

## Förbindelsen mellan egot och den universella kraften

Välkomna, mina käraste vänner. Må detta föredrag ge er förnyad insikt och styrka, så att era ansatser för att finna er själva – vem du är, var du hör hemma och hur du kan uppfylla dig själv – blir lite enklare. Må du finna en ny stråle av ljus genom dessa ord genom att verkligen öppna dig för nya aspekter av idéer som du kanske har hört tidigare, men som ännu inte har blivit en personligen upplevd sanning för dig.

I vilken utsträckning ditt liv är meningsfullt och uppfyllt beror i sista hand helt och hållet på relationen mellan ditt ego och den universella livsprincipen – det verkliga jaget som vi också kallar det. Om denna relation är balanserad faller allting på plats. Alla dessa föredrag behandlar detta ämne på ett eller annat sätt, även om jag alltid försöker diskutera det på olika sätt för att hjälpa er att till slut uppleva sanningen i dessa ord.

Låt oss försöka definiera igen vad den universella livsprincipen är och hur den manifesteras inom er. Den universella livsprincipen är livet självt. Den är evigt medvetande i dess djupaste och högsta bemärkelse. Den är evig rörelse och högsta välbehag. Eftersom den är livet, kan den inte dö. Den är kärnan i allting som andas, rör sig, vibrerar. Den känner till allt, för den skapar och vidmakthåller sig själv ständigt eftersom den inte kan gå emot sin egen natur.

Varje individuellt medvetande är universellt medvetande – inte bara en del av det, för en del innebär endast lite grann – utan varhelst det finns medvetande, är detta det ursprungliga medvetandet. Detta ursprungliga medvetande, eller denna kreativa livsprincip, tar sig olika former. När en varelse i individualiseringsprocessen passerar punkten för hågkomsten av sin förbindelse med sitt ursprung, sker det en fränkoppling. Det särskilda medvetandet fortsätter att existera och inrymma det universella medvetandet, men blir omedvetet om sin egen natur, sina lagar och sina möjligheter. Detta utgör i korthet tillståndet för det mänskliga medvetandet som helhet.

När du börjar bli medveten om livsprincipen, upptäcker du att den alltid har funnits där, men du har inte lagt märke till den på grund av att du var under illusionen av att existera separat. Det är därför inte helt korrekt att påstå att det universella medvetandet "manifesteras". Det skulle vara mer korrekt att säga att du börjar lägga märke till det. Man kan lägga märke till livsprincipens

ständigt närvarande kraft som autonomt medvetande eller som energi. Egots separerade personlighet besitter båda, men egots intelligens är långt underlägsen den universella intelligensen, oavsett hurvida du kan känna igen den och ta den i bruk. Samma sak gäller för energin.

Medvetande och energi utgör inte separata aspekter av det universella livet; de är ett. Men vissa människor tenderar att vara mer mottagliga för den ena eller den andra av dem. Båda upplevs som en del av en ens självförverkligande.

En av livsprincipens grundläggande egenskaper, oavsett om den uttrycks som autonomt medvetande eller som energi, är att den är spontan. Den kan omöjligen uppenbara sig genom en mödosam process eller ett sammandraget, överdrivet koncentrerat tillstånd. Dess manifestation är alltid ett indirekt resultat av ett bemödande. Det sker när det minst förväntas. Med "indirekt" menar jag att man naturligtvis behöver anstränga sig. Man måste övervinna motståndet för att möta sig själv i sanning, erkänna sina problem och tillkortakommanden och göra sig av med sina illusioner. Detta kräver en hel del ansträngning.

Man måste hela tiden samla all den styrka och allt mod man kan uppbåda. Men ansträngningen behöver användas i syfte att se sanningen om sig själv, att ge upp en viss illusion, att övervinna ett hinder för att vilja vara konstruktiv snarare än destruktiv och inte för en ännu teoretisk process som kallas självförverkligande som ger löfte om att må bra. Om självförverkligandet forceras och söks efter på ett ansträngt sätt, kan det inte komma. Det kommer som en biprodukt, så att säga, även om det är allt som du någonsin kan önska uppnå.

