

Konflikten mellan positivt och negativt inriktat behag som smärtans ursprung

Välkomna, mina käraste vänner. Var välsignade, återigen, var och en av er. Välsignat vare varje steg, varje bemödande som ni gör på er väg till befrielse.

I det här föredraget kommer jag att föra samman mycket som vi nyligen har diskuterat. Ni kommer lätt att se kopplingarna. Men låt oss först, som en upptakt, ta en titt på innebörden av smärta och dess verkliga orsak. Smärta är resultatet av en konflikt. Den uppkommer när två motsatta riktningar existerar i en personlighet. Riktningen för de universella skaparkrafterna är mot ljus, liv, växande, utveckling, bejakande, skönhet, kärlek, inkludering, förening, högsta välbehag. Närhelst den här riktningen motverkas av en annan riktning, skapas en störning. Det är inte störningen i sig som skapar smärtan, utan obalansen och en speciell slags spänning orsakad av den motsatta riktningen. Detta är vad som orsakar lidandet. Det är mycket viktigt att förstå detta, mina vänner, för att följa med i resten av detta föredrag.

Principen som jag här förklarar gäller på alla nivåer. Den går i hög grad att konstatera på den fysiska nivån. Det fysiska systemet, liksom alla andra system eller plan, strävar också mot helhet och hälsa. När en störande kraft drar i en motsatt riktning, skapas smärtan av att de två riktningarna drar åt olika håll. Man kan konstatera att detta faktiskt är vad som orsakar smärtan, eftersom när kampen ges upp och individen släpper taget och ger efter för smärtan, upphör smärtan. Många människor har bekräftat sanningen i den här principen. I den stund som man släpper kampen mellan de två motsatta dragningskrafterna och den negativa riktningens befintlighet accepteras, måste smärtan upphöra.

När störningen bekämpas på ett ineffektivt sätt och personligheten vill ha hälsa, förnekar personligheten att den också vill ha icke-hälsa. Eftersom strävan efter icke-hälsa förträngs och ignoreras, blir kampen mot hälsa alltmer spänd. Detta är ursprunget till smärta. Om personligheten vore medveten om att den vill ha både icke-hälsa och hälsa, skulle kampen omedelbart upphöra, för den förstnämnda önskan kan inte vidmakthållas; endast den sistnämnda kan vidmakthållas. Det är avsaknaden av medvetande som skapar en lucka mellan orsak och verkan. Orsaken är den

negativa önskan, verkan är störningen i systemet. De två riktningarna fortsätter att dra åt olika håll och det uppstår smärta.

Men när den här processen förstås fullt ut och de tillfälliga, fortfarande oundvikliga konsekvenserna av den negativa önskan accepteras, kan man låta sig gå in i den nuvarande smärtan och smärtan måste upphöra. Detta är inte nödvändigtvis ett destruktivt sätt att omfamna smärta, eller ett masochistiskt, självbestraffande element som i sig hyser och upprätthåller en negativ önskan. Det är en fullständig acceptans av vad som *är* – och med detta upphör smärtan. Detta är principen för smärtfri födelse, till exempel. Detta är principen för icke-kamp. Detta är principen som Jesus Kristus förklarade när han sa ”Värj dig inte mot det onda”.

När kampen är alltför kraftig på alla nivåer, inträder döden. Döden kan också vara ett resultat av att man har gett upp kampen. Detta gäller förstås på det fysiska planet. Den fysiska smärtan upphör därför när spänningen upphör – och detta sker i döden.

På det mentala och emotionella planet finns det något liknande. När kampen förstås fullt ut och accepteras som en tillfällig manifestation, som en verkan – accepterad som sådan utan slutgiltighet och samtidigt med en medvetenhet om det rättmätiga i dessa konsekvenser – upphör den mentala eller emotionella smärtan. Detta sker inte när det negativa är önskat, för som vi har sett så skapar den önskan bara den nya riktningen, i motsats till den ursprungliga positiva riktningen. Det sker inte heller genom att förverka den bejakande principen, utan genom att förstå nuet. Då upphör den mentala och emotionella smärtan, precis som den fysiska smärtan upphör när man överger den motsatta dragningskraften. Allt detta går att bekräfta och har bekräftats över hela världen. Alla ni som följer en väg för självförverkligande har upplevt detta åtminstone ibland.

