

De ofrivilliga processernas självreglerande natur

Välkomna, mina käraste vänner. Må ni återigen finna välsignelser genom den hjälp, styrka och upplysning som dessa föredrag kan ge er. Detta säsongens sista föredrag kommer att vara en sammanfattning och kommer också att belysa nästa steg som ni behöver ta – om inte omedelbart, åtminstone som en förberedelse – i förståelsen av vart ni är på väg och varför ni har fastnat på vissa sätt. Samtidigt som säsongen bakom oss rundas av, kommer det också att förebåda arbetet i vår nästa säsong tillsammans. Att försöka förstå – inte bara med sinnet, utan med hjärtat – kommer att göra vad som finns framför er på er väg mot att upptäcka er själva mycket lättare.

För att ännu en gång sammanfatta, och kanske på ett annat sätt, vad självförverkligande innebär: Självförverkligande innebär att ta fram *alla* vilande möjligheter in i verkligheten. Det innebär att integrera egot med ännu ofrivilliga processer¹. Egot består av den yttre tankeförmågan och viljeförmågan. De ofrivilliga processerna omfattar känslor, intuition och, vad mera är, vissa manifestationer som är verksamma enligt livets mest meningsfulla och lagenliga grundvalar. Den som inte har närmat sig självförverkligandets tröskel kan inte greppa undret och skönheten i denna del av skapelsen.

Den ständiga mänskliga kampen håller sig fast vid de yttre egoförmågorna på grund av en desperat rädsla för de ofrivilliga processerna. Ni är rädda för allting kring dem – antingen medvetet eller omedvetet eller både och. Ni är rädda för era känslors spontanitet. Ni kanske blundar för detta faktum för att ni tror att något är en känsla när ni enbart registrerar en sinnesförnimmelse eller en reaktion på era omgivningar. Något som inte är spontant och ofrivilligt, något som direkt snarare än indirekt kan styras av egots processer, kan inte med rätta kallas en känsla.

Varför är människor rädda för de ofrivilliga processerna? Varför är ni sannerligen ofta mer rädda för dem än praktiskt taget allting annat i livet, när det bästa i livet är ett resultat av den ofrivilliga kreativa processen? Ingenting som verkligen är värt något, som är meningsfullt och uppfyllande och av bestående värde, kan någonsin vara en produkt av egots funktion, av egots omedelbara kontroll. Varför är mänskligheten benägen att förstöra, dominera, förneka och manipulera det

¹ Eng. "involuntary processes" som också kan tolkas som icke-viljemässiga processer. Övers. anm.

kreativa livet – det vill säga de ofrivilliga processerna – och ersätta dem med egots förmågor? Egots förmågor är mycket mindre lämpliga, mycket mindre visa, resursrika eller kreativa. De utgör ingenting annat än separerade partiklar av det större medvetandet som är verksamt genom de ofrivilliga funktionerna.

Innan jag besvarar den här frågan, låt mig påpeka – också till förmån för några nya vänner som är här för första gången – att när egots kontroll överansträngs och de ofrivilliga processerna förnekas, skapas en mycket stor obalans i personligheten. I högre eller mindre grad, beroende på hur mycket egot kontrollerar det inre kreativa livet, skapar det sjuklighet eller – om man föredrar uttrycket – neuros. Människor utgår från antagandet – ofta helt medvetet eller åtminstone halvt medvetet, aldrig helt omedvetet – att ju hälsosammare de ska vara, desto mer kontroll borde de utöva på sina ofrivilliga processer. Denna missuppfattning leder dem bort i en riktning som står i motsats till inre balans – till förverkligandet av ens bästa potential, till livets rikliga uppfyllelse på alla nivåer i ens väsen, till ett sunt välbefinnande. Om allt detta ska uppnås, behöver riktningen ändras.

