

Det omedvetnas språk

Välkomna, mina käraste vänner. Ni är alla välsignade, var och en av er. Välsignad vare denna stund. Må detta föredrag återigen hjälpa er att upptäcka mer av er själva, att vidga och höja ert medvetande, att stärka ert grepp om verkligheten.

Den mest kraftfulla aspekten i era liv består av det omedvetna. Allting som är gynnsamt, behagligt, fördelaktigt, liksom era svårigheter, lidanden, besvikelser, bristande uppfyllelser, så kallad "otur", upprepningen av ogynnsamma mönster – allting styrs av era omedvetna tankar och känslor. Detta omfattar en hel del mer än vad som vanligtvis inses. När ni talar om ert öde, om vad ni råkar ut för eller inte råkar ut för som om det vore ödesbestämt, är sanningen den att dessa händelser orsakas av ingenting annat än de omedvetna faktorernas styrande kraft.

Det omedvetna är mycket starkare än det medvetna sinnet, då absurditeten i de medvetna missuppfattningarna och orealistiska synsätten lättare kan upptäckas och därför kan korrigeras. Vadhelst som är dolt från medvetandet fortsätter att styra dig utan att du, genom ditt förnuft, kan förändra det. Det är därför ytterst viktigt att upptäcka sådana dolda felaktiga synsätt.

Man glömmer ofta bort att det omedvetna inte bara härbärgerar förstelnade felaktiga slutsatser, destruktiva beteendemönster som härrör från bilder och negativa känslor på grund av olösta problem, utan också fullkomlig visdom, gudomlig sanning och universums mest konstruktiva element, där dessa ständigt byggs med oändlig kreativitet och kärlek. Dessa källors positiva energi kan hämtas i samma grad som hindren släpps fram från sitt gömsle – det omedvetna. Då och endast då, kommer alla fruktbara element som fortfarande är dolda att stiga till ytan.

Dessa ord blir verkliga först när man befinner sig i en dynamisk växande- och utvecklingsprocess. Fram till dess representerar de en teori och inte mer. Lite i taget, allteftersom du börjar upptäcka ditt omedvetnas underliga, spännande, ibland till och med lite skrämmande och samtidigt upplivande verklighet, börjar du få en föräning om de kraftfulla elementen som finns begravda i det. Vi måste på denna väg alltså sträva efter att upptäcka så mycket som möjligt, inte bara vad som är felaktigt, utan också alla fruktbara element bakom misstagen. De finns alla djupt inom er. I den utsträckning som du befriar dig från skräpet av värdelösa rädslor och missuppfattningar som

delar dig, kommer de konstruktiva, kreativa, fruktbara element som du aldrig visste att de existerade att frigöras.

Varför upprepar jag detta faktum efter att ha diskuterat det så ofta och i så många olika former? Mitt skäl för att göra det är att ingen av er, mina vänner, verkligen är medveten om den makt som ert omedvetna har och hur det fortfarande styr er i ert dagliga liv, trots avsevärda framsteg. Jag vill hjälpa er att bli mer medvetna om detta, för att ge er ännu mer effektiva verktyg för att upptäcka mer av de krafter som styr er utan er vetskap.

Innan vi kommer in på mer praktiska anvisningar i detta avseende, låt mig diskutera följande. Din personlighet är en upprepning, i mindre form, av hela universum. Både individen och universum existerar på grund av en viss fördelning av olika kosmiska energier. Sättet som dessa energier interagerar och arrangeras bestämmer den skapade varelsens – människans, universums, växtens eller lövets – harmoniska eller disharmoniska tillvaro. I sin idealiska skapelse och i sitt idealiska tillstånd, arbetar dessa energier och krafter tillsammans på ett fullkomligt sätt och kompletterar varandra snarare än hindrar varandra. Den skapade varelsen utstrålar därför en förenad kosmisk ström. Detta gäller återigen för ett stjärnsystem, en enskild planet, liksom för varje individ som bebod de enskilda planeterna, från mineral till de högsta andliga varelserna. De reglerande universella krafterna måste vara desamma för alla.

När ett stjärnsystem löses upp, beror det på att motstridiga krafter är verksamma – motsatsen till sanningsenlighet, realism, medvetenhet och medvetande. Dessa motstridiga krafter skapar en sådan spänning genom trycket från två motstridiga energiströmmar, att en explosion till slut uppstår och entiteten tillintetgör sig själv. Detta gäller återigen för ett stjärnsystem, en planet eller ett lövs nedbrytning på ett träd. För att uttrycka det enkelt består universum, upp till en viss grad av utveckling eller medvetande, av två primära strömmar: en ja-ström och en nej-ström. Ja-strömmen innefattar varje konstruktiv energi på grund av att den stämmer överens med en sanningsenlig insikt, vilket inte kan annat än att ge upphov till kärlek och enhet. Nej-strömmen utgör destruktivitet på grund av att den oavsiktligt avviker från sanningsenligheten och ger därigenom upphov till hat och oenighet. Denna generella förklaring gäller för era enskilda dagliga liv liksom för stora begrepp i skapelsens historia.

