

Intellekt och vilja som redskap eller hinder för självförverkligandet

Välkomna, mina käraste vänner. Gud välsigne er alla. Välsignad är denna stund.

Att förstå sig själv innebär att finna sitt verkliga jag. Vi har ur olika infallsvinklar diskuterat vad detta verkliga jag är. Ni har kanske märkt att jag ofta byter termer. När man använder samma ord gång på gång – vare sig det är "bild", "det verkliga jaget", eller vad som helst – förloras innebörden bakom ordet; det blir dött. I den stund som det blir en etikett, upprepar man ordet utan att riktigt förstå vad man talar om. Innebörden är levande, den är alltid en fräsch, spontan upplevelse och man behöver skydda sig mot att förlora den. Det är ibland därför tillrådligt att använda ett uttryck som utmanar er att försöka uppleva innebörden på nytt bakom ordet. Närhelst ni inte kan fånga den inre innebörden och den levande upplevelsen av ett uttryck på nytt, var medvetna om det. Medvetenheten betyder så mycket.

Att glömma ett ords levande innebörd är ett bra exempel på vad som sker mellan det verkliga jaget och de ytliga lagren i er personlighet. När du upplever ett uttrycks levande anda, är det ditt verkliga jag som gör det. Den okänsliga upprepningen av ett ord görs av ditt intellekt. Minne består av viljan att återfånga det som en gång upplevdes. När detta återfångande enbart görs med viljan, blir innebörden livlös. Upplevelsen har blivit ett repetitivt mönster och ditt verkliga jag är inte längre verksamt.

Låt oss försöka få en klarare förståelse för hur det verkliga jaget kommer till stånd och vad som hindrar det från att vara verksamt. Hindret orsakas av de olika lagren i personligheten som befinner sig i förvirring och misstag, samt av avsaknaden av medvetenhet om att det är så. Det finns, som ni mycket väl känner till, bara ett sätt att nå det verkliga jaget och det är genom att känna dig själv. När du vet att det finns förvirring inom dig, är du mer medveten om dig själv och därför närmare till ditt verkliga jag, även innan du känner till lösningen på problemet.

Ni i er värld är så vana vid att överbetona tankeprocesser, intellekt, sinne och viljekraft, att ni tror att man på något sätt kan bli sig själv genom en direkt viljehandling och genom att direkt använda sin tankeprocess för att växa och utvecklas andligt. Ni har till exempel lärt er att detta att vara god och att älska indikerar andlig utveckling. Så ni försöker att vara goda och kärleksfulla genom att

kontrollera era tankar och genom att rikta er viljekraft för att vara det. Från allt vårt tidigare arbete tillsammans, vet ni vid det här laget att detta inte är möjligt. Det innebär att vilja vara något som du inte är.

Ditt verkliga jag kan inte styras med viljan eller med tvång. Det är en direkt manifestation, inte av tanke och vilja, utan av en spontan, kreativ upplevelse som uppstår objudat, när den minst förväntas. Detta är mycket viktigt att komma ihåg och aldrig släppa ur sikte. Ovetande, omedvetet, oavsiktligt – och ändå avsiktligt – hoppas och strävar ni fortfarande efter att få det verkliga jaget att träda fram genom tanke- och viljehandlingar, genom att indoktrinera er med begrepp – med andra ord, genom intellektuella processer. Detta kan inte lyckas, mina vänner.

Frågan kan uppstå, varför då alls använda intellekt, tanke och vilja i det mödosamma arbetet på denna väg? Svaret är att genom att använda sinnet och viljan för att förstå förvirringen och misstagen som finns i sinnet och i den missriktade viljan och de missriktade motivationerna, frambringar man indirekt födelsen av det verkliga jaget.

Här följer en kortfattad generell beskrivning av den andliga utvecklingens stadier i detta sammanhang. Det mest primitiva utvecklingsstadiet är ett tillstånd av *varande, utan medvetenhet*. Djurlivet, växtlivet, minerallivet befinner sig i ett varande tillstånd, utan medvetenhet, utan någon jagmedvetenhet. Den primitiva människan befann sig inte långt bort från detta tillstånd. Hon hade naturligtvis en hjärna, men hon fungerade mestadels utifrån instinkt. Hjärnans funktion, eller intellektet, utvecklades endast långsamt. Från minerallivet till den primitiva människan kan man märka hur medvetenheten, intellektet och viljan långsamt fick övertag. Ju mer den här utvecklingen fortskred, i desto mindre grad existerade det omedvetna varandets tillstånd och desto mer förändrades det till ett blivande tillstånd.

Nästa steg är ett tillstånd av *blivande, i medvetenhet*. Här strävar människan och använder intellekt och vilja för att överleva i den materiella världen. Dessa förmågor behövs för att hantera den materiella världen. Tanken och den yttre viljan är av materia och ska användas för att övervinna materia; de kan inte användas för att komma in i varandets tillstånd som inte är av materia. De kan användas, men endast för att avlägsna tankens och den yttre viljans överskottsaktivitet, som skapade misstagen och förvirringen. De kan användas för att hantera sitt slag av psykiskt material. Om tanken och viljan överproducerar och därmed skapar ett hinder för varandets tillstånd, då måste tanken och viljan användas för att hantera sin egen produktion, och aldrig för att hantera varandets tillstånd – det verkliga du. Detta innebär att först förstå dig själv, snarare än att hoppas på att du kan ta fram det verkliga jaget genom en direkt vilje- och tankehandling.

