

Varseblivningar, bestämmande, kärlek som aspekter av medvetande

Välkomna, mina käraste vänner. Var välsignade, var och en av er. Välsignad vare denna stund. Må alla mina vänner fortsätta att växa och utvecklas, för detta är livets själva essens.

Där det inte finns något växande, finns det inte något liv. Detta gäller inte bara för livets fysiska manifestation, utan också för källan i sig. Det finns naturligtvis olika stadier och olika sätt att växa. I vissa fall är växandets process indirekt och gradvis; personen är omedveten om till och med möjligheten till ett inre växande. Då kan växandet uppfattas först mycket senare, i ett tillstånd där medvetandet har ökat. Om växandet stannar på någon nivå av livet, upphör livets ifrågavarande manifestation. Men eftersom anden är evig, måste det potentiellt finnas växande; anden kan inte dö. Dess växande och utveckling kan hejdas om dess manifesta former inte befinner sig i en växandeprocess och därför inte är levande. Icke-liv utgör icke-växande. Livet, som ett växande, fortskrider i grader. Det finns många grader mellan att vara levande eller inte levande, att befinna sig i ett växande eller inte.

Vi har diskuterat livet, dess innebörd, betydelse, definition och manifestation ur många synvinklar. Varje gång jag väljer att diskutera livet – eller något annat ämne för den delen – från en viss infallsvinkel, anpassar jag mina ord till den nivå som ni har uppnått under er utvecklings gång; de är utformade för att tränga in i en ännu djupare förståelsegrund i era själar, i överensstämmelse med era framsteg. Genom ert inre utforskande arbete öppnas djupare förståelsenivåer upp, så att sanningens ord direkt kommer att nå dessa inre nivåer – eller har åtminstone en chans att göra det. Det är därför viktigt att diskutera samma ämnen utifrån olika utsiktspunkter i specifika faser av ert arbete. Vad ni hittills har förstått på ett ytligt sätt, kommer då att förstås på ett mer djupgående sätt. Använd alltid er nya förståelse i samband med en lämplig meditation. Dessa föredrag kan betraktas som meditationer.

Människor tror ibland att de befinner sig i en växandeprocess, medan de bara går runt i cirklar. Självkonfronterande metoder som saknar riktning eller är felriktade förorsakar ofta detta. I ett sådant fall kan människor utåt sett vara övertygade om att de växer, eftersom de går igenom rörelserna, men inombords vet de att det inte är så. De som verkligen befinner sig i en växandeprocess kan å andra sidan ofta känna sig tillfälligt modfälda i tron om att de går runt i

cirklar. Inombords upplever och ser de dock emellanåt redan sitt inre växande. De känner det. Först sker detta endast efter perioder med synbarliga bakslag och återfall, efter att samma aspekter, inställningar och förvrängningar blir funna om och om igen, men där nya samband ständigt upptäcks som kastar nytt ljus på samma störningar och som begrundas i andra tankeuttryck. Att överväga dem på olika sätt förstärker och befäster insikterna, det vidgar och fördjupar deras förnimmelse. Det länkar ihop dem med andra aspekter av personligheten.

Alla mina vänner som verkligen befinner sig på denna väg har observerat spiralrörelsen som den följer, där de kommer runt hela cirkeln och möter samma problematiska område om igen. Andra gången sker förståelsen på en djupare nivå. Den tionde gången kommer att bli djupare än vad den nionde gången var. Cirklarna blir mindre och mindre, tills de möts i en viss grundläggande störningspunkt som först då kan konfronteras, förstås, hanteras och bearbetas fullt ut. Processen är i princip densamma som när jag tar ett viktigt begrepp och överväger det från olika infallsvinklar. Även detta följer spiralrörelsen i överensstämmelse med den förmåga och nivå som ni har uppnått. Man skulle kunna säga att det finns två parallella spiralrörelser: den ena följer störningen, den andra visar den sanna bilden som kompletterar den. I den grad som du är medveten om och utvärderar förvrängningen på ett adekvat sätt, kan den sanna bilden införlivas i de djupare områdena av din personlighet.

Ytligt betraktat ser växande och stagnation ofta ut att likna varandra, eftersom båda följer cirkulära rörelser. Skillnaden kommer att visa sig endast vid en mer ingående förnimmelse och djup genomträngning av jaget. Ibland behöver samma cirkel helt visst upprepas innan man kan fortskrida från den till nästa, smalare cirkel. Men när övergången till nästa cirkel än görs, kommer framåtrörelsens verklighet att fylla dig till djupet av ditt väsen. Du kommer då att veta att du inte rör dig i en stillastående cirkel.