Ni vet, mina vänner, från tidigare erfarenheter, att jag inte ber er att blint acceptera andliga läror som ni inte kan bekräfta inom er själva just nu. Det som gäller för dig personligen måste i princip i själva verket gälla för hela skapelsen. Det är enkelt och absolut möjligt att upptäcka ja- och nej-strömmarna inom er, i era dagliga liv, om ni lär er att förstå och tolka ert personliga undermedvetnas språk. Att göra det kräver en viss teknik, samma som när man lär sig ett nytt

språk, vilket som helst. Det innebär övning, uthållighet och tålamod för att lära sig de nya symbolerna.

Alla former eller slag av språk utgör ett konglomerat av symboler. Vad annat är ett språk? När ni säger ordet ”bord”, utgör det en symbol för objektet som ni använder och känner till. Samma sak gäller för språket för ditt personliga omedvetna sinne. Och det är precis lika möjligt att lära sig dess språk som att lära sig något annat språk. Men det kräver också lika mycket tid, ansträngning och övning. Det kommer lika lite av sig självt till dig som att man plötsligt lär sig ett nytt språk utan organiserad ansträngning. Det är bara det att det är oändligt mycket mer givande, mer avgörande för ditt personliga liv att känna till ditt omedvetnas språk än att känna till ett dussin främmande jordiska språk.

Arbetet på denna väg är mångfaldigt. Vi har beskrivit det i olika analogier och definierat det på flera sätt. Bland mycket annat består denna väg också av att lära sig det omedvetnas språk. När ni gör det, kommer ni ofrånkomligen att upptäcka ja- och nej-strömmarna.

Ja-strömmen är ofta, men inte alltid, den mer märkbara av dem, då den mestadels är medveten. Närhelst du finner dig vara störd på grund av en ihållande bristande uppfyllelse, kan du vara säker på att båda strömmarna måste vara starkt verksamma och därigenom hämma varandra. Medvetet är ja-strömmen starkare och suddar ut den omedvetna nej-strömmen. Ju mer den sistnämnda trycks ner i den felaktiga idén om att detta avlägsnar den, desto mer drivs den under jorden där den fortsätter att vara aktiv. Och ju mer detta sker, desto mer angelägen och utom sig blir ja-strömmen. De två strömmarna drar personligheten i två motsatta riktningar och skapar därigenom en allt starkare spänning och ett tryck. Sättet att avlägsna kortslutningen är att avtäcka nej-strömmen, förstå dess felaktiga grundvalar och därigenom gradvis göra sig av med övertygelsen om att det är nödvändigt att den finns.

Det kommer att vara till hjälp för var och en av er att närma sig dig själv, ditt liv, på detta sätt. Det låter och är verkligen enkelt, men det är inte överförenklat.

Inom de områden av ditt liv där saker går lätt, där du verkar ha tur, där du för det mesta är uppfylld utan några problematiska och förvirrande kriser, kan du vara säker på att det finns mycket lite nej-ström och att ja-strömmen överväger utan någon motstridig, dold underström. För att uttrycka det annorlunda: inte bara den ytliga inställningen, utan hela ditt väsens inställning är odelad och samstämmig med verkligheten. Du är inte delad i motivationerna eller i önskningar.

Men inom områden där du upprepade gånger har ”otur”, måste nej-strömmen vara verksam i en eller annan form. Orsakerna kan förstås variera för varje individ, men de underliggande orsakerna

behöver tydligt definieras för att de ska inaktiveras. De flesta av er har börjat upptäcka dem åtminstone delvis.

Varje mål som du medvetet önskar och likväl inte uppnår, är ett bevis på att en oupptäckt nejström är verksam. Det räcker inte med att erhålla, eller ha erhållit, en förståelse för dina bilder och missuppfattningar, inte heller hur och varför de uppstod under de särskilda omständigheterna i barndomen. Viktigt som detta arbete är, utgör det endast ett steg. I detta avseende har de flesta av er gjort betydande framsteg. Men det räcker inte, för ni misstar er alla när ni tror att när man har upptäckt missuppfattningarna, de felaktiga slutsatserna, kommer det automatiskt att förändra ens innersta, subtila reaktioner. Det fungerar inte på det sättet, för detta antagande leder bara till illusionen av att din upptäckt och din tillfälliga lättnad redan har befriat dig, medan du fortsätter att reagera på det gamla sättet utan att vara medveten om det. Detta kommer förr eller senare oundvikligen att framkalla negativa resultat, som då kommer som en dubbel besvikelse och nedslagenhet.

