. Praktiko mirësinë e palëkundur dhe durimin e pafund. Shmang ndjekjen e impulseve dhe ndjekjen e ambicieve që shkatërrojnë tërësinë e mendjes tënde dhe që të ndajnë ty nga Rruga Integrale. As mos u fikso pas rrethanave dhe as mos hiq dorë nga vetëdija për to. Për të menaxhuar mendjen tënde, dije se nuk ka asgjë, dhe më pas hiq dorë nga çdo lidhje me asgjënë.

Shtatëdhjetë e tre.

Mësuesi nuk mund ta ndihmojë nxënësin për sa kohë që shpirti i nxënësit është i kontaminuar. Pastrimi i kontaminimit shpirtëror nuk është përgjegjësi e mësuesit, por e nxënësit. Ajo realizohet duke i ofruar botës talentin, burimet dhe jetën e dikujt. Gjithashtu, mësuesit dhe engjëjt e pavdekshëm që e rrethojnë atë, një student i shëndetshëm mund të ofrojë energjinë e tij të pastër, dhe një student i zbrazët mund të japë të paktën ushqim, verë ose shërbim. Kur dikush jep gjithçka që mundet pa

kufizim, pengesat e individualitetit prishen. Nuk bëhet më e mundur të tregohet nëse është nxënësi që i ofron mësuesit apo mësuesi që i ofron veten studentit. Dikush sheh vetëm dy qënie të papërlyera, që pasqyrojnë njëra-tjetrën si një çift pasqyrash të shkëlqyera.

Shtatëdhjetë e katër.

Ka nga ata që marrin energji nga adhurimi dhe meditimi mbi qëniet dhe hyjnitë hyjnore. Nëse ndihesh e prirur për të adhuruar, atëherë adhuro këto: Adhuro diellin e zjarrtë, depoja e jang, dhe hënën e ujit, depoja e jin; Adhuro qëndrat shpirtërore të mashkullit dhe femrës, të cilat janë engjëjlore në çdo kuptim; Adhuro Tetë Manifestimet e Mëdha: Qielli, Toka, Uji, Zjarri, Bubullima, Liqeni, Era dhe Mali; Adhuro gjashtëdhjetë e katër heksagramet e I Ching, të cilat ndriçojnë harmoninë themelore të universit; Së fundi, adhuro Tai Chin Madhështor, në të cilin të gjitha gjërat përmbahen, ekuilibrohen dhe pushojnë.

Shtatëdhjetë e pesë.

Dëshiron të çlirohesh nga sferat e ulëta të jetës? Dëshiron të shpëtosh botën nga degradimi dhe shkatërrimi për të cilin ajo duket se është e destinuar? Atëherë largohu nga lëvizjet e cekëta masive dhe shko në heshtje për të punuar në vetëdijen tënde. Nëse do që të zgjosh të gjithë njerëzimin, atëherë zgjo të gjithë veten. Nëse do të eliminosh vuajtjet në botë, atëherë elimino gjithçka që është e errët dhe negative në veten tënde. Vërtet, dhurata më madhështore që ti duhet të bësh është ajo e vetëtransformimit tënd. Pra, gjej një mësues që është një qënie integrale, një fener që shtrin dritën dhe virtytin e tij me të njëjtën lehtësi tek ata që e vlerësojnë dhe ata që nuk e vlerësojnë atë. Formësoje veten në modelin e tij, lahu me shkëlqimin e tij ushqyes dhe reflektoje atë në pjesën tjetër të botës. Do të arrish të kuptosh një të vërtetë të përjetshme: ka gjithmonë një shtëpi paqësore për një qënie të virtytshme.

Shtatëdhjetë e gjashtë.

Kush mund ta shpëtojë botën? Ndoshta ajo që i ndjek me përkushtim këto mësimet, që qetëson mëndjen e saj, që shpërfill çdo divergjencë, që zhvillon një vetëdije të lartë për

të vërtetat delikate, që bashkon virtytin e saj me virtytin universal dhe e shtrin atë në botë pa pritur shpërblim. Ajo me të vërtetë do të jetë shpëtimtarja e botës.

