

## Livets natur och människans natur

Välkomna, mina käraste vänner. Må detta föredrag vara en hjälp och en inspiration för var och en av er. I denna diskussion skulle jag särskilt vilja framhålla sambandet mellan livets natur och människans natur, för det finns ett mycket direkt samband mellan dessa. Jag har ofta nämnt detta, det är inte nytt för er. Mycket få människor förstår dock den fulla betydelsen av detta samband. Deras uppfattning om livet som ett väsen i sig är så förvirrad och så främmande för deras innersta personlighet att de känner att de har att göra med orelaterade fenomen när de tittar på sin personlighet, sina uppfattningar, sina känslor eller avsaknaden av dem, och hur livet utvecklar sig för dem.

Låt oss först diskutera livets natur sett ur en absolut såväl som ur en relativ synvinkel. När vi talar om livet, vad menar vi egentligen? Tidsspannet som man spenderar på den här planeten? Eller undret att leva som en bland andra existerande organismer? Tänker vi på livet som att det har en särskild mening eller ett särskilt syfte, som de olika filosofierna eller religionerna har postulerat? Eller betraktar vi bara livet som ett bestyr som man måste ta sig igenom så gott man kan? Är livet väsentligen gynnsamt? Eller är det en fientlig kraft som arbetar emot dig, som du behöver försvara dig mot? Eller, slutligen, är livet neutralt och likgiltigt? Vad är sant?

Livet är allt detta, mina vänner, på ett relativt plan. Det vill säga, livet kommer att manifesteras sig precis som du tror och föreställer dig det – inte ett uns annorlunda. Om din livsupplevelse och dina medvetna uppfattningar motsäger varandra, är det ett bevis på att dina omedvetna uppfattningar måste stämma överens med din faktiska livsupplevelse. Jag kan inte understryka detta tillräckligt starkt, för det slätas ständigt över. Ingenting kunde utgöra en bättre måttstock på dina verkliga uppfattningar, inställningar och känslor än hur ditt yttre liv manifesterar sig inom ett visst område. I den stund som korrespondensen mellan de hittills omedvetna uppfattningarna och känslorna och den uppenbara livsupplevelsen konstateras, befinner du dig mycket närmare livets kärna inom dig. Du behöver inte längre vandra i okunnighet och främlingskap där du tror att livet och du är två separata faktorer och inte ser hur ditt liv utgör en direkt verkan av dina känslor och inställningar som i sin tur utgör summan av dina hemliga övertygelser om livet.

Att upptäcka skillnaden mellan sina medvetna och omedvetna övertygelser måste alltid vara det första steget i riktningen mot en fullständig jagförnimmelse. Livets relativa natur är därför neutral:

Livet självt består av en mycket potent, kreativ och lättpåverkad substans som är precis lika formbar och plastisk som själssubstansen. De är i själva verket en och samma sak. När en individ är övertygad om att livet självt är någonting fixerat, oföränderligt, måste livet visa sig vara just det för denna individ. Detta är inte livets absoluta verklighet; det är just den här individens relativa verklighet. Detta gäller förstås inte bara för livets allmänna definition, utan också för varje enskild övertygelse i ens praktiska vardag. Gränserna man ser måste se ut att vara verkliga. Reglerna man upprättar eller blint följer måste därför finna sin bekräftelse. I samma stund som en person upptäcker att dessa gränser eller regler inte är en oföränderlig lag och kan ifrågasättas, träder emellertid gränserna tillbaka och nya lagar bevisas, enligt de nya övertygelserna.

Vad är livets absoluta natur, i motsats till denna relativa, formbara natur? Svaret blir tydligt när det tänks, eller snarare förnims, igenom till dess själva essens. Eftersom livsstoffet är så formbart, måste livets absoluta natur vara lika gränslös som medvetandets räckvidd. Livet är därför gränslöst i sina möjligheter för det goda, för utveckling, för en ännu rikare och större upplevelse. Det är inte gränslöst i sina möjligheter för det onda, för gränsen sätts när livet upphör – eller tycks upphöra. Det fruktade slutgiltiga är alltid icke-liv. Det finns ingenting bortom icke-liv. Denna gräns för icke-liv kan enbart förekomma på det relativa planet, aldrig på det absoluta planet. Liv är liv på det absoluta planet, därför kan det inte vara icke-liv.

