

Genomträngningen av den gudomliga ljusgnistan in i de yttre områdena – Sinnesövningar

Välkomna! Ni är alla välsignade, mina käraste vänner. Särskilda välsignelser ges för början av ett nytt arbetsår – ett särskilt betydelsefullt sådant, eftersom detta år bär frukten av en andlig form som materialiseras till en jordisk form.

Denna byggnation är verkligen ett vackert förehavande, med vilket du uppfyller dig själv eftersom du uppfyller din uppgift i universum. Vilka svårigheter som än behöver övervinnas är ett uttryck för summan av den "kropp" som alla ni bildar. Den här gruppen, liksom alla andra skapade entiteter, har sin egen andliga kropp. En kropp består av många aspekter, precis som den enskilda människan består av många aspekter.

Varje människa utgör en aspekt av det större medvetandet, som helt och hållet är ett. Detta är bara ord för många av er, men de kan eventuellt öppna upp en inre upplevelse för er, genom vilken ni verkligen kommer att veta att ni alla är ett i medvetandet. Kanske kan ni få en föraning om detta även nu, när ni efter år av arbete är i stånd att känna igen och hantera olika aspekter av er personlighet. Vissa av dessa är i disharmoni med er medvetna goda vilja, andra i harmoni. På den allra djupaste nivån finns det en aspekt av medvetande som i sin skönhet, visdom, styrka och kärlek överträffar till och med era bästa intentioner och förmågor att bringa harmoni i era inre och så småningom yttre disharmonier.

Ni lär er att identifiera er med var och en av era aspekter och identifiera dem, en efter en. Du vinner därmed en föraning av hela summan av ditt manifesta väsen, det som du känner till som "du". Du lär dig att acceptera även de aspekter du inte tycker om och därmed transformera deras energi, i stället för att separera dig från dem så att de manifesterar sig som externa krafter.

Detta gäller för all skapelse. Du är en del av det universella medvetandet, precis som en specifik aspekt inom dig är en del av hela din personlighet. Din inneboende rädsla för att överbrygga klyftan mellan det lilla, separata egomedvetandet och allmedvetandet har sin upprinnelse i tanken att om du överbryggar den här klyftan, kommer du att förlora dig själv. Detta är naturligtvis helt

osant. För ju mer du inser att du är allt, desto mer kommer du bli dig själv, desto mer fullständig blir du, inte mindre.

Det är skapelsens övergripande syfte att överbrygga den här klyftan och upprätta allmedvetandet överallt. Ni frågar er gång på gång varför denna klyfta finns. Många förklaringar har getts kring det så kallade fallet – fallet från nåden eller änglarnas fall eller vad det än kan kallas i religiös terminologi.

Låt mig nu ge er en ny version av samma process. Detta är inte bara för att informera er och lära er kosmologi. Vad jag kommer att säga om skapelsen kommer att vara av omedelbart, praktiskt värde för er egen utveckling. Det kommer inte bara att öppna er ytterligare för den djupaste kosmiska sanningen utanför er, utan ni kommer att upptäcka alla dessa sanningar inom er just nu, om ni vill se dem. Så småningom kommer ni att förstå på den djupaste nivån varför ni identifierar er med detta separerade egomedvetande, varför ni är så rädda för att låta er smälta samman med det större medvetandet. Ni kommer att förstå hur illusorisk den här rädslan är och ni kommer att se att lidandet i själva verket uppstår ur ert motstånd och därför är onödigt. Dessa ord kommer att hjälpa till att öppna dörren för en djupare kunskap och för upplevelsen av den eviga, oföränderliga sanningen.

Återigen måste jag påminna er om hur svårt det är att uttrycka verkligheten inom det mänskliga språkets begränsningar, eftersom det mänskliga språkets termer och begrepp är utformade enligt en mycket snäv aspekt av verkligheten. Mina ord kan därmed alltid missförstås och förvrängas eller helt enkelt låta obegripliga, förvirrande och motsägelsefulla. Era tredimensionella begrepp kan knappast inrymma de flerdimensionella sanningarna bortom mänsklig förståelse. Om ni medvetet tillåter förståelsen i ert hjärta och er själ, i er djupaste intuition, kommer mina ord ändå i viss utsträckning att nå er. Det kommer att uppstå ett eko av en viss inre förståelse som svårligen kan sättas ord på.

