

Sinnets aktivitet och mottaglighet

Välkomna, mina älskade vänner. Universums kärlek omfamnar varje manifestation och individualisering av det Gudomliga väsendet, speciellt när det yttre, separerade jaget strävar så ivrigt efter att finna sanningen om varandet, sanningen om jaget – därmed sanningen om livet.

All den smärta och frustration som den vanliga människan går igenom under en livstid är enbart ett resultat av att inte känna sin sanna identitet. Och den ständiga kampen i livet kommer sig av en diffus känsla i det omedvetna av att det finns någonting att återta, en hemlig nyckel som skulle kunna öppna livet. Ni vet djupt inom er att livet inte bara kan vara det som ni upplever från dag till dag eller vad det är just nu. Ni strävar på så sätt bort från den nuvarande stunden, och när ni gör det, förlorar ni stunden och med den meningen med livet – för varje enskild stund inrymmer allt liv.

Kampen för att upptäcka det sanna jaget och att acceptera nuet är inte ömsesidigt uteslutande – de är ömsesidigt beroende av varandra. Kvällens föredrag undersöker specifikt vilken mental inställning som behövs för att förena de två synbarligen motsatta sätten att uppleva och därmed finna meningen med livet och din sanna identitet.

Sinnets aktivitet eller avsaknad av aktivitet är nyckeln här. Det är en subtil process, nästan omöjlig att uttrycka i ord, och samtidigt så definitiv och viktig. Vi måste dock göra vårt bästa: Jag måste göra mitt bästa för att hitta rätt uttryck för att kommunicera till er vad jag menar. Ni kan göra ert bästa genom att öppna er själva invändigt, ert hjärta lika mycket som ert sinne, så att ni kommer att förstå inte bara med intellektet utan även intuitivt. Det senare är, som ni vet, den mycket viktigare förståelsen.

Det finns två mäktiga krafter eller inställningar i universum och därmed i varje mänsklig personlighet. Den ena består av kraften som strävar, rör sig, agerar, initierar, aktiverar, gör. Denna aspekt innefattar eget ansvar, självständighet, autonomi, fritt val och jagets makt. Den andra består av att vara mottaglig för och vänta på vadhelst som ska ske. Denna aspekt innefattar tålmod, ödmjukhet, medvetenhet om det ömsesidiga beroendet och att vara en del av en helhet. Den har tillit till det större livets processer. Den första involverar direkt handling, den senare

innebär att vänta på växandet och den indirekta manifestationen som sker på sitt eget sätt och enligt sina egna lagar.

När en person medvetet eller omedvetet tror att en av dessa två inställningar, eller sätt att fungera, är riktig och den andra felaktig, och därmed bara odlar den ena eller den andra, är förvrängningar och obalanser oundvikliga. Eftersom det är omöjligt att enbart använda det ena sättet, finns fortfarande motsatsen till en persons anammade sätt att fungera, men på ett mindre uppenbart sätt. Men när de inte är balanserade, frambringar varje sätt olämpliga, ineffektiva och till och med destruktiva resultat. Det är viktigt för varje växande individ att upptäcka den fint balanserade växelverkan mellan dessa två universella krafter. Eftersom man inte kan upprätta någon regel för exakt när och hur man byter från den ena inställningen till den andra, måste sättet att göra det upptäckas inom varje persons egen rytm och inre verklighet. Man måste bli samstämd med sitt inre liv och sina själsrörelser för att känna igen när och hur varje inställning uttrycks, när den ena eller den andra är överväger och vilken som krävs vid varje given stund. Insikten blir mer och mer spontan och automatisk allteftersom jaget utvecklas och integreras med egot.

Dessa två universella inställningar skulle också kunna kallas för den aktiva och passiva kraften. Jag talade om det här ämnet för många år sedan, men på en mer ytlig och allmän nivå. Nu kan detta ämne behandlas på ett mycket djupare och mer specifikt sätt. Ni vet att livets sanning inte kan bli funnen genom att bara förstå den med hjärnan. Sättet att uppleva sanningen är att först tillämpa den på ditt eget jag, på dina individuella problem, och att transcendera problemen i den processen. Du upplever då varje kraft i universum inom dig själv.