Ju mer benägen man är att överkontrollera och dominera de inre ofrivilliga processerna och ju mer man är rädd för de senare, desto mer konfliktfylld och olycklig blir man och desto tommare måste livet vara. Du blir i själva verket ett ytligt, livlöst skal som hålls samman av stränga väktare som du aldrig ens vågar ge upp. Du hamnar i en ond cirkel: Ju mer du pressar i fel riktning, desto mer förlorar du dig själv och ditt liv. Ju mer problematiskt ditt liv blir, desto mindre förmögen blir du att hantera det. Eftersom du tror att detta är en följd av egots otillräckliga kontroll, försöker du öka snarare än minska den och blir därmed djupare indragen i den onda cirkeln. Det enda sättet att vända den är, som nämnts, att släppa den stränga vaksamheten som utesluter allt inre kreativt liv och använda egots förmågor på ett annat sätt, vilket jag kommer att förklara inom kort.

De ofrivilliga funktionerna som måste kallas in i leken är alltid verksamma. För att gå tillbaka till frågan om varför människor är rädda för de ofrivilliga processerna, behöver vi beakta det på två grundläggande nivåer. När människor är indragna i den onda cirkeln, är det på grund av att de baserar vissa antaganden om livet och sin relation till det på felaktiga idéer. Dessa felaktiga idéer är ofta omedvetna och skapar bilderna som vi har talat om. Missuppfattningarna, djupt inhysta i själssubstansen, tvingar människor att agera utifrån dessa antaganden. Eftersom antagandena är falska, kommer de följande handlingarna och känslorna ofrånkomligen att vara destruktiva och inriktade på att försvara något som inte existerar. Resultaten måste därmed bli motsatsen till vad människor egentligen vill. De handlar kort sagt mot sina egna intressen.

Själssubstansen är en kraftstation av energi som har oändligt mycket större kraft än ni ens tillnärmelsevis är medvetna om. När en individ drivs till att agera i överensstämmelse med

bilderna, används kraften negativt. När man är fri från illusioner och missuppfattningar – och därmed i kontakt med sitt verkliga jag, med en kosmisk verklighetsnivå – är den verksamma kraften konstruktiv och positiv. Den här kraften är så starkt laddad att vad som helst kan formars med den. Den utgör skaparkraften i sig. Men den är neutral såtillvida att den endast kan användas, eller flöda, i den riktning som sinnet, med dess begrepp, ställer in. Kraften fungerar således automatiskt. Det ser ut som att det sker av sig själv. På detta sätt fungerar ingrodda föreställningar som kraftens motor och föreställningarna blir självupprätthållande. De finner sina yttre uttryck i händelserna som idéerna skapar.

Människor som ännu är omedvetna om vad de egentligen tror, och som också är omedvetna om livets lagar, ignorerar dessa samband och tror att händelser inte har något med deras tankar att göra. De ignorerar skaparkraften de har inom sig och det faktum att den är inställd så att den i själva verket fungerar negativt. En sådan väg som vår syftar till att ta fram de omedvetna tankarna och bilderna. I början är de verkligen omedvetna. Men när du väl upptäcker att du djupt inom dig bär på ekvationer och antaganden som går helt emot dina medvetna tankar och din intelligens, börjar du bli varse om att du, genom de felaktiga antagandena som påverkar den skapande livsenergin, har inrättat ofrivilliga processer som är destruktiva. Eftersom energin som fångas upp i bilderna fungerar i överensstämmelse med bildernas antaganden, är den ofrivilliga, omedvetna processen negativ.

Det medvetna sinnet är ett instrument för de omedvetna varseblivningarna och sambanden som faktiskt existerar, men det kan bara diffust översätta dem. Ju mer en person blir medveten om de inre, hittills omedvetna processerna, desto mer precist kommer han eller hon att förstå ”budskapen” som kommer igenom. När en individ fortfarande drivs av omedvetna bilder – och därmed också drivs av de negativt verksamma ofrivilliga processerna – kan han eller hon inte undgå att vara rädd för dem. På en nivå förklaras alltså rädslan av det faktum att en stor del av era ofrivilliga processer leder till en negativ upplevelse, på grund av närvaron av omedvetna falska idéer. Ni är rädda för de självupprätthållande, ofrivilliga krafterna. Ni kan inte förklara varför. Ni negligerar att dessa krafter endast är farliga eller negativa på grund av att de arbetar i överensstämmelse med era egna tankar. Ni negligerar att när tankarna väl utmanas och har befunnits vara osanna, kan man lita på samma självgående kraft. Er lösning är i stället att aldrig lita på några ofrivilliga processer och att skydda er mot dem genom en sträng vaksamhet med hjälp av egots förmågor. Ni negligerar dessutom för hur skadlig den här ”lösningen” är. Den vanliga människan har i själva verket ingen aning om vad hon gör och varför.