Vad mänskligheten är mest rädd för är alltså icke-liv i en eller annan form. Vi ska återkomma till detta lite senare. Låt oss för tillfället dröja oss kvar vid livets natur på det absoluta planet. Det mänskliga medvetandet är oförmöget att föreställa sig möjligheterna som finns för det goda, för expansion, för utveckling, för välbehag. Den mänskliga räckvidden är helt enkelt för begränsad för detta. Endast de medvetandeformer som har utvecklats bortom den mänskliga räckvidden och vars livsupplevelse är oändligt mycket större, vidare, djupare och fullare, gränslös i kreativ upplevelse och glädje, kan omfamna de obegränsade vyerna och de mer vidsträckta begreppen.

De flesta mänskliga begrepp är dock möjliga att vidga långt utöver deras nuvarande beskaffenhet och den mänskliga upplevelsen skulle därför kunna vara oändligt mycket rikare än vad den är. När människor lider av missnöje och inre anspänning, gör de i grunden alltid det för att de djupt inom sig förnimmer att mer expansion är möjlig än vad de utnyttjar. Och alltför ofta går deras sökande i fel riktning.

Låt oss nu gå över till där det är möjligt att vidga ens horisonter, enligt den potential som finns hos var och en av er som följer denna väg, så att era liv kan bli rikare och fullare. För att möjliggöra detta, behöver era känslor vakna till liv. I detta arbete och i dessa föredrag har vi ofta diskuterat ämnet känslor ur olika infallsvinklar. Men hur ytterst svårt är det inte för människor att ens upptäcka de subtila, dolda områdena där de motverkar känslornas fulla naturliga flöde, där de

avsiktligt avtrubbar dem. Det är oftast lättare att bli medveten om en synbarlig oförmåga att känna mer, även om också den kan täckas över av förfalskade känslor i början.

Efter att det första ytliga lagret avlägsnas – och många människor vill inte ens göra detta – möter du en sorg över den ”sanna” avsaknaden av känslor. Du känner dig som en krympling som skiljer sig från andra, född med mindre förmåga till rika, varma känslor. Men det är aldrig så, och det finns alltid en mer dold nivå där avtrubningen är mycket avsiktligt inrättad. När detta slutligen avtäckts, har du verkligen gjort goda framsteg på din väg.

Den avsiktliga avtrubningen sker på grund av att du tror att livet är din fiende och att dina livsbejakande känslor skulle bringa dig i djup beröring med denna fruktade fiende. För att undvika detta, måste känslorna stympas, styltas upp, hindras. För vissa individer gäller detta endast inom vissa aspekter, medan de är fria inom andra aspekter där de hittar en harmoni mellan deras obehindrade, spontana känslor och livet. För andra gäller detta som en allmän inställning till livet. Oavsett vad fallet är, uppstår följande absurda, paradoxala situation i den mänskliga själen.

Du fruktar livet som en fiende. Detta fråntar dig livet. Eftersom känslorna naturligt bejakar livet, blir också dina känslor din fiende. Du fortsätter följaktligen att döva dem och avsiktligt inrätta icke-liv, av rädsla för icke-liv. Som med varje problematik i det mänskliga psyket, frambringar den här missuppfattningen ofrånkomligen just den aspekt som du är rädd för och försöker undvika. Försvaret mot en fruktad missuppfattning måste vara lika felaktig som missuppfattningen själv: att livet, liksom känslor, utgör fientliga krafter som man behöver skydda sig mot. De naturliga känslorna är alltid livsbejakande, sträcker sig ut, gläder sig, och likaså är livets essens när det inte hindras av falska idéer. Alla som betraktar ett barn kan se den här naturliga kvaliteten av att sträcka sig ut i glädje och fröjd. Först när smärta, missuppfattning och misstolkning av smärtan uppstår, avleds det naturliga flödet eller stoppas helt och hållet.

Eftersom livet i sin essens är bärigt, är även känslorna det. Eftersom livet i sin essens är positivt, så är även känslorna. Eftersom livet i sin essens är rikt och involverande, är även de naturliga känslorna det när de inte manipuleras. Där är det omedelbara sambandet uppenbart. I den utsträckning som människor tillåter sig att känna inom ett visst område av livet, är de orädda, tillitsfulla och positiva, och i den utsträckning som de följaktligen involverar sig med hela sitt väsen och låter de mest positiva och konstruktiva aspekterna i sin personlighet inverka på situationen, kommer deras upplevelse inom just detta område att vara motsvarande positiv och full av glädje.