Vi diskuterade olika aspekter och innebörder av livet. Låt oss återigen närma oss detta ämne, denna gång ur ytterligare en synvinkel. Livet existerar om ett antal faktorer råder. Livet är, som jag tidigare nämnde, rörelse, livet är växande, livet är medvetande – och mer – allting strålar samman till en och samma punkt. Men var och en av dessa punkter är fortfarande separerade och distinkta. Konglomeratet av dem alla formar en helhet, en organisation. En organisation utgör ett konglomerat av flera partiklar. Frånvaron av någon av partiklarna förstör, eller hindrar åtminstone allvarligt, organisationen som helhet. Tänk till exempel på ett företag. Olika anställda uppfyller vissa uppgifter där var och en tar på sig specifika ansvarsområden. Om någon faller bort, måste han eller hon ersättas, annars skulle organisationen inte kunna fungera.

Samma sak gäller för den fysiska kroppens anatomi. Även den utgör en organisation. Den välfungerande kroppen kräver många delar som arbetar. Om en av dem inte kan brukas, kommer

den fysiska kroppens funktion att försämrans, eller så upphör det fysiska livet, beroende på om delen var en livsnödvändig del eller inte.

Precis samma lag gäller för livets inre organisation. Den genomsnittliga människan har inte alla inre förmågor i ett välfungerande skick. Som ett resultat är graden av medvetenhet mindre än vad den skulle kunna vara och personen är bara halvt levande – ofta ännu mindre än det.

Samspelet mellan medvetande och att vara levande, det vill säga rörelse, är lätt att observera i naturens manifestationer. Ett mineral har en mycket liten grad av medvetande; dess rörelse är därför nästan omärklig. En växt har en högre grad av medvetande. Detta kan noteras genom dess uppenbara reaktion på ljus, vatten, mörker eller torka. Dess rörelse är därför också mer märkbar. Och så fortsätter växandet längs skalan, från djur till människa.

Nu kanske ni säger att människans rörelse inte överstiger djurets rörelse. Detta stämmer på den fysiska nivån, men ni kommer utan tvekan att erkänna att i sinnets, tankens och andens rörelse är människan mer levande än djuret. Spännvidden av andens möjligheter att vidga sig och röra sig överskrider långt kroppens spännvidd. När den här tanken väl verkligen förstås i dess fulla innebörd, måste allt tvivel om livets beständighet upphöra. Livets beständighet kommer inte längre att vara föremål för behagliga eller obehagliga antaganden eller teorier, utan kommer att ses som en logisk sekvens av en oavbruten kedja. Det finns ingen anledning att anta att kedjan plötsligt skulle upphöra.

Er möjlighet att vidga medvetandets spännvidd är naturligtvis begränsad på grund av er andes bundenhet. Först efter att ni fullt ut har utnyttjat utvidgningens spännvidd som är tillgänglig för er, kommer en sådan bundenhet inte längre att vara nödvändig. Och först när ni utnyttjar era möjligheter fullt ut, kommer ni att vara i harmoni med er själva och era liv. Om ni ser arbetet på denna väg ur denna synvinkel, kan den djupare förståelsen ge er en förnyad stimulans och styrka.

Låt oss nu diskutera tre distinkta, stora aspekter som ingår i den organisation som kallas liv. Dessa tre aspekter är direkta uttryck för medvetande. Dessa är *bestämmande*, *varseblivning* och *kärlek*. Ju högre graden av medvetande är, desto mer vidsträckt är livet och desto större är friheten att bestämma. Er fria vilja, eller ert bestämmande, kommer inte att hindras av de inre bojorna som vi försöker hitta och lösa upp. Ni vet alla hur ert bestämmande begränsas av era omedvetna missuppfattningar. I den grad som du är förmögen att införliva upplevelser i överensstämmelse med verkligheten, i överensstämmelse med sanningen, i samma grad kan du varsebli, bestämma och älska.

En levande varelse består alltid av produkten, hela summan, av alla dess tidigare upplevelser. På vilket sätt upplevelser införlivas och förstås i termer av verkligheten, avgör karaktären, tankarna och uppfattningarna som en person har anammat och förklarar hans eller hennes känslor och emotioner, förhållningssätt och benägenheter. Det avgör med andra ord personens livskvalitet. Ju mer realistiskt och sanningsenligt upplevelsen tolkas och införlivas, desto mer korrekt är varseblivningen. Ju friare bestämmandet är, ju större spännvidd och lätthet besluten kan fattas med, desto större är förmågan att älska, att relatera.

Det borde vara lätt att se samspelet mellan och det ömsesidiga beroendet hos dessa tre aspekter. Till exempel: Om du är relativt fri från felaktigheter, från misstolkade tidigare upplevelser – det vill säga bilder – har du mindre destruktiva försvar. Du kan därför vara mer kärleksfull. Detta kommer i sin tur att skapa goda relationer, vilket ger dig en större spännvidd av upplevelser, fler möjligheter, fler inre och yttre resurser som ger dig ett större utrymme för bestämmande. Även om du upplever en besvikelse, kommer du att kunna se andra möjligheter. Besvikelsen kommer inte att förlama dina förmågor och frysa dina känslor till rädsla och misstro, som händer med felaktigt införlivade upplevelser.