Människor som följer självkonfrontationens väg kommer ofrånkomligen att upptäcka sina ingrodda, hittills omedvetna antaganden kring viktiga aspekter av livet. De börjar gradvis att lösa upp bilderna genom att komma till insikt om dem och genom att upprätta sanningsenliga idéer i

själssubstansen. De börjar observera bildernas makt, energin som är inblandad i dem, dessa energiers automatiska, ofrivilliga natur. Genom att förstå och observera, kan de korrekta antagandena återupprättas. De kommer då att börja arbeta konstruktivt för dig. Du fortsätter att initiera nya energiströmmar som fungerar i överensstämmelse med en mer vidsträckt lag. Du behöver aldrig vara rädd för dem.

När detta börjar ske, mina vänner, när bilderna har blivit funna och i viss utsträckning lösts upp – när självacceptans och observation för med sig en ny förståelse och harmoni i ditt inre liv – är ni vid denna punkt likväl fortfarande rädda för de ofrivilliga processerna. Ni kan vid detta vägskäl ha nått fram till den teoretiska förståelsen att de ofrivilliga processerna inte behöver vara destruktiva, att de bara är destruktiva i överensstämmelse med era dolda missuppfattningar. I verkligheten är ni dock fortfarande rädda för de självupprätthållande, ofrivilliga krafterna. Ni tror fortfarande att ni behöver gardera er mot dem. Och detta leder oss till den andra nivån av problemet. För att hjälpa er att röra er vidare från denna punkt där många av er, mina vänner, nu befinner sig, kan följande ord vara precis vad ni behöver, förutsatt att ni arbetar med dem.

Resumén av tidigare material, presenterat i denna speciella form, var nödvändig för att leda fram till det som följer. Nästa steg är detta: Hur kan man börja lita på de ofrivilliga processerna? Hur kan man vara säker på att – även efter att de falska antagandena som skapade vissa bilder har lösts upp – den tillgängliga fritt flödande energin inte leder in dig i fara och destruktivitet när du väl släpper taget om egots strama kontroll? Om du inte litar på de ofrivilliga processerna, kan egots överdrivna kontroll inte ges upp och du kan aldrig övertyga dig själv om de inre skaparkrafternas välvilliga karaktär. Fruktbara, kreativa ofrivilliga processer kan inte bli verksamma så länge de inte uppmuntras, så länge de inte är önskade och man inte ger sig själv till dem. Om man inte släpper taget och tillåter dem ske och får hela sitt väsen att vilja detta, kan man aldrig bevisa att de ofrivilliga kreativa processerna som finns i varje mänsklig själ är tillförlitliga. För att komma till denna punkt, behöver man beakta på ett nytt sätt varför man kan lita på de ofrivilliga processerna.

De ord jag nu kommer att uttala är utformade för att öppna upp en ny förståelse i detta avseende. Jag inser, och jag hoppas att ni alla inser, att det inte räcker att bara höra dessa ord. De behöver tas på stort allvar genom att ge dem omfattande uppmärksamhet med ert innersta väsen, med de bästa intentionerna och den bästa viljan. Öppna dig helt, släpp taget om försvaren som gör dig så stram och avfärdande av nya idéer som tycks hota dig. När egots kontroll är alltför strikt, kan sådana ord verkligen tyckas hotfulla. Det som är en frälsning framstår som din undergång. Du har kämpat emot den här riktningen i hela ditt liv. Nu blir du tillsagd att göra det helt motsatta till vad du trodde att du behövde göra. Ni kan inte föreställa er att det kommer fungera.