Varje steg mot att se sanningen i jaget, med en genuin önskan om att delta konstruktivt i livets skaparprocess, frigör jaget. Det är på detta sätt som de spontana processerna börjar. De är aldrig medvetet viljemässiga. Ju större rädslan är för det okända, för att släppa taget, för de ofrivilliga processerna i ens egen kropp, desto mindre möjlighet finns det således att uppleva den spontana livsprincipen i jaget.

Livsprincipen kan ta formen av en tidigare otänkbar visdom i att lösa ens personliga problem eller i odlandet av ens skapartalanger. Eller den kan visa sig som ett nytt dynamiskt sätt att uppleva livet, där allting man gör och ser får en ny prägel. Livsprincipen är alltid säker, den ger alltid ett berättigat hopp som aldrig sviks. Det finns aldrig någon rädsla i denna nya livsupplevelse. Den kan dock inte pressas eller framtvingas. Den sker i precis den grad som du inte längre är rädd för de ofrivilliga processerna.

Mänskligheten befinner sig i det paradoxala läget av att trängta djupt efter frukterna av dessa ofrivilliga processer, samtidigt som de är rädda för och slåss mot dem. Konflikten är förfärlig och tragisk. Den kan lösas först när man släpper rädslan.

Alla psykologiska problem härrör i sin slutliga analys från denna mycket djupare existentiella konflikt, långt bortom de individuella neuroserna och personliga svårigheterna som barnet upplever som senare ger upphov till inre konflikter och missförstånd. Allt liv rör sig mot att lösa upp den. Förutsättningen för en sådan upplösning är att de individuella neurotiska konflikterna först behöver upptäckas och förstås. Man behöver lära sig att se och acceptera vadhelst som är verkligt i sitt inre, i andra, i livet. Ärlighet måste råda för att hejda ens försök att lura livet, oavsett hur subtilt det sker. Alla karaktärsdefekter behöver avlägsnas. Och när jag säger avlägsnas, menar jag att fullt ut bekräfta och observera dem objektivt, utan att kastas in i förtvivlan och förneka defekterna. Den inställningen i sig avlägsnar defekterna oändligt mycket mer effektivt än något annat tillvägagångssätt.

Det handlar med andra ord inte om att först behöva avlägsna defekterna för att något annat då ska kunna hända. Det handlar om att lugnt kunna se sig själv i defekten. Först då är det möjligt att uppfatta den existentiella konflikten mellan egot och det universella medvetandet. Det universella medvetandet som manifesteras spontant har ingenting att göra med religiösa föreskrifter om en avlägsen gudomlighet eller ett liv bortom detta fysiska liv. Detta är misstolkningar som har uppstått som en följd av att principen förnimms. När en person förnimmer den och trevande försöker förmedla den upplevelsen till dem vars ego fortfarande är i konflikt med den kreativa livsprincipen, uppstår misstolkningar. Dessa misstolkningar måste fjärma dig från ditt omedelbara jag och från ditt praktiska dagliga liv.

Människor som är rädda för dessa fjärmande processer avlägsnar dem genom att skapa en diffus teori. De vill hitta en kompromiss mellan sin trängtan, som kommer från att de djupt förnimmer de närvarande möjligheterna som är tillgängliga för dem, och sin rädsla. Denna kompromiss finns i varje form av formaliserad religion som avlägsnar Gud från jaget och från det dagliga livet, som delar upp människans natur i det andliga och det fysiska varandet. Den fulla uppfyllelsen avlägsnas därmed från *nuet* till ett liv efter döden. Alla sådana synsätt och sätt att närma sig livet utgör ingenting annat än en kompromiss mellan vad man förnimmer skulle kunna finnas och vad man är rädd för. Den här rädslan går bortom de neurotiska rädslorna som kommer från missuppfattningar och personligt upplevda trauman.