Skapelsen ”började” – och den började förstås egentligen aldrig, så när jag säger ”började” pressar jag återigen in ett begrepp i det mänskliga språket, ett begrepp som det inte finns något annat ord för. Försök att känna den här sanningen! Skapelsen ”började” med den gudomliga gnistan. Gnistan kan ha varit mycket liten i ett ofantligt stort vakuum. I denna lilla gnista fanns dock den yttersta gudomliga verkligheten som innefattar allting som är medvetet inom den mest mäktiga skaparenergien, den mest otroliga visdomen och kärleken. Den oändligt goda gudomliga Skaparen ämnade fylla detta vakuum, ett vakuum av intighet, med alltets gnista. Gradvis började gnistan sprida ut sig och långsamt tränga in i vakuums mörker och intighet. Gnistan bar på ett otroligt ljus och glödande livfullhet och allhet. Vakuums bildade en oändlighet i de ”yttre” områdena; gnistan bildade en oändlighet i de ”inre” områdena. Här kan det uppstå en motsägelse i dualistiska

mänskliga begrepp. Hur kunde det finnas två oändligheter? Det är verkligen omöjligt att förmedla detta till det mänskliga medvetandet – hur det kan vara sant att det finns en oändlighet, men att den utgör både ett vakuum och en inre gnista av evigt ljus, där det senare fyller det förra.

Den eviga gnistan sprider obevekligt sina inre oändliga områden. Ni kanske kan visualisera dess form i en bild: Föreställ er en tät, gyllene, gnistrande vätska överflödande av energi och härliga kreativa möjligheter och som inrymmer alla frön inom sig. Briljant, brusande, levande, intensivt medveten är den utrustad med all tänkbar och ofattbar makt att skapa världar och varelser. Den sprider sig långsamt och strävar efter att fylla den synbarligen oändliga intigheten. Detta utgör Alltet i sin oändlighet och evighet, som obönhörligt fyller vakuumet tills det inte finns något vakuum.

Eftersom Alltet är ett sådant livfullt medvetande och en sådan mäktig energi, kan det inte annat än att tränga igenom hela vakuumet. Det yttre området kommer att bli helt och hållet fyllt med den inre världen av ljus och liv.

I spridningsprocessen tycks partiklar av detta Allt, denna gudomliga gnista, gå vilse och ”glömma bort” sin helhets och samhörighets ursprung. Dessa partiklar tror sig vara isolerade medvetandepunkter som har kastats ut i det yttre mörkret och kämpar emot att slukas upp av det. Denna kamp är en illusion, rädslan är en illusion. Den synbarligen isolerade punkten är egentligen inte isolerad. Förbindelsen finns alltid, men i genomträngningsprocessen förminskas delvis det fortskridande, spridande livet och allheten i sin manifestation. I detta förminskade tillstånd finns det ”tider” när det yttre mörkret tycks vara närmare och mer verkligt än gnistans inre liv.

Det yttre vakuumet är inte ont, för det onda är inte ingenting. Ondskan uppstår när den gudomliga gnistans partiklar förlorar sitt minne och ännu inte har återvunnit vetskapen om sin förbindelse och kämpar emot vakuumet. Den våldsamma kampen mot att ge upp att vara, att existera, att vara levande, förvränger den gudomliga verkligheten och energin. Den tillfälliga övergången skapar ett tillstånd som kan kallas ondska. Men det är tillfälligt.

Denna tillfälliga och synbarligen separerade aspekt av den gudomliga verkligheten, måste oundvikligen dras tillbaka in i det ständigt spridande Alltet. Det vill säga, det dras egentligen inte tillbaka. Den ständigt växande fullheten av den spridande gnistan kommer snarare i kapp den aspekt som har rört sig framåt i en förminskad form. Hela naturen med dess olika livsformer, är en del av denna stora, långsamt fortskridande våg som fyller de yttre områdena.

Ditt eget liv, din kamp och din utveckling bör ses i detta ljus. Upplev hur du känns allteftersom du bringar sanning och gudomlighet in i hela ditt väsen. Detta är gnistan inom dig som pressar sig

fram för att tränga igenom de yttre områdena. Ju mer livet på jorden utvecklas i andlighet, rättvisa, kärlek, sanning och enhet, desto mer fullgör det denna skaparprocess.