Inte ens de av er som har varit engagerade i arbetet på denna väg under en längre tid och har gjort betydande framsteg finner det lätt att passera tröskeln och nå det sinnestillstånd som litar på det som hittills har varit det mest hotande av allt – livets ofrivilliga processer inom er. Ni behöver alla kämpa emot egots alltför strikta kontroll där förnuftet och viljan tränger bort de ofrivilliga processerna.

Mina vänner, det enda sättet som man kan lita på de ofrivilliga processerna är genom att inse att de är självreglerande. De fungerar lika fullkomligt och fullständigt som många av era biologiska processer som ni tar för givna och den självreglerande naturen som ni aldrig ens tänker på. Det skulle inte falla någon in att vilja reglera sitt blodflöde, sitt nervsystem, sina hjärtslag, sin leverfunktion eller något annat inre organs funktion. Organen gör sitt arbete helt av sig själva. Det skulle inte falla er in att försöka kontrollera och styra dem genom yttre tankeprocesser och er vilja. Om man skulle försöka ge sig på något sådant, skulle det bara orsaka skada. Du skulle slösa din viljekraft, din energi, på att utöva en påtryckning som så småningom skulle ha en negativ inverkan på din kropps goda funktion. All bortkastad energi har den effekten. Detta är bakgrunden till all fysisk sjukdom. Vilka organ som påverkas beror på deras inneboende motståndskraft mot sjukdom, på deras inneboende hälsa. Människor föds med vissa organ som är mer motståndskraftiga mot missbruk. Trots ständiga missbruk fortsätter de att fungera under en lång tid. Andra organ är mycket mer känsliga och börjar ge efter så fort minsta sak går fel.

Försöket att kontrollera något som inte är mottagligt för egots kontroll kan, för att återgå till denna analogi, bara skapa obalans, tryck, spändhet, oro och leder till slut till negativa effekter. Detta gäller inte bara för kroppen, utan för alla nivåer av personligheten. När du inser att du inte behöver utöva någon viljekraft, någon påtryckning med dina yttre egoförmågor för att dina biologiska funktioner ska fungera på sitt eget fullkomliga sätt, då kommer du att se att samma process gäller för andra nivåer. Det finns en självreglering i naturen i varje tänkbart avseende. Ja, du behöver använda ditt ego för att vårda och odla hälsosamma vanor vad gäller mat, sömn, motion, i syfte att upprätthålla de ofrivilliga, självreglerande funktionerna. Egots uppgift är att välja att ta hand om kroppen för att upprätthålla hälsa. Det skulle vara fullkomlig dårskap av egot att styra funktioner som inte svarar på ett direkt tryck.

Samma relation, mina vänner, finns mellan egot och de ofrivilliga processerna i känslolivet, i de inre kreativa funktionerna, i riktningen ens liv ska ta i sin helhet. Dessa ofrivilliga processer är precis lika fullkomligt, meningsfullt reglerade – enligt lagbundna förfaranden – som de biologiska processerna. Om egot inte stör, sker självregleringen enkelt och naturligt. Egot har återigen sin roll att spela. Dess uppgift är att välja hälsosamma vanor vad gäller sinnets aktivitet, för att på så sätt ställa in rätt riktning. Ditt sinne kan omhulda ruvande tankar som uppmuntrar destruktiva känslor. Eller ditt sinne kan välja att vara ärligt mot jaget; det kan välja att avslöja alla tidigare

självbedrägerier. Det kan göra sig av med alla omhuldade illusioner om jaget. Det kan bestämma sig för att acceptera sig själv var och hur man är just nu och ge upp den idealiserade versionen av jaget som man försöker pådriva. Dessa utgör hälsosamma vanor som är nödvändiga för att de ofrivilliga processerna ska påverkas indirekt och arbeta på ett pålitligt sätt. Deras självreglerande natur kan då uppenbara sig. Frestelsen att undvika sanningen om jaget måste övervinnas lika obevekligt som egots obevekliga kontroll måste ges upp. Detta är hur balansen kan återupprättas i personligheten.