När du är rädd för livet på grund av att du misstänker att det är emot dig, fortsätter du att avtrubba dina känslor. Rädslan för livet beror på, som jag tidigare nämnde, rädslan för icke-liv. Om den

nakna rädslan för livet analyseras, utgör den egentligen en rädsla för dess motsats. Jag har ofta nämnt att människor som är rädda för livet måste vara rädda för döden, och omvänt. Men när man verkligen analyserar dem, bottenar alla farhågor, utöver även döden, i en personlig förintelse, en personlig form av icke-liv. Kanske är du rädd för att din värdighet, ditt innersta värde negeras eller kanske att dina önskningar förnekas. Dina ursprungliga önskningar är alltid riktade mot en större känsla av att vara levande. Även om formen som dessa önskningar tar hos en omogen individ kan vara skadlig och inte kan realiseras, förblir deras essens alltid intakt och realiserbar, förutsatt att man gör sig besväret att kristallisera den. All rädsla utgör i själva verket livets motsats, i en eller annan form.

Kampen mellan acceptansen av och rädslan för livet pågår praktiskt taget hos varje människa på den här planeten. Endast graden varierar. Det finns sällsynta personer för vilka denna absurda och tragiska situation gäller mycket mindre än för den vanliga människan, men den måste ändå förekomma i en viss mindre utsträckning; i annat fall skulle den individen inte anta en mänsklig form. Medvetandet skulle inte söka detta särskilda uttryck.

När ni går tillräckligt djupt i ert inre utforskande arbete, mina vänner, kommer ni förr eller senare att upptäcka var ni håller tillbaka, var ni i stället för att bejaka livet och era känslor och i stället för att med era känslor expandera in i livet, negerar livet och era känslor och drar er tillbaka från livet, från era känslor och följaktligen förlorar kontakten med dem. Du känner dig inte hemma i ditt liv. Du känner dig orolig, plågad, illa till mods. Att negera livet, att negera känslor och negera jaget utgör alla en och samma sak. Och eftersom negation innebär icke-liv, uppstår rädsla. Av rädsla fortsätter man att göra just det som förvärrar icke-livets och icke-jagets betingelser.

När du upptäcker dessa områden inom dig, har du tagit ett stort steg som leder dig direkt tillbaka till dig själv. De många möjligheterna som finns på den här jorden för mänskliga intressen och filosofier kan alla missbrukas för att undvika att se och möta var du, och du ensam, förnekar livet. Ett sådant undvikande är ofta närvarande i ens medvetna övertygelser. Men där den mänskliga upplevelsen kräver känslornas mycket direkta, spontana frihet, där glädjen och delaktigheten är mycket direkt och minst möjlig att begreppsliggöras, motstår du att se din utarmning och gör dig på så sätt oförmögen att upptäcka spärren som du själv har framkallat. Välsignade är de som är medvetna om vad de saknar i livet och fortsätter för att avhjälpa situationen.

Inom vilket område i ditt liv förnekar du livet? Hur gör du det? På vilket sätt sker förnekandet? Det tycks märkligt nog vara smärtsamt att erkänna sådana förnekanden, tills du har uppnått den fulla synen av dig själv. I den stund som du verkligen kan se dig själv i den här negerande processen, befinner du dig redan i en mer bejakande process, eftersom du inte längre bedrar dig själv om dig själv.

För att undvika att se negationen av jaget, av känslor och av livet, skapar du ett falskt jag, falska känslor och därför ett falskt liv. Detta är anledningen till att människor som känner till sambandet mellan jaget och livet, mellan sina begrepp och sin upplevelse, ofta undrar varför deras upplevelse avviker så mycket från deras medvetna begrepp.

Det verkliga förnekas och det falska används som substitut – och detta utgör svaret. Detta förklarar konflikterna som uppstår ur de falska känslorna. Detta är anledningen till att det tycks uppstå konflikter när man litar på känslorna. Det är aldrig de verkliga känslorna som ger upphov till konflikter. Det måste alltid finnas ett förnekande av någonting i jaget och i relationen mellan jaget, livet och andra.