På det andliga planet, mina vänner, är det annorlunda. För det andliga planet utgör orsaken, medan alla andra plan eller medvetandesfärer utgör verkningar. Det andliga planet är den positiva riktningens ursprung. Det inrymmer inte, och kan inte inrymma, en negativ riktning. Den negativa riktningen skapar, och skapas av, olika inställningar som är oförenliga med allt livs ursprung. Det andliga planet är enhet i sig, och konflikter, motsatta riktningar och följaktligen smärta är därför otänkbart och ologiskt där.

Människor som är fria från konflikter och smärta måste vara i enhet. De kan vara i fullständig enhet endast när de följer sina livskrafters positiva riktning i en obruten linje. Om det vore möjligt för en individ att fullt ut vilja det negativa, skulle även smärtan upphöra. Men detta är inte möjligt, för det verkliga jaget står i samklang med den verkliga världen där absolut konstruktivitet råder. Detta utgör den slutliga verkligheten, så det är meningslöst att ens föreställa sig att någon skulle kunna vara i enhet kring ett negativt syfte. Livet i sin väsentliga och djupa karaktär kan aldrig

någonsin vara negativt inriktat. En negativ inriktning kan inte utgöra något annat än en förvrängning. Eftersom det verkliga fortsätter att existera inunder förvrängningen, sänder det ut sina verkningar oavsett de övertäckande förvrängningarna och oavsett hur stark den tillfälliga negativa inriktningen är. Eftersom människan och livet är ett, kan ingen någonsin vara helt negativ. Närhelst det finns en negation i ens karaktärsstruktur, måste det finnas spänning och konflikter och även smärta. Den negativa riktningen står i motsättning till livet, och icke-liv kan aldrig någonsin helt vara önskat eller ens visualiseras att vara fri från konflikter, för det finns inte någon logik i det.

Det är mycket viktigt att förstå, mina vänner, att det negativa endast kan önskas av en del av personligheten, aldrig av hela personligheten. Det kommer alltid att finnas en annan del av psyket som våldsamt motsätter sig den negativa önskan och det måste därmed uppstå smärta. På såväl den fysiska som den emotionella och mentala nivån är det möjligt att tillfälligt acceptera det negativa som ett övergångsstadium, i förståelsen av att detta är verkan av en oavsiktlig orsak och är enbart en tillfällig störning. I denna förståelse och acceptans upphör man med kampen. Man accepterar det negativa utan slutgiltighet och med en objektiv, besinningsfull inställning. Men på det andliga planet, som omfattar hela varandet, livet i sin helhet, alltings ursprung, är detta omöjligt. Hela väsendet kan aldrig någonsin vilja ha det negativa.

Smärta och lidande är alltid ett resultat av att personligheten dras mellan två tendenser som utgör livets och anti-livets riktningar. Dessa kan också kallas kärlekens riktning och hatets, isoleringens och rädslans riktning, eller den positiva och den negativa riktningen. Personlighetens yttre lager måste lida så länge som enhet inte uppnås. Enhet existerar uteslutande i den kosmiska skaparprincipens fulla verklighet. Det är yttersta viktigt, mina vänner, att förstå vad jag säger här, för denna förståelse måste öppna nya dörrar.

Ett antal av mina vänner har passerat en stor tröskel på sin väg mot att upptäcka och bli medvetna om var de själva önskar det negativa. Detta är en ytterst viktig ny fas. Det gör hela skillnaden för en individ att vara eller inte vara medveten om sina negativa begär¹. Det finns naturligtvis grader av medvetenhet. Det är möjligt att vara medveten om dem slentrianmässigt och flyktigt. Det är möjligt att ha vunnit en viktig insikt om deras förekomst, men att denna medvetenhet förtunnas. I ju högre grad medvetenheten finns om en avsiktlig önskan om det negativa, desto mer kommer du att vara i kontroll över dig själv, över livet och desto mindre kommer du att känna dig som ett offer, hjälplös och svag.