Det högsta utvecklingsstadiet är tillståndet av *varande, i medvetenhet*. Detta visar sig inte plötsligt efter att man har lagt ifrån sig sin fysiska kropp, utan det kan upplevas då och då, och alltmer så, medan man fortfarande befinner sig i kroppen. Sådana upplevelser beror på hur man använder förmågorna som har gett näring till förvirring och lidande och hur man undviker att använda dem för det som de av sin natur inte var avsedda för.

Mänskligheten befinner sig nu i det mittersta stadiet. Det är blivandets tillstånd, i medvetenhet. Men inom denna kategori finns det många olika stadier och grader. Låt oss göra en godtycklig uppdelning för tydlighetens skull. Under första halvan av denna cykel är det viktigt att odla och utveckla intellekt, minne, urskiljningsförmåga och viljekraft. Utan dessa egenskaper skulle materien, som jag nämnde, inte kunna behärskas. Människor behöver lära sig, de behöver sitt minne och de behöver intelligens för att kunna hantera livet. De behöver också sin vilja för att övervinna sina råa, djuriska, destruktiva instinkter som hade slumrat i varandets tillstånd i omedvetenhet. Utan vilja och intelligens skulle de inte kunna urskilja och avstå från att agera på ett sätt som skadar andra och dem själva. Deras handlingar styrs med andra ord av tanke, intellekt och vilja.

Men i den andra halvan av denna cykel har människorna helt bemästrat detta stadium. Det är meningen att de ska närma sig tröskeln till varandets tillstånd, i medvetenhet. De inser ofta att de vill ha något mer än ett liv av materiella tillfredsställelser. Religiösa filosofier berättar för dem i olika termer om ett högre tillstånd. De önskar sig detta högre tillstånd, inte bara för att de är olyckliga eller för att de har hört talas om det, utan också för att någonting djupt inombords manar dem mot ett nytt sätt att leva. De försöker dock felaktigt använda samma redskap som de behövde för det materiella livet för att träda in i det andliga livet. Och detta fungerar inte. När de försöker nå den högre tillvaroformen genom att använda intellektets, tankeprocessens eller viljekraftens redskap, konstruerar de vad vi kallar bilder av sig själva som de borde vara, samt bilder av livet i enlighet med sina begränsade tidigare erfarenheter.

Vi har gång och gång diskuterat hela den här omständigheten: förträngning, självbedrägeri, icke-acceptans av vem du egentligen är, i motsats till vem du önskar vara. Allt som skapas ur tankeprocesser och med viljans utövning, bevisar bara att dessa förmågor inte kan frambringa frihet och andligt växande på ett direkt sätt. När de används felaktigt, skapar tanken och viljekraften förvirring och lidande. När ni betänker vad en bild är, kommer ni att se att en ovanpålagd norm har använts för att täcka över vad man egentligen känner, vad man egentligen är. I din strävan efter att vara något mer eller bättre, eller för att uppnå något mer eller bättre, accepterar du inte längre vem du är och vad du känner. Både tanken och viljekraften tillhör blivandets kategori, men används ofta felaktigt i den bemärkelse att de leder bort från dig själv, från det du är och har nu. Varandets harmoniska tillstånd kan endast komma till stånd genom att

acceptera sitt tillstånd så som det råkar vara nu, även om det fortfarande är disharmoniskt. En sådan acceptans tillåter dig att börja försöka förstå dig själv och därigenom växa ut ur detta tillstånd. Du kan aldrig kämpa dig ut ur blivandets tillstånd genom att täcka över det som du råkar vara nu. Om du insisterar på att försöka, kommer resultatet att illustrera hur intellektet och viljan kan vara destruktiva redskap när de inte används för sina avsedda syften, vilket är hur det i allmänhet går till i er värld.

Tanken och viljan är tillfälliga redskap för att ge direktiv till de yttre handlingarna och intentionerna. De kan och bör användas för ditt fysiska liv, för yttre handlingar, för att besluta dig för att få veta sanningen om dig själv. Men de kan inte användas för andlighet. Andlighet är framför allt annat kärlek, med alla dess avledningar. Ni vet mycket väl att man inte kan älska genom att tvinga sig att älska. Du kanske tror att du älskar när du i själva verket inte gör det, men det betyder inte att du älskar. Kärlek kan endast komma till stånd när man avlägsnar sina misstag, sina förvirringar, sina förutfattade meningar och sitt beroende av andras åsikter. Dessa hinder kan endast avlägsnas genom att fullt ut förstå dem. Då uppstår kärlek av sig självt, precis som det verkliga jaget uppstår av sig självt.

Du kan inte bestämma dig för att vara en god människa, att älska och att ha medkänsla eller ödmjukhet. Men du kan bestämma dig för att ta reda på vad som gör att du inte är allt detta och för att på så sätt avlägsna det som hindrar dig från att vara en god och kärleksfull person och det som står mellan dig och ett fullt liv, att vara ditt verkliga jag.