Det finns en parallell till odlandet av hälsosamma mentala vanor, valda av egot, även på den fysiska nivån. Liksom kroppen alltid svarar gynnsamt när den behandlas på ett konstruktivt sätt, sker samma sak på nivån där känslor och intuition skapar livets betingelser och upplevelser. När egot inte längre dominerar över de ofrivilliga processerna, kommer intuitionen att ge en ny trygghet och hjälp för att hantera livet. Tankar kommer att emanera från solar plexus djupaste resurser, snarare än från de viljemässiga, konstlade tankeprocesserna som människor använder när de överbetonar intellektet. Ni är tillvanda vid denna obalans utan att ens veta vad ni gör och vad ni missar.

Först när du har upplevt de ofrivilliga processernas självreglerande natur och när de ofrivilliga processerna integreras med egots funktioner, kan livet vara verkligen uppfyllande och rikt. Det finns en ny frihet att ta emot det som kommer inifrån. Man levser inifrån, så att säga. Detta är att förverkliga sig själv. Man kan då se att de ofrivilliga processerna, i sin sunda funktion, är lika pålitliga och självreglerande som en kropp som fungerar i hälsa. Ett integrerat fullt liv är en total omöjlighet om dessa ofrivilliga förmågor inte tillåts att vara.

Hur många gånger säger ni inte, mina vänner: ”Men om jag ger efter, om jag släpper egots kontroll, vad händer då? Mina känslor kanske vill något som är destruktivt eller som jag ogillar.” Och jag säger er, om och om igen, att detta är fullt möjligt. Osunda begär och negativa känslor finns absolut. De är resultatet av förvrängningarna, bilderna, missuppfattningarna, missförstånden från tidiga smärtsamma upplevelser. De behöver dock inte förstöra ditt liv bara för att du har byggt upp generella föreställningar kring dessa tidiga upplevelser. Förekomsten av dessa begär och känslor påverkas inte bara för att du bekräftar vad som i själva verket alltid har funnits där, du har bara aldrig erkänt det. Först efter att du har bekräftat närvaron av oönskat material – begär och känslor – kan du börja uppleva de likaledes ständigt närvarande, men ännu djupt dolda konstruktiva känslorna, den positiva kraften inneboende i din djupaste natur. De sistnämnda känslorna har den självreglerande visdomen inbyggd i själva sin existens, på samma sätt som de destruktiva känslorna och antagandena blir självreglerande i de automatiska reflexerna som de påtvingar dig.

När du väl tillåter det negativa materialet helt in i ditt medvetande, måste du snart se kraften i det konstruktiva materialet inom dig. Du kommer då att upptäcka det jag fortsätter att nämna, att du är ännu mer rädd för den positiva kraften inom dig än du är för alla negativa känslor och begär tillsammans. Den som går tillräckligt djupt på självkonfrontationens väg kan inte undgå att upptäcka denna sanning, oavsett hur befängd och ologisk den kan tyckas vid första anblick.

Om du är rädd för de konstruktiva krafterna inom dig, är det för att du blundar för den självreglerande naturen hos det kosmiska flödet som varje konstruktiv känsla utgör. Att låta sig bäras av den tycks vara riskabelt – till och med farligt. I denna särskilda fas är din diffusa, eller kanske till och med distinkta rädsla, när den väl alls är medveten: ”Vart kommer den bära mig? Vart är jag på väg härifrån? Vad kommer den att få mig att göra? Jag kommer att förlora min individualitet, jag kommer att förlora kontrollen.” De goda känslorna tycks vara ännu mer hotfulla än de negativa känslorna när det gäller förlusten av kontroll och individualitet.