Ett ytterligare annat sätt att uttrycka det skulle vara att tala om den skapande maskulina och feminina principen. Den maskulina och feminina principen finns i det psykiska livet i alla manifestationer. De är verksamma varhelst livet existerar. Kraften i deras harmoniska samspel skapar för evigt nya manifestationer och individualiseringar av det Gudomliga väsendet. Jag avser inte bara de köttliga skapelserna; principen gäller för allting. Att växa inom personligheten är också en skapelse som bestäms av samma harmoniska samspel mellan den manliga och kvinnliga principen. Växandet kan inte infinna sig om inte det rätta samspellet äger rum mellan att initiera och vilja å ena sidan och att vara mottaglig, överlåta, vänta och låta saker växa fram å andra sidan. När dessa två krafter förs samman, skapas förnyelse, nya former, expansion; det bubblar fram mer och större liv, det skapar högsta välbehag. Ett disharmoniskt samspel, där den ena kraften över- eller underbetonas, omintetgör livet och framkallar missnöje, frustration och begränsning. När män och kvinnor inte har upprättat både den maskulina och feminina principen inom sin egen själ och sitt eget sinne, kan de inte fullt ut vara män eller kvinnor.

De två principerna eller krafterna har vissa gemensamma nämnare. En av dem består av växlingen mellan spänning och avslappning, fasthet och mjukhet. Livets, växandets, fridens och njutningens bördiga jordmån är den spänstighet som härrör från spänningens och avslappningens puls och rytmiska rörelse. Denna slags spänning är inte den smärtsamma spänning som en person känner när de två krafterna är i disharmoni. Denna behagliga spänning är en språngbräda från vilken handling flödar fram naturligt och organiskt. Samma sak gäller för avslappning; den får inte förväxlas med livlös tröghet och brist på energi. Dess friska version är full av liv och inre rörelse, beredd i tilliten till att den naturliga handlingen kommer i sin egen takt.

Det lämpliga samspelet mellan spänning och avslappning utgör pulsen, andningen, i universum och i alla dess aspekter eller partiklar. Allting som lever i universum är närmare bestämt en aspekt av det och måste därför vara föremål för samma principer och lagar. Pulsen av spänning och avslappning uttrycker integreringen av dessa två krafter: den manliga och den kvinnliga, den initierande och den mottagliga kraften. Varje livsmanifestation är ett uttryck för denna puls. Ju mer harmonisk livsmanifestationen är, desto mer integrerad är den ständigt alternerande initierande och mottagliga kraften – öppnande och stängande, öppnande och stängande.

Ju mer det individuella medvetandet hos en organism avlägsnas från sin källa – ju mindre den är medveten om sin sanna gudomliga identitet – desto mer smärtsam måste den alternerande rytmen och pulsen i dess liv vara. För varhelst livet är, måste den rytmiska rörelsen hos de två krafterna finnas. Omvänt, ju mer utvecklat medvetandet är – ju mer den enskilda individen är medveten om, och därmed är i kontakt med, sin sanna identitet – desto mer njutbar och lycksalig är oundvikligen både spänningen och avslappningen. På ett visst stadium mellan dessa två ytterpoler finns fasen där det öppnande, avslappnade tillståndet känns som önskvärt och behagligt, medan det stängande, spända tillståndet känns som smärtsamt och icke önskvärt. Dikotomin får individen att sträva bort från det ena tillståndet i riktning mot det andra. Ju mer man strävar, desto mer hindrar man dock den naturliga rytmen, eftersom strävan skapar mer spänning – även när man strävar efter det öppna, avslappnade tillståndet. Det finns därför egentligen inte något annat sätt än att uthärda det temporärt smärtsamma tillståndet, för att tillåta den naturliga rytmen att råda till dess att hela personligheten befrias från det smärtsamma, sammandragna tillståndet. Frihet innebär inte att den spända, stängande rörelsen upphör – för detta skulle innebära att livet upphör. Det innebär bara att allteftersom smärtan transcenderas, upphör den gradvis att vara en smärta. Många människor befinner sig i mellantillståndet där den ena universella pulsen känns som smärtsam, den andra som behaglig.

Det rätta samspelet mellan de två principerna eller universella krafterna, sett ur perspektivet av sinnets aktivitet och specifikt ert arbete på denna väg, kan bäst beskrivas enligt följande: Det yttre, avsiktliga, medvetna egot och dess viljekraft måste vara redo på ett bestämt men avslappnat sätt.