Att förstå effekten av detta triadiska samspel har stor betydelse. Ni kommer ännu tydligare att se varför det är så viktigt att upptäcka sina bilder, att förstå varför de representerar en felaktig varseblivning, att se att den felaktiga varseblivningen fortfarande styr dig, trots att den formades när du var barn. Ni kommer att se i vilken utsträckning ni styrs av den felaktiga varseblivningen, hur den fortsätter att hindra att nya upplevelser tolkas och införlivas på ett korrekt sätt. Ni kommer att förstå hur den vidmakthållna felaktiga varseblivningen förlamar ert bestämmande och hela er känslvärld.

Ni är bundna av de gamla bilderna, de felaktiga varseblivningarna, som får er att svara och reagera på ett automatiskt sätt, som om den nya upplevelsen vore identisk i sin natur med den som ursprungligen fick dig att misstolka ett smärtsamt tillstånd eller en smärtsam händelse. Du såg den på ett begränsat, ensidigt sätt och generaliserade dess giltighet till alla liknande händelser. Resultatet är att du reagerar på händelsen på ett sätt som inte är lämpligt. Du kan inte förändra detta om du inte tar fram misstolkningen i medvetandet och grundligt förstår varför och på vilket sätt händelsen misstolkades. Först då kommer dina reaktioner att vara mer adekvata och förenliga med verkligheten. Detta kommer att frigöra dig från begränsningar och från frusna känslor.

När religiösa lärare predikar om kärlekens betydelse har de rätt, men kärleken kan inte fylla ditt väsen om du inte upptäcker dina felaktiga varseblivningar. Ingen mängd kunskap som du tar in utifrån kan införlivas om du inte tömmer dig på missuppfattningar. Självkännedom utgör därför förutsättningen för att älska, för andlighet. Det finns inget sätt att komma runt det. Oavsett hur

mycket sanning du försöker insupa, oavsett hur mycket du försöker känna det som du inombords ännu inte är förmögen att känna, styrs dina inre mekanismer fortfarande av ett felaktigt eller otillräckligt införlivat material. Detta i sin tur tvingar in dig i reflexer som är så automatiska, så begränsade att du inte kan varsebli i verkligheten. Du kan därför inte bestämma så fullt och brett som möjligt och du kan således inte känna kärlekens fruktbara varma känslor som skapar en god cirkel som förbinder de tre livsaspekterna.

Mina vänner, försök att se hur era bilder begränsar er varseblivning, ert bestämmande och er kärleksförmåga. Försök att se hur den felaktiga varseblivningen som är ansvarig för bilderna, pressar in er i en mycket begränsad form, oavsett vad ni medvetet tänker och strävar efter. Om ni tänker på era bilder ur detta perspektiv, kommer ni tydligt att se hur ert medvetande förminskas och hur er känsla av att vara levande reduceras. Den vibrerande känslan av att verkligen vara levande är så väldigt sällsynt hos människor på grund av att de flesta inte ens söker i rätt riktning.

Betydelsen av misstolkat material från det förflutna kan inte betonas tillräckligt. Majoriteten av människor går igenom livet utan att veta i vilken utsträckning de påverkas av sitt förflutna i alla sina nuvarande förehavanden. Även bland er, mina vänner, har bara ett fåtal börjat inse detta fullt ut. Ni kan i viss mån vara medvetna om att en sådan misstolkning har ägt rum, men ni kan ännu inte helt greppa dess inverkan.

Föräldrarna utgör den viktigaste påverkan i ett barns liv. Relationen till dem har en grundläggande betydelse. Andra, såsom lärare, syskon eller någon närstående, spelar också en viktig roll i att forma de ursprungliga intrycken i barnets formbara själssubstans. Men dessa andra är bara viktiga i relation till, och som styrs av, den ursprungliga relationen till föräldrarna. De flesta av er behöver inse i vilken stark grad ni fortfarande bär på den ursprungliga relationen till båda era föräldrar i alla era nuvarande livssituationer. När ni väl förstår detta i hela sin betydelse, kommer ni verkligen att bli befriade. Men det kräver en hel del arbete, tålamod, uthållighet, mod och ödmjukhet att fullfölja det och komma till denna punkt.

Det bästa sättet att uppleva sanningen i dessa ord är att tillämpa dem på era observationer. Tänk på hur du kände dig som barn gentemot varje förälder och se sedan hur du i dina nuvarande gensvar fortfarande reagerar enligt samma känslor. Endast genom att arbeta igenom detta föredrag på en mycket personlig, praktisk grund kommer du att uppleva sanningen. Det räcker inte att tro att det är så, bara att det är begripligt. Ett systematiskt arbete med att finna sig själv är nödvändigt för att förstå den här överföringen i dess fulla utsträckning.