Allt detta förklarar ert motstånd mot att ge upp er negativitet, er ondska. Om den isolerade aspekten har förlorat sin förbindelse med och sitt syfte i tingens större ordning ur sikte, kan den inte längre identifiera sig med det allmedvetande som den är en del av. Att ge upp de negativa inställningarna som uttrycker kampen mot det mörka vakuumet, tycks alltså hota individen med utplåning. Att ge upp det onda tycks vara som att frivilligt gå in i den mörka intigheten – som förväxlas med den fysiska döden. Eftersom den gudomliga verkligheten i slutänden måste fylla allting som är, måste alla partiklar återföreina sig själva – eller snarare upptäcka att de alltid har varit förenade med Alltet.

Rädslan för att vakuumet kommer att uppsluka den synbarligen separerade gudomliga gnistan är vad ni upplever när ni möter er innersta skräck. För det jag säger här, filosofiskt, metafysiskt och fjärran som det kan låta, är inte en avlägsen händelse som inte har något med ert nuvarande liv att göra. När du går djupt in i dig själv, kommer du att upptäcka att denna rädsla pågår i ditt inre och yttre liv. Du kommer att upptäcka skräcken för vakuumet och du kommer slutligen att upptäcka det eviga medvetandet, allmedvetandet, som är du och som aldrig kan dö och som sakta måste tränga igenom vakuumet.

Ju förr ni skapar utrymme för dessa djupa sanningar och öppet svarar på dem, desto förr kommer ni att uppleva ert väsens sanna tillstånd. Men när ditt medvetande är indränkt i separationens tillstånd som den enda ”verkligheten”, när det misstar det tillfälliga tillståndet som den slutgiltiga verkligheten, blockerar ditt sinne upplevelsen.

Detta är skapelsens plan, detta är utveckling, detta är syftet. Kan ni se hur ni, var och en av er, utgör en del av det? Du har en uppgift, för du är Gud. Det slutgiltiga inom dig, Alltet inom dig, sänder ut dig, sänder ut en aspekt av sig självt, som då manifesterar sig som ett synbarligen separerat egomedvetande. Det är uppgiften för denna separerade aspekt att sondera sina egna djup och möjligheter att finna livets oändlighet, makt, visdom, kärlek, skönhet och evighet. För all helhet inryms även i delen. Det är verkligen er uppgift att göra hela ert medvetna väsen medvetet om detta, så att ni medvetet och avsiktligt kan sprida ert väsen in i vakuumet och fylla det med er verkliga natur.

När ni mediterar djupt, kommer ni omedelbart att kunna använda dessa tankar för att förstå er själva och era liv. De flesta av er har gått tillräckligt djupt för att vara redo att använda dessa ord, att intuitivt få kontakt med dem. När du väl ser deras sanning, kommer något mycket vitalt att förändras. Allteftersom du lär dig att acceptera både de positiva och negativa aspekterna i dig och

därmed förena dig själv, kommer du att börja känna på samma sätt för din omgivning och du kommer att veta att alla människor – oavsett om du tycker om dem eller inte, accepterar dem eller inte, om de är utvecklade individer eller inte – är aspekter av helheten, precis som du. Du kommer också att veta att det negativa, antingen i dig själv eller hos andra, endast är en aspekt av det positiva väsendet. Du kommer att upphöra att känna dig fjärrad från och rädd för det. Men du behöver börja med att först upphöra att vara fjärrad från och rädd för vad som än finns i dig, för ju räddare du är för aspekter av dig själv, desto mer måste den rädslan projiceras på det yttre livet, på andra människor och yttre förhållanden. Det enda sättet som du kan upphöra med att känna dig rädd för livet, för andra människor, för döden, är att möta det du är mest rädd för i dig själv. Detta är vägen. Jag upprepar: Detta är vägen!

Jag har lovat er, mina vänner, att jag skulle ge mer kraftfullt material och specifika andliga övningar som hjälper er att röra er vidare på er väg. Den första övningen som jag vill ge är en mycket viktig övning som har med känslans nivå att göra. Men först vill jag ge er en kort förklaring.