När en individ inte är medveten om sin avsiktliga önskan om det negativa, måste lidandet vara oändligt mycket större än något lidande eller någon smärta som kan följa när man är medveten om

¹ Eng "desire" som också kan översättas till önskan, åstundan. Övers. anm.

att man själv har önskat det. Avsaknaden av en sådan medvetenhet måste skapa ett psykiskt klimat där individen känner sig utpekad som ett offer. Det är oundvikligt att känna sig hjälplös när man saknar medvetenheten om att verkan var självskapad. Separation mellan orsak och verkan i ens medvetande måste ge upphov till förvirring, tvivel och hopplöshet. I den stund som ni genom detta arbetes oförtrutna kamp uppnår en medvetenhet om den negativa önskan, vet ni åtminstone, mina vänner, vad som orsakar era yttre svårigheter och ovälkomna situationer. Även innan du är förmögen att ge upp de negativa begärens, för att du ännu inte förstår orsaken till att de finns, kommer enbart vetskapen om att du har skapat de oönskade manifestationerna i ditt liv att göra dig till en friare person.

De av er som har brutit den första marken och blivit medvetna om de negativa begärens måste vara noggranna med att utöka denna medvetenhet och koppla samman den med de ovälkomna manifestationerna i ditt liv. Detta väsentliga steg får inte förbises. För det är absolut möjligt att vara medveten om, åtminstone i viss mån, en negativ önskan och likväl blunda för att denna negativa önskan utgör den omedelbara orsaken till ett antal manifestationer i ditt liv som du energiskt kämpar emot. Och just detta är din smärta. Du kämpar emot något som du själv har framkallat och fortsätter att framkalla, samtidigt som det alltid måste finnas en dragningskraft mot ljuset, mot helhet, mot kärlek, inkludering och konstruktivitet, mot skönhet och utveckling. Detta att du förnekar riktningen mot helhet och glömmer bort denna förnekelse – ovetande om du önskar två motsatta saker samtidigt – förvirrar och smärtar dig. Vad som krävs för att en individ ska uppnå den här medvetenheten kan lätt inses.

De av er som har fångat den första glimten av era negativa begär har fått en ny styrka och ett nytt hopp. För när denna medvetenhet är levande, ser du hur, först som en princip och som en möjlighet, ditt liv kan vara när du inte längre har de negativa begärens, även om du ännu inte vet varför och på vilket sätt du insisterar på de negativa begärens och varför du hyser dem i första hand. Men bara detta att veta om att du har dem och därefter koppla samman dem med de ovälkomna resultaten, måste ge dig nytt hopp och en ny utblick.

De vänner som ännu inte har erhållit den medvetenheten bör försöka sitt allra bästa för att upptäcka sina negativa begär. På ytan kan majoriteten av människor inte föreställa sig hur de skulle kunna hysa destruktiva begär. Även vissa vänner som har varit på denna väg under en lång tid är ännu inte förmögna att känna sin destruktiva riktning. Meditera och vill verkligen upptäcka vad som finns inom dig. Detta är ännu svårare när en person energiskt förnekar aspekterna i livet som lämnar något att önska och som inte vill inse att något saknas, att man lider av något. Att på detta vis förneka vad du egentligen känner och saknar, gör det omöjligt att någonsin frambringa en verklig uppfyllelse i ditt liv. Förnekelsen finns fortfarande hos vissa av mina vänner som har gjort detta arbete under en lång tid.

Fråga alltså dig själv: ”Har eller upplever jag allting till min fulla potential? Vad finns det som förmodligen stör mig mer än jag medger?” Detta skulle vara den första frågan, en relevant fråga för dem vars tendens är att fly från sina bristande uppfyllelser, förneka dem, släta över dem och förfälska sin situation. Och sedan finns det förstås de människor som bara är alltför starkt medvetna om sitt lidande och vad de saknar, men de saknar en inre kontakt med mekanismen som önskar det negativa resultatet.

Arbetet på denna väg fortsätter med att bli medveten om avsiktliga negativa begär, eller om undvikandet av positiva resultat, vilket innebär samma sak. Detta är, som ni kan se, en avgörande milstolpe på hela er utvecklingsväg. Det är skillnaden mellan att känna sig som ett hjälplöst löv i vinden, ett litet bortglömt redskap i ett enormt universum, och att känna att ens jag är självstyrande, autonomt. Principen om kretslopp eller cirklar – oavsett om de är gynnsamma eller onda – utgör alltid den självupprätthållande principen. Autonomi är positivt självupprätthållande, vilket sätts i rörelse av verklighetsmedvetande.