Att inse hur förslavad du är av tidiga reaktioner kommer att befria dig från denna förslavning – ingenting annat kommer att göra det, oavsett hur mycket kunskap, även andlig kunskap, du

försöker samla in utifrån. Denna medvetenhet ensam kommer att höja din medvetandenivå och fylla dig med den vibrerande känslan av att vara riktigt levande. Din medvetenhet, och därmed ditt liv, kan endast växa genom dessa insikter i dig själv. Genom att bli medveten om din överklighet, lever du i en större verklighet. Genom att bli medveten om din bristande kärlek – kanske iklädd vad som ser ut att vara kärlek, men som inte är det – kommer du att ha mer kärlek. Känslan av styrka, välbefinnande, uppfyllelse, tillit till dig själv, trygghet, kan endast växa genom att se och möta det inom dig som du hellre inte skulle se. Det är alltid en frestelse att titta bort från sig själv.

Så länge mänskligheten har existerat, har människor sökt efter trygghet. Bristen på den är kanske den största faktorn som är ansvarig för all bedrävelse som människorna har lyckats påföra sig själva. Detta beror på att den letas efter på fel sätt med resultatet att man blir besviken och ännu mer osäker och känner en hopplöshet inför att någonsin finna den. Ni önskar att ni ska få era rädslor, er oro och osäkerhet lindrade utifrån. Men om detta någonsin fungerar, gör det bara det under en mycket begränsad tid och efteråt måste man känna sig sviken.

Först efter att en materiell trygghet har uppnåtts, upptäcker människor att det finns en slags otrygghet som de inte kunde uppfatta så länge de var upptagna med livets materiella sida. Man kan under en tid lyckas bortse från den gnagande otrygga känslan som ropar efter lindring. Man kan dränka den rösten genom alla möjliga undvikanden, behagliga eller smärtsamma, konstruktiva eller destruktiva. Men så småningom måste stunden komma när man inte längre kan undvika att konfrontera den inre otryggheten. Man måste ta upp frågor som man aldrig har vågat möta. Du måste ta fram exakt det som du är så osäker på. Men fram till dess, kommer du att hitta sätt att stilla den ropande rösten genom yttre och därför otillräckliga, illusoriska medel. Det enda realistiska sättet att möta osäkerheten är genom att se och möta den, erkänna den och acceptera den. Detta utgör början. Vad som kommer sedan är att finna de inre svaren genom att förstå de inre misstagen, missuppfattningarna, de felaktiga varseblivningarna. Endast detta kommer att medföra en sann trygghet som vilar på fast mark och som kommer att stå emot livets stormar.

Att hitta en illusorisk trygghet utifrån behöver inte nödvändigtvis, som jag tidigare antydde, vara en värdelös strävan. Man kan försöka fly från sig själv genom att göra gott för samhället, genom att utföra ett värdefullt vetenskapligt, konstnärligt eller etiskt arbete. Sådana sysslor är i sig konstruktiva och kan hjälpa andra. De går under rubriken av att fly eftersom trygghet inte kan hittas utanför jaget. Medan sådana uppgifter utförs, kan en person tysta ner sin inre otrygghet. Men ni kommer lätt att erkänna att detta inte är en verklig lösning. Den är vansklig och kan misslyckas när någonting går fel. Att hitta en inre trygghet på det riktiga sättet innebär inte att man slutar att göra ett gott arbete. Detta kan säkerligen fortsätta samtidigt som den inre tyngdpunkten upprättas inombords.

Hur kan du älska om du är otrygg? Det går inte. Det finns förstås återigen grader, det är inte frågan om antingen/eller. Det finns områden där en person är trygg och därför kan vara förmögen att älska. Men i den grad som otryggheten tränger igenom själen, är den fullständiga förmågan att älska frånvarande. Låt oss nu koppla samman inre trygghet med kärlek och utvärdera olika stadier på kärleksförmågans skala.

Grunden för att älska består av en sund självkärlek. Vi har diskuterat detta i stor utsträckning tidigare. Men jag lägger till följande: Om du är otrygg, kan du inte lita på dig själv. Om du inte litar på dig själv, hur kan du älska dig själv? Så ni ser, en sund självkärlek och inre trygghet hänger direkt samman. Och eftersom kärlek till andra är beroende av sund självkärlek, är det förra lika beroende av och kopplat till inre trygghet.

Låt oss nu överväga andra stadier av kärlek. Längst ner på skalan finns utan tvivel *kärlek till livlösa föremål*. Det finns många vars inneboende behov av att visa kärlek inte vågar gå längre än att älska livlösa föremål. Detta utgör deras enda utlopp. Föremål motsätter sig inte. De kräver inte den komplicerade mekanismen att uppfatta andras känslor. De ogillar eller kritiserar inte. De kräver ett minimum av personlig uppföring eller hänsyn. Föremål ställer inga krav.