Vid det här laget har ni alla varit i kontakt med mycket djupa känslor som ni kanske aldrig tidigare har vågat uppleva eller acceptera, och ni lärde er hur man kunde uttrycka dem. Men ni alla bär fortfarande på en mycket viktig missuppfattning vad gäller känslor, som är att man på något sätt kan ”bli av med” negativa känslor. Detta är en lätt förvrängning. Jag vill samtidigt inte antyda att man alltid måste vara belastad med olösta negativa känslor. Vi behöver tydligt skilja mellan stagnerade, kvarvarande känslor som personligheten inte är medveten om att de hålls tillbaka, och personlighetens medfödda förmåga att uppleva alla slags känslor om själen befinner sig i ett rörligt tillstånd. Ju mindre rädd du är för din undertryckta ilska, exempelvis, och ju mer du lär dig att acceptera den, uttrycka den och ta ansvar för den, snarare än att projicera den på andra, desto friare kommer du att vara i att frambringa ilska ”efter behag”.

Om man tänker på detta arbete i termer av att ”bli av med” känslor, måste man bli förvirrad. Jag har ofta sagt att när energin i en olämplig, destruktiv känsla transformeras, utplånas den inte. Vad jag vill lägga till här är att du kan medvetandegöra dig om det tillstånd, som ännu endast utgör en möjlighet, där du är så rörlig och i så hög grad har kommandot över dig själv att alla känslor kan föras fram på grund av att denna möjlighet alltid finns inom dig. Det falska idealet av ett högt utvecklat andligt tillstånd är att det borde vara helt utan ilska, raseri, rädsla, smärta eller sorg. Den här idén är förvrängd och leder till en rigid, orealistisk bild. Ju mer du är i stånd att uppleva alla slags känslor, desto mindre förslavad blir du av dem. Ju mindre du kan uppbåda känslor, desto mer rädd är du för dem och därför i deras nåd. Detta kan yttra sig i ett okontrollerat, destruktivt utagerande eller i att alla kreativa energier, möjligheter och förmågan att känna stagnerar. Liksom all falskhet, leder den här missuppfattningen till en dualistisk konflikt, en dubbel bindning.

Rörelse är en av de väsentliga biprodukterna av att vara levande, av det förenade tillståndet. Vakuumet är fixerat; alltets gnista rör sig oupphörligt. Ni kämpar ständigt mellan dessa två tillstånd. Ni suktar efter icke-rörelse. Ni upplever på så sätt rädsla för vakuumet. Ni önskar er icke-rörelse i illusionen av att rörelse kommer att leda er in i vakuumet, där ert medvetande kommer att upphöra. Den inre livsgnistan pressar samtidigt på i riktning mot rörelse.

På er väg lär ni er därför att röra er kropp, ni lär er att röra era känslor, ni lär er att röra ert sinne, så att er ande kan röra er. Den rörliga anden måste tillåtas att manifesteras; detta är anledningen till att alla andra nivåer i personligheten måste anpassas till andens medfödda natur: rörelse.

Ni rör er kropp så att energiflödet kan tränga igenom hela ert fysiska system, er fysiska energi. Ni rör era känslor genom att lära er att släppa fram dem och känna deras rörelse inom er. Ni rör ert sinne genom att öppna det för nya sätt att se på saker. Detta är en absolut nödvändig uppgift. Era fasta idéer hindrar anden från att röra ert sinne och inspirera det med den högre sanningen. Jag talar inte bara om allmänna begrepp, utan om era nuvarande situationer. Vad som händer är att ni tillägnar er vissa åsikter och omdömen och sedan investerar så mycket energi i dem, att ni till slut tror att dessa är era verkliga känslor. Den negativa energin skapas av rigida och därför oundvikligen falska tankar. Den begränsade sanningen, som ni tror är hela sanningen, blir då verktyget för villfarelse och självbedrägeri.