Detta kan återigen konstateras på er väg. När ni når fram till en viss grad av insikt i psyket, ser ni hur de positiva och negativa inställningarna är självupprätthållande. Ta till exempel en sund, positiv inställning. När du är utåtriktad, konstruktiv, öppen, inkluderande, går allting enkelt. Du behöver inte arbeta hårt på dessa saker. De upprätthåller sig själva. Du behöver inte ens spendera energi på någon avsiktlig form av meditation. Dina positiva tankar, inställningar och känslor skapar av sig själva mer positiva tankar, inställningar och känslor. Dessa skapar i sin tur uppfyllelse, produktivitet, frid och dynamik. Principen är precis densamma i negativa situationer. De självupprätthållande krafterna kan i detta fall endast ändras genom denna avsiktliga process som sätter i gång något nytt. Arbetet på denna väg åstadkommer just detta.

Vidare är det viktigt för er att förstå och visualisera att medvetandesfärerna fungerar exakt enligt de anvisningar som vi har diskuterat. För att förenkla något för diskussionens skull, finns det med andra ord den positiva principen och riktningen. Detta är verklighetens sfär, den sfär där det finns ett obegränsat självupprätthållande i varje avseende där medvetandet är medvetet om att en sådan helhet och ett sådant outtömligt överflöd existerar. För övrigt vill jag här inflika att den självupprätthållande principen som jag har förklarat på en andlig nivå, existerar i en identisk form på ett vetenskapligt plan. Denna princip kan återfinnas inom kemin, inom fysiken, inom praktiskt taget alla vetenskapsområden. Den borde därför vara lättare att acceptera än om den vore ett fenomen som inte redan hade upptäckts på mänskliga materiella områden.

Personlighetsnivån som vill det negativa och följer den riktningen, skapar en ny värld, eller psykisk sfär, som täcker över den ursprungliga positiva världen. Bilder och former – resultatet av

inställningar, tankar och känslor – skapar denna negativa värld. Det finns många variationer, grader och möjligheter beroende på de negativa begärens styrka, medvetenheten om både positiva och negativa begär och balansen mellan dem. Ni kan få en föräning om detta genom att jämföra er egen förändrade medvetenhet med er tidigare omedvetna förnekelse av positiva upplevelser, eller rent av er direkta önskan om det negativa. Ni kommer att se att den här skillnaden utgör en annan medvetandesfär, en annan värld, med dess egen distinkta nyans och atmosfär.

Den fysiska, materiella världen som ni lever i uttrycker det positiva, det negativa och presenterar en kombination av dessa. Allt detta existerar inom och utanför er – fritt från tid och rum. Ni kan och behöver nå dessa världar inom ert psyke genom att bli starkt medvetna om dem. De är en produkt av era egna självuttryck, av era olika medvetandesfärer. Ni behöver gå igenom dem, lager för lager, inom er själva. Där du är relativt fri från negativa begär, kommer det att vara förhållandevis enkelt och lätt att greppa, känna och uppleva sanningen, där allt gott existerar och är självupprätthållande. Det finns därför inte något behov av kamp, tvivel, rädsla eller försakelse. Inom dessa områden kommer du att märka att du utan rädsla öppnar ditt hjärta för den positiva, dynamiska upplevelsen som för evigt rör sig mot fortsatt utveckling, större lycka, mer inkludering. Du hejdar inte den rörelsen med ditt räddhågade sinne, du försöker inte styra den eller stilla den. Dessa sfärer finns där; de existerar inte bara djupt i ditt psyke där du kan förnimma hela tillvarons eviga liv, utan de manifesterar sig i ditt yttre liv. Att bli medveten om dem är också till hjälp, så att du kan jämföra dem ordentligt.