Det enda sättet på vilket förändringen kan komma till stånd är genom att detektera hur nejströmmen fortsätter att vara verksam och till och med förhindrar just den förändring som så ivrigt eftersträvas av ja-strömmen. För detta ändamål behöver du verkligen behärska det omedvetna språket.

Låt oss anta att du önskar dig en viss uppfyllelse i ditt liv som du hittills har saknat. Du kanske har varit medveten om att du har en stark önskan om denna uppfyllelse och i ditt arbete har du upptäckt omedvetna missuppfattningar, falska skulder och destruktiva inställningar som förhindrar den. Du kanske till och med har upptäckt en rädsla för just den uppfyllelse du önskar och följaktligen en subtil, avvisande inställning. Rädslan kan grunda sig i ett helt illusoriskt antagande och därför vara onödig. Den kan bero på den barnsliga önskan om att inte vilja betala det nödvändiga priset som är förbundet med uppfyllelsen. Den kan bestå av en känsla av att inte förtjäna den här lyckan. Det kan finnas alla möjliga ytterligare skäl eller en kombination av dem alla. Oavsett vilka de är, har du i grund och botten upptäckt vad som står i din väg. Du kanske upplever upptäckten som en engångskärna, så att säga, som ett paket av störningar. Men mina vänner tänker sällan på att paketet fortsätter att sända ut sina uttryck trots att det har upptäckts. Och detta utgör den viktiga delen av arbetet, utan vilken en verklig befrielse inte kan uppnås.

I ljuset av allt detta är det nödvändigt att förnya era ansträngningar för att dagligen upptäcka nejströmmens verkan. Dess yttringar kan vara någonsin så subtila, diffusa och nästan alltför undanglidande för att fånga. Men om du bestämmer dig för att göra det, kommer det som var så diffust att det nästan var omöjligt att formulera, att bli uppenbart. Det kommer att framträda i klara konturer. Du kommer att upptäcka hur du kryper ihop något vid tanken på uppfyllelsen

närhelst den närmar sig. När den är en lekfull fantasi kan allting vara väl. Du kan upptäcka att du diffust känner en välbekant oro som du brukade trycka undan när du tänkte på uppfyllelsen. Är det en känsla av rädsla eller falsk skuld över att du inte förtjänar den? Oavsett vad det är, försök att ta dessa diffusa, suddiga känslomässiga intryck och fråga ut dem i medvetandets dagsljus. Undersök den fjärran fantasin när synbarligen endast ja-strömmen är verksam. Men i denna fantasi, önskar du det omöjliga i så måtto att du inte tar i beaktande de mänskliga ofullkomligheterna hos alla berörda? Fantiserar du i andan av att få det hela på ditt sätt, vilket inte behöver vara dåligt eller fel, men som vid närmare granskning är stelt, ensidigt, överkligt? Förväntar du dig i denna fantasi att vara gynnad på bekostnad av en följsam anpassning till nya omständigheter? Under dessa omständigheter skulle du kunna ge av dig själv under det att du kompromissar och gör avkall på dina förväntningar. Eller känner du subtilt att livet borde förse dig med den idealiska uppfyllelsen utan att nödvändiggöra någon förändring, anpassning eller något avstående från din sida? Den här vanligt förekommande inställningen kan vara ytterst subtil och kräva all din urskiljningsförmåga för att upptäcka den. När du gör det, kommer du att ha upptäckt en anledning till nej-strömmens förekomst, som är verksam uteslutande när det gäller verkligheten, men inte i din ensidiga fantasi. I en sådan ensidig fantasi kan du till och med vara villig att ge av dig själv, men bara för att i fantasin är det du som regisserar pjäsen och således bestämmer hur, när och på vilket sätt du ger. I verkligheten kan du inte bestämma allt detta. Verkligheten kräver att du är redo med din följsamhet när så behövs. Eftersom du omedvetet vet allt detta, blockerar du uppfyllelsen och väntar på något sätt på det omöjliga.

När du blir medveten om den ständigt verksamma nej-strömmen, även innan du fullt ut förstår dess närvaro, kommer du att känna en lättnad från hopplösheten och vägen ut kommer att vara i sikte. Du förstår varför ditt liv inte har förändrats trots omfattande insikter om bilder och barndomens lärdomar. Du kommer nu att upptäcka de destruktiva känslorna som står i nej-strömmens tjänst: rädsla, skuld, ilska, frustration, fiendskap och så vidare. Dessa känslor fortsätter att pyra, men de kan vara kamouflerade på ett konstlat sätt, bortförklarade av synbarligen verkliga provokationer och "framgångsrikt" projicerade på andra. Att upptäcka alla dessa mekanismer är att lära sig det omedvetna språket. Detta är en lyckad översättning av det.