Kan ni kanske nu förstå lite bättre varför tankeprocesser, intellekt, sinne och vilja hindrar det verkliga jagets födelse, kärlekens födelse och födelsen av alla de egenskaper som kallas andliga? Allt detta sker av sig självt, som ett resultat av att du känner och förstår dig själv. Tanke och vilja kan endast skapa tanke och vilja, de kan inte skapa något som inte har något med dem att göra. Kärlek, transcendent förståelse och det verkliga jagets alla andra egenskaper har ingenting med tanke och vilja att göra.

Alla som har gått igenom en kreativ process kommer lätt att erkänna att ett genuint skapande inte styrs genom en viljeakt eller genom att en tanke riktas in i den kanal som man tror kan frambringa en sådan kreativ upplevelse. Skapandet kommer objudet och är oförväntat. När du minst förväntar dig det, finns den där. Det är samma sak med det verkliga jagets kreativa manifestation, en genuin känsla av kärlek och djup förståelse, i motsats till den ytliga, intellektuella känslan som endast reciterar och upprepar – antingen andra människors undervisning eller ens egna tidigare genuina upplevelser.

Ovanpålagda lager döljer det verkliga jaget. Detta är uppenbart. Ovanpålagda lager uppstår för att sinnet och viljan tar på sig dem. Utan sinnet som beslutar och viljan att fullfölja det, skulle det inte kunna uppstå sådana lager. Ni skapar dessa lager för att ni strävar efter lycka, efter erkännande, även efter själva processen att utvecklas andligt. Blivandets tillstånd består i att sträva. Om man inte befinner sig i ett blivande tillstånd, finns det ingen strävan, därför finns det ingen risk för förvirring och lidande.

Ta det lägsta utvecklingsstadiet, minerallivet. Det har den lägsta graden av medvetenhet, vilja och den allra lägsta graden av mentalitet eller sinne. Det finns inte någon bedrövelse. I varandets tillstånd finns det inte någon bedrövelse. Bedrövelser kommer dock att finnas när man växer in i varandets tillstånd i medvetenhet, såvida man inte har lärt sig att gå igenom blivandets tillstånd genom att först använda sinnet, intellektet, tanken och viljan på ett organiskt sätt. Men när man har använt sinnet och viljan på ett oorganiskt, onaturligt sätt, blir det nödvändigt att avlägsna detta överskott av mental och viljemässig aktivitet som har orsakat den felaktiga användningen av dessa förmågor. Man kan inte säga att sinnet, intellektet och viljan orsakar lidandet och bedrövelsen, men att använda dem när de inte ska användas har den verkan. Ditt sinne är ansvarigt för alla bilder, felaktiga slutsatser, förstelningar, generaliseringar och allting som är lamsläende inom dig. Du behöver alltså använda sinnet, samma instrument, för att avlägsna dessa omständigheter. Detta kan endast göras genom att förstå fullt ut och på djupet, inte bara ytligt, hur dessa falska strukturer kom till stånd.

Det finns många religiösa system som inser faran med sinnet. De försöker avlägsna sinnets och viljans funktion, men detta kan inte fungera. Acceptera inte mina ord för det, mina kära vänner. Jag ber er alltid att inte göra det. Men fundera på det och ni kommer själva att förstå att det är så. När man på ett konstlat sätt gör sinnet avskuret genom övningar och disciplin, vad händer då? Man trycker undan det som fortfarande existerar inombords och när man konfronteras med en kris där man kan inte tillämpa dessa övningar, kommer det som trycktes undan att visa sig på ytan igen. Det är alltså endast en fråga om hur framgångsrikt man kan hålla det som fortfarande existerar utom synhåll. Alla övningar som avskärmar sinnet genom att avskärma tankar, känslor eller inställningar som man inte tycker om, är därför konstlade och kan aldrig ge en genuin befrielse. En person som strävar efter befrielse behöver inte vara rädd för negativa omständigheter. Det finns inte något behov av att använda disciplin eller några övningar, för det som inte finns där behöver inte manipuleras. Detta är enkel logik. Det enda sättet att upplösa det oönskade är att förstå det, att veta om det och erkänna det.

Tro nu inte att jag föreslår att man ska lösa upp sinnet helt och hållet. Utan det skulle du bli en idiot. Så länge ni lever i den här världen, behöver ni sinnet. Lös upp dess negativa användning på områden av ditt väsen där sinnet utgör ett hinder och en direkt orsak till bedrövelse och förvirring,

där det förhindrar det verkliga jagets kreativa process. Många av mina vänner har upplevt denna manifestation, inte bara i skapande konst, utan också när en djup tanke eller kärleksfull känsla, eller ett nytt sätt att närma sig livet, har sprungit ur en djup, inre källa. Dessa rörelser kommer från ett annat område; när du observerar dem kommer du att se att det är som om du hade en annan hjärna, en annan plats att känna och reagera inom dig. I början händer det inte så ofta, men dess manifestation kommer att öka i sin frekvens och varaktighet allteftersom du förstår dig själv mer grundligt. Försök inte att återskapa dem på ett konstlat och viljemässigt sätt. Det kommer inte att fungera. I den stund som du försöker göra det, använder du återigen sinnets och viljans redskap på ett område där de inte kan vara framgångsrika och funktionella.