Det kan finnas en rädsla för att de goda känslorna kanske riktas mot någon som inte är värd dem, som inte svarar på samma sätt, som kommer att avvisa och såra och utnyttja. Detta kan utan tvivel vara giltiga invändningar, men endast i samband med objektet för tillgivenheten. De rättfärdigar aldrig att de goda känslorna förnekas i sig. Om valet av kärleksobjekt är olämpligt, är det just ett resultat av omognad, illusion, bristande medvetenhet om jaget och därmed om andra. Det är en tillfällig fas i växandet.

Växandet hejdas när känslorna hejdas. Om känslan tillåts att fungera genom att inse att den behöver få växa in i sin själv tillförlitliga och självreglerande natur, kommer den ofrånkomligen att framkalla uppfyllelse. Valet av kärleksobjekt som lämnar dig ouppfylld och frustrerad, eller till och med vållar smärta, uttrycker det kluvna tillståndet i din inre riktning. Du vill ha känslan och du vill inte ha den; du längtar efter uppfyllelse och du är rädd för den. Just på grund av detta konfliktfyllda tillstånd tilltar upplevelsen som tycks motivera rädslan för att släppa taget om egots kontroll och lita på de ofrivilliga processernas flöde, de spontana känslornas flöde. Den svåra upplevelsen bör aldrig tas som ett bevis för att känslor inte är värda att lita på. Den bevisar bara att det finns motstridiga önskningar. Den följer av att man bortser från det faktum att känslor, intuition, spontana tankar och inspiration, kreativa processer, genomgår sina lagar för växande, på samma sätt som alla andra delar av den mänskliga organismen. När denna del av den mänskliga naturen har vuxit fullt ut, uppenbarar sig den självreglerande kvaliteten mer och mer. Då är en person självförverkligad. Han eller hon lever då på samma nivå som det verkliga jaget, där allting i livet är gott.

Men människor är rädda för att helt överlämna sig till de ofrivilliga processerna och de kan därmed inte upptäcka den självreglerande lagens fullkomlighet. De flesta av er, som ni är nu, är

fortfarande rädda för att släppa taget, även om ni längtar efter det. Ni fruktar och misstror det, även om ni teoretiskt förstår sanningen. Ni kanske tydligt känner igen stramheten med vilken ni inte vill släppa taget. Genom att rådfråga de känslomässiga, irrationella motiven för varför du fortfarande håller tillbaka och misstror de inre, flödande, kreativa livsprocesserna, kanske du frambringar känslan av att dessa processer är kaotiska, att endast ditt ego är ordnat och tryggt. Den känslan beror återigen på att de kreativa livsprocessernas självreglerande natur negligeras. Att inse detta måste hjälpa er att komma ett steg närmare det verkliga livet som lever sig självt inifrån dig själv.

Det kommer att underlätta övergången om det finns en klar förståelse av att det finns ett skadligt sätt att släppa taget, en förvrängd version av det, precis som det finns en förvrängd och skadlig version av disciplin. Självförverkligande – att fullt ut ta fram sitt bästa, att integrera egots funktioner med de i högsta grad kreativa möjligheterna som fortfarande är vilande och ofrivilliga – kan endast ske genom att ständigt väga och pröva en avslappnad disciplin omväxlande med att släppa taget på ett lämpligt sätt. Inte någon av inställningarna kan någonsin vara skadlig om den utövas på ett totalt sannfärdigt sätt, genom att uppdaga och konfrontera sig själv. Ingenting farligt kan någonsin hända, förutsatt att alla illusioner om jaget obevekligen har getts upp. Detta är det fullkomliga sättet, där disciplin och att släppa taget frambringar en harmoni som förenar dessa två synbarligen motsatta inställningar.