Oavsett hur många iakttagelser du gör, kommer ingenting egentligen att förändras i ditt liv förrän du observerar nej-strömmens aktivitet, dagligen, om och om igen, tills du tolkar dess meddelanden och dechiffrerar dess koder.

Innan du kan upptäcka nej-strömmen bakom en stark, ouppfylld önskan, kan du ofta bli förbryllad på grund av att ja-strömmen är så desperat angelägen. I stället för att låta detta vilseleda dig till att anta att detta visar att det inte finns någon nej-ström, kan du vara säker på att den desperata angelägenheten visar på dess närvaro. Den febrila rädslan för att den desperata angelägenheten

inte kommer uppfyllas, förebådar alltid ett dolt nej till uppfyllelsen. Frånvaron av ett sådant nej alstrar en lätt, avslappnad ja-ström, utan någon antydning av desperation. Det är en ja-ström som önskar sig uppfyllelsen, är helt redo för den, men som är helt i stånd att leva ett konstruktivt liv utan den, oavsett hur välkommen uppfyllelsen skulle vara. Om uppfyllelsen inte kan äga rum av olika yttre skäl, om nej-strömmen råkar detekteras för sent, kommer personen fortfarande att veta att andra sätt är öppna för att uppleva ett fruktbart liv.

Låt oss nu vara mer specifika när det gäller att detektera en nej-ström. Du kan vara säker på dess förekomst om det finns kvar en frustration i ditt liv, trots att du har upptäckt relevanta bilder. Du kan också vara säker på dess förekomst om du är desperat i din ja-ström: om du är rädd för att uppfyllelsen aldrig kommer att infinna sig, om du tror att ditt liv är dystert utan den. Efter att således ha konstaterat att nej-strömmen måste finnas, är det nu fråga om att uppleva den – inte bara en gång, utan närhelst den är aktiv.

För att bli starkare medveten om dess förekomst, är det en oerhörd hjälp att praktisera den dagliga återblicken, som ni har lärt er och som måste tillämpas i den här riktningen. Observationen och utfrågningen av era känslomässiga reaktioner behöver utökas i sin vidd och bredd på denna väg, i stället för att minska. Om ni går framåt i rätt riktning, kommer ni nu att observera mer, snarare än mindre – i motsats till den felaktiga idén om att det finns mindre att se på grund av er förbättring. En ingående granskning av era känslor utgör den viktigaste förutsättningen.

Det är lika viktigt att röra upp den förstenade delen av det omedvetna. Om de lämnas ensamma, orörda och obestridda, visar sig inte hindren som nej-strömmen består av. De slumrar tyst och endast när de rörs upp, reagerar de på ett mer märkbart sätt. Denna upprörning sker genom frustrationerna och svårigheterna som livet medför. Den sker också genom att ständigt utfråga jaget och försöka komma igenom det yttre, rationella skalet i en anda av att utforska det inre på ett genomträngande sätt.

Känslor som har rörts upp avslöjar nej-strömmen om de undersöks, utfrågas och förstås. Denna upprörning sker, som jag har nämnt, dels genom de oundvikliga livsomständigheterna, dels genom avsiktliga processer i arbetet på denna väg. För att på ett fruktbart sätt observera vad det omedvetna uttrycker, är det viktigt att särskilja den fiska delen av dig själv från den osunda, förvirrade, invecklade delen. Att på ett obundet sätt observera något som är dunkelt och konstigt, är det mest läkande tillvägagångssättet på vägen mot befrielse. När din ja-ström observerar nej-strömmen utan häftiga självanklagelser, blir det möjligt att översätta den senare till ett koncist, mänskligt språk. Att koncist formulera tidigare diffusa känslor är ovärderligt och är något som behöver läras på de tidiga stadierna av denna väg.

Ni är felaktigt övertygade om att för att förstå vad som sker i ert omedvetna, behöver man bara upptäcka hittills okända element. Ni förväntar er helt okända fakta. Detta gäller endast i mycket sällsynt fall. Det är inte nödvändigt att gå igenom vindlingar och förvrängningar för att söka efter någonting nytt. Ingenting ogörligt krävs för att upptäcka det som behöver upptäckas för att leva ett meningsfullt liv. Du behöver inte vänta på något fjärran och helt dolt. Observera först de lager som är lätt åtkomliga när du fokuserar din uppmärksamhet på dem. Där finns de halvmedvetna tankarna, de vaga och diffusa inställningarna och uttrycken som nästan är en självklar vana och därför så lätta att förbise då de har blivit en del av dig. Men inte någon av de halvmedvetna känslorna, reaktionerna och uppfattningarna är tydligt formulerade i koncisa tankar. Om ni betraktar de halvmedvetna reaktionerna i problemområdena av era liv, kommer ni att lära er allt vad ni behöver veta om er själva. Detta är en mycket viktig del av att lära sig det omedvetnas språk.