Falska känslor skapas på grund av att ingenting är lika skrämmande som en avtrubning. Även om du skapade avtrubningen för att skydda dig från livets förmodade faror, vet du inte om detta och du är nödgad att fortsätta att avtrubba dina verkliga känslor. Du är lika mycket rädd för att väcka upp dina känslor som du är för deras livlöshet. Du fortsätter då att skapa falska känslor. Dessa falska känslor löper parallellt med andra illusioner – om din andliga utveckling, din karaktär, din uppfyllelse, dina lidanden, ditt lyckliga eller olyckliga tillstånd, andra människors reaktioner på dig. Du tror då att dessa reaktioner är antingen bättre eller värre än vad de verkligen är.

Att vara medveten om det avsiktliga uppsåtet att avtrubba känslor och om vidden av bristen på känslor, är ett mycket stort steg i självförverkligandet, för vad som är allra svårast för er är att tränga igenom dessa illusioner. De flesta människor skulle hellre göra vad som helst förutom just detta. En del upptäcker till exempel vissa aspekter av sin idealiserade självbild och nöjer sig med det och vill inte se resten av sina illusioner, som de omedvetet tror att de inte kan leva utan. De människor som har nått dithän där de inte längre är rädda för att se och möta en illusion som de kan hysa, är verkligen lyckosamma. Deras väg ligger obehindrad framför dem. Från och med då blir arbetet en fråga om att bygga upp, för nedrivningen är över. Det som behöver rivas ner är endast illusioner, falskhet; aldrig en verklig positivitet eller konstruktivitet eller ett verkligt bejakande. De som är mest förvirrade kring det verkliga och det falska i sitt inre, tror därför ofta att arbetet på denna väg är destruktivt eller negativt. Det måste se ut som det sett ur deras illusioners perspektiv.

När du lider av en bristande uppfyllelse, tvekar du och slåss till och med ofta mot att erkänna den. Att erkänna den vore i själva verket att erkänna icke-liv, att erkänna olycka eller någon form av livlöshet. Detta i sin tur för dig ansikte mot ansikte med det faktum att du är rädd för livet och flyr från det och dig själv. Att inse detta skulle kräva att du upphör att göra det, men du är för rädd för

att riskera något. Därför blir du kvar i status quo och håller fast vid ett illusoriskt liv, inte tillräckligt medveten om dess smärta och slöseri. Du tillåter inte din inre röst att förmedla medvetenheten om den här smärtan till dig. Du vågar inte riskera det på grund av att du antar att livets slutgiltiga verklighet är negativ, på samma sätt som du är rädd för att den slutgiltiga verkligheten av dig själv också är negativ. Detta är så svårt att se och möta att du täcker över det med illusioner som du håller fast vid.

När du tränger igenom illusionen och till slut ser negativiteten som härbärgerar inom dig, befinner du dig därför mycket närmare frälsningen än de som klamrar sig fast vid de falska teorierna om livet – falska eftersom de i sina hjärtan inte riktigt tror på vare sig de förfalskade goda eller de förfalskade negativa känslorna som de framkallar för att undvika döden och intigheten.

Det är omöjligt att avlägsna illusionerna såvida man inte ser i vitögat diskrepansen mellan vad man medvetet är övertygad om, eller vad man tror att man är övertygad om och ger läpparnas bekännelse till, och vad man är övertygad om djupt inne i sin själ där känslorna, förhållningssätten och uppfattningarna formar en specifik förväntan på livet och skapar ett specifikt känslomässigt klimat. Varhelst det finns en sådan negativitet – dold eller öppen – litar man inte på det slutliga goda i sin personlighet och följaktligen inte heller i någon annans personlighet.

Det finns en väsentlig skillnad mellan att inse negativiteten och förstå att här negerar jag snarare än bejakar, här uttrycker jag negationen på detta specifika sätt, och att rättfärdiga denna negation samtidigt som man förnekar dess förekomst. Förnekandet yttrar sig i ett ständigt försök att intala sig att man befinner sig i det motsatta tillståndet. Rättfärdigandet yttrar sig som en destruktiv, negativ syn på världen för att rättfärdiga en personlig rädsla. Rädslan förnekas därför i sin verkliga form. Den måste alltid leda tillbaka till en personlig upplevelse, aldrig en allmän upplevelse. När människor försöker tillkännage en nihilistisk världsbild, döljer de med andra ord sina privata rädslor, besvikelser och lidanden, sin misstro mot sitt eget innersta jag, mot sina känslor, genom att göra en allmän regel av att livet förmodligen är dåligt. Den personliga upplevelsen måste tas fram i ljuset.