Av dessa två tankeområden, det vill säga det ytliga intellektet och det verkliga jaget, kan intellektet riktas, manipuleras och styras av viljan; det verkliga jaget kan inte det. Det verkliga jaget är mycket mer intelligent, är mycket mer säkert och är mycket mer tillförlitligt. Det är alltid konstruktivt. Du behöver aldrig ens göra ett val. Det bara finns där som den enda sanningen, utan frågor eller tvivel. Frågor och tvivel är en del av det ytliga intellektet. Men det verkliga jaget utgör produkten, resultatet som föds inom dig genom din förståelse och acceptans av dig själv så som du råkar vara nu. När du accepterar ditt faktiska tillståndets verklighet nu, kan det verkliga jaget manifesteras.

En inneboende egenskap hos det verkliga jaget är att det reagerar på ideligen nya sätt på varje upplevelse och aspekt av livet. Det styrs aldrig av det förflutna. Dess sätt att uppleva livet är därför lika intensivt som ett barns. Men när det påverkbara sinnet har skapat en bild utifrån en upplevelse och har förstelnat denna engångsupplevelse till en allmän regel och lag, då begränsas din nuvarande och framtida förmåga att uppleva det nya, eftersom den är bunden till den tidigare upplevelsen. Färskheten går ur den och ofta även sanningen, eftersom det nuvarande i verkligheten inte har några likheter med det förflutna, eller skulle inte ha några likheter om det inte formades enligt din bild.

Kanske kommer ni nu bättre att förstå vad vi har undersökt och arbetat med hela den här tiden. Det enda sättet att lösa upp tidigare upplevelser som är djupt inristade i ditt medvetna eller omedvetna sinne och att frigöra dig från sinnets begränsande och felaktiga strukturer, är att bli medveten om dem, titta på dem och förstå dem i deras fulla omfattning och djup. Detta kan bara göras om du verkligen är villig att se och möta dig själv i absolut uppriktighet och göra dig av med all åstundan efter vad du borde vara, i motsats till vad du är. Jag uppberor: detta kan inte göras om du moraliserar med dig själv. Ett ständigt självmoraliserande, som ofta sker på subtila, lömska, dolda sätt, håller dig borta från att förstå vad som orsakar bedrövelse i ditt liv. Bedrövelsen är alltid självskapad; den kommer aldrig utifrån, oavsett hur mycket det kan se ut så på ytan.

Människor är ofta i grunden redo att gå in i andra halvan av cykeln och närma sig tröskeln för varandets tillstånd i medvetenhet, men de gör motstånd mot att organiskt växa in i det genom att på ett konstlat sätt hålla fast vid en överbetoning på sinnet, intellektet och den yttre viljan. De tror att de kan uppnå ett växande och uppleva det verkliga jaget genom att lägga band på viljan, genom att manipulera tanken, genom att disciplinera känslor. När de uppnår ett tillfälligt tillstånd där en ömtålig frid råder, tror de lätt att de är på rätt väg. Men när deras pyrande, inre verklighet stör den här falska friden, hamnar de i förtvivlan.

Om ni bara skulle släppa taget om att försöka leva upp till ideal som ni inombords ännu inte är redo för, skulle ni inte missbruka intellektets och viljans redskap och skapa fler hinder. Om ni bara kunde lägga mindre vikt vid begreppen än vid vad ni verkligen känner, skulle ni inte skymma det verkliga jagets juvel. Ni håller alla fast vid dessa redskap för att ni känner er otrygga utan dem. Ni tror inte om er själva att kunna vara utan yttre regler, lagar, begrepp och ideal. Utan kunskapen om vad som är rätt och gott, tror ni omedvetet att ni inte kan släppa taget om ovanpålagda normer, i blindhet för det faktum att om du bara tittade på dig själv som du verkligen är, skulle du inte ha något att vara rädd för. För att göra detta, skulle du först behöva se att de ovanpålagda lagren faktiskt existerar och sedan ta reda på varför de existerar. Du skulle då börja se att behovet av trygghet spelar en roll här. Men att hålla fast vid tryggheten kan inte få det verkliga jaget att komma till stånd. Om ni följer detta förfarande steg för steg, kommer ni inte att hindra det växande som ni naturligt är redo för.

Försök inte att med våld avlägsna överbetoningen på det yttre intellektet och viljan. Använd dem snarare för att se och förstå det som finns i dig och acceptera dig själv utan att moralisera. Bortse inte från dessa redskap, utan använd dem för att indirekt frambringa den ständiga förnyelsen och pånyttfödelseprocessen, den kreativa spontanitetens direkta upplevelse som bara det verkliga jaget kan ge.

Vad du upptäcker inom dig kan mycket väl vara samma som de ovanpålagda normerna som du anammar utifrån. Samtidigt är det en ofantlig skillnad mellan dessa. Endast det som verkligen kommer ur dig själv är av värde. Du kan inte finna det som verkligen finns inom dig, bakom alla destruktiva mönster och bilder, om du inte är redo att befria dig från de ovanpålagda, intellektualiserade begreppen och därmed titta på dig själv naken. Oavsett hur sant ett begrepp en gång kan ha varit för den som har upplevt det, går upplevelsens äkthet förlorad när tankar och handlingar upprepas mekaniskt.

Vad jag säger här är gammal visdom och mycket av detta har jag sagt tidigare. Men mycket lite av detta har verkligen förståtts. Jag försöker därför nu att säga det igen i andra ord. Den fas som de flesta av mina vänner nu närmar sig, kräver en medvetenhet om allting jag har sagt i kväll.