Vad består denna grundläggande rädsla för att släppa taget om det yttre egot för att låta de universella processerna veckla ut sig och bära dig av? Den består av missförståndet som säger att om man ger upp egot, ger man upp sin existens. För att få en lite bättre förståelse för detta

problem, låt oss beakta hur egot formade sig självt utifrån det universella livet.

Individualiseringen utgör en integrerad aspekt av den universella livskraften. Livet rör sig ständigt, sträcker sig ut, expanderar och kontraherar, finner nya upplevelseområden och förgrenar sig in i nya världar. Det kreativa livet är inte annorlunda. Det finner således ständigt nya sätt att uppleva sig självt. När ett individuellt medvetande separerar sig längre och längre bort från sin ursprungliga källa, "glömmer" det sin essens och blir omedvetet om sina egna principer och lagar tills det tycks vara en helt separat entitet. Att existera individuellt associeras därför enbart med att existera separat. Att ge upp egot måste då för individen framstå som en förintelse av dess unika personliga existens.

Detta är människans nuvarande situation. Ni lever under illusionen av att livet, förnimmelsen av "jag är", endast kan finnas i er "separata" existens. Denna illusion har fört in döden i det mänskliga riket, för döden utgör inte något annat än denna illusion dragen till sin slutliga absurditet.

Att förverkliga den illusoriska karaktären hos egots separata existens är ett oerhört viktigt steg i mänsklighetens utveckling. Allt slags självförverkligande arbete för fram den här frågan i ett mycket tydligt fokus. I den utsträckning som ni tittar på den omedelbart tillgängliga sanningen om er själva som individer, kommer ni att upptäcka att ni och den kreativa livsprincipen är ett. Ni kommer att upptäcka att allting jag säger här är möjligt att realisera och konstatera precis här och nu. Det är inte en teoretisk undervisning som ni i bästa fall kan överväga intellektuellt. Ju mer du ser på dig i sanning och avlägsnar dina illusioner om dig själv, desto mer kommer du att inse att den individuella existensen inte överges när den kreativa livsprincipens ofrivilliga processer får ta över och integreras med egots funktioner.

Vissa av mina vänner har börjat uppleva omedelbarheten av detta större liv allt oftare. De upplever att energin förnyas och märker paradoxalt nog att ju mer de ger av sin energi, desto mer förnyad energi alstras det inombords. Detta är den universella livsprincipens lag. Det separerade tillståndet fungerar dualistiskt; det verkar "logiskt" att ju mer man ger, desto mindre har man och desto mer utarmad blir man. Detta kommer från illusionen av att det yttre egot är allt som individualiteten består av. Detta utgör roten till all rädsla för att släppa egots alla strama försvar.

De som börjar uppleva dessa krafter och energier börjar också på samma sätt märka att en inspirerande intelligens strömmar till som tycks vara mycket mer vidsträckt än någonting de känner till i sitt yttre intellekt till skillnad från den inre visdomen. Den är samtidigt i grund och botten deras "bästa jag". Den tycks först vara en främmande makt, men det är den inte. Det bara verkar så för att dessa kanaler hade täppts igen på grund av att man var ovetande om deras

existens och på grund av personliga små lögner och självbedrägerier. Denna mer vidsträckta intelligens visar sig som inspiration, vägledning och en ny form av intuition som inte kommer som en diffus känsla, utan i koncisa ord, som en definitiv vetskap, greppbar och möjlig att översätta till det dagliga livet.

Upptäckten av detta nya liv förenar de synbarliga motsatserna av att vara en individ och att vara ett med alla andra, en integrerad del av en helhet. Dessa utgör inte längre oförenliga motsatser, utan ömsesidigt beroende fakta. Alla sådana motsatser, alla synbarligen ömsesidigt uteslutande alternativ som orsakar så mycket hjärtevärk för mänskligheten, börjar falla på plats när egot ansluter sig till det universella livet.

När jag talar om att släppa egot, menar jag inte dess förintelse eller ens att bortse från dess betydelse eller låta det falla åt sidan. Egot har gjort sig självt till en separerad del av det universella livet som kan återfinnas djupt inom jaget. Det är omedelbart tillgängligt när så önskas, när egot är redo att återförena sig med sin ursprungliga källa. När egot blir tillräckligt starkt att ta risken att lita på andra kapaciteter än sina begränsade, medvetna förmågor, kommer det att finna en trygghet som det tidigare inte kunde drömma om.