Det motsträviga och destruktiva omedvetna får varken ges efter för eller oroligt pressas eller otåligt tvingas. Egot behöver vara lyhört för att uppfatta vad det omedvetna indirekt uttrycker och varför det håller tillbaka för att förhindra lycka och förverkligande. För uppfatta det sanna omedvetna tillståndet måste sinnet vara lugnt, observant och acceptera vad som händer i nuet och därigenom uppmuntra det omedvetna att uttrycka sig. När det omedvetna väl uppenbarar sig med all sin oresonlighet, kan det helt naturligt ges en ny riktning och hindret kommer att försvinna.

Processen kräver en fin balans mellan den maskulina och feminina principen. Beslutsamheten att inte följa minsta motståndets väg i konfrontation av de omedvetna hindren, behöver balanseras med den väntande, mottagande andan i vilken det destruktiva omedvetnas uttryck accepteras. Denna process är identisk med hur den universella intelligensen utvecklar sig i sinnet. Ju fler hinder som döljer sig ”under jorden”, emellertid, desto mindre kommer den att kunna utveckla sig – som ni alla känner så väl till. Det ideala tillvägagångssättet är att använda båda växelvis: Instruera fast, lugnt och bestämt det dolda jagets destruktiva del att uttrycka sig. Observera det som kommer fram med intresse, uppmärksamhet och utan att störa. För att möjliggöra detta, be det gudomliga väsen som du djupt inom dig är att vägleda och hjälpa dig i den här processen. Att vara beslutsam och instruera är återigen det aktiva sinnets verk, medan att vänta på manifestationen hör till den passiva, mottagande funktionen.

Det mänskliga sinnet famlar ständigt efter att hitta den rätta balansen mellan dessa helt avgörande inställningar. Att hitta denna balans är en av de stora svårigheterna som varje person möter på vägen till ett harmoniskt samspel. Man kan inte lära sig vägen genom regler; det är endast genom att lyssna på dina egna själsrörelser på ett mycket lyhört sätt som du kan upptäcka när den ena ska användas och när man ska upphöra och använda den andra av dessa två komplementära krafter. Du måste se dig själv använda det felaktiga sättet innan du gradvis kan anamma det riktiga sättet. Det är så ofta som människor är lata och ouppmärksamma på sina innersta uttryck när de styrs av missuppfattningen om den passiva principen. De hävdar helt riktigt att saker måste mogna av sig själva och att det sunda växandet är en spontan process som inte kan forceras. Men de använder principen felaktigt och underlåter att gå in i sig själva för att möta det som behöver mötas och förändra det som behöver förändras. Samtidigt är människor så ofta överaktiva, tvingande och spända gentemot sig själva liksom gentemot andra, där de missuppfattar och missbrukar den aktiva principen.

Närhelst den ena principen ges en sådan förvrängd övervikt, är det just för att även den andra förvrängningen finns – kanske mindre märkbar. Den yttre otåligheten med sig själv betecknar ett inre motstånd. Den yttre lättjan och förvrängda acceptansen av saker betecknar en stark inre kamp mot jaget och dess verkningar. Denna starka kamp behöver tas fram, för den är alltid närvarande där det finns olösta problem, obalans, förvrängning, bristande uppfyllelse. Kampen mellan jaget

och jaget projiceras in i det längsta utåt, så att kampen tycks äga rum mellan jaget och livet eller mellan jaget och andra. Men eftersom det inte finns någon skillnad mellan dig och livet eller andra, äger kampen i grunden rum mellan dig och dig själv. När du väl är medveten om din sanna kamp, kommer obalansen att bli begriplig och en omorientering kan börja.

Sann förändring är en spontan process som sker helt av sig själv – eller det verkar så. Den är i själva verket ett resultat av de avspända, naturliga, beredvilliga yttre ansträngningarna. Men när människor förväntar sig att direkta och synliga resultat av sina ansträngningar ska komma omedelbart, missförstår de processen. Sådana människor blir besvikna och modfällda; de börjar anstränga sig mindre och faller därmed tillbaka in i destruktiva tanke-, känslö- och handlingsmönster. De blir samtidigt mer och mer spända och trycker på sina egna processer. Om människor väntar på resultat utan att göra sig besväret att investera sitt allra bästa i livet och i växandets process – i den felaktigt tillämpade vetskapen om att växandet manifesterar sig utan ansträngning som av sig självt – blir även de besvikna och den inre kampen mot både sig själv och livet blir mer mödosam.