När disciplin används mot att släppa taget, på grund av att släppa taget om egots vaksamhet skulle innebära att man får insikt om fakta som står i motsättning till omhuldade illusioner kring jaget, blir disciplinen en stel sammandragning av de kreativa processerna. Personligheten blir stel, ospontan, tom på verkliga känslor, bunden vid yttre regler och föreskrifter, stram och räddhågad. Disciplinen används *mot* sanningen, inte *för* sanningen. Det är detta som gör disciplin och att släppa taget till motsatser. Av samma anledning blir detta att släppa taget destruktivt när det används för att kringgå sanningen, när det är ett resultat av att man ger efter för sina begär, att ge sig hän åt en destruktiv minsta motståndets väg och vidmakthålla osunda inställningar. Att släppa taget leder då bort från jaget och blir verkligen lika farligt som fel slags disciplin. Båda förvrängningarna skapar en tung försvarsmur i själssubstansen, för båda vill undvika sanningen om jaget. Det uppstår en inre spänning och rigiditet som separerar personligheten från det verkliga jaget, som besitter alla de pulserande energierna, all kreativitet och de friska, starka känslornas rikedom samt en tillräcklig följsamhet för att hantera vad som helst. I stället finns det en bräcklighet och ett behov av att dra sig tillbaka, att vara räddhågat separerad, överdrivet kontrollerad och rigid.

När den falska disciplinens tyngd påför alltför mycket förmaningar bryter vissa personligheter ihop. Belastningen blir för stor. Andra personlighetstyper väljer som ”utväg” en flykt genom att

ge efter för sina begär. Detta är en vanlig företeelse, särskilt i dessa tider. Det sker ofta under täckmanteln och förespeglingen att man släpper taget på ett verkligt sätt. När den rigida överdisciplinen inte längre fungerar, eller när den avvisas till att börja med, kan flykten leda till drogmisbruk hos en viss person, en annan person kan bli ett vrak. Vad som först bara utgör en svaghet antar ständigt större proportioner och vidmakthåller sig självt tills personligheten verkligen förlorar sig själv. Personligheten kan inte längre hejda processen och kan till och med förhålls den under olika etiketter och förevändningar – precis som den överdisciplinerade personen förhålls sin väg.

Den som är räddhågat överkontrollerad och rigid kommer att använda den grova motsatsens exempel – den svaga, självsvåldiga personen, den förfallna som negerar all disciplin, allt ansvar – som en varning för att rättfärdiga sin överkontroll. Han eller hon kommer att säga: ”Du ser, detta är vad som händer när man inte kontrollerar sig själv. Jag har inte råd att släppa taget, jag skulle kunna sluta på samma sätt.” Den självsvåldiga å andra sidan, som undviker egen ärlighet lika mycket som den överkontrollerade personen, kommer att hävda det riktiga i den riktningen genom att säga att den strängt kontrollerade personen har förlorat kontakten med livet. Den självsvåldigas ”lösning” är inte mer i kontakt med det verkliga jaget än den andra ytterligheten.

Det är viktigt för var och en av er, mina vänner, att bli mycket medveten om denna inre gungbräda. Inse ytterligheterna av den tungt bevakade, överkontrollerade, rigida, spontana, icke-kännande, överdrivet vakande personen i motsats till den som flyr från jaget genom att överge all disciplin. Den sammanhållande faktorn som omöjliggör all fara, som avlägsnar alla hot, som förenar de synbarliga motsatserna av disciplin och att släppa taget, består av den ständigt förnyade viljan att vara sannfärdig mot jaget. Se och möt vadhelst jaget är, ge ditt allra bästa jag till livet – all din ärlighet, integritet och konstruktivitet, all din mest uppriktiga och totala uppmärksamhet. Ju mer detta blir ingrott, desto mindre finns det att frukta inför att släppa taget och desto mindre behöver man gardera sig mot något. En avslappnad, spontan individ är i harmoni med livets kosmiska flöde.