Nästa steg på skalan är *kärlek till abstrakta idéer, principer, konst, natur*. Kärleken för ens yrke kan också falla in under denna kategori. Kärleken till abstrakta idéer undviker ett personligt engagemang med de medföljande uppenbarliga riskerna, men den rör åtminstone sinnet, själen eller anden i viss mån. Den kan också kräva en viss personlig kontakt, att man stöter samman med andra som har andra åsikter, medan en kärlek till föremål inte behöver påkalla detta på något annat sätt än i en mycket rudimentär form. En kärlek till idéer och principer är utan tvivel mer utåtriktad än det isolerande förehavandet att älska enbart föremål.

Nästa steg på skalan är *kärlek till andra levande varelser än människor: växter eller djur*. Denna kärlek kräver en viss mängd uppföring, omtanke, att man lägger sin omedelbara själviska bekvämlighet åt sidan – åtminstone emellanåt, om kärleken är aktiv och inte bara teoretisk. Den kräver vare sig risken att bli avvisad eller att ta sig besväret att fundera över vilka den andras behov är eller mödan att skapa en ömsesidig förståelse. Även om detta i en mycket liten utsträckning kan gälla för att äga och ta hand om ett djur, gäller det säkerligen inte i den grad som krävs i en nära relation med en annan människa, där sinnena behöver vara vakna för den andra personen såväl som för en själv.

Nästa steg på skalan är *kärlek till mänskligheten som helhet*. Detta kan fortfarande avlösa en person från det intima personliga engagemanget – den mest krävande formen av kärlek och

därmed den mest uppfyllande. Men den kräver likväl ansträngning, tanke och villigheten att göra en uppoffring, aktivitet och många andra inställningar som i hög grad är konstruktiva. Detta gäller återigen bara om en sådan kärlek fullföljs i praktiken, snarare än att förbli enbart en teori.

Högst på skalan är *kärleken till individer i nära, intima relationer*. Jag behöver inte upprepa varför, för jag förklarade det i samband med de lägre graderna av kärlek. Om ni begrundar den här frågan, kommer ni att hitta många andra skäl för att den utan tvekan är den mest konstruktiva och den högsta på skalan. Det faktum att ni, och dem ni är involverade med, ofta kan uppvisa kärlek genom turbulenta manifestationer som inte har något med genuin kärlek att göra, utan indikerar omogna behov och beroende och därmed ofta medför uppbrott och disharmoni, ändrar inte sanningen att även en sådan interaktion och kommunikation främjar er allmänna utveckling och förmåga att älska. Ett liv i turbulenta relationer kan vara oändligt mycket mindre harmoniskt än livet för en eremit eller en enstöring, men den inre växandeprocessen kan inte mätas av en synbarlig yttre harmoni.

Det kan vara relativt lätt för er att hantera svårigheten att interagera med vissa människor, men ni kanske bävar inför att relatera med andra. Om det är så, undgå inte att ställa dig frågan huruvida du inte flyr bort från just det område där du behöver växa mest. Var försiktig med en snabb, ytlig bedömning. Först när du ställer frågor kring din rädsla och osäkerhet, kring dina reaktioner på de aspekter av kärlek som du önskar undvika, kommer du att börja förnimma ett sanningsenligt svar. Detta kommer inte att skada dig, även om du skulle bestämma dig för att skjuta upp att utsätta dig för det som fortfarande tycks hota dig. Du kommer då åtminstone inte att lura dig själv om nivån du har nått.

Vissa av er kanske undrar över kärleksskalan som jag har upprättat. Ni kanske tänker att *kärleken till Gud* skulle falla in under kategorin kärlek till abstrakta idéer och principer. Ni kanske också undrar varför jag inte nämnde kärleken till Gud som den högsta nivån på skalan. Saken är den, mina vänner, en kärlek till Gud kan vara sund och genuin. Den kan likaså vara en flykt. Om den är sund och genuin, manifesterar den sig genom kärleken till andra som man kan kommunicera med och relatera till. Detta kan i sin tur inte ske om man inte övervinner sina rädslor och sin fåfänga, om man inte hittar och löser upp hindren inom sig som orsakar en oförmåga och ovillighet att älska. Människor behöver inte låta sig upptas av spekulationer om alla varelsers skapares existens, som är ofattbar och omöjlig att förstå. Ha ödmjukheten att erkänna att en sådan förståelse är begränsad och vänd er uppmärksamhet mot det som människor kan lära sig, nämligen att ge till och älska andra människor. Det är alltså möjligt, som jag ofta har sagt, att en uttalad icke-troende i själva verket befinner sig närmare att älska Gud än någon som utövar en tro. Den förra kanske inte vänder sig bort från ett krävande engagemang och ett ömsesidigt växande genom det, medan den senare kan dölja sin önskan om att fly under en osund upptagenhet med en abstrakt idé om Gud

som ändå aldrig riktigt skulle kunna förstås genom mentala processer. Det enda sättet att komma närmare en upplevelse av Gud är genom att växa inombords och frigöra känslor, varseblivning och bestämmande.