Rädslan för detta nya steg springer ur tanken om att egot kommer att krossas, att det kommer falla in i en intighet och upphöra att existera. Den här rädslan tycks lindras genom att hålla sig fast vid orörliga, förstenade psykiska substanser. Det orörliga tycks vara säkert; det rörliga tycks vara farligt. Att vilja hålla sig fast gör livet skrämmande, för livet är evigt rörligt. När du märker att rörelsen är säker eftersom den bär dig, har du funnit den enda verkliga tryggheten som finns. All annan trygghet – tillit till eller att luta sig mot det statiska – är illusorisk och ger ständigt upphov till mer rädsla.

Det är samma princip som förflyttar planeterna som inte faller ut i rymden. I kärnan av människans belägenhet ligger alltid känslan ”Om jag inte håller fast vid mig själv, utsätter jag mig för fara”. Och när du väl är medveten om den känslan, äger du en viktig nyckel, för du kan överväga möjligheten att den är ett misstag. Det finns inte något att vara rädd för; du kan inte krossas eller utplånas. Du kan endast bli buren, på samma sätt som planeterna är burna i rymden.

Mänsklighetens nuvarande medvetandetillstånd skapar, som jag så ofta säger, den värld ni lever i, inbegripet dess fysiska lagar. Ni är så vana vid att sätta verkan först och orsaken sen. Detta är ett resultat av ert dualistiska sinnestillstånd som är oförmöget att se hela bilden och tenderar att tänka i termer av antingen/eller. Ni är inte förvisade till denna sfär; denna sfär är snarare, med allt vad den inrymmer, ett uttryck för mänsklighetens övergripande medvetandetillstånd. En av de fysiska lagarna som uttrycker detta medvetandetillstånd är tyngdlagen. Detta är en särskild lag som endast

avser ert dualistiska medvetande. Tyngdlagen återspeglar eller uttrycker på den fysiska nivån den känslomässiga reaktionen på och uppfattningen av att falla och krossas när egot ges upp som den enda formen av individuell existens. Medvetandesfärer som har transcenderat dualismen på detta plan har andra fysiska lagar som motsvarar deras övergripande medvetande. Den mänskliga vetenskapen visar att det är så, även ur ett rent materialistiskt perspektiv. Vetenskapen om rymden bevisar detta. Er verklighet är inte den sista och enda verkligheten.

Den här analogin är mer än bara symbolisk. Den är ett tecken som skulle kunna vidga er horisont när ni tänker kring, och inom er upplever, nya gränser för vad som är verkligt, och därmed minska er rädsla och ert illusoriska, isolerade tillvaro.

Hur kan detta tillämpas, mina vänner, där de flesta av er befinner sig i ert sökande efter ert verkliga jag? Detta hänger direkt samman med att titta på de olika lagren av ditt medvetande. Ju mer du lyckas medvetandegöra tidigare omedvetet material och följaktligen rikta om det tidigare omedvetna materialets bristfälliga reflexer, desto närmare kommer du den universella livsprincipens verklighet inom dig. Den universella livsprincipen blir då friare att uppenbara sig och du blir friare från rädsor, skam och förutfattade meningar, så att du kan öppna dig för dess tillgänglighet. Vem som helst kan bekräfta att ju mer mod som uppåtdas för att titta på sanningen om sig själv och ingenting annat än sanningen, desto lättare blir det att få kontakt med ett mer vidsträckt, tryggt, mer lycksaligt inre liv. Ju mer du har kontakt med något som avlägsnar all osäkerhet och all konflikt, desto mer kommer du känna en trygghet och en förmåga att fungera som du aldrig visste kunde finnas inom dig. Det finns här kraftfunktioner och energifunktioner, intelligensfunktioner som löser upp alla konflikter och tillhandahåller lösningar på synbarligen olösliga problem. Alla om och men i det dagliga praktiska livet frigörs – inte genom yttre magiska medel, utan genom din ökade förmåga att hantera allting som sker som en väsentlig del av dig själv. Du utvecklar dessutom en ökad förmåga att uppleva njutning, som du är menad att göra. I den utsträckning som du har gjort dig frånkopplad, måste du längta efter detta sätt att leva.