Denna väg måste därför ägna sig åt att tränga igenom illusioner – illusionen som säger ”Jag är uppfylld” när man känner sig ouppfylld, illusionen som låtsas att världen är dålig när man tror att ens känslor är oacceptabla eller farliga, illusionen som blundar för en viss olycklig känsla, illusionen som gör en omedveten om hur man håller tillbaka de naturliga känslornas spontana flöde, samt illusionen som inte vill se med vilka lömska sätt som detta kan uppnås på.

Illusion hänför sig inte bara till att fakta förhärligas och förskönas genom att de på ett falskt sätt görs mer positiva. Inte heller hänför den sig bara till att diffusa faktorer bortses från, vilka skulle

behöva en koncis bekräftelse för att bringa personligheten i balans och sanning. Den innebär mer än att förneka och underlåta att fastställa ett inre tillstånd. Även denna underlåtenhet att fastställa kan vara subtil, för ett tillstånd kan vara halvt erkänt utan att man ser det fullt ut. Illusion innebär också att framställa överkliga negativa känslor. Även detta kan vara subtilt.

Både positiva och negativa falska känslor kan vara så subtila att det inte är lätt att erkänna dem. Det är ganska uppenbart att falska känslor produceras när man intalar sig en känsla som man inte alls hyser. Det är mindre uppenbart att känslorna är falska när det faktiskt finns tillstymmelse av känslan det gäller, och på en viss medvetandenivå skulle personen mycket gärna vilja känna just den här känslan, men inte kan på grund av blockeringar. Känslan manipuleras därför, den överdrivs på ett konstlat sätt eller dramatiseras. Detta kan återigen gälla för positiva eller negativa känslor.

Att dramatisera negativa känslor är lika vanligt som att förespegla positiva känslor. Oftast går de hand i hand och kan återfinnas tillsammans inom samma psyke. Man hänger sig fast vid smärtor, som kan vara lika illusoriska som en låtsad uppfyllelse eller en förnekad avsaknad av uppfyllelse. Ilska, smärta, lidande kan alla dramatiseras och hållas fast vid. Konstlade känslor, både positiva och negativa, tjänar till att lindra skrällen i att inte känna, som är ett tillstånd av icke-liv.

Hur kan man då veta skillnaden mellan de verkliga känslorna och de falska känslorna, det spontana livets äkta springbrunn och de pådrivna, framställda känslorna som har inrättats som ett medel för att avvärja en skräck? De framställda känslorna är alltid besvärliga och problematiska. De bringar inte upplysning och klagörande. De bringar inte sinnesro. De är ett medel för att undvika ett motsatt tillstånd och de måste därför ge upphov till fler motsatser, fler oförenliga poler. En falsk känsla av hänryckning antas till exempel avvärja avtrubning, leda, tristess. Den verkliga känslan av att vara levande och energisk undviker inte något. Den bara är. Den inrymmer därför både stimulans och frid. Den falska känslan kan inte kombinera två synbarliga motsatser, såsom hänryckning och frid. De måste framstå som oförenliga motsatser som inte kan förenas och personen står således inför ett val. Ofta skiftar man mellan de två alternativen och drivs från den ena ytterligheten till den andra, eftersom en falsk känsla skapar en avsaknad av frihet, ett slaveri under de falska processerna som har satts i gång. Man väljer inte längre mellan antingen hänryckning och frid; man drivs till att välja förvrängningarna. Att vara levande blir en börda, en svår strävan som berövar frid; att vara fridfull blir livlöst och slutar slutligen i skräck.

Falska känslor skapar alltid problem på den dualistiska nivån. Låt oss ta exemplet kärlek. Den falska känslan av kärlek ger näring åt och resulterar i konflikten där man underkastar sig och förslavas, förlorar värdighet i syftet att ge efter, ger upp sina egna rättigheter och begär för den älskades rättigheter och begär. Vägen ut tycks därför vara att förneka kärlek för att hålla den egna

jagförnimmelserna intakt och friheten obehindrad. Detta är den falska kärlekens typiska konflikt, som i sin tur uppstår på grund av en rädsla för det livlösa tillståndet.