Och nu till era frågor.

FRÅGA: I mitt arbete med mig själv har jag märkt att på grund av att jag behöver rättfärdiga mig själv för det jag gör, fördömer jag även mig själv. Jag inser att detta är en försvarsmekanism som har att göra med mina felaktiga slutsatser och bilder. Jag befinner mig i någon slags känslomässig förvirring som jag har intellektualiserat. Skulle du kunna föreslå en lösning på problemet med själv rättfärdigande och själv fördömande?

SVAR: När du blir medveten om att du rättfärdigar dig själv, fråga dig varför du gör det. Skulle någon rättfärdiga det som man inte känner behöver rättfärdigas? Om du känner att det du gör behöver rättfärdigas, måste du fördöma eller döma eller moralisera. Det kan egentligen inte finnas något rättfärdigande utan ett moraliserande. Fråga dig sedan tydligt exakt vad det är du fördömer och varför du fördömer det. Det blir lätt att se att du inte fördömer på grund av en medfödd kunskap, utan huvudsakligen på grund av att samhället och omgivningen fördömer och därför gör du också det. Nu kan det mycket väl vara så att du har en önskan om att vara fri från den tendensen, för att du av många skäl känner att du skulle leva ett fullare och mer konstruktivt liv utan att tillgripa fördömanden. Men innan du kan bli medveten om din egen inre önskan, behöver du separera din sanna önskan från ditt beroende av den allmänna åsikten. Sedan, för att lösa problemet som hindrar dig från att utvecklas fullt ut, behöver du först acceptera och förstå det. Men du kan bara göra det om du upphör med att rättfärdiga och fördöma dig själv. Jag har sagt detta så många gånger, men det glöms alltid bort. Man kan inte hitta sanningen om problemets existens när man närmar sig det med en inställning av rätt kontra fel, bra kontra dåligt.

Enbart det faktum att du har en önskan om att vara fri från ditt problem skulle inte automatiskt medföra att du rättfärdigar och fördömer. Detta sker bara när du vill leva upp till ovanpålagda normer och ideal; du gör det för att du inte kan acceptera dig själv som du råkar vara nu och redan vill vara annorlunda. Du flyr från vad du är, vilket hindrar dig från att växa ut ur ditt problem. Det sistnämnda sker om du accepterar det som en del av dig själv. När du accepterar det fullt ut, rättfärdigar eller fördömer du inte längre, eftersom du har gett upp idealet och därmed de yttre normerna.

Om någon vill något och inte lever upp till yttre normer och förutfattade meningar, kommer det inte att finnas något behov av själv rättfärdigande och fördömande om en omedelbar framgång inte är förestående. Låt oss anta att någon vill skriva, men inte kan det. Enbart önskan kommer inte att

orsaka ett självfördömande. Om samhället däremot förkunnar att alla som inte skriver begår ett brott eller är underlägsna, då, förutom den enkla önskan om att skriva, skulle den här personen börja fördöma sig själv – och därför börja rättfärdiga och avvärja självfördömandets hårda slag. Att hitta ursäkter och förklaringar skulle bli ett sätt att täcka över självfördömandet.

Separera alltså dessa två aspekter. Bli medveten om hur du är beroende av den allmänna åsikten. Ta reda på varför du vill lösa ditt problem. Var sedan medveten om att närhelst du tittar på problemet, fördömer och rättfärdigar du. Ju mer du blir medveten, desto mindre kommer du att rättfärdiga och fördöma. Och detta utgör början av förståelsen. Allteftersom du blir medveten om och förstår ditt självmoraliserande och själv rättfärdigande, minskar de genom att du observerar dem. Problemet kommer att lösas genom handlingen av att förstå det och observera dig själv. Men lösningen på problemet kan inte komma innan ditt beroende av den allmänna åsikten är ur vägen.

Så många olyckliga tillstånd orsakas av det tvångsmässiga behovet av att leva upp till det ni tror existerar. Om ni inte kände till dessa yttre normer, skulle ni inte vara olyckliga. Den olyckliga känslan kommer ofta från jämförelser och är därmed inte äkta. Ta ett primitivt exempel: Låt oss anta att vissa människor är fattiga; de svälter inte, men de har mindre än sina grannar. Om alla andra skulle leva som de, skulle de inte vara olyckliga, men eftersom andra har mer, lider de. Är detta en verklig olycka? Om den inte är det, då kommer den från sinnet, från ovanpålagda idéer, från yttre kunskap – och den leder därför bort från det verkliga jaget. Det kan mycket väl vara värt er kontemplation att titta på er olycka ur den här synvinkeln. Även om vissa av era genuina behov kanske inte är tillgodosedda, skulle ni se att er olycka förvärras genom att jämföra er med andra. Att minska ingivelsen och tvångsimpulsen att jämföra, kommer att lämna den genuina önskan fri och göra det möjligt för er att vara öppna för att förstå hindren.

Det tillstånd som kanske genuint gör dig lycklig kan inte förstås och lösas upp så länge du drivs av ovanpålagda normer. Så länge skam och högmod manar fram ett moraliserande och rättfärdigande, kan du inte växa ur problemet, på grund av att du inte kan förstå det. Titta alltså på allt detta på ett lugnt sätt, utan brådska och utan impulsen att omedelbart komma över det.