För några år sedan använde jag följande termer för att beskriva vissa övergripande, grundläggande nivåer av människans personlighet: det högre jaget, i betydelsen den verkliga potentialen hos alla, det universella livet i varje mänsklig kärna; det lägre jaget, som består av alla era bedrägerier, era karaktärsdefekter, illusioner, förespeglningar och destruktivitet. Sedan diskuterade jag en tredje komponent som jag först kallade masken och senare det idealiserade jaget [1]. Det har sin grund i en förespeglning av vad man vill vara eller vad man känner att man borde vara för att vara omtyckt och godkänd.

Under våra diskussioner har vi ställts inför många aspekter av denna triad. Vid ett tillfälle talade jag om ett vanligt förekommande fenomen, detta att ni ofta skäms över ert högre jag – över det

bästa i er. För många personlighetstyper tycks det vara skamligt att visa upp sitt bästa, sina mest kärleksfulla och generösa impulser; det verkar mycket lättare och mindre genant att visa sitt värsta [2].

I dag kan jag tala om det här ämnet på en djupare och mer subtil nivå. För detta är en mycket viktig sak som hänger direkt samman med rädslan för att blotta det verkliga jaget. Några av mina tidigare föredrag beskrev enbart vissa egenskaper hos en slags personlighet på en relativt ytlig nivå. Den specifika personligheten som jag då diskuterade känner denna skam framför allt kring goda egenskaper, kring att ge och att älska. Sådana människor tror att de ger efter för samhällets krav och de förlorar därmed sin individualitets integritet. De är rädda för sin underkastelse och sitt beroende av andras åsikter och känner därför skam för alla genuina impulser att behaga andra. De känner sig därför mer som "sig själva" när de är fientliga, aggressiva, grymma.

Alla människor har en liknande reaktion på sitt verkliga jag. Detta gäller inte bara för deras faktiska godhet och kärleksfulla generositet, utan också för alla andra verkliga känslor och sätt att vara. Denna märkliga skam yttrar sig som en förlägenhet och en känsla av att vara blottad vad gäller hur man verkligen är. Den får en att känna sig som om man vore naken och utsatt. Denna upplevelse kan noteras av alla – och den består inte av skammen över ens bedrägerier och destruktivitet, inte heller över ens anpassning. Denna skam ligger på en helt annan nivå och har en annan kvalitet. Det enda sättet som jag kan beskriva det är att säga att vad man verkligen är känns skamligt naket – oavsett dina goda eller dåliga tankar, känslor eller beteende. Detta är oerhört viktigt att förstå, för det förklarar hur konstgjorda nivåer skapas. Dessa konstgjorda nivåer är inte uteslutande ett resultat av missuppfattningar i vanlig mening. När den nakna kärnan av en själv, som man är nu, blottas, är personligheten mindre rädd för förintelse eller fara, utan mer skamsen. Inslaget av fara kommer in när egot ger efter för de ofrivilliga processerna. Skammen känns mest intensiv när det kommer till att vara vad man är just nu.

På grund av den här känslan låtsas människor. Detta är en förespegling av ett annat slag än den som täcker över brist på integritet, destruktivitet och grymhet. Detta andra slags förespegling är djupare, mer subtil. Du kan låtsas saker som du faktiskt känner. Du kanske verkligen känner kärlek, men att visa denna verkliga kärlek känns naket, så du skapar en falsk kärlek. Du kanske verkligen känner ilska, som du är nu. Men denna verkliga ilska känns naken, så du skapar en falsk ilska. Du kanske verkligen känner sorg, men du känner dig tuktad att erkänna denna sorg, även för dig själv, så du skapar en falsk sorg som du lättare kan visa för andra. Du kanske verkligen upplever njutning, men även detta är förnedrande att blotta, så du skapar en falsk njutning. Detta gäller även för aspekter som förvirring och bestörtning. Känslorna intensifieras och dramatiseras, som jag förklarade i det förra föredraget, och på så sätt förfalskar man dem.