Om Gud inte är en inre upplevelse, erhållen genom egen inre utveckling, utan är en strävan efter en idé eller ett ideal, faller den in under kategorin kärlek till abstrakta idéer eller principer och har som sådan ett mindre värde än den mänskliga kärlekens intima relationer som kräver ett praktiskt engagemang, följsamheten att underordna ens egocentriska syften den andra människans behov. Att älska Gud som en idé kräver inte något av detta, men att älska honom genom en medmänniska kräver det. Genom att förstå jaget på djupet, växer förståelsen för andra och genom detta en förnimmelse av det gudomliga.

En intensiv relation som ofta är turbulent på grund av blind egocentricitet, själviskhet eller ägandebegär, kan onekligen tyckas vara ett resultat av en mindre utvecklad människa, än den synbarliga friden hos en person som gör ett mycket gott arbete för mänskligheten, men som lever ett liv avskilt från personligt engagemang. Det kan helt visst stämma att den senare i själva verket är mer utvecklad generellt, men inom området för en nära involvering måste han eller hon utan tvivel lära sig. Det kan stämma att människor vars omognad visar sig i stormiga relationer verkligen är mer omogna och kan verkligen ha en belastad själ. Men sådana människor befinner sig åtminstone i sanning mitt uppe i livet och undviker inte lärdomarna, även om de ännu inte kan, eller inte vill, förstå dem. Upplevelsen i sig kommer i slutändan likväl att vara vad som räknas, för då kommer vägen att vara öppen för att utvärdera och införliva den på ett adekvat sätt, att sortera ut misstag från sanning, korrekt varseblivning från misstolkning.

Hur kan du varsebli att något felar om du inte utsätter dig för upplevelsen av vad du kanske är rädd för, även om du i viss mån samtidigt också har en önskan om den? Hur kan du höja din varseblivning, hur kan du frigöra spännvidden för ditt bestämmande, hur kan du rena din förmåga att älska, om du inte går igenom och konfronterar den orena, självcentrerade formen av kärlek som du nu är förmögen till? Genom att undvika den, växer du inte ut ur den.

Alla ni som framhärdat i arbetet på denna väg vet att ni verkligen gör det som är mest väsentligt. Fortsätt att söka, även om ni ibland känner er modfällda. Ni kommer inte ångra det, förutsatt att ni gör det helhjärtat och inte för att ni uppfyller en obehaglig plikt.

De av er som ännu inte har vågat sig in på denna väg, tänk på era våndor och osäkerheter och inse på vilka sätt ni försöker dämpa dem. Se hur du flyr från dig själv. Detta kanske kan få er att söka en mer tillförlitlig lösning på vad som verkligen plågar er. De vackraste bönerna, de mest

upphöjda tankarna kan aldrig ersätta en fullständig självkonfrontation och ett medvetandegörande av det som hittills har slumrat i de dolda skrevorna i ens själ.

Och nu, mina vänner, till era frågor.

FRÅGA: Är den introverta personen någon som drar sig tillbaka från livet, eller betraktar du den introverta personen som normal?

SVAR: Här, min kära vän, har vi att göra med terminologi. Vissa termer har olika innebörd för olika personer eller olika tankeskolor. Ordet "introvert" kan för vissa människor betyda introspektion, att titta i sitt inre. För andra kan det betyda att man drar sig tillbaka från den yttre världen. När det gäller det senare fallet, behöver jag inte utveckla det vidare.

Men om du menar ordet i förstnämnda bemärkelse, har jag detta att säga: Det beror väldigt mycket på *hur*, aldrig på *vad*. Om vi låter oss upptas av detta *vad*, kommer vi utan tvivel att löpa risken att det uppstår missförstånd och ett felaktigt, förvirrat och oklart tänkande. Om vi stannar kvar och fokuserar på *hur*, kommer vi att vinna klarhet. Om inåtvändheten leder till att man ser och möter sig själv och att man sedan utnyttjar materialet för att bli mer hel, bättre rustad att hantera känslor, hantera andra, mer i stånd att expandera, då är inåtvändheten sund.