I den grad det fortfarande finns en rädsla för det inre livets icke-viljemässiga processer och i den grad som de fortfarande misstros och deras självreglerande verklighet negligeras, måste det fortfarande finnas ett självbedrägeri. Det måste fortfarande finnas en vilja att vara destruktiv och negativ. Det måste fortfarande finnas en önskan om att lura livet. Omvänt, i den grad som en person odlar inställningen ”Jag vill se sanningen i vitögat, vad den än är, under alla omständigheter vid alla tidpunkter, oavsett vad den tillfälliga svårigheten kan vara”, måste rädslan för det goda livet försvinna. När denna sannfärdighet, detta mod och denna ödmjukhet utövas och gradvis blir en självklar vana, finns det inte något att vara rädd för och all bristande uppfyllelse upphör. Med ödmjukhet menar jag att veta att man inte känner till alla svar. Förmoda inte alltid,

säg inte så lätt ”Det är antingen si eller så”. Det är det inte – och även om det är det, så finns det mer att säga om det än vad du vet nu. Om du visste om allting, skulle du vara i harmoni med livet, det skulle inte finnas något kval, ingen bitterhet, ingen rädsla, ingen tomhet.

När du odlar sannfärdighet, inte bara då och då, utan varje dag, när du beaktar att du kanske överser många aspekter av dig själv, även din relation till dig själv, till andra och livet, när du förlänger och vidgar dig själv i ett avslappnat sökande efter svar som kommer inifrån, när du använder ditt egos förmågor, dina viljeförmågor, din disciplin för att involvera hela ditt väsen i vad du än gör i denna självrannsakan – exempelvis i detta att finna svar på vad det aktuella problemet än är – när du involverar dig själv konstruktivt med uppmärksamhet och ärlighet genom att alltid ge det bästa av dig själv: när denna disciplin odlas, då har du ingenting att vara rädd för i att släppa taget. När du verkligen vill ge hela ditt bästa jag till allt du gör, har du ingenting att vara rädd för i de ofrivilliga processerna. För du kommer då att övertyga dig själv om deras självreglerande naturs djupt meningsfulla lagbundenheten som bara sköter sig själv. Du kommer att kunna flyta med i den stora kosmiska strömmen. Du kommer att upptäcka livets under och ditt innersta jags under.

När du väl fokuserar din uppmärksamhet på det, kommer du att se i vilken grad du fortfarande vägrar att ha denna ärlighet, denna integritet och även önskan om att ge ditt bästa, positiva jag till en situation eller en aspekt av livet. I just de olyckliga områdena finns i själva verket viljan att vara negativ och destruktiv – att lura, att göra motstånd, att förespegla, att inte ge, utan att ta, att hysa fientlighet och självömkan. Att upptäcka detta kommer att underlätta era fortsatta framsteg avsevärt. Ni kommer att se att det finns en lagbundenhet inblandad här som inte gör dig till ett oskyldigt offer, som inte gör dig hjälplös i att skapa ett gott liv. Makten att skapa ditt liv finns redan där, mina vänner. Den är en enorm makt, när man väl upphör att skjuta bort den med egots kontroll.

När du börjar förnimma rikedom och skatten som finns inlåst i dig – i er alla mina vänner – när du tar fram denna rikedom, kommer du att börja leva. Först då börjar du leva. Detta är verkligen möjligt för varje människa som är villig att följa dessa steg. Finn den plats inom dig där du inte bara vägrar att ge ditt bästa, utan i hemlighet till och med vill ge ditt värsta till livet, och du kommer att ha en nyckel. Du kommer att ha en valfrihet som du aldrig tidigare har ägt.

Orden som ges i kväll kommer verkligen, förutsatt att ni i sanning och på djupet känner och arbetar igenom dem, att visa sig vara en port, en tröskel som ni kan ta er över. Ni kan röra er in i ett nytt liv där allting är annorlunda och vibrerande med glädje och mening, där rädsla och tomhet inte har något utrymme. Ni kan närma er tröskeln genom er förståelse, för denna förståelse kommer att frigöra mer viljekraft i rätt riktning, mer energi, större utblick, en djupare förnimmelse

av vad livet skulle kunna vara. Detta är inte bara en teori, utan en direkt tillgänglig och åtkomlig upplevelse djupt inom er, när ni väl återupprättar balansen mellan de ofrivilliga processerna och egots funktioner.

Var välsignade, mina vänner, 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.

2024-08-24