Och sedan finns det förstås alltid det huvudsakliga problemet, området i ditt psyke där rädslan för det positiva, och därmed dess negation, finns. Följaktligen manifesteras berövande och lidande i ditt yttre liv. Du måste fullt ut uppleva den sfären inom ditt medvetande, så att du kan transcendera den genom att transformera dig själv. Du behöver leva igenom den, inte genom att förneka den eller kämpa bort från den, utan genom att se och acceptera den, lära dig att förstå dess natur. Detta är vad som menas med att gå igenom den. När den bekräftas och konstateras som en tillfällig verklighet, först då kan den underliggande självupprätthållande goda världen nås, där du inte längre behöver sträcka dig ut och gripa tag och vilja ha, utan du vet att det redan är ditt, även innan du har uppnått det.

Närhelst du är separerad från andra, från dina medvarelser, måste du befinna dig i den negativa världen, i en självupprätthållande negativitet som du sår genom dina destruktiva önskningar. Du måste därför lida på grund av att du förnekar och blundar för den fulla innebörden av kampen som därmed inträder. Kampen varierar från individ till individ och inom varje individ från fas till fas, och ibland till och med från timme till timme, på grund av att olika riktningar kommer upp vid olika tidpunkter. De växlar i sin dominans vid varje given stund. Vid en viss tidpunkt förekommer den ena riktningen mer på ytan och den andra är mer nedsänkt; vid andra tillfällen växlar de.

Det måste alltså alltid finnas en oupphörlig kamp inom dig där den ena sidan strävar mot helhet och förening med dina medvarelser på många olika sätt, mot kärlek och förståelse, mot omtanke, mot att ge och ta emot. Men det finns fortfarande alltid den andra sidan som negerar och förnekar den förra riktningen, som är rädd för och gör motstånd mot den. Det finns därför en särskild smärta, och ju större förnekelsen är, desto större är smärtan. Glöm inte att det är omöjligt att helt och fullt vilja vara isolerad, tillbakadragen och separerad. Om det vore möjligt att fullt ut vilja detta och vara helt försonad med dess resultat, skulle det inte finnas någon smärta. Men det är inte möjligt att helt och hållet någonsin vilja detta. Man kan bara vilja det i stor utsträckning. Och ju större utsträckning, desto starkare är därför dragningskraften i den motsatta riktningen från hälsa och förening – därmed desto intensivare smärta.

Smärtan förvärras av kampen som inträder med den andra personen. För glöm inte, mina vänner, att det är tillräckligt smärtsamt att du omväxlande vill och inte vill, att relatera och älska å ena sidan och att hata, avvisa och dra dig tillbaka å andra sidan. Det blir oändligt mycket mer komplicerat när denna konflikt mångfaldigas med en ytterligare individ, vars parametrar du går in i och som utkämpar en liknande inre kamp.

Både de positiva och negativa riktningarna är knutna till behagsprincipen. Det är denna anknytning som gör det så svårt att ge upp den negativa riktningen och förändra något. Den positivt och negativt inriktade behagsprincipen sliter dig itu. Den tillfogar dig smärta av sig självt, men den finns inte enbart i dig. Den finns även hos dem som du är i beröring med i den här konflikten och som du inte kan bestämma dig för huruvida du vill älska eller avvisa. Om de vore helt i balans och befriade från en sådan inre tudelning, skulle de säkert vara opåverkade av din kamp. Deras harmoni med de universella krafterna och den höga graden av medvetenhet skulle skydda dem från negativitet och den medföljande spänningen mellan de positiva och negativa dragningskrafterna. Om det hypotetiskt vore möjligt att en sådan utvecklad individ skulle kunna gå in i en relation med en vanlig person som plågas av denna kamp, skulle den senare fortfarande känna smärta på grund av sin egen tudelning. Men hur mycket mer komplicerat blir det inte när den andra personen befinner sig i ett liknande läge, för då är kampen inte tvåfaldig, utan en sammansatt fyrfaldig kamp. Föreställ er de många matematiska möjligheterna som uppstår i en sådan situation, med alla sina psykologiska konsekvenser av missförstånd, missbedömning och sårande, vilket i sin tur skapar ytterligare negativitet.