Om inåtvändheten leder till en sund utåtvändhet, främjar den med andra ord ett sant växande. Om upptagenheten med jaget är fruktlös, inte konstruktiv och kretsar kring samma meningslösa tankar, klagomål, självömkan, självbedrägliga idéer och undanflykter, kommer den av nödvändighet att leda till att det uppstår en isolerande mur kring den som hänger sig åt en sådan destruktiv aktivitet i sinnet. Det utgör verkligen eskapism. Men på samma sätt kan även den extroverta personen fly och undvika att möta den inre sanningen. Denna slags utåtvändhet kommer aldrig att ha formen av ett sant relaterande. Den extroverta personen kan även vara introspektiv. Den sunda personen skapar en balans mellan dessa två riktningar i tillvaron. En slagsida av den ena är utan tvekan ett tecken på en obalans. Introspektion måste leda till utåtriktadhet, spontanitet, att man når ut till andra. Detta måste i sin tur införlivas, smältas, utvärderas, för att berika själen och ta in lärdomarna som livet har att erbjuda. Den här perioden kommer att göra det möjligt för personen att hantera yttervärlden ännu bättre och på ett glädjefyllt sätt bli involverad i livet. Den växlande rytmen är verkligen ett uttryck för livet, för harmoni, för universums hela rörelse som ni kan hitta överallt i naturen. Den finns i kroppens andning, i planetens rörelser, i havets vågor. Den finns i kosmos fysiska manifestation såväl som i tillvarons mentala, emotionella och andliga vågor.

En genuin inre granskning kommer aldrig att göra en person självcentrerad och tillbakadragen. Om detta är effekten, är det självkonfronterande arbetet på något sätt blockerat. Då behöver personen vägledning för att komma på rätt spår.

FRÅGA: Har du något särskilt meddelande till vår vän W.?

SVAR: Jag kan inte lägga till något till det som jag redan har sagt till honom. Han är välsignad och vägledd. Jag kan bara upprepa och betona att han har vuxit mer än han kanske inser. Det finns mycket i honom som han kan utnyttja, men på ett avslappnat sätt, utan påtryckning eller påfrestning på tankeprocessen. Han bör snarare frigöra allt växandematerial som har ansamlats hos honom. Det kommer att ge honom glädje, mer och mer.

Och jag säger till er alla: Människor har så ofta en mycket förvrängd syn på de väsentliga frågorna i livet, så felaktiga uppfattningar, så felaktiga värden! Det som ni betraktar som "dåligt" är ofta det bästa från ett vidare spektrum, ur verklighetens synvinkel. Och vad ni betraktar som fördelaktigt och "gott" kan i verkligheten vara den mest ofördelaktiga händelsen. Er syn kommer endast gradvis att återanpassas till en mer korrekt uppfattning av livet.

Ofta är ni potentiellt redo att erhålla en glimt av verkligheten, att uppleva dess skönhet och visdom, men er fångenskap i era vanemässiga tankar och känslor förhindrar er att avlägsna dessa bojor. Ni kan till och med känna er något skyldiga när ni gör det, på grund av att ni är belastade med en felaktig idé om att endast tunga tankar och känslor indikerar ett djup i personlighet. Det kan förefalla lättsinnigt att glädja sig i verklighetens ljusare aspekter där allting är som det borde vara. Om ni bara skulle tillåta växandet som har skett inom er att komma till uttryck! Dessa nya varseblivningar är så mycket mer tillförlitliga än era ofta ovanpålagda "goda" föråldrade reaktioner och gensvar. Låt den samlade inre mognaden komma ut, i stället för att trycka tillbaka den för att ni håller fast vid felaktiga föreställningar utan att inse det. En del av arbetet på denna väg består i att upptäcka de obehagliga, felaktiga aspekterna av er själva som är smärtsamma, förödmjukande och mindre smickrande. Ni har vid det här laget lärt er att denna obehagliga stund inte behöver vara länge om man fortsätter vidare. Den andra delen av arbetet på denna väg är att finna de sanna värdena, de konstruktiva läggningarna, tankarna och känslorna som ni på ett konstlat sätt håller nere på grund av att ni felaktigt tror att de är felaktiga. Att acceptera sitt jags inneboende värde är ibland lika svårt som, eller ännu svårare än, att möta sin destruktivitet. Det kan vara så av olika skäl som vi kommer att undersöka en annan gång. Just nu räcker det med att säga att ni bör vara uppmärksamma på det som är positivt inom er.

Ofta äventyrar ni er inre trygghet genom att följa felaktiga värden och genom att vara rädd för en osäkerhet som man inte behöver vara rädd för. Ni uppmuntrar ofta negativa känslor på ett konstlat

sätt, även om ditt verkliga du är fri från dem. Detta verkliga du kan understundom vara ganska avlägset. Men vid andra tillfällen kan det vara mycket närmare än vad ni tillåter det att vara.

FRÅGA: Skulle detta att acceptera verkligheten vara en förutsättning för kärlek?

SVAR: Ja, verkligen. Jag tror att det här föredraget tog upp just detta. Jag skulle säga att det fungerar på båda sätten: Om du kan acceptera verkligheten är du utan tvivel mer förmögen att älska. Och om du, genom ditt inre växande, genom att se och möta dig själv i fullständig uppriktighet, genom att göra dig av med alla försvar och allt motstånd, uppnår en viss kärleksförmåga, blir du samtidigt mycket bättre rustad att acceptera verkligheten. Ditt motstånd mot att acceptera det som för dig tycks vara en obehaglig verklighet är, om den frigörs, samma energiström som kärlekens kraft. Negativa känslor följer av att man stänger dörren till verkligheten och till att älska. Att de är ömsesidigt beroende är uppenbart, för båda är i själva verket samma sak.