Det finns många, många andra sådana konflikter och alla är ett resultat av falska känslor. Att på ett konstlat sätt framställa positiva och negativa känslor är i båda fallen lika skadligt, men de ger upphov till olika yttringar på den praktiska nivån. Falska positiva känslor ger upphov till oförenliga konflikter. Falska negativa känslor visar sig efter en tid som verkliga negativa känslor. De börjar omsluta dig och engagera dig så djupt, att även om hela byggnaden är uppbyggd, finner du dig oförmögen att fly från den. Detta sker trots din medvetenhet om att du i en bemärkelse spelade ett spel och avsiktligt framställde de falska känslorna, låt oss säga rädsla eller ilska. Dessa känslor tycks hålla psyket levande, så att säga. Känslan av att vara levande utgör inte det verkliga livet, men den verkar bättre än livlöshet. Även om den initieras på ett målmedvetet, lekfullt, avsiktligt sätt är detta snart bortglömt, undanskjutet, och vad som utgjorde en falsk ilska eller en falsk rädsla tycks vara äkta och blir mycket mer skrämmande och berövar mycket mer frid än en äkta negativ känsla.

Ni vet alla att på detta tillfälliga tillvaroplan existerar det faktiskt verkliga negativa känslor, verklig ilska, verklig rädsla, verklig smärta. Men de berövar aldrig personen frid, åtminstone inte under någon längre tid, bortom den specifika verkliga känslans omedelbara syfte. De försvagar aldrig individen. De driver aldrig individen in i en fälla från vilken det inte finns någon utväg. En verklig ilska kan uttryckas. Den kommer att rensa luften. En verklig rädsla är en meningsfull varning som tjänar till att få individen att hantera en viss situation framgångsrikt; när denna situation är över, har personen blivit starkare. Så är det inte med falska känslor. En verklig smärta gör en person mognare och klokare; den får dig att växa och vidga dina horisonter. En falsk, dramatiserad smärta kan aldrig åstadkomma detta.

Varje överflödigt känsla orsakar alltid den största smärtan och det största lidandet. Ingen känsla som upplevs spontant och ärligt, som inte hindras av det räddhågade, mistrogn eller sluga egot, kan någonsin vara ett slöseri. Bara att avtrubba de verkliga känslorna och skapa falska känslor, oavsett hur subtila de är, är ett slöseri. Falska känslor är ett resultat av en kedjereaktion som måste försvaga jaget, slösa bort livet och fjärma jaget från det gränslösa inre livscentrumet.

Det är absolut nödvändigt, mina vänner, att alla ni som arbetar på denna väg uppmärksammar de falska känslorna som ni initierar. Lägg märke till hur du inte frågar dig, med en avslappnad inställning: "Hur är det nu, känner jag verkligen det som jag tror att jag känner? Rustar jag mig kanske med det?" När du väl har rustat dig med känslan, kontrollerar den dig. Du behöver ställa dig ansikte mot ansikte med mekanismerna som förnekar det naturliga livet, så att du ser dig själv faktiskt hålla tillbaka den naturliga processen, känslorna som vill strömma ut ur dig, vackert



levande, hela. Slösaktigt och okunnigt tror du i stället att du skyddar dig genom att förneka dem. Du tror att livsprocessen inte är trygg, att den inte har sin egen inre visdom.

Det är här som du måste måna om din utveckling, ditt växande, ditt sökande. När du kommer till detta område inom dig, kan du verkligen gå vidare för att låsa upp dörren och inse hur du i onödan gör dig sjuk, ibland utifrån ett missförstånd och mycket ofta, mina vänner, utifrån en subtil illvillighet. Trotset kommer från smärtor som du har misstolkat; det var ursprungligen riktat mot dina föräldrar, men kommer nu till uttryck mot livet och mot allt och alla du möter.

De som står ansikte mot ansikte med sin negativitet och ser hur de hejdar livsprocessen genom att förneka livsströmmen, befinner sig närmare lösningen än dem som förnekar och blundar för sina bristande uppfyllelser och är omedvetna om att ha skapat sin egen brist på uppfyllelse genom falska känslor. Människor som lever ett falskt liv med falska känslor tror sig ofta ha kommit längre än dem som kämpar med sin negations realitet.

Mina vänner, finns det några frågor i detta avseende?

FRÅGA: Angående obesvarad kärlek mellan en man och en kvinna, känner jag ibland att det räcker om jag älskar den här personen. Men ibland känner jag inte så och jag skulle vilja att min kärlek besvaras. Jag skulle vilja veta om det finns något i mig som är fel.