FRÅGA: Jag har haft intrycket av att sinnet är byggaren, men enligt vad du säger, tycks det för mig som att känslorna är byggarna. Har jag rätt?

SVAR: Båda är byggare. Båda kan vara byggare för något konstruktivt eller destruktivt. Om de används för något som de inte är organiskt utformade för, då kommer de att vara destruktiva. Om sinnet vill bygga ett andligt tillstånd och döljer de faktiska känslorna, är det destruktivt. Om sinnet bygger på vad det får reda på om sina egna förvrängningar, kommer det att vara konstruktivt. Känslor som du är medveten om, även om de är negativa, kan inte bygga något destruktivt. Men

omedvetna negativa känslor kommer att bygga destruktiva resultat. Positiva känslor bygger konstruktiva resultat. Om sinnet används för att bygga materiella ting, är det konstruktivt, eftersom detta är vad sinnet är till för. Du behöver sinnet för att forma intentionen att avlägsna det som det har byggt upp på ett negativt sätt. Det finns ingen strikt gräns mellan sinnet och känslor. De blandas. Både tankar och känslor kan ha sitt ursprung i sinnet. Ett annat område av ditt väsen – det verkliga jaget – frambringar tankar och känslor av ett annat slag.

FRÅGA: Jag skulle vilja ställa två frågor i samband med yoga. Är vad du sa i kväll samma sak som vad yoga kallar ”att bli verklighetens spegel”? Också att sinnet ska bli sinnets dräpare för att nå verkligheten?

SVAR: Ja, det är samma sak, det används bara ofta mycket felaktigt. Det används som en kraft som lägger lager ovanpå och på ett forcerat sätt avskärmar något. Även ordet ”dräpare” antyder detta djupa och olyckliga missförstånd. Det indikerar en felaktig process. Om man försöker dräpa sinnet, gömmer det sig bara. Det kan endast lösas upp genom en förståelseprocess. Förvirring avlägsnas inte genom att man på ett forcerat sätt river ut den. Det får dig bara att förtränga medvetenheten om att förvirringen finns. Men om du tittar på förvirringen utan något tvång, utan brådska, utan moraliserande, utan förnekelse, då kan du hoppas på den förståelse som är nödvändig för att växa ut ur den. Att ”dräpa” indikerar tvång, brådska, moraliserande – så detta kan inte vara vägen.

Har inte de flesta av er på denna väg redan upplevt detta fenomen? Närhelst du stöter på en aspekt som du inte tycker om och är otålig att bli av med den, återkommer den alltid i en eller annan form, förr eller senare. Men när du lugnt tittar på den, når du en djupare nivå av förståelse och långsamt börjar den här aspekten verkligen att förlora sin kraft och verkan. Närhelst den fortfarande återkommer och du inte blir otålig, utan försöker få mer insikt om dig själv utifrån denna aspekts envishet, blir du lugn och rofylld, men absolut inte genom att ”dräpa” den, som bara är ett annat ord för att vifta undan den. Detta kan bara skapa förträngning, och förträngning utgör självbedrägeri. Du tror att du inte har den för att du inte är medveten om den. Men detta är inte att bli av med något. Forcering leder bara till självbedrägeri och illusion.

Genom att låta en önskad aspekt vara, låta den flyta på ytan, kan du följa den och lära dig att förstå den. Detta är det enda sättet, mina vänner. Att skära av eller dräpa skulle vara en genväg och det finns inte någon genväg till växande och genuin andlig och emotionell hälsa. När du låter den finnas där, i full medvetenhet, då upphör den att vara, efter att den djupa förståelsen har kommit till dig.

Dessa andliga lärare som har gjort uttalandena du nämnde har uppfattat vissa sanningar. Men jag tvivlar på att någon som har uppfattat och upplevt sanningen kan förespråka ”dräpande”. De som gör det har anammat någon annans upplevelse och säljer ut sina egna insikter. Det är naturligtvis också möjligt att fel uttryck används av översättare och andra som försöker ge till världen vad en viss person har upplevt. Sådana begrepp som ”dräpande” leder längre bort från varandets verkliga tillstånd. De kan dock leda till ett illusoriskt, inbillat varande tillstånd.

De stora andarna i alla tider har sagt, och kommer att säga, det som jag har försökt säga under ett antal år, ur olika infallsvinklar och perspektiv. De kan ha använt andra ord, men kärnan förblir alltid densamma. Jesus talade om att inte värja sig mot det onda. Detta är vad han menade: Om du värjer dig mot det onda, mot förvirringen och förvrängningarna, driver du dem bara under jorden. Om du inte värjer dig mot dem, kan du känna igen dem. Du har automatiskt ödmjukheten att inte försöka vara mer än vad du är och du har därmed den grundläggande förutsättningen för att växa ut ur det onda och återfödas in i ditt verkliga jag. Att skära bort, forcera, att handla disciplinärt, dräpa, är alla former av att göra motstånd. När man dömer gör man motstånd. När man rättfärdigar gör man motstånd.

FRÅGA: Vad är då den rätta självdisciplinen?