Det ni nu tror är känslor, är alltså ofta bara fasta åsikter. Och där era känslor borde uppenbara sig, är ni förlamade och oförmögna att låta dem flöda. Uppgiften i allt slags arbete som detta, är att bringa hela systemet i rörelse. Men det kräver en mycket fin lyhördhet vad gäller tidpunkten för att veta vad som är lämpligt och när, annars kan man vålla skada. Varje nivå av personligheten kräver sitt eget tillvägagångssätt. Innan vissa övningar kan användas måste det också finnas en viss rörlighet i kroppen, känslan och sinnet, annars kommer förvrängningar att uppstå. De avsiktligt frambringade känslorna kan exempelvis förvrängas genom att de dramatiseras, överdrivs, förfalskas. Egenviljan kan användas för att hålla skenet uppe och understödja illusionen av att själen är rörlig och befinner sig i ett flödande tillstånd.

På samma sätt, när sinnet övar sig självt genom att prova nya alternativ för att se en situation, med det dolda motivet att komma undan från att se i vitögat skuldbeläggande, klander och ett självrättfärdigt offergörande av dig själv, kan detta leda till en falsk, ovanpålagd frid som täcker över en hel del negativa känslor som ännu inte har hanterats. Ni kan se att tidpunkten här spelar en stor roll.

Låt oss nu beakta vad jag sa om negativa känslor, nämligen att det är en förvrängning att försöka bli helt av med dem. Så länge du odlar din förmåga att frambringa och uppleva en känsla, kommer känslan, om den inte är önskvärd, inte att ha någon makt över dig. Ni kan aldrig lägga era känslor bakom er på ett fast och definitivt sätt. Det finns inte något framtida tillstånd där alla era mål har uppnåtts och där ni inte längre behöver röra er. Den föreställningen uppstår i sig ur att rörelse fruktas, att rörelse avvisas, därmed ur illusionen av att rörelse inte är önskvärd. Om du vilar i ett sanningsenligt tillstånd, är rörelse önskvärd och icke-rörelse undviks.

Låt oss ta den fysiska nivån som ett exempel. Anta att du har arbetat tillräckligt på den fysiska och emotionella nivån för att avlägsna alla dina blockeringar i musklerna. Detta innebär inte att du nu kan upphöra med att röra din kropp. Om du skulle göra det, skulle nya blockeringar snart uppkomma på nytt, eftersom ditt beslut om att förbli statisk skulle grunda sig i en felaktig uppfattning om livet, och negativa känslor, i detta fall rädsla, skulle utvecklas. Om du inte hanterar den här rädslan genom att erkänna, acceptera och utmana den, ger du efter för den falska idén, rädslan, som hindrar dig från att röra dig på alla nivåer.

Den friska individen fortsätter att röra sig – inte av terapeutiska skäl, utan av glädje. Rörelse är då inte längre ett bestyr; den är en njutning. Så länge rörelse är ett bestyr, är frestelsen att bli stillastående och ge efter för vakuumet stor. Detta måste övervinnas genom att röra ditt sinne i nya riktningar, genom att besluta dig för att röra dig på alla nivåer, så att din ande kan tränga in i och ge liv åt alla nivåer med sitt liv och sin sanning. Din ande vill bringa ljus in i mörkret och rörelse in i stagnationen. Om du upphör med att röra dig, börjar du att dö.

På känslans nivå gäller samma sak. Människor som har kommit långt i sin utveckling kan verkligen ha löst upp kvarvarande känslor av hat. De kan ha gått igenom sin kvarvarande smärta. De kan ha skingrat sin kvarvarande ilska. Detta innebär inte att sådana människor inte kan och inte någonsin kommer att uppleva dessa känslor igen. Tvärtom: ju mer de kvarvarande känslorna har accepterats och inte längre fruktas och avvisas, desto större är ens förmåga att röra själsströmmarna i vilken riktning som helst vid vilken tidpunkt som helst. Sådana människor kan nu efter behag uppleva vilken känsla som helst. Upplevelsen får dock inte komma från den strama egenviljan, den måste komma från den friktionsfria, sunda inre viljan. Om du kan göra detta, om du efter behag kan frambringa våldsamt hat och ilska, efter behag kan frambringa smärta och sorg, efter behag kan frambringa rädsla och skräck, efter behag kan frambringa jämnmod och frid, njutning och glädje, kärlek och medkänsla, då är du verkligen i besittning av dig själv och kan röras inifrån.