Ju mer omedvetna dina smärtor och frustrationer är, desto mer kommer du att spänna dig och greppa efter en lösning. Eftersom du inte är medveten om detta heller, kanske den obekväma känslan bortförklaras med alla möjliga skäl. Du kanske till och med drivs till destruktiva handlingar, till att söka efter besvärliga livssituationer som tycks förklara ditt obehag, eftersom detta att inte känna till orsaken till en smärta är värre än någon medveten smärta. Hos vissa personlighetstyper leder detta till tröghet.

Felaktigt tillämpad vilja och handling framkallar överdriven spänning. Där sinnet borde vara mottagligt, inte bara för det som kommer in utifrån, utan ännu mer för det som kommer ut inifrån, drar det ofta ihop sig till en hård knut som bildas av trycket mot jaget. En övervägd mottaglighet gentemot de inre processerna, där man i medvetandet tar emot det som vill arbeta sig ut, utgör en väsentlig del av denna väg. Om den inställningen inte odlas kan du aldrig få veta vad som finns inom dig. När människor är alltför otåliga, hejdas deras arbete på denna väg. En överdriven spänning är alltid ett uttryck för att processerna missförstås genom den felaktiga idén om att inre blockeringar kan avlägsnas genom att använda egots vilja på ett direkt sätt. Egots vilja har sin nödvändiga funktion, men den är endast indirekt ansvarig för det omedvetnas underströmmar och vilja. Det yttre eller egots medvetande måste därför behandla det omedvetna – även den destruktiva, barnsliga, förvrängda delen av det – med respekt. Det är den respekt du beviljar en individ som inte får tvingas, utan som behöver finna sin egen väg. Även ditt eget omedvetna behöver finna sin egen väg. Om det tvingas, kan det inte veckla ut sig. Det kan inte svara, det kan inte uppenbara sig. Om det yttre sinnet är spänt och oroligt och forcerar det omedvetna, är det

omöjligt att upprätta den slags relation mellan det medvetna och det omedvetna som är nödvändig för att först uppenbara det sistnämnda och sedan förena dem.

Relationen mellan det medvetna sinnet och den destruktiva delen av omedvetna, kan upprättas genom att för närvarande acceptera att det finns förnimmelser, inställningar och känslor som ofta är diametralt motsatta varandra. När de destruktiva och blockerande omedvetna aspekterna väl tillåts att uppenbara sig, kan det medvetna sinnets mer sanningsenliga och konstruktiva övertygelser påverka och gradvis avlägsna de omedvetna hindren. På samma sätt kan en relation mellan egots förmågor och det gudomliga jagets visdom, sanning och kärlek upprättas när egot är förberett att ta emot de senare. Detta innebär att vänta i en mottaglig, tyst inställning och när det gudomliga jaget väl uppenbarar sig genom nya idéer, känslor och djup i upplevelse, kommer egot att instrueras och fyllas av det gudomligas manifestation. De två aspekterna av att växa och integrera – att transformera destruktiva element och manifesteras det gudomliga jaget – förutsätter alltså samma dynamik som består av att göra och vänta, initiera och ta emot. I det ena fallet är det medvetna egot klokare och mer konstruktivt än det begravda omedvetna. I det andra fallet är det begravda omedvetna långt mycket klokare och mer konstruktivt än det medvetna sinnet.

Att behandla båda aspekterna av det omedvetna med respekt är avgörande. Respekt ges inte till destruktiviteten i sig, utan snarare till växandets och utvecklingens processer, till den inre verklighetens förunderliga lagar. Lagarna för den inre verkligheten kommer så småningom att bli tillgängliga för det respektfulla sinnet och samma universella skapelselagar kommer också att bli förstådda. Detta är vad jag menar när jag säger att ni kan förstå livet, skapelsen och universum endast i den utsträckning som ni förstår lagbundenheten och dynamiken i era omedvetna processer.