Låt oss föreställa oss två personer, A och B. Person A uttrycker tillfälligt den positiva riktningen mot att förenas. B skräms av den och drar sig därför tillbaka och avvisar A. Följaktligen blir A återigen övertygad om att den friska själsrörelsen mot att förenas var riskabel och smärtsam och återgår därmed till den negativa och till förnekandet. Eftersom detta är så smärtsamt, knyter sig

den negativa behagsprincipen an till det och gör därigenom smärtan mer uthärdlig. Person A kommer då att känna ett behag i den negativa situationen. Under tiden blir isoleringens smärta hos B outhärdlig och B dristar sig ut medan A befinner sig i ett mörkt hål. Detta bara fortsätter, ibland i direkta motstridigheter, även om det ibland förekommer ett flyktigt möte. Ibland möter A:s positiva riktning B:s negativa riktning; vid andra tillfällen sker det omvända. Vid ytterligare andra tillfällen är båda negativa strömmar ute, där båda drar sig tillbaka eller motverkar varandra. Vid andra tillfällen dristar sig båda tillfälligt in i den positiva, men eftersom den negativa principen fortfarande finns inom dem, är den positiva positionen endast trevande, så osäker, så ängslig, så tudelad, så försvarsinriktad och orolig att dessa negativa känslor kring den positiva riktningen förr eller senare frambringa negativa resultat. Dessa resultat tillskrivs då det positiva förhållandet, snarare än de problematiska känslorna kring det. Det är oundvikligt att den negativa riktningen återigen måste ta över efter sådana perioder av ömsesidig positivitet, tills den negativa, destruktiva och förnekande sidan förstås fullt ut och avlägsnas.

Den negativa, den förnekande och destruktiva riktningen skulle inte vara lika ihärdig och lika svår att övervinna om inte behagsprincipen vore knuten till den. Man hamnar då i ett läge där man inte vill skiljas från det prekära behaget som man erhåller från att hemfalla åt destruktiva känslor och inställningar. Detta kan utvecklas på ett subtilt, lömskt och oavsiktligt sätt när en individ tar avstamp i en sund och konstruktiv riktning.

Låt oss ta följande exempel, som kan visa sig vara användbart för er alla. Anta att du på din väg mot självförverkligande vinner styrka och självförtroende. Där du tidigare kände osäkerhet och skuld när du upplevde friktion med en annan person, upplever du nu ett nytt inre lugn, en trygghet i dig själv och en styrka och motståndskraft som du aldrig visste existerade. På det gamla sättet hade du kanske svarat på ett undergivet sätt för att mildra din skuld, eller med en fientlig aggression för att mildra ditt självförakt för din osäkerhet. Vad du än gjorde, hur du än svarade med din negativitet och ditt självtvivel, var du knuten till den negativt inriktade behagsprincipen. Du kände ett behag i ditt lidande. Nu har du dock fortskridit. Du upplever dig själv på ett nytt sätt. I stället för att välja det gnagande självtvivlet, får du insikt i varför den andra personen beter sig på detta sätt. Denna objektiva förståelse gör dig för tillfället fri, gör dig stark, ger dig mer objektiv insikt i dig själv och i den andra personen. Insiktens och förståelsens självupprätthållande princip har med andra ord satts i gång.

Men den ännu existerande, på grund av att den ännu inte är helt identifierad, negativa behagsprincipen knyter sig då an till din förståelse för den andra personens negativitet. Du börjar övertyga dig själv till att mer och mer uppehålla dig vid den här personens brister och blindheter och du börjar oavsiktligt att känna ett behag i detta. Du kan inte omedelbart särskilja de två slags fröjderna. Den första infinner sig när du på ett obundet sätt ser vad som finns hos den andra och

detta gör dig fri; den andra dyker upp när du låter dig fångas av den andras brister och detta gör dig blind. Det du först lade märke till hos den andra, bygger du upp tills den gamla negativa behagsprincipen har återuppstått i ny skepnad. Det är här som du förlorar din harmoni och frihet på grund av att du återigen hemfaller åt den negativa behagsprincipen. Detta är ett exempel på hur lömskt detta kan ske när de gamla rötterna fortfarande existerar obemärkta.

Här, mina vänner, blir fortsättningen på denna väg klarare och mer koncist definierad. Ni har de omedelbara verktygen för att sätta i gång med och upptäcka vad jag här har förklarat. Finns det nu några frågor?

FRÅGA: Det verkar som att hela detta föredrag var för mig. Närhelst jag börjar se smärtan hos en annan person, tar jag omedelbart fram det negativa, fientligheten och raseriet och jag förblindas av dessa negativa känslor. Jag kan inte se något positivt eller förstå kampen hos den andra personen. Även om jag ber och vill släppa det, sitter jag fortfarande i "hålet".