De som har en tendens att överdramatisera, vara egensinniga och förfälska känslor, bör avstå från dessa övningar eftersom de först måste göra sig av med masken som döljer deras skam för sina

verkliga känslor. De som har en tendens att använda vissa begränsade känslor som ett försvar mot andra känslor, bör avsiktligt avstå ett tag från att använda den ovanpålagda känslan för att öva sig med. Säg att någon använder rädsla som ett försvar mot illvilja, våld, ondska, hat. Alla dessa känslor måste arbetas igenom innan man försöker sig på några övningar.

Det kommer inte att vara svårt för er att se att människor som är mycket sammandragna, begränsade och fjärrade från sin kärna är oförmögna att frambringa några känslor – eller bara en mycket begränsad mängd. De är avtrubbade och förlamade på den nivån, medan människor som redan är mycket mer befriade från sammandragningen och försvaren på grund av att de kvarvarande känslorna har hanterats, är mycket rörligare och lätt kan bestämma sig för att vara arga, ledsna eller befinna sig i vilket känslomässigt tillstånd som helst som de för tillfället önskar.

Övningar bör göras gradvis med detta i åtanke, och var och en av er bör utvärdera var ni befinner er i detta avseende. Detta kommer att vara till oerhört stor hjälp och främja er utveckling. Använd er inre vägledning vad gäller när och hur man tillämpar dem. Att känna till dessa principer är mycket viktigt. När du i allt högre grad kan frambringa känslor, kommer du att bli mer förmögen att ta fram alla sista rester av känslor som har negligerats. Även när dessa känslor är helt borta, bör du praktisera en känslomässig rörlighet för att hålla din själssubstans vibrerande och flödande.

Jag har alltid nämnt hur viktiga själsrörelser är. De inre kosmiska rörelserna som ständigt går igenom er kan endast göras medvetna när ert känslomässiga tillstånd är spänstigt, när ni lätt kan spela upp det. Låt er inspireras av dessa övningar; gör dem avsiktligt. De kräver naturligtvis energin från ett antal människor. Det är mycket svårare att göra dessa övningar ensam, men så småningom kommer ni att kunna göra även det.

Börja med att lyssna in dig själv för att upptäcka vad din övervägande känsla är just nu. Den kan först bara vara svag och du måste bygga upp den och tillåta dig att uppleva och uttrycka den fullt ut och intensivt. Därefter kan du utforska andra känslor allteftersom de börjar visa sig. Vid andra tillfällen kan din hjälpare besluta att koncentrationen ska ligga på vissa känslor eller så kommer din inspiration att leda dig. Arbeta alltid med meditation, där ni ber om vägledning och inspiration.

Denna övning där ni gör er rörliga och följsamma är mycket viktig för er slutliga anpassning till ert gudomliga centrum. Jag ska så småningom också ge er vissa sinnesövningar att göra. Under tiden kommer jag att ge er en specifik sådan övning. Ta någon situation som du befinner dig i nu som stör dig, en störning i ditt liv. Titta på konstruktionen som du har byggt upp i ditt sinne med din styvt fixerade slutsats för att övertyga dig själv och avlägsna störande självtvivel. Sondera med din aktiva, beslutande förmåga och visualisera andra alternativ än det alternativ du valde. Lek

med dessa andra alternativ. Låt återigen din ande inspirera och leda in dig i nya kanaler som kan visa dig att du inte kommer att utplånas om du överger ditt synsätt fixerat vid den nuvarande tolkningen. Detta fixerade synsätt är i hög grad ansvarigt för just den störning du lider av. Se detta.

Ofta behöver du först gräva fram vad det är du egentligen är övertygad om. Men när detta väl har skett, behöver dessa övertygelser bli flexibla. Överväg andra övertygelser. Vidga din syn kring just det ämne som du så envist skyddar med vissa åsikter. Ni vill gärna tro att era omdömen, tankar och åsikter är ett resultat av en viss störande situation. Jag säger att det är tvärtom. Den störande situationen är ett resultat av er tendens att hysa just sådana tankar, omdömen och åsikter på grund av en underliggande motivation och intention. Kanske kan dessa ses i vitögat med mindre motstånd när du tillåter ditt sinne att bli mer rörligt och prova nya alternativa tolkningar. Om tendensen att bygga ett kluster av åsikter och omdömen under vissa omständigheter faktiskt förekommer, så finns den alltid kvar i vilande form och väntar på nästa tillfälle. Psykologiska avvikelser hänger med andra ord samman med ett fast, orörligt sinne som behöver hanteras i aktiva, fokuserade övningar. Ju mer du är villig att göra detta och ber om inre vägledning och inspiration så att ditt sinne kan gå bortom det konstruerades gränser, desto rörligare blir ditt sinne.