Jag kommer nu inte att diskutera drömtolkning, som handlar om att översätta djupa lager. För detta behövs mer hjälp än att observera halvmedvetet material och att översätta detta till ert kända språk. Det halvmedvetna materialet omfattar era omedelbara känslomässiga reaktioner såväl som ert fantasiliv. En jämförelse av dessa uppvisar ofta era avvikelser och motstridigheter, liksom era omogna förväntningar.

Ju tydligare du ser hur du stöter bort eller drar dig tillbaka från just den uppfyllelse du trängtar efter – allteftersom du ser detta om och om igen – desto närmare rör du dig mot att avlägsna nej-strömmen. Du försvagar den blott genom att observera den.

När den förstenade delen av det omedvetna har utsatts för tillräcklig påtryckning – dels från försteningen i sig som upplevs som frustration och smärta, dels från arbetet på denna väg – blir hårdheten tillräckligt rörlig för att släppa en del av dess substans. Detta får nej-strömmen att visa sig starkare på ytan, mindre och mindre förklädd, vilket gör den allt svårare att rationalisera. Detta kan leda till en vändpunkt, förutsatt att egot inte släpper sin vaksamhet och låter nej-strömmen bli stark igen. Pröva dig själv vad gäller den möjligheten, åtminstone inom vissa områden.

Det är absolut nödvändigt att öka uppmärksamheten på nej-strömmen i dess exakta form. En viss typ av meditation kan hjälpa till. Bli mycket tyst och avslappnad och börja med att observera din tankeprocess och även din initiala oförmåga att göra detta. Detta leder så småningom till att tankarna kan hållas borta för en kort stund och du gör dig helt tom. I tomheten är det möjligt för hittills kontrollerat och förträngt material att visa sig, om du uttrycker detta syfte och önskar det tillräckligt starkt utan att dra dig undan mödan att nå målet. Även om det är svårt i början, kommer en sådan möda efter en tid att upprätta en kanal till en del av dig som du inte tidigare kunde hämta från. Först ser du de destruktiva elementen flyta upp och sedan kommer du att kunna

hämta från de konstruktiva elementen, djupt dolda i det inre. Ofta följer dock inte processen denna ordningsföljd. Det är med andra ord inte alltid så att ”gott” följer efter att allt ”dåligt” har kommit fram; det växlar. Detta kan vara en ytterligare prövning för er, eftersom det kan leda till ett önsketänkande och att du överskattar dig själv. Någon som har upplevt ett visst kreativt, konstruktivt själsmaterial som inte har visat sig tidigare, behöver inte ha kommit längre än någon annan som ännu inte har hämtat från den gudomliga kanalen. De har bara en annan rytm.

I den ockulta litteraturen används ofta uttrycket ”det tredje ögat”. Genom att upprätta kontakt med det dolda omedvetna och förstå det språk som dina omedvetna hinder talar, utvecklar du flera ”tredje” förnimmelseorgan och kommunikationsformer i alla avseenden, inte bara ögon som man ser tydligare med, utan också öron och andra förnimmelssinnen, liksom en ny form av tal.

Metafysiska övningar har lyckats med att ge adekvat träning och disciplin i detta avseende, men endast sällan används de i rätt riktning. Människor frestas alltid in i det idealiska tillståndet som de ännu inte har uppnått, så att nyligen förvärvade förmågor tjänar till att fly, i stället för att användas för att upptäcka sig själv och förstå vad de destruktiva elementen innebär.

Allt detta kräver i själva verket en viss disciplin, liksom outtröttlig viljekraft. Svårigheten är att bakom den bristande viljekraften som behövs på denna väg, finns just själva nej-strömmen som skapar problemen som ni så gärna vill lösa. Bromsen som du oavsiktligt lägger på din medvetet önskade uppfyllelse på grund av någon okänd rädsla, visar sig med andra ord på denna väg på olika sätt: brist på energi och lust, lättja, att vara blockerad, inte förstå, projicering av ilska på dem som hjälper, att faktiska svårigheter dramatiseras och överdrivs tills arbetet inte längre är möjligt eller bara kan fortsätta på ett sådant sätt att de verkliga problemen förblir orörda. Av vikt är också det negativa insisterandet på att koncentrera sig på frågor som arbetet inte organiskt uppmärksammar dig på genom omständigheterna i ditt liv.

