

سـلـوب نـارـطـمـلـا ـدـاـيـسـلـا بـحـاـصـل ـهـيـحـورـ تـامـلـكـ ـهـرـيـخـأـلـا هـتـرـايـزـ لـالـخـ هـثـيـدـحـ يـفـ اـهـلـاـقـ ،ـ(ـيـجـزـاـيـ)ـ ـسـوـثـآـلـبـجـ يـفـ يـذـيـبـوـتـافـلـا رـيـدـلـ



خـلـإ ... ،ـةـالـصـلـاـوـ مـوـصـلـاـ عـمـ بـسـحـتـ الـ ـةـبـحـمـلـاـ فـلـاـ نـيـبـ ـةـبـحـمـلـاـ سـاقـتـ الـ
ـاـصـخـشـ يـنـبـتـ لـئـاـضـفـلـاـ .ـاـهـلـ ـةـعـفـادـلـاـ ـةـوـقـلـاـ يـهـوـ لـئـاـضـفـلـاـ عـيـمـجـ ـةـيـاـغـ يـهـ ـةـبـحـمـلـاـ
ـمـلـاعـلـاـ يـفـ بـحـلـابـ عـشـيـاـدـيـدـجـ.

ـسـانـلـاـ طـسـوـ نـوـكـتـ نـأـ كـيـلـعـ سـيـلـ ،ـمـفـلـاـ يـبـهـذـلـاـ اـنـحـوـيـ سـيـدـقـلـاـ لـوـقـيـ اـمـكـوـ ،ـاـذـكـهـوـ
ـتـسـيـلـوـ ـةـبـحـمـلـاـ يـهـ ـةـقـيـقـحـلـاـ ـةـقـادـصـلـاـ .ـسـانـلـلـ يـقـيـقـحـلـاـقـيـدـصـلـاـ نـوـكـتـلـ
ـعـلـطـتـيـ لـكـلـاـ :ـنـاـبـهـرـلـاـ ـىـلـاـ اـوـرـظـنـاـ .ـيـنـمـزـلـاـ وـأـيـنـاـكـمـلـاـ بـرـاـقـتـلـاـ يـفـ ـةـرـوـرـضـلـابـ
ـيـأـ ـةـقـيـقـحـلـاـ ـمـهـتـقـادـصـبـ نـوـرـعـشـيـ مـهـنـأـلـ ،ـمـهـتـيـؤـرـلـ دـيـعـبـ نـمـ نـوـتـأـيـ جـاـجـحـلـاـوـ ،ـمـهـيـلـإـ
ـعـشـيـ بـهـاـرـلـاـ نـأـلـ ؟ـاـذاـمـلـ ،ـمـلـاعـلـاـ يـفـ نـوـرـيـثـكـ ءـاـقـدـصـأـ ـهـيـدـلـ بـهـاـرـلـاـفـ .ـمـهـتـبـحـمـبـ
ـءـيـشـ يـأـ بـلـطـيـ نـأـ نـوـدـ نـيـرـخـآـلـلـ عـمـتـسـيـوـ ـهـتـاـذـ مـدـقـيـوـ يـحـضـيـ ،ـرـخـآـىـنـعـمـبـ ،ـيـأـ ،ـبـحـلـابـ
ـلـبـاـقـمـلـاـ يـفـ.

ـةـيـحـضـتـلـاـ دـوـجـوـبـ تـرـعـشـ سـوـثـآـلـبـجـ يـفـأـبـهـاـرـ تـلـبـاـقـ اـمـلـكـفـ ،ـاـضـيـأـ يـتـرـبـخـ يـهـ ـهـذـهـ
ـيـطـعـتـ نـأـ يـهـ ـةـلـمـاـكـلـاـ ـةـبـحـمـلـاـ ،ـاـهـفـصـوـ نـكـمـيـ اـلـ يـتـلـاـ ـةـبـحـمـلـاـ يـهـ ـهـذـهـ .ـيـمـاـمـأـ ـةـمـدـقـتـلـاـوـ
ـسـانـلـاـ نـمـ ءـيـشـ يـأـ بـلـطـتـ نـأـ نـوـدـبـ

ةيحضتلا وه يحيسملا زيمى يذلاب .موصن هلجأ ،دوجسلاب موقن بحلا اذه لجأ
”تاذلا ناركنو تاذلاب

ريديف (يجزاي) سلوب نارطملا اهممت يتلا سادقلاءمداخ نم ڈوخأم روصلا
ماع يف سوٹآلبج يف يذيبوتافلا 2013.

عقوم نم: <https://asceticexperience.com>