SVAR: Är du medveten om att när du hemfaller åt negativiteten, så känner du ett behag i att göra det?

FRÅGA: Ja, det är jag.

SVAR: Nästa steg skulle behöva vara mycket enkelt, min käraste vän. Utfärda och uttryck tanken "Jag vill ge upp det negativa. Jag vill att mitt behag ska vara knutet till en positiv situation. Jag vill vara konstruktiv. Jag vill ge min uppmärksamhet till den här situationen och låta mig styras av de mest konstruktiva krafterna". Gör detta på ett avslappnat och lättsamt sätt, där du påkallar den undermedvetna kraften inom dig för att hjälpa dig att göra det. Försök inte att göra det med ren yttre kraft, för med denna yttre kraft kan du inte lyckas. Ditt yttre sinne kan endast utfärda en sådan konstruktiv intention och den inrättar därmed en positiv rörelse, som då frambringar ett positivt självupprätthållande kretslopp. Om du ännu inte är villig att göra detta, måste arbetet fortsätta mycket enkelt och lättsamt. Var och varför tror du att det är tryggare för dig att vilja det negativa än att vilja det positiva? Du hindrar dig från att vilja det positiva. Om du inte kan stoppa den processen, måste det fortfarande finnas anledningar som du inte har förstått och de måste grävas fram.

FRÅGA: På ett irrationellt sätt är jag rädd för att jag kan utnyttjas och förlora min integritet. Jag har en vag känsla av att detta inte är sant, men jag kan inte se exakt hur.

SVAR: Först och främst måste du verkligen vilja se att detta kanske är en felaktig slutsats. Den hjälplösa eller maktlösa känslan är återigen den självupprätthållande principen som är verksam

genom att du har gett upp ditt självstyre när du lät dig övertas av den negativa kraften. Det faller dig därför inte in att du har möjlighet att styra över dig själv.

Exempelvis, i samma stund som du säger ”Jag bestämmer mig för att jag inte vill vara i negativitet eller hålla mig kvar vid missuppfattningar som dessa” tar du befälet. Sedan, fortsättningsvis, om du säger och menar ”Jag behöver inte vara slav under beslut som inte kommer från mig eftersom jag är konstruktiv. Vad jag vill är upp till mig.” Du kommer då att uppleva att ju mer konstruktiva dina begär är, desto friare blir du och desto lättare blir det att självständigt bestämma vad du kommer eller inte kommer att göra. Andra kommer inte att kunna påföra dig sin vilja; din integritet kommer därmed att bevaras och växa i exakt proportion till din aktiva önskan om att vara konstruktiv och ge upp behaget som är knutet till en negativ situation.

Vad som har försvagat dig var att du förlorade medvetenheten om dina negativa begär. Du hade förträngt, förnekat och dolt dem, där du hade lagt falska positiva begär ovanpå. Du förlorade därmed kontakten med dig själv. Hade du varit medveten om de negativa begärens, skulle du inte ha kunnat låta dem växa sig så starka. Men även om du hade gjort det, skulle du inte ha blivit hjälplös och maktlös. Din svaghet och hjälplöshet beror i verkligheten aldrig på de andras starkare vilja. Den existerar för att du sveps med av den självupprätthållande kraften i dina negativa begär, som du medvetet har ignorerat fram tills nu. Denna avsaknad av kontroll gör att du inte kan föreställa dig hur man tar befälet.

Du kan inte med ditt samvete och med din ande medvetet ta befälet för att uppfylla dina negativa begär. Detta kan endast ske med positiva begär. När du utfärdar sådana positiva begär, kommer du att bli starkare, mer självstyrande och mindre hjälplös – och därför skulle ingen kunna dra nytta av dig, eftersom dina fria beslut att vidta åtgärder kommer att fattas i absolut medvetenhet om vad du gör och varför.