Att inse och uppmärksamma en sådan fördröjningstaktik från nej-strömmen är avgörande för ert arbete med att förverkliga er själva. Även om en väsentlig del av dig är ivrig att upptäcka, att växa ut ur, att förändra problemen med hjälp av ja-strömmen, finns det också en djup rädsla för förändring, vilket visar att nej-strömmen är verksam. Den existerar i proportion till problemets och arbetets svårighet. Nej-strömmen kan inte avlägsnas såvida inte den djupa rädslan och dess medföljande missuppfattningar som påkallar dess förekomst, blir medvetna och ditt förnuft och din intelligens kan undersöka deras giltighet. Det är därför mycket tillrådligt att inte bortse från nej-strömmen och agera som om den inte fanns. Den behöver beaktas, för den innehåller nyckeln till problemet i sig.

Den viktiga nej-strömmen kallas också för ”motstånd”. Men detta ord har förlorat sin innebörd för er, så bara att nämna det kanske bara ökar er nej-ström. Om ni inser att nej-strömmen är en universell faktor, som förekommer i många former i er värld, kan det vara lättare för er att ta er an att upptäcka den inom er själva.

Var och en av er är ständigt invecklad i en nej-ström. Det är inte en fråga om vems nej-ström som är starkare och vems som är svagare. Den avgörande frågan är huruvida den detekteras, observeras och följs i dess ränksmiderier, som tydligt måste förstås. En starkare nej-ström försvagas ständigt av din medvetenhet och är mindre skadlig än en ynkelig men trög och obstinat nej-ström som håller sig fast i personligheten på ett mycket skadligt sätt på grund av att den går obemärkt förbi. Den senare är svårare att upptäcka, särskilt när ja-strömmen är stark. Jag ber er alltså, mina vänner, gå in för att upptäcka er nej-ström, upptäck på vilket sätt den manifesterar sig, liksom vilka missuppfattningar den baseras på.

Ert omedvetna talar ständigt, mina vänner. Det talar utan att ni hör det, så ni kommunicerar inte med det och går därför miste om en mycket viktig del av ert arbete. Ni fortsätter så ofta att söka efter en intellektuell förståelse av tillfälliga missuppfattningar och förbiser därmed nej-strömmens stadiga flöde och hur den fungerar. Fokusera i stället på den, gör det till din uppgift och lägg tonvikten på att observera dig själv. Om du avsätter lite tid varje dag till den här centrala frågan, kommer resultaten att bli mycket underbara.

(1) Fråga dig själv: Vad är målet jag önskar nu? Var är jag otillfredsställd? Vad skulle jag önska vore annorlunda? (2) Hur mycket vill jag det? (3) I vilken utsträckning finns det någonting inom mig som inte vill det eller som är rädd för det eller som av någon anledning säger nej till det? (4) Om nej-strömmen finns vad gäller just den sak jag önskar, måste den också finnas i mitt arbete på denna väg i sig. På vilket sätt yttrar den sig där? (5) Hur kan jag upptäcka nej-strömmens olika former och yttringar i mitt dagliga liv?

Om ni tydligt formulerar dessa fem frågor och sanningsenligt börjar svara på dem, kommer ert arbete på denna väg att bli mycket dynamiskt och era framsteg kommer att förbluffa och glädja er. Det sanningsenliga svaret på dessa frågor – genom att stadigt observera och formulera diffusa känslor och göra meditationsövningar – kan inte vara beständigt. Tro inte att det som du nu upptäcker räcker och inte behöver någon fortsatt uppmärksamhet; det behöver snarare observeras ständigt. Först då kommer nej-strömmen långsamt att försvagas. Varje observation kan ge en djupare och bredare förståelse.

Att vara mycket tyst och avslappnad under de självkonfronterande stunderna är, som ni vet, nödvändigt. Men om du har svårigheter i detta avseende, om du känner dig alltför spänd, alltför

plågad och otålig, om du tror att du går miste om något annat som är viktigt utan att kunna sätta ord på det, kan du vara säker på att detta är hur nej-strömmen typiskt yttrar sig. Det är den som hindrar dig från att bli tyst och lyssna på dig själv. Om du kan bekräfta detta, där du lugnt säger till dig själv ”Jag är för nervös och rastlös för att slappna av och göra den här delen av just den process jag önskar”, kommer din rastlöshet att avta eftersom du befinner dig i nuets sanning. Nästa steg kommer att bli lättare. Du kan då observera hur du i verkligheten reagerar när du försöker arbeta med ditt problem. Om du fortsätter att observera, kanske vid en annan tidpunkt, hur nej-strömmen yttrar sig på ett helt annat sätt, men lugnt observerar det, med all den skarpa, fokuserade uppmärksamhet som du kan uppbåda, måste dina ansträngningar bli framgångsrika, och så småningom kommer du att avlägsna det som är mest destruktivt i ditt liv. I stället stormar ni ofta fram i er fantasiflykt till ett fjärran, fullkomligt mål, samtidigt som ni under ytan i själva verket är rädda för just detta mål och därmed förbiser det som står i vägen.