En felaktig varseblivning innebär att inte vara i, eller inte se, verkligheten. Varma, utåtriktade känslor av tillgivenhet, omtanke och förståelse följer av att man varseblir verklighetsfaktorer på ett sant sätt och de leder samtidigt till en ökad varseblivning av verkligheten i en allt större cirkel i bredd och djup. Ju mer så är fallet, desto mindre kan sådana fruktbara känslor ersättas med en falsk och försvagande sentimentalitet. När rädslan för sanna, djupa känslor försvinner, behöver psyket inte längre skapa falska positiva känslor. En sådan rädsla följer av en självcentrering som utgör motsatsen till kärlek. Och samma självcentrering är därför ansvarig för att skapa falska, överkliga ”goda” känslor. Detta är en annan infallsvinkel som visar er hur ekvationen måste falla ut, från vilket håll man än ser på den.

En av de viktigaste aspekterna av en felaktig varseblivning av verkligheten består av övertygelsen om att man kan vara helt frisk i ett visst avseende, medan man har konflikter och problem inom ett annat område i sin personlighet. Detta är helt omöjligt. Ett ansatt område måste till viss del påverka andra områden i personligheten. Det ena är intimt kopplat till det andra. Om du till exempel har svårigheter att fatta beslut och tror att du är mycket begränsad i dina möjligheter, medan du kanske överskattar dina möjligheter i andra avseenden, måste ett sådant nedsatt bestämmande definitivt påverka alla andra personlighetsdrag och inställningar. Om du har svårigheter att relatera till och hantera vissa typer av människor, kommer problemet inte att avlägsnas genom att undvika dem, eftersom svårigheten, uttryckt i ditt obehag, påverkar alla andra manifestationer och uttryck av ditt liv. Det är av den anledningen som man bör uppmärksamma allt obehag som varningssignaler, snarare än att undvika dem. Att undvika obehag visar att du fortfarande är övertygad om att ditt psyke, i själva verket hela din personlighet, är uppdelat i små

avdelningar, vissa av dem friska och helt i sin ordning, andra är förvrängda och motstridiga. Denna felaktiga uppfattning visar utan tvivel hur begränsad din syn på verkligheten är.

Sambandet och det ömsesidiga beroendet behöver konstateras om du vill växa ut ur blindheten och slaveriet. I vissa delar av livet fungerar du naturligtvis relativt bra, men du inser inte hur de uppenbara problemen påverkar även de friska områdena, eftersom det enda sättet som du kan bedöma det är genom att jämföra med sjukare områden. Ni kan inte föreställa er känslan av glädje, frid och trygghet som är resultatet av en fullständig och grundlig vilja att se och möta sig själv. Sambanden kommer då gradvis att ge en klarare syn på verkligheten så som den berör dig. Och detta är det enda sättet att börja på.

Allt detta bör inte misstolkas som att det innebär att man måste nå ett fullständigt friskt stadium innan man kan fungera bra, älska, varsebli och besluta. Det är möjligt att nå ett relativt utvecklat stadium i detta avseende genom att få insikt i sina problem i hela deras betydelse, och detta är förstås inte lätt. Denna insikt får inte förväxlas med en snabb, lättvindig formulering av en del av problemet som du funnit. Det måste vara en djup medvetenhet, en transcenderande upplevelse där alla dina yttre problem, smärtor, bristande uppfyllelser, frustrationer förstås som ett resultat av inre missuppfattningar och därmed felaktiga reaktioner på andra människor och på livet. När detta mål har uppnåtts, kan uppbyggnadsprocessen börja. Men långt innan du verkligen har gjort dig av med de felaktiga reaktionerna som är så ingrodda, kommer du att kunna styra ditt öde eftersom du nu verkligen och på djupet varseblir dig själv i relation till ditt liv. Med en sådan förståelse för du in frisk, ren luft i alla kanaler som har varit igentäppta under en sådan lång tid med misstag och förvirringar. Detta utgör den verkliga tryggheten jag talar om.

Ytligt sett kan kvällens föredrag tyckas vara en repetition och förstärkning av en del tidigare material. Men när ni undersöker ämnet mer på djupet, kommer ni säkert att erhålla ett nytt djup i er förståelse av er själva. Ni kommer då att se att detta föredrag är nytt i den bemärkelse att ni inte skulle kunna förstå detta material och tillämpa det på er själva för bara en kort tid sedan. De som inte lyckas nu, kommer utan tvivel att göra det senare. Men vissa av er är helt redo nu, om ni bara bemödar er att meditera över det.

Må dessa ord slå rot i er. Må också de nya vännerna ha funnit något som så småningom kan bli ett frö i själen. En ström av kärlek omsluter alla er. Må den återuppliva er. 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