Det är på grund av den gnagande skulden – som är oundviklig när det finns negativa begär, oavsett om man är medveten om dem eller inte – som du tillåter dig att utnyttjas. Skulden får dig att gå till överdrift för att tillmötesgå andras krav. Det är just på grund av den negativa riktningen i dina begär som du tillåter dig att utnyttjas, som du är osäker, orolig och svag kring dina rättigheter – endast på grund av den! Om du vore fri från de destruktiva begärens, skulle du inte känna dig skyldig och därmed skulle du inte behöva gottgöra. Och du skulle mycket enkelt, vänligt och utan någon försvarsinställning – när det är det rätta att göra det och när du verkligen vill det – säga nej och inte ge efter för krav som ställs på dig.

Verkligheten är alltså precis den motsatta till vad du tror: Positivitet kommer att göra dig fri att ha integritet, att försvara och hävda dina rättigheter, medan negation och destruktivitet måste

försvaga dig och göra dig försvarslös. När det ännu inte är möjligt att utfärda önskan om att vara konstruktiv och positiv, bekräfta att detta är var du befinner dig. Se dig själv vara i negationen och destruktiviteten och gå in för att ta reda på vilken ytterligare upptäckt anledning som slumrar bakom detta motstånd. Uppställt bakom det kan det finnas fler rädslor av en djupare natur som fortfarande behöver tas fram i ljuset.

FRÅGA: Jag koncentrerar mig vanligtvis alltför mycket på att studera de negativa aspekterna centrerade i fadersbilden. Jag har på senare tid frågat mig själv om jag genom att göra detta har dolt något som finns djupare inom mig och som jag inte vill titta på. Jag koncentrerar mig på den här blandningen av en fadersbild och en föreställning om manlighet. Jag tror att jag missar den huvudsakliga punkten genom att analysera för mycket av detta.

SVAR: Det finns inom dig en känsla av att du inte vill anta den manliga rollen. Har du blivit medveten om den känslan?

FRÅGA: Nej.

SVAR: Alltså, här har du det. Medvetenheten om den kommer kanske först att visa sig indirekt genom att härleda vissa yttringar och därefter genom att ta fram känslorna. Medvetet finns det en stor önskan hos dig att vara en stark man. Du går till och med för långt och överdriver den maskulina framtoningen. Denna överkompensation skulle inte finnas om du på djupet vore redo att anta den manliga rollen, om du inte skulle vägra den. Det finns en rädsla för att du kanske är otillräcklig för att uppfylla den rollen; det finns en rädsla för att det kommer att ställas krav på dig när du antar den. Det finns också en illvillighet hos dig, mot livet, mot samhället, med vilken du säger nej. Det finns inom dig en avund på det motsatta könet, för på den nivån tycks de ha det lättare. Du harmas över ansträngningen som krävs av dig för att fylla i den här medvetna manliga framtoningen. Du tror att detta är vad du borde göra och du harmas över att det tycks förväntas av dig. Kanske förväntar du dig det av dig själv. Detta är likväl vad du tror att du borde göra och vara – och du harmas över det. Det är viktigt att du upptäcker den exakta motsatsen till den medvetna strävan, det vill säga det passiva motståndet mot din manliga roll. Du är rädd för den, förnekar den, vill inte ha den och vägrar den illvilligt. När du blir medveten om detta, har du funnit den punkt som jag just har diskuterat. Du kommer då att vara medveten om dina huvudsakliga negativa begär vad gäller din identitet som man.

FRÅGA: Ja, jag gick igenom den punkten förra året, men jag har på sistone helt förbisett den.

SVAR: Detta är vad som händer alltför ofta: En upptäckt görs som sedan läggs på hyllan, som om detta skulle vara tillräckligt. Den har inte på något sätt förändrats eller avlägsnats. Man har i själva

verket bara skrapat på ytan. Det är ofta nödvändigt att man arbetar på andra aspekter ett tag innan man kan återgå till det grundläggande problemet.

Var välsignade, var och en av er. Ta emot den här varma strömmen av kärlek som finns runt omkring er och som transcenderar var och en av er. Öppna er. För denna kärlek är sanningen och denna sanning är livet. Och detta liv står till ert förfogande. De modiga stegen som alla ni tar er an här har en mening. De är inte meningslösa, de är inte lönlösa, mina käraste vänner. Må ni alltid veta det. Varje erkännande av något negativt som finns inom er bidrar mer till den universella helhetsprocessen än något annat som går att föreställa sig. Så fortsätt på det här sättet. Var välsignade. 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