På grund av att den verkliga känslan tycks vara så naken och blottad, skapar du en falsk känsla. Denna förfalskning fungerar som ett skyddsplagg som ingen annan än ditt djupaste, oftast omedvetna jag känner till. Dessa ”skyddsplagg” bedövar dig inför livets livfullhet och bärkraft. Alla sådana efterbildningar skapar en skärm mellan dig och ditt livscentrum. Även detta separerar dig från verkligheten, för det är ditt eget väsens verklighet som du inte står ut med och känner dig tvungen att efterlikna och därigenom förfalskar du din självaste existens. Livets rörliga ström verkar farlig, inte bara när det gäller din trygghet, utan också för att den påverkar din stolthet och värdighet. Men allt detta är en ren och tragisk illusion. På samma sätt som du bara kan finna sann trygghet när du förenar dig med källan till allt liv inom dig, kan du bara finna sann värdighet när du övervinner skammen över att vara verklig – oavsett vad detta kan innebära just nu.

Ibland tycks förintelse vara ett mindre ont än den märkliga känslan av skam och exponeringen av ens verkliga väsen. När ni får insikt om den här skammen och inte trycker undan den som något oviktigt, tar ni ett enormt steg, mina vänner. Att känna den här skammen är nyckeln till att upptäcka en avtrubning som orsakar förtvivlan och frustration, då den leder till självalienation och frånkoppling av ett särskilt slag. Den kan inte riktigt översättas till ett rationellt språk eftersom det inte finns något som alls går att säga med enbart ord som särskiljer det verkliga från det falska – endast upplevelsens särprägel och varandets kvalitet är annorlunda. De efterbildade känslorna är ofta så subtila och så djupt ingrodda att de har blivit en självklar vana. Det krävs därför att man släpper taget på ett djupt, känsligt sätt, att du låter dig själv vara och låter dig själv känna, samt att du vill vara skarpögd i dina upptäckter. Allt detta är nödvändigt innan du blir klart medveten om den synbarliga utsatthet och nakenhet som de verkliga känslorna orsakar inom dig. Den subtila efterbildningen återskapar inte bara andra eller motsatta känslor än dem du registrerar, utan också, och precis lika ofta, samma känslor. Deras intensifiering tjänar då till att få det falska att framstå som verkligt.

Du kommer först i kontakt med det universella livets centrum som du är enbart när du är verklig – vad detta än kan innebära just nu. Men innan den här upplevelsen är möjlig, behöver du möta fenomenet skam och nakenhet. När du möter detta ögonblickliga verkliga jag, är det långt ifrån ”fullkomligt”. Detta är inte en dramatisk upplevelse – samtidigt är den avgörande. För det du är nu, inrymmer alla frön som du någonsin behöver för att leva djupt och innerligt.

Du är redan denna universella livskraft. Varje tänkbar möjlighet inryms i den. Vad du är nu är inte skamligt på grund av dina brister; det är mycket mer skamligt, som det tycks dig, på grund av dess omedelbara, existentiella verklighet som verkar vara så naken. När du har modet att vara ditt verkliga jag, kan en ny inställning till ditt inre liv börja, efter vilken alla förespeglingar faller undan.



Detta gäller både de uppenbara och grova förespeglningarna som vanligtvis kan ses av alla utom en själv, liksom de subtila förespeglningarna som jag just beskrev. Dessa står mellan egot och det universella jaget. De skapar en tunn men fast skärm som avskärmar den livgivande kraften. De är ansvariga för din alienation från den universella livsprincipen. De skapar den synbarligen farliga och oöverstigliga klyftan mellan egot och den universella kraften. De är ansvariga för din illusoriska rädsla och skam. Denna skam är lika grundläggande som alla rädslor som är ansvariga för individens missuppfattningar och splittring. Den härstammar från vissa rädslor och skapar andra, men den är inte exakt samma som rädslorna i sig.