Ja-strömmen måste observera nej-strömmen. Låt detta vara ert motto! I den utsträckning som du lyckas kommunicera med ditt eget omedvetna och förstår dess språk, kommer du att upprätta en kontakt med en djupare, klokare del av ditt omedvetna. Den kommer så småningom att ta över och vägleda dig genom alla faser av ditt liv, även dem där du ännu inte har varit framgångsrik. Den hjälpsamma delen av ditt omedvetna måste ständigt förse dig med en förnyande styrka, kreativ energi, resursrikedom, harmoni. Men denna hjälp kan endast komma när du har lärt dig att bli medveten om, observera och avkoda den förstenade och destruktiva delen av det omedvetna.

När man lär sig att göra detta på ett lugnt och obundet sätt, lär man sig inte bara att kommunicera medvetet med den konstruktiva delen av sitt omedvetna, utan man kommer också medvetet att kommunicera med andra människors omedvetna. Detta betyder mycket, mina vänner. Ni har börjat upptäcka sanningen i det som jag hela tiden säger, nämligen att alla människor ständigt påverkar varandra på sina omedvetna nivåer. Kommunikationerna som ni är omedvetna om avgör relationen. Att vara ovetande kring detta och inte kunna greppa vad som pågår, måste lämna er hängande i luften. Ni misslyckas ofta med att förstå vad som verkligen händer i relationer. Ni misslyckas med att förstå och göra er själva förstådda. När ni lär er att medvetet uppfatta andras omedvetna och därigenom förstå era interaktioner, kommer ni därför att uppleva en revolutionerande befrielse. Detta utgör verkligen en avgörande tröskel i er utveckling.

När detta sker, kommer ni att märka att det inte finns några ord för att beskriva fenomenet. Det kommer att vara som om ett mörkt skynke föll bort från dig. Missförstånd, sårade känslor, rädslor måste upphöra att existera. Du kommer att se att det som hotar dig hos andra och som gör dig spänd och försvarsinriktad, lugnt kan observeras, på samma sätt som du har lärt dig att göra med ditt eget jag. Du lär dig att tolka detta hos andra på samma sätt som du har gjort med dig själv. Du lär dig att tolka vad gesten, betoningen, uttrycket, handlingen, uttalandet, den spända muskeln

innebär, som personen är ovetande om. Du kommer att höra, se och uppfatta vad andra människor egentligen menar, vad de vill uttrycka trots deras förklädning, vad som styr dem bakom deras medvetna förhållningssätt och fasader. Du kommer att veta vad deras omedvetna säger när de betar sig på det ena eller andra sättet. När du har nått dithän, har du ingenting mer att frukta. Men detta är en organisk utveckling som inte kan ske innan du har gjort det med dig själv.

Så länge du är rädd, saknar du den nödvändiga lugna observationen för att uppfatta sanningsenligt, oavsett huruvida detta handlar om rädsla för vad andra kan göra mot dig eller rädsla för ditt eget omedvetna. I det förra föredraget diskuterade jag er rädsla för ert eget omedvetna i samband med er rädsla för att släppa taget och förenas med en partner, och den tredje i triaden, rädslan för döden. Det är denna rädsla för det egna omedvetna som gör nej-strömmen så stark. Ni kommer att se hur triaden hänger samman samt befrielsen som jag just har beskrivit när ni inte längre är rädda för andra, på grund av att ni tyst kan ta in dem och använda alla era förmågor och organ för att observera och se dem i verkligheten. Detta föredrag kan därför verkligen bara förstås om du bekräftar rädslan för ditt eget omedvetna. Allteftersom du förlorar den rädslan, kommer du att lära dig att tolka ditt omedvetnas språk. Du fulländar dig därmed mer och mer i tekniken som upprättar en relation med andra där det inte finns någon rädsla.

Finns det nu några frågor?

FRÅGA: Om människor blir medvetna om rädslan bakom sina önskningar, och önskan då minskar för att de fullt ut inser rädslan, vad kan de då göra?

SVAR: Frågan är egentligen inte vad man kan göra, utan vad detta innebär. Om önskan om en uppfyllelse träder tillbaka på grund av rädslan, innebär det att rädslan inte är förstådd, eftersom missuppfattningarna och det verkliga synsättet bakom den ännu inte ses i alla dess kopplingar och förgreningar. Om rädslan vore fullt förstådd, skulle den utan tvivel minska, inte genom att täckas över, utan genom att den i sanning och i verkligheten löser upp sig. Detta innebär att hela området inte är utforskat fullt ut. Det finns så många lösa ändar och mycket kvarstår att göra. Förstår du?