Inse ens de mest destruktiva inställningarna är ett resultat av ondska utan av rena missförstånd. När man helt förstår detta faktum är även de mest destruktiva processerna oerhört imponerande, för deras princip och mekanik vilar i en lagbundenhet som är identisk med hur skapelsen fungerar i sitt bästa. Eftersom det onda är ett resultat av missförstånd och eftersom processerna är lika underbara i och av sig själva, kan det onda verkligen avlägsnas först när du lär dig att vara respektfull gentemot ditt eget omedvetna. Låt det vecklas ut på sitt eget sätt och i sin egen rytm. Var mottaglig och öppen för vad det avslöjar för dig. Den mottagliga inställningen kränks av en straffande, orolig och pressande sinneskraft – en tvingande ström som riktas mot ditt eget omedvetna. Tvingandet resulterar i – ibland växelvis men ofta samtidigt – en överdriven spänning och oro å ena sidan och slöhet, lathet och underlåtenhet att växa aktivt å den andra.

Eftersom du behandlar den yttre världen på precis samma sätt som du behandlar ditt eget omedvetna, utstrålar du samma klimat gentemot dem som du är involverad med. Andra människor

drar sig tillbaka från detta tvingande anfall som säger ”du måste”, så att säga, precis som ditt eget omedvetna gör. När du inte vill fästa särskild uppmärksamhet vid ditt eget omedvetna och därmed drar dig tillbaka från det eller bara ger det en ytlig uppmärksamhet, kan du inte undgå att bemöta deras omedvetna på ett liknande sätt. De harmas givetvis över denna bristande uppmärksamhet – ofta omedvetet.

Varje god, vacker och kreativ upplevelse där du känner dig ett med livet och med dig själv, uppstår ur den lämpliga relationen mellan den aktiva och passiva principen. När du tänker tillbaka på dessa upplevelser, kommer du att se att det fanns en kombination av en beredvillig vakenhet – av ett aktivt engagemang och deltagande – och samtidigt en mottaglig väntan och en avslappnad och ändå pulserande passivitet. När du låter dessa krafter strömma ut ur dig, kan livet strömma in i dig. Kom ihåg att ingenting kan komma till dig från livet som du inte har möjliggjort, även när det tycks komma utifrån.

Låt mig kort sammanfatta den förvrängning som uppkommer ur den tvåfaldiga principen: det aktiva och det passiva. Den initierande, aktiva, maskulina principen förvrängs till den strama spänning som består av otålighet och spänning samt egots högmod som tror att det kan göra det helt ensamt, genom ren yttre vilja. Den här inställningen förnekar inte bara de universella krafterna, utan också personens egna omedvetna förmågor att växa och fungera i enlighet med högre lagar. Den innebär en misstro mot alla universella och inre personliga rörelser – som om de inte hade någon existens, lagbundenhet eller egen rytm. Den misstror följaktligen också dessa inre krafterns resonemang, vilket ytterligare förstärker övertygelsen om att det inte finns något annat än det isolerade egot utan djupare förbindelser. I denna ytterst smärtsamma illusion, förblir de verkliga förbindelserna oanvända och egot blir således verkligen oförmöget att fungera enligt sin bästa potential. Ju mindre dessa inre krafter och rörelser görs tillgängliga för att delta i livets förhållanden, desto mindre kan egot sörja för sig självt på ett adekvat sätt och desto mer plågat blir det därför. Egots isolerade tillvaro uppstår ur okunnighet och högmod i egot, som den högsta, bästa och enda verklighet som kan påverka livet, och den leder till mer separation, frustration och olycka – till den smärtsamma spänning som uppstår genom att försöka för mycket på ett ineffektivt sätt. Det är en ensam tillvaro anfäktad av rädslor.

De som i den passiva, feminina principens förvrängning i stället har en tillit till Gud på ett sätt som praktiskt taget överger eget ansvar, som lämnar allting till Gud för att rättfärdiga ens egen inaktivitet, misslyckas också med att förverkliga sig själva. De tycks ödmjukt och tillitsfullt låta Gud ”göra det” och väntar ständigt, men deras aktiva, initierande krafter och växandets spontana, indirekta manifestationer är precis lika fränkopplade. Om och när de senare uppträder, kanske som ett resultat av ett tidigare initiativ, tillskriver sådana personer manifestationerna en makt

utanför sig själva – eller åtminstone förbiser de sambandet mellan manifestationerna och sina egna handlingar och inställningar.