Shtatëdhjetë e shtatë.

Njerëzimi bëhet gjithnjë e më inteligjent, megjithatë ka më shumë telashe dhe më pak lumturi çdo ditë. Si mund të jetë kjo e tillë? Kjo ndodh sepse inteligjencia nuk është e njëjta gjë me njohurinë. Kur një shoqëri keqpërdor inteligjencën e pjesshme dhe injoron njohurinë gjithëpërfshirëse, njerëzit e asaj shoqërie harrojnë përfitimet e një jete të thjeshtë dhe të natyrshme. Të joshur nga dëshirat, emocionet dhe egot e tyre, ata bëhen skllevër të kërkesave trupore, të luksit, të pushtetit dhe të fesë së pabalancuar dhe justifikimeve psikologjike. Pastaj fillon mbretërimi i fatkeqësisë dhe konfuzionit. Megjithatë, njerëzit superiorë mund të zgjohen gjatë kohërave të trazirave për t'i nxjerrë të tjerët nga balta. Por si mund të çlirojnë një njeri këta shumë të tjerë? Duke çliruar fillimisht qënien e tij. Këtë ai e bën jo duke e ngritur veten, por duke e ulur veten. Ai e ul veten në atë që është e thjeshtë, modeste, e vërtetë; duke e integruar atë në vetvete, ai bëhet mjeshtër i thjeshtësisë, modestisë, së vërtetës. I emancipuar plotësisht nga jeta e tij e mëparshme false, ai zbulon natyrën e tij origjinale të pastër, që është natyra e pastër e universit. Duke çliruar lirisht dhe spontanisht energjinë e tij hyjnore, ai vazhdimisht kapërcen situatat e ndërlikuara dhe tërheq gjithçka rreth tij në një unitet integral. Për shkak se ai është një hyjni e gjallë, kur ai vepron, universi vepron.

Shtatëdhjetë e tetë.

Ka shumë fe të pjesshme, dhe në krahun tjetër është Rruga Integrale. Fetë e pjesshme janë shpikje njerëzore të dëshpëruara, të shkathëta; Rruga Integrale është një shprehje e thellë e mendjes së pastër, të plotë, universale. Fetë e pjesshme mbështeten në manipulimin hipnotik të mendjeve të pazhvilluara; Rruga Integrale bazohet në transmetimin e lirë të së vërtetës së thjeshtë, natyrore, të pandryshueshme. Është një realitet total, jo një praktikë okulte. Rruga Integrale shmang fanatizmin konceptual, jetesën ekstravagante, ushqimin e zbukuruar, muzikën e dhunshme. Ato prishin qetësinë e mendjes së dikujt dhe pengojnë zhvillimin shpirtëror të dikujt. Duke hequr

dorë nga ajo që është në modë dhe duke përqaftuar atë që është e thjeshtë, e ndershme dhe e virtytshme, Rruga Integrale të kthen te esenca delikate e jetës. Përshtat praktikat e saj dhe do të bëhesh si ato janë: të ndershëm, të thjeshtë, të vërtetë, të virtytshëm, të plotë. E sheh, në ndjekjet e pjesshme, transformimi i dikujt është gjithashtu gjithmonë i pjesshëm. Por në vetë-kultivimin integral, është e mundur të arrihet një metamorfozë e plotë, të kapërcesh kufizimet e tua emocionale dhe biologjike dhe të evoluosh në një gjëndje më të lartë të qënies. Duke qëndruar jashtë hijeve dhe duke ndjekur këtë rrugë të thjeshtë, ti bëhesh e jashtëzakonshme, e padepërtueshme, një qenie me mprehtësi të thellë kozmike. Ti e kalon kohën dhe hapësirën duke kuptuar të vërtetën delikate të universit.

Shtatëdhjetë e nëntë.