FRÅGA: Ja, det gör jag, men jag har fortfarande känslan... Kan jag ge ett exempel? Jag har alltid velat vara skådespelerska. Jag kunde inte göra det på grund av att jag var rädd för att jag inte skulle vara så fulländad som jag ville vara och skulle inte vilja ta riskerna. Nu när jag är äldre inser jag också att jag inte längre skulle kunna göra det oavsett. Nu finns fortfarande önskan, men också rädslan, och också vetskapen om att det är för sent.

SVAR: Som saken är, så har du här upptäckt ett relativt ytligt kluster av känslor, reaktioner och inställningar. Önskan är, med allt som är knutet till den, ett uttryck för någonting mycket djupare.

Vi skulle verkligen kunna säga att den utgör en förskjutning. Den uttrycker en djupare önskan och en djupare rädsla. Det är omöjligt att lösa ett problem när man har med förskjutningen att göra. Problemet behöver hanteras, kännas och upplevas i dess djupa, ursprungliga manifestation. För att möjliggöra detta, måste många begränsningar, hämningar – nej-strömmen – bli fullt medvetna i de flesta av sina aspekter. Endast då kan du återuppleva frustrationen och smärtan som du led av som barn och därför ofta fortfarande lider av, även om det inte längre är nödvändigt att göra det. Detta sker för att du har inrättat mycket destruktiva försvar mot den ursprungliga smärtan och frustrationen. Ett av dem består av en ovanligt stark nej-ström. Det är den sistnämnda som gör det så svårt för dig att rulla upp hela processen och bli intensivt levande.

FRÅGA: Jag förstår det mycket väl, jag vet att förskjutningen inrymmer precis samma sak. Jag känner nej-strömmen.

SVAR: Inte fullt ut, nej. Det är mycket viktigt att du blir klarare och mer specifikt medveten om den, så som den yttrar sig i ditt dagliga liv, i dina reaktioner, kontakter, inställningar, i arbetet på denna väg i sig. Först då kommer det att bli möjligt att tränga in där ditt medvetande hittills inte har kunnat göra det.

FRÅGA: Jag har en fråga från en vän som inte är här. Hon skulle vilja veta vad den metafysiska mekaniken är vad gäller hjärnans artärer när de förhårdnar och försämrar patientens mentala förmåga? Varför sker det? Vad kan man göra för att hjälpa till?

SVAR: Det sker på grund av en skyddsmekanism i det mänskliga psyket. Den gör det möjligt för en person som befinner sig på gränsen mellan denna livsmanifestation och en annan dimension av livet att göra övergångsperioden mindre smärtsam fysiskt såväl som mentalt. Det finns en mental smärta hos individer som är fyllda av rädsla och osäkerhet. När inre problem förblir olösta är rädslan för det okända, som ni vet, mycket stark. Det kan nästan liknas vid en form av bedövning som naturen administrerar om så behövs. Detta är verkligen en välsignad sak. Detta svarar redan på din andra fråga, för när du förstår och ser det i detta ljus, kommer förståelsen att avlägsna en inre ström av oro, som i sin tur skulle fångas upp av patientens omedvetna. Rädslor blir bördor, men här kommer frånvaron av oro att bringa ytterligare lättnad. Om du inte längre pressar och trycker emot den naturliga processen, utan tacksamt ser den för vad den är, kommer det inte längre att finnas någon press från dig på patientens omedvetna. Detta kommer att göra det lättare för patienten att ge efter i lättnad, i stället för att kämpa emot det i en skam som sporras av ett falskt samvete. Detta kan ske på aldrig så subtila sätt.

Jag ber er att bevara era frågor som spontant kommer upp efter dessa föredrag. En fråga eller en parallell utifrån ert eget arbete kanske kommer till er när ni lyssnar eller läser. Ge alla andra

vänner fördelen av att dela och dig själv fördelen av att fortsätta utforska en punkt som kanske kan visa sig vara till stor hjälp för dig, genom att plita ner det som kommer till dig.

Låt oss hoppas att detta föredrag, trots i grunden mycket upprepning, förmedlade något nytt till er och därmed ger er en ny sporre och drivkraft till att närma er er själva i en anda av obunden observation. När ni finner det svårt att göra det, sätt inte svårigheten åt sidan, utan ta den i sig som ett språk, som ett uttryck, och tolka det.

Var välsignade, alla ni, i kropp, själ och ande. Var i frid, mina käraste vänner. 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