SVAR: Jag tror att detta föredrag, liksom alla tidigare, svarar mer än väl på din fråga. En av poängerna som jag återkommande gör, är att handla disciplinärt är att tvinga och leder därför bort från självkännedom. Intentionen att titta på dig själv som du är och inte som du vill vara leder till självkännedom, ja. Men disciplin betecknar tvång, förträngning, undertryckande och forcerad handling – som alla är genvägar, illusioner och medel för att stärka den idealiserade självbilden.

Som jag har sagt i detta föredrag är intellekt, vilja och disciplin nödvändiga för era yttre handlingar, för ert fysiska liv, för att förhindra att destruktiva impulser kommer till uttryck. Men när det kommer till ditt inre väsens växande, är disciplin mycket skadligt. Om du disciplinerar dina tankar och känslor, tvingar du dem att vara något annat än vad de är. Om du om och om igen har intentionen att titta på dig själv i sanning, är detta inte disciplin. Det är en intention som du fullföljer. Om du använder din vilja för syftet att ”Jag vill känna mig själv”, är detta gott, konstruktivt och realistiskt. Men när du använder din vilja för att vara något som du ännu inte är, hur kan detta vara verkligt? Om du lugnt tittar på dig själv utan att moralisera, utan att rättfärdiga, utan att klaga eller göra motstånd, då disciplinerar du dig inte. Du tittar helt enkelt på vad som finns där. Förstår du?

FRÅGA: Jag förstår inte hur en person kan leva utan självdisciplin.

SVAR: Detta är något helt annat. Jag klargjorde detta så tydligt i det här föredraget, liksom i tidigare föredrag för den delen, att jag tror att om du lugnt läser det jag sagt igen och öppnar ditt sinne, kommer du att förstå vad jag menar. Den omogna själen har naturligtvis många destruktiva impulser som endast kan kontrolleras genom självdisciplin. Men jag talar inte om det. Jag talar om det inre livet, om att växa ut ur dessa mycket destruktiva impulser. Jag talar om det verkliga jagets födelse, kärlekens födelse. Kan kärlek komma till stånd genom disciplin, genom en viljehandling? Kan någon kreativ process komma till stånd genom disciplin? Kan du vara en god människa genom disciplin? Absolut inte. Förstår du lite vad jag menar?

FRÅGA: Det finns många olika sätt att ha disciplin och detta är inte vad jag hade i åtanke. Jag menade kanalisering.

SVAR: Vad menar du med kanalisering?

FRÅGA: Kanalisering av känslor.

SVAR: När du kanaliserar dina känslor, tvingar du dem att ta den bana som du bestämmer med ditt sinne. Är detta äkta? Kan det leda till verkligheten? När du inte står på vakt och inte säger åt dem vilken bana de ska ta och inte kanaliserar dem, kommer de att röra sig som de är – och du blir besviken eftersom du trodde att din kanaliserande disciplinära handling hade gjort dem till det du önskar att de ska vara, att den gjorde dig till det du önskar vara. Men du är inte det. Om du verkligen hade förändrats, skulle du inte behöva kanalisera något. Dina känslor skulle automatiskt flöda på ett konstruktivt sätt. I den stund som du måste kanalisera dem, misstror du dem – och det med rätta, för de är fortfarande omogna. Hur kan de mogna genom att bli kanaliserade?

Kanaliserar man en levande organism, en växande kropp? Om man gjorde det, skulle man lamslå den. Och detta är vad som händer med känslor om de kanaliseras. De kan utåt sett ”uppföra sig”, men det betyder inte att de har vuxit ur det omogna tillståndet.

Jag har diskuterat detta i sådan utsträckning i det förflutna att jag egentligen inte behöver upprepa det här. Jag vill bara tillägga detta: kanaliserade känslor är manipulerade negativa känslor. Endast genom att frigöra dem kommer du att kunna transformera dem genom att förstå dem. I sin essens är dina känslor konstruktiva, men hur kan du komma till dem så länge du inte förstår deras negativa förvrängningar? Genom att kanalisera dina känslor, och därmed dig själv, hur kan du vara fri? Egen jagförnimmelse¹ utgör frihet. Disciplin och kanalisering leder bort från frihet.

¹ Eng. "selfhood", som också kan tolkas som självständighet. Övers. anm.

FRÅGA: Om man befinner sig i varandets tillstånd, som är det verkliga jaget, och fungerar på en positiv nivå, och sedan upptäcker man en neurotisk tendens på en djup nivå, tycks det verkliga jaget försvinna. Varför kan man då inte utföra något kreativt arbete?

SVAR: Kreativiteten kommer från det verkliga jaget. Att helt och fullt vara ditt verkliga jag kräver en hel del förståelse och observation. Denna förståelse och observation avbryts dock ständigt av er ingrodda vana att dölja, moralisera och rättfärdiga. Du kanske lyckas en gång, men sedan glömmes du igen och nästa gång som du stöter på ett stort område trycker du återigen undan, dömer och strävar bort från det som är.

Detta är svårigheten som man måste vara medveten om för att skapa sig vanan att leta, se och försöka förstå och samtidigt förbli helt fri från alla förutfattade idéer. Den tidigare upplevelsen av det verkliga jaget kanske också får en att ta det för givet, i tanken om att det kommer att finnas där igen precis som tidigare, och sträva efter att uppnå det igen. Men strävandet utgör precis motsatsen till vad som tar fram det verkliga jaget. En tidigare upplevelse kan inte dupliceras på ett direkt sätt. Men ditt sätt att gå till väga – nämligen att vara fri från att trycka undan och ha villigheten att på ett lugnt sätt och utan att döma se vad som finns, utan att ha bråttom i det – detta kan förnya upplevelsen.