SVAR: Närhelst det finns något som inte står rätt till i en yttre situation, indikerar det ett motsvarande inre problem. Eftersom det inte finns något mystiskt kring detta, kan det bara finnas ett svar: det måste finnas något hos dig som inte vill ha en verklig uppfyllelse. Du måste vara delad. Det måste finnas en del inom dig som mycket gärna vill ha känslorna, vill ha upplevelsen av att känna sig levande och pulserande med skönheten i sådana känslor som endast den mest dynamiska upplevelsen på detta jordiska plan kan ge – kärleken mellan en man och en kvinna. Men det finns en annan del där du är rädd för den, kanske av flera orsaker. Om du inte skulle vara rädd för och förneka den, skulle du i själva verket inte hamna i en sådan situation. Dina känslor skulle riktas mot en person som är villig och ivrig att besvara dem. Det vore i själva verket otänkbart att dina känslor skulle kunna framkallas, skulle kunna tändas i en situation som är ensidig. Detta i sig indikerar ett område där det finns rädsla och ett förnekande av livet.

Det kan finnas många orsaker till detta. I fall som dessa upptäcker ofta människor att om och när deras känslor oväntat besvaras, svalnar de egna känslorna. När de inte besvaras, när den andra är onåbar, ouppnåelig, ökar känslorna och sträcker sig ut. Det är som om psyket försökte hitta en kompromiss mellan att vilja vara levande, att vilja känna livets sötma och fullhet, men bara vågar göra så i fantasin. Det saknar modet att skapa det i verkligheten.

Du behöver fastställa hur och varför du är rädd för de verkliga kärleks känslorna som kan komma i din väg. Du behöver fastställa att du känner dig mer avslappnad när verkligheten är mindre stimulerande, mindre främjande för kärleks känslor än fantasin. Kom till insikt om att du känner dig lugnare när du känner dig mindre levande, medan detta mer intensiva känslotillstånd hotar dig och får dig att tvivla på att du kan hantera det. Detta tvivel grundar sig i din ovilja att lita på dina känslor.

FRÅGA: Hur kan en person som har ett stort problem med dessa manipulerade känslor skilja mellan de falska och de äkta känslorna?

SVAR: Det enklaste sättet vore att varje dag uttrycka, djupt in i psyket, önskan om att bli medveten om dem, att inse var falska känslor uppstår. Uppmärksamheten kommer då att fokuseras med hjälp av den inre vägledningen som automatiskt visar sig när den verkliga önskas. När man verkligen vill bli medveten om de falska känslorna, inte lura sig själv längre och uttalar avsikten enkelt och bestämt, sätts något i rörelse som kommer att frambringa medvetenheten. Ju tydligare du uttalar önskan och intentionen att vilja leva i verkligheten och känna verkliga känslor, desto mer kommer detta att bli möjligt. Ju mer personligheten är villig att avstå från bedrägeri och modigt titta på det som är, desto mer kommer vägledningen från de innersta livskrafterna, den inre visdomen, att manifesteras utan några tvivel. Medvetenheten kommer att växa, uppmärksamheten får ett klarare fokus och med en ökad förståelse kommer skillnaden att bli mer uppenbar. Du kommer att se hur de falska är mödosamma och de sanna är lätta; hur de falska lämnar dig platt och de sanna bringar värme och dynamik, oavsett hur liten känslan kan vara i början. Verkliga känslor värmer hela systemet, hela personen: kropp, sinne, själ och ande. När du beslutar dig för att "Detta är vad jag vill, detta är vad jag ska göra: att leva i verkligheten, att se det falska, att hejda det och tillåta det verkliga att komma ut och jag vet att detta beslut måste bära sin frukt, jag vet att det gör det", börjar någonting redan att förändras inombords. Detta är sättet att gå till väga med det. Ha intentionen varje dag, säg den, mena den och titta på det som är. Besluta dig för att kalla på de undermedvetna krafterna som härbärgerar djupt inom det verkliga jaget.

Må detta föredrag ge er en ny sporre att se det som är väsentligt: att se ditt icke-liv, för då och endast då kan du bli levande. Att se dig själv inte känna, för då och endast då kan dina verkliga känslor manifesteras. Se detta och lev det; fortsätt i den här riktningen och ditt liv kommer verkligen att levas meningsfullt. Det kommer inte att levas förgäves. Det måste ha sin djupa uppfyllelse, oavsett vad som existerar eller inte existerar utåt sett. De som lever på detta sätt lever i verkligheten och verkligheten kommer till slut att anpassa sig och forma sig på ett helt nytt sätt.

Var i frid, mina 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](http://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