

الرغبة 125

- الإعلان يتلاعب على رغباتك.
- من البرمجة الرغبة مرتبطة بالمكافآت وتحقيق الأهداف. أنت مبرمج على وجود أشياء تحتاجها (مال، قوة) وتعتبر هذه الاحتياجات محفز.
- الرغبة أيضا هي مستوى الإدمان.
- وجود الرغبة من الممكن ان تجعلك تمقد علاقاتك اذا كانت تهمة.
- الرغبة في **القبول** (ان يقبلني الطرف الاخر "انتاج المكياج والموضت"، ان اكون مقبول اجتماعيا)
- يتم استبدال اشباع رغبة برغبة أخرى غير مشبعة "سلسلة".
- الرغبة تحتاج قوة الطلب. Get and want
- الحاجة ولدت الرغبة، وهي نقطة انطلاق الى مستويات اعلى من الادراك.

desire.

سريراً

- الرغبة البناءة : تحديد الخيار بناء على نظرة كاملة للمصادر متبوعة العمل بإرادة تؤثر على مستوى الوعي، لذلك يمكن استبدال الرغبة بالخيار والقرار.
- الرغبة المتعطشة "الاحتياج" : الالتزام، التعطش، الانسياق ورائتها، التعرض للخوف من الخسارة، تحتاج تأمينها من الوسط الخارجي
- يبقى التعطش مستمر بسبب فشل آلية الارضاء الداخلي - عدم اكتفاء من البرمجة الأولى اندمجت فكرة الحاجة والرغبة.
- يرتبط الطلب بتشاكرا الضفيرة الشمسية. الدافع للعلاقات والجنس والأمور المادية والادخار والادمان.
- الرغبة المستمرة بالحصول على القبول، سلوكيات إرضاء الناس والخنوع والتذلل - دليل على انخفاض تقدير الذات والحاجة التي توفير مصادر خارجية للمتعة ممكنان تتور الى السيطرة على الآخرين للحصول على اهتمامهم لذلك فإن الطلب والحاجة هي نرجسية.





- **it helps us fit into the norms of society.**
- **the power of adaptability.**
- **improve the level of confidence.**
- **the ability to make decisions.**
- **Some common symptoms of a blockage include:**
 - **Low self-esteem**
 - **Inability to set or maintain boundaries**
 - **Co-dependency**
 - **Lack of self-control**
 - **Depression or anxiety**
 - **Addiction**

• الانا تعمل على تطوير وظيفته "أن
احصل على" من اجل البقاء، لذلك
فإن مصدر الرضا خارجي.
• مصدر الحصول على المتعة داخلي
لكل البرمجة الاجتماعية وربطتها
بتحقيق حاجات أخرى (مكانة،
نمط حياة، القدرة على جذب
الآخر).

• المشكلة الأساسية في هذا
المستوى : الشعور الداخلي بالنقص،
ينتج عدم الرضا، الشعور بعدم
الكمال

• الانا - الاستحواذ الخارجي -
المغالاة في تقدير المظاهر
الخارجية تبعاً للأهمية - الطلب
يؤدي الى الجشع والإحباط والقلق
والطمع والحرص المزمن على
الكسب.

• الانا - تسقط الخصوصية -
رؤية الأشياء التي تريدها
بجاذبية مختلفة (وهو).
• الرغبة المتضخمة - تعطش
- شعور بالمرارة والفقدان.
• القلق الداخلي للانا حول
تحقيق احتياجاتها المتوقعة
يؤدي الى جشع نهم السلطنة
والسيطرة على الآخرين.

الرغبة والانا

التأثير السلبي للربغبة : الإحباط والحسد والغبرة

- الشعور بالنقض داخلي ، دافع للتعويض من الخارج يؤدي الى الاكراه وان يصبح محط الاهتمام وتحقيق الشعبية وتقوم هذه الدوافع الى التنافس والبحث عن الحالة والتسلق والربغبة بالتملك واتي يصبح المال فيها هدف. والحاجة المفرطة للحصول على الاستحسان.
- يمكن سلوك سلوكيات متطرفة لتصدر وسائل الاعلام. منها أيضا ينشأ التنافس ليصبح شخص يحسب له حساب.
- عدم تلبية الطلب ستكون له ابعاد متطرفة.

الرغبة كعبودية

- السعادة والرضا يكون من استيلاء الخيارات، بينما المتطلبات تسبب القلق والتوتر.
- يكون هناك تعلق بنظام المكافآت من قبل الدماغ والذي هو مرتبط بالحواس.



الأنا باعتبارها ادمان

- الانا تعاند، تسعى لطلب المتعة وتصبح مدمنه عليها وتدور في دورة الاستجابة نتيجة الاعتياد.
- الرضا عن السلبية يرجع في المقام الأول الى الإدمان، لان التخلي عن السلوكيات والعواطف السلبية سيعتبر خسارة للمتعة والارتياح.

• لا تسعى الأنا مطلقا إلى الخلاص،
تجاوز مستويات الوعي من خلال
استنهاض الطاقة الروحية.
• بالنسبة للأنا تفسير الطلب على أنه
حاجة أو ملكية يجب امتلاكها
• تتصاعد الرغبات لدرجة مفرطة
وتتطلب بذل التضحيات، وتجد
الاعذار للتبرير وتتخلص من الأسباب
بذكاء باللوم وتشويه سمعة
الآخرين.

التعافي من الإدمان على الأنا

حصّة الحشاش

كتاب تجاوز مستويات الوعي

تجاوز الرغبة

- المشكلة داخلية اكثر من كونها خارجية، لا يمكن السيطرة عليها من خلال قوة الإرادة ولا بإشباع الرغبات.
- التواضع، الصدق الداخلي، المسؤولية، الاستسلام لقوة اكبر تفوق المرء. عدم النجاح يرجع للمقاومة
- ممارسة "وماذا بعد؟" - "لا استطيع" شكل من اشكال المقاومة لتجنب المسؤولية والاستسلام لدوافع الأنا.
- كلما تطور مستوى الوعي لدى الشخص انخفضت وطأة الاحتياجات لديه، وينشأ الرضا.
- مصادر سعادة الانا أنية ومؤقتة وعابرة ووهمية اما الإمكانيات الروحية فهي الرضا والسعادة.
- تعتقد أنا/الذات بأن السعادة الشخصية مشروطة لذلك تطلب.
- عدم طلب شيء هو امر متحرر من الخوف.

desire

- لا تسعى الانا مطلقا الى الخلاص، تجاوز مستويات الوعي من خلال استنهاض الطاقة الروحية.
- بالنسبة لانا تفسير الطلب على انه حاجة او ملكية يجب امتلاكها
- تتصاعد الرغبات لدرجة مفرطة وتتطلب بذل التضحيات، وتجد الاعذار للتبرير وتتخلص منا لأسباب بذكاء باللوم وتشويه سمعة الاخرين.
- الوصول للأهداف فوق مستوى 200 ليس عن طريق الطلب ولكن عن طريق القرار والالتزام والاختيار كعمل من اعمال الإرادة.

استبدال الرغبة