

İşaretler

- 1- Tezahür ettiğim kaynak saf, açık, yapaylıktan yoksun ve sadedir.
- 2- Bunu görmezden gelerek, bir öz-varoluşa sahip olduğumu imgeliyor ve durmak bilmeksizin tezahür eden sanrılarımın yaratıcılığı tarafından zehirleniyorum.
- 3- Bu sanrılar ve yanlış inançlar geçerliymiş ve gerçeğin bütününe teşkil ediyorlarmış gibi görünüyorlar.
- 4- Ancak ızdırap üretiyor ve olanın henüz ne olduğunu görmemize fırsat vermeksizin işlev gösteren eğilimlerin birikimini sağlıyorlar.
- 5- Kurtulmak için çaba göstermek işe yaramıyor ve aksine dolaşıklığı daha da besliyor.
- 6- Ciddiyet, kaygı ve endişe; tümü çaba göstermeyi ve olanı değiştirmek, küçüklükte saklanarak ondan kaçınmak veya kayıtsız kalmak için duyulan aktif olma ihtiyacını besliyorlar.
- 7- Dolayısıyla beden, ses ve zihninizin gevşemesine izin verin. Rahatlayın ve desenlenmelere sabitlenmeyi bırakın. Beliren herşeyin özgürce gelip gitmesine izin verin.
- 8 - Zihinsel aktivite ve görünüşlere müdahil oluş olarak tezahür eden enerji, düşkünlük gösterilmediğinde olduğu yerde gevşeyecektir.
- 9 - Her zaman ve her yerde açık farkındalıkta kalın.
- 10 - İkiliksizlikte ikamet eden tezahür ve kaynak kavramlara dayanmaz.

James Low Kasım 2017
Türkçe Çeviri: Ezgi Atanassova

Düzenleme: Mesut ÜK – Mustafa Mert Çelebi