Ata në brezat e ardhshëm që studiojnë dhe praktikojnë të vërtetën e këtyre mësimëve do të bekohen. Ata do të fitojnë dritën delikate të njohurisë, shpatën e fuqishme të qartësisë që përshkon çdo pengesë dhe perlën mistike së të kuptuarit që mbështjell të gjithë universin. Ata do të arrijnë njohuritë e nevojshme për të perceptuar të vërtetën integrale të Taos. Duke e ndjekur këtë të vërtetë me sinqeritet të pandërprerë, ata do të bëhen: të plotë, të guximshëm, të pathyeshëm, të paemërueshëm.

Tetëdhjetë.

Bota është plot me mjeshtra gjysmë të ndritur. Tepër të zgjuar, shumë "të ndjeshëm" për të jetuar në botën reale, ata e rrethojnë veten me kënaqësi egoiste dhe ua japin mësimet e veta madhështore njerëzve të pakujdesshëm. Duke u bërë publike para kohe, me qëllim që të arrijnë një kulm shpirtëror, ata vazhdimisht sakrifikojnë të vërtetën dhe devijojnë nga Tao. Ajo që ata realisht i ofrojnë botës është konfuzioni i tyre. Mjeshtri i vërtetë e kupton se ndriçimi nuk është qëllimi, por mjeti. Duke kuptuar se qëllimi i saj është virtyti, ajo pranon kultivimin e gjatë dhe shpesh të mundimshëm që është i nevojshëm për ta arritur atë. Ajo nuk planifikon të bëhet lidere, por mban në heshtje çdo përgjegjësi që asaj i bie. E palidhur me arritjet e saj, duke mos marrë merita për asgjë, ajo drejton të gjithë botën duke udhëhequr individët që vijnë tek ajo. Ajo ndan energjinë e saj hyjnore me studentët e saj, duke i inkurajuar ata, duke krijuar

sprova për t'i forcuar ata, duke i qortuar për t'i zgjuar ata, duke i drejtuar rrjedhat e jetës së tyre drejt oqeanit të pafund së Taos. Nëse ti aspiron për këtë lloj mjeshtërie, atëherë rrënjose veten në Tao. Hiq dorë nga zakonet dhe qëndrimet e tua negative. Forco sinqeritetin tënd. Jeto në botën reale dhe zgjero virtytin tënd në të pa diskriminim në raundin e përditshëm. Bëhu baba ose nëna më e vërtetë, vëllai ose motra më e vërtetë, miku më i vërtetë dhe studenti më i vërtetë. Me përlësi respekto dhe shërbeji mësuesit tënd, dhe përkushtoia gjithë qënien tënde në mënyrë të palëkundur kultivimit të vetvetes. Atëherë ti me siguri do të arrish vetë-zotërim dhe ajo do të jetë në gjëndje të ndihmojë të tjerët të bëjnë të njëjtën gjë.

Tetëdhjetë e një.

Me gjithë këtë bisedë, çfarë është thënë? Të vërtetën delikate ai mund ta tregojë me fjalë, por ajo e vërtetë nuk mund të përmbahet prej tyre. Merr kohë për të dëgjuar atë që po thuhet pa fjalë, për t'iu bindur ligjit shumë delikat për t'u shkruar, për të adhuruar të paemërtueshmen dhe për të përqaftuar të paformuarën. Duaje jetën tënde. Besoji Taos. Bëj dashuri me origjinën e padukshme të universit dhe do t'i japësh vetes gjithçka që ty të nevojitet. Nuk do të të duhet të fshihesh përgjithmonë në tërheqje shpirtërore. Ti mund të jesh një vetmitar kontemplues miqësor, pikërisht këtu në mes së gjithçkaje, krejtësisht i pandikuar, i mbështetur plotësisht dhe i shpërblyer nga praktikat e tua integrale. Duke inkurajuar të tjerët, duke u dhënë lirisht të gjithëve, duke zgjuar dhe pastruar botën me çdo lëvizje dhe veprim, ti do të ngjitesh në sferën hyjnore në mes të ditës. Fryma e Taos flet dhe ata që janë në harmoni me të, dëgjojnë mjaft qartë.

tia

Mësimet e Panjohura të

LAO TZU

Hua Hu Ching

Përktheu **Ledion Azemaj**

BRIAN WALKER