Ni kan se hur ytterligheterna och förvrängningarna liknar varandra och i slutänden leder till samma återvändsgränd. När du är passiv och låter saker passera, i stället för att acceptera eget ansvar för att finna vägen och kanske göra det som i stunden är mest smärtsamt, litar du på en falsk Gud – en Gud utanför dig själv. För du, hela ditt väsen, är Gud, och endast genom att använda dina förmågor kan du inse detta transcendentala faktum. När du är aktiv med det separerade egot ensamt, i stället för att leva det rytmiska samspelet mellan att göra och att vänta, mellan att agera och att lyssna, tror du att det separerade lilla jaget är allt som finns av dig – och du måste återigen bli besviken. Åta dig helhjärtat att finna nyckeln till ditt liv – till sanningen om dig själv, oavsett hur smärtsam eller mindre smickrande den kan vara. Respektera och hedra samtidigt dina inre processer och tillåt dem att ha sin gång.

Finn balansen. Det finns en ständigt föränderlig rytm eller cykel på varje individs väg. Varje steg involverar både rörelser och inställningar. Deras lämpliga samspel *är* skaparkraften som frambringar något nytt i livet. Både den initierande och den mottagliga principen kräver jagförnimmelsens¹ integritet å ena sidan och vetskapen om att man är en del av en helhet å andra sidan. Den senare innebär respekt för rörelserna som inte alltid omedelbart kan rätta sig efter sinnets befallningar. Det är nödvändigt att ständigt initiera dina egna skaparkrafter och upptäcka när och hur de är redo att ge sig till känna.

Även den enkla handlingen av att meditera behöver kombinera dessa två tillvägagångssätt. Du formulerar å ena sidan aktivt din inställning, ditt mål och dina intentioner – där din inställning är att du vill investera det bästa av dig själv, ditt mål är att avlägsna hinder och att växa och utveckla det bästa som finns i dig, din intention är att se och möta vad sanningen än kan vara. Du blir å andra sidan stilla och väntar, lugnt och mottagligt. Om svaren inte visar sig på en gång, släpper du det och väntar tills de kommer, kanske när du minst förväntar dig dem. För det är då som ditt sinne är avslappnat och därmed kan ta emot. När du är redo att ta emot både det bästa och det värsta i dig och är avslappnad kring båda – inte överdrivet ivrig och inte rädd – då kan manifestationer uppenbara sig. Om du är lika mottaglig för både det bästa och det värsta i dig och är villig att förstå båda, då kommer växandets harmoniska, rytmiska, organiska processer att etablera sig mer och mer.

Den omväxlande rytmen att initiera och ta emot – att bli och att vara – utgör pulsslagen på er väg, mina vänner. Den balanserade pulsen i era själskrafter kan infinna sig först efter att ni har observerat och tillfälligt accepterat deras obalans, för att förstå den. En sådan förståelse leder er

¹ Eng. "selfhood", som också kan tolkas som självständighet. Övers. anm.

till, som jag tidigare nämnde, tillståndet där spänningen inte längre är någon smärta och man pendlar på så sätt inte längre mellan smärta och behag. Dessa motsättningar kommer då att försonas och de pulserande rörelserna av spänning och avslappning att bli ingenting annat än två olika aspekter av lycksalighet.

Du kanske bäst kan finna din egen rytm när du tänker på det aktiva pulsslaget som att göra ditt bästa för att övervinna rädslan för att möta något obehagligt, ge det bästa inom dig att för upptäcka din sanna identitet, bidra till utvecklingens processer genom ditt seriösa och fulla engagemang i ditt växande. Pulsslagets passiva fas följer alla sådana inre handlingar med perioder av att vänta – att vänta på den stund då resultaten är redo att komma.

Ju mer du finner din egen balanserade rytm, desto mer kommer en ny syn att växa. Denna syn eller insikt kommer att vara att du i nittiofem procent av ditt medvetna liv inte svarar spontant och direkt och oberoende på det som är, utan i enlighet med betingade reflexer. Detta kommer först att vara rätt chockerande och kommer samtidigt att vara befriande. I insiktens stund börjar livet och världen att öppna sig. Jag avser här inte bara åsikter och synsätt som du omedvetet upprepar för att du är rädd för ansvaret i att vara trogen dina egna åsikter och synsätt – för att du tror att du behöver andras godkännande mer än du tror att du behöver ditt eget godkännande.