Allteftersom åren går, kommer ni att lära er att göra detta bättre och bättre. Få hela ditt väsen – ditt fysiska, ditt emotionella och ditt mentala väsen – att inrikta sig mot det gudomliga centret genom förmågan att vara rörlig och följsam på alla nivåer. Detta bör vara mottot för arbetet som ni börjar under denna säsong.

Innan jag avslutar föredraget vill jag ge en annan övning i form av en meditation över triaden högmod, egenvilja och rädsla. Betrakta samma störande situation ur högmodets perspektiv: På vilket sätt agerar du utifrån högmod? Visualisera sedan samma situation och fokusera på hur det skulle kännas att ge upp högmodet. Om det enda alternativet tycks vara förödmjukelse, börja då söka efter andra möjligheter. Be om inre vägledning för att uppleva dig själv utan högmod, dock utan förödmjukelse och med värdighet. Du behöver ta ett verkligt inre viljemässigt steg för att kunna se dig själv på ett nytt sätt som förenar värdighet och ödmjukhet och utelämnar både högmod och förödmjukande underkastelse. Om du är redo för den här möjligheten, även innan du kan uppleva den, kommer det gudomliga livet att frambringa den inifrån. Men du behöver göra dig mottaglig för den.

Gör sedan samma sak med egenviljan. Visualisera dig själv i ett nytt reaktionstillstånd där du vare sig är hårdnackad eller ryggradslös och utnyttjad, där du hävdar dig själv men kan släppa taget och ge efter. Den lämpliga balansen kommer att emanera från din kärna på specifika sätt för specifika situationer. Men sinnet behöver vara öppet och tillräckligt flexibelt för att släppa in nya

möjligheter. Och de andliga förmågorna behöver odlas så att du kan anförtro dig till den inre vägledningen.

Ha modet att gå igenom vandan som uppstår i början när du försöker ge upp högmod och egenvilja. Då, sist men inte minst, kommer du till rädslan. Rädslan kan omöjligen försvinna innan högmodet och egenviljan har getts upp. För rädslan är en produkt av båda, som ni känner till åtminstone i teorin. Betrakta också rädslan i bemärkelsen av misstro mot universum. Ni tror uppenbarligen att det bara är er egenvilja och ert högmod som kan skydda er från fara. Detta innebär att universum är otillförlitligt och att allt som garderar er mot det är detta ynkliga skydd: högmodet och egenviljan. Ifrågasätt detta antagande och experimentera med nya alternativ. Öppna dig för den gudomliga verkligheten att flöda igenom dig. Kanske nu, kanske senare, men den måste komma och den kommer att tränga in i dig med ett medvetandetillstånd där det inte finns någon egenvilja, något högmod eller någon rädsla och där dina konflikter, yttre och inre, transcenderas.

Gör en övning i tillit där du öppnar dig för möjligheten att universum kommer att ge vadhelst vad du behöver. Experimentera för stunden med den här tanken: ”Hur skulle det vara om jag skulle lita på universum, om jag i denna särskilda situation gav upp rädslan som kommer från min misstro och därför från högmod och egenvilja?” Tillåt din innersta kärna att fylla dig med en föräning om ett tillstånd där du kan reagera utan egenvilja, högmod och rädsla.

Dessa är förberedande övningar, mina vänner, att praktisera för er fortsatta utveckling.

Kärlek och välsignelser ges till alla här, med en ofantlig kraft som ni kan utnyttja. Låt den öppna ert inre väsen så att den sedan kan strömma in i ert yttre väsen. Universum är gott och vackert och det finns ingenting att frukta, vare sig i det inre eller yttre, oavsett hur mycket det kan se ut som att det inte är så, på grund av era nuvarande förvrängningar. Låt kärleken strömma in i er så att den kan komma ut ur er. Var välsignade, var i frid.

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.

2024-10-12