Ditt verkliga jag är täckt av falska ovanpålagda lager. Du kanske har börjat avlägsna ett visst område och har därmed uppnått en viss plåtå, men nu träder andra områden fram. Här behöver genombrottet åstadkommas helt på nytt genom samma process. Att ha haft denna upplevelse av det verkliga jaget några gånger kommer att ge dig en stor styrka. Men förvänta dig ännu inte att ha den hela tiden. Sådana förväntningar kommer ha en mycket negativ effekt.

FRÅGA: Men vad händer om man är engagerad i ett kreativt arbete och sedan, plötsligt, kan man inte göra det längre?

SVAR: Det beror på att det fortfarande finns vissa hinder inom dig som du inte helt har förstått. När du uppnådde det verkliga jaget förväntade du dig ännu inte det. Eftersom upplevelsen kom objudet, oavsiktligt, så att säga, hade du rätt inställning. Utan den går upplevelsen förlorad igen. I stället finns det en förväntan och därför en strävan bort från det som är.

FRÅGA: Du talade om ovanpålagda normer. Hur borde vi utbilda våra barn? Vid detta skede läggs varje norm som vi ger till våra barn som ett lager ovanpå.

SVAR: Ja, mina käraste vänner, detta är ett kapitel som leder för långt för att besvaras nu. Allt jag kan säga är att människans utbildning är så felaktig vid den här tidpunkten. Det skulle kunna vara

så mycket mer konstruktivt om barnet kunde utbildas i överensstämmelse med en undervisning som denna. Om självkännedom och självförståelse och det ärliga mötet med det som är odlades i barnet, skulle det inte finnas någon konflikt mellan två otillfredsställande alternativ: att antingen släppa loss alla destruktiva impulser eller att spärra in sanningens levande anda för det rätta beteendets skull. Barnet skulle från början kunna uppmuntras att utvecklas i sitt inre genom att se och möta sanningen. Yttre, ovanpålagda normer skulle endast utgöra en struktur för dem som ännu är oförmögna att rikta in sitt beteende i konstruktiva handlingar.

Eftersom utbildningen ligger så långt efter vad den egentligen redan skulle kunna vara vid den här tidpunkten, blir moraliska lagar en piska och ett fängelse och kärlekens levande anda kan därmed inte växa. Jag tror att det kommer att ta en del tid innan mänskligheten förändrar utbildningssystemet, även om vissa trevande försök redan har gjorts. Kanske först bara i enskilda hem, av enskilda lärare, men efterhand blir förändringen mer allmän. Fram till dess kommer många fler människor att behöva finna sig själva i sanning och i verkligheten, i stället för att låtsas vara något annat. Detta är det enda sättet som förvirring, smärta och lidande kan avlägsnas. Det är det enda sättet som Gud kan uppenbaras. Ljus, kärlek, glädje – allt detta är ett resultat av sanningen, inte sanningen långt bortom ert tillstånd, utan sanningen som den råkar vara inom er nu.

Välsignelser till er alla. Må dessa ord sjunka in, och även om effekten endast är liten, kommer de att visa sig vara oerhört hjälpsamma. Tänk och känn dessa ord. Fullfölj dessa tankar på egen hand så att ni kan acceptera dem som sanning. Separera er från idéer som ni klamrar er fast vid bara för att ni har gjort så under en lång tid och för att ni fortfarande kämpar emot att känna igen er själva som ni är nu. Allt detta frambringar ingenting annat än stridigheter. Var välsignade, mina vänner, alla ni. Var i frid. Var i Gud!

Redigerat av Judith och John Saly, 1996.

Översatt från engelskan av Magdalena Rosell, språkgranskat av Clifford Weinmann, 2024.

För mer information om hur du kan finna och delta i Pathwork-aktiviteter över hela världen, besök www.pathwork.org

Följande tillkännagivanden är avsedda som en vägledning kring användningen av namnet Pathwork® och detta föredragsmaterial.

Varumärke

Pathwork® är ett USA-registrerat varumärke som ägs av The International Pathwork Foundation (här kallad stiftelsen Pathwork) och som inte får användas utan uttryckligt skriftligt tillstånd från denna stiftelse. Stiftelsen kan dock efter

eget gottfinnande tillåta att andra organisationer eller personer, såsom exempelvis filialer och avdelningar, får använda varumärket Pathwork®.

Upphovsrätt

Upphovsrätten till Pathwork Guide-materialet tillhör med ensamrätt stiftelsen Pathwork. Detta föredrag kan reproduceras i enlighet med stiftelsens varumärkes- och upphovsrättspolicy, men texten får inte ändras eller förkortas på något sätt. Inte heller får upphovsrättsmärket, varumärket eller eventuella andra tillkännagivanden tas bort. De som tar del av materialet får endast debiteras kostnaden för reproduktion och distribution.

Varje person eller organisation som använder stiftelsen Pathworks varumärke eller upphovsrättsskyddade material anses ha gått med på att följa stiftelsens varumärkes- och upphovsrättspolicy. Önskar du mer information om eller en kopia av denna policy, kontakta stiftelsen.

2024-06-16