Skammen över ens egen nakenhet i att visa sitt jag, som det är i detta nu, förklaras av den djupa symboliken i berättelsen om Adam och Eva. Verklighetens nakenhet utgör paradiset. För när denna nakenhet inte längre behöver förnekas, kan en ny lycksalig tillvaro börja – precis här och nu, inte i ett annat liv bortom detta. Men det krävs en viss tillvänjning efter att man har blivit medveten om skammen. Det krävs en väg inom vägen att bli mer medveten om de ingrodda men subtila vanorna som man skyler sin inre nakenhet med. Hur lätt är det inte att av långvarig vana återgå till skammen! Men när du väl uppmärksammar den och påkallar krafterna som är tillgängliga i dig, om och om igen, kommer du till slut att kliva ut ur ditt skyddande skal och bli mer verklig. Du blir ditt nakna jag, som du är nu – inte bättre än du är, inte sämre än du är och inte heller annorlunda än du är. Du kommer att upphöra med de efterbildade, de förfalskade känslorna och sätt att vara, och ge dig ut i världen på det sätt du råkar vara.

Finns det några frågor i samband med det här föredraget?

FRÅGA: Hur kan man avgöra om ens känslor är verkliga eller något som man har lagt på sig?

SVAR: Den enda som kan avgöra det är du, genom att allvarligt sondera och först och främst beakta möjligheten att dina känslor kan vara något som du har lagt på dig, och genom att inte vara rädd för detta. Människor är i själva verket vettskrämda för tanken att deras känslor är falska – även på ett subtilt sätt. De är rädda för att om dessa känslor inte är verkliga, då har de inga känslor. De är rädda för sin egen tomhet. Och den här rädslan är förödande. Den utövar en subtil press att fortsätta låtsas. Men det finns alltid en punkt inombords där du säger: ”Nej, jag vill inte känna”. Oavsett huruvida detta härstammar från barndomen och personliga traumatiska upplevelser eller det har att göra med det djupare mänskliga problemet som gäller för alla individer som jag diskuterade i detta föredrag, måste det alltid finnas ett beslut om att inte känna. Detta beslut är ofta helt omedvetet och man har på så sätt ingen kontakt med det och står hjälplös inför resultatet – som förstås är att inte ha några känslor. Skräcken är oändligt mycket större när det medvetna jaget som vill ha känslor blundar för den sida av jaget som är rädd för känslor. Skräcken för att inte kunna känna kan inte jämföras med någon annan. Det är därför av oerhörd

hjälp att inse att i verkligheten är inte någon utan känslor och dessa känslor kan aldrig dö på ett bestående sätt. Livet och känslor är ett; där det ena finns, måste det andra finnas, även om det ena för närvarande är inaktiverat. Att veta detta gör det möjligt att söka inombords och fråga dig: ”Var har jag bestämt mig för att inte känna?” I den stund som du blir klart medveten om din rädsla för att känna, kommer du att upphöra att vara rädd för att du inte har några känslor. Det blir då möjligt att återaktivera dina känslor med hjälp av förnuftet, genom att realistiskt och rationellt utvärdera omständigheterna.

Jag har gett er mycket att tänka på. Detta utgör en hel del material som ni kan använda på ett fruktbart sätt i ert fortsatta arbete på denna väg.

Var välsignade, var och en av er. Må era strävanden lyckas för att bli verkliga, för att finna modet att vara naket verkliga utan några falska höljen. Ni kan inte undgå att lyckas om ni verkligen vill. De som inte rör sig och växer och befriar sig, vill inte det – och det är viktigt att veta detta – och hitta inom er den inre rösten som vägrar att röra sig. Må alla era falska lager falla bort, då detta är vad ni verkligen vill och bestämmer er för. Ni kommer då att upptäcka härligheten i att leva. Var i frid, var i Gud!

[1] Föredrag nr 14.

[2] Föredrag nr 66.

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.

2024-08-24