Jag går nu bortom denna rätt så ytliga nivå, som vi har diskuterat tillräckligt tidigare, till något som är djupare och mer subtilt. Vad jag menar är att ni inte närmar er varje livsupplevelse som om den vore ny. Ni är betingade att svara på den på ett visst sätt. När du exempelvis ser färgen röd, ser du den i allmänhet inte enligt din egen varseblivning och upplevelse. Du ser den enligt din indoktrinering om hur du borde se rött – du har en förutbestämd idé om ”röd”. Eller när du ser en tulpan, är ordet, begreppet tulpan, redan en reflex, så att du inte upplever tulpanen som om du ställdes inför den för första gången. Betingelsens verkningar kan mångfaldigas och mångfaldigandet kan växa i det oändliga. Nittiofem procent av era upplevelser – sinnliga liksom begreppsmässiga upplevelser – är utan överdrift inte era egna sanna, fria och spontana reaktioner, utan förutbestämda reflexer. De är inte bara ett resultat av vad ni plockade upp i det här livet, utan också av många, många tidigare existenser. Ert psyke är fyllt med en samling försmälta upplevelser.

Viktigast av allt och relevant för vårt ämne här, är upplevelsen av smärta och frustration. Ni har under årtusenden indoktrinerats med övertygelsen om att varje slags frustration är en smärta. Detta är anledningen till att det är så svårt att genomföra övergången från behag/smärta-pulsslaget av spänning och avslappning, till det befriade tillstånd där spänning och avslappning är olika aspekter av behag. Såvida inte frustration upphör att utgöra ett hot så att personligheten inte drar

sig samman och krymper in i sig själv, kan ni inte upptäcka universums fria flöde bakom ridån av rädsla.

Övertygelsen om att frustration är smärta och kanske till och med fara, får er att reagera på ett sätt som i själva verket framkallar ett smärtsamt och farligt tillstånd. Jag föreslår att ni, allteftersom ni börjar observera er själva och blir mottagliga för vad som kommer fram inom er, nästa gång bör experimentera med en eventuell frustration som uppkommer. Fråga dig själv: "Här är smärta. Jag låter mig känna denna smärta. Är den verkligen så smärtsam som jag låtsas?" Jag menar här "låtsas" i en djupare bemärkelse. När du övertygar dig själv om smärtan, skapar du vågor av smärta genom själva din reaktion, som om situationen verkligen vore så smärtsam. Spänningen blir mer smärtsam än smärtan i sig. När du väl tittar på dina reaktioner ur denna synvinkel, kommer märkliga upplevelser att komma till dig. Du kommer att lära dig att låta smärtan, frustrationen, vara. Du kommer att låta dess rörelse vara för sig själv. Du kommer lite i taget att uppleva hur smärtan omvandlas till en behaglig puls rörelse. Först när du låter dig vara lugn och observant och mottaglig för det som finns inom dig och accepterar det, kommer du att vara i stånd att uppleva detta skifte i medvetandet. Sinnet gör vanligtvis så febrila, kämpande rörelser mot smärtan och frustrationen att det är omöjligt att komma till pulsens behagliga upplevelse. Oftast är du alltför upptagen med att följa dina vanemässiga, betingade reflexer, där du svarar på det du tror är bra på ett sätt och på det du tror är dåligt på ett annat sätt. Du fortsätter därmed att aldrig riktigt uppleva livet på ett oberoende sätt, aldrig uppleva det verkliga du, denna särskilda individualisering av det gudomliga. Du upplever aldrig saker som de verkligen är, utan upplever förbestämda eller förbetingade sensoriska reflexer. Dina förutfattade meningar är illusioner och de kan endast trängas igenom när du blir både initierande och mottaglig för ditt eget innersta väsen. Du kommer då att växla mellan att bli medveten om nytt material om dig själv och världen, och att förnimma hur du själv och världen känns på nya sätt. Du kommer mer och mer att börja känna din sanna gudomliga identitet. Den kommer först att uppenbara sig som ett skenbart annat jag, som manifesterar sig någonstans inifrån dig; sedan, allteftersom den ger mer och mer liv åt dig, kommer du att veta att den är du och du är den.

Må detta föredrag utgöra nästa vägstolpe på er väg in i ert eget omedvetna och lär er att acceptera det allteftersom det uppenbarar sig, så att ni upprättar den lämpliga relationen mellan spänning och avslappning i ert närmade av er själva. En sådan balans kan förändra din inställning till dig själv och lära dig att acceptera dig själv som du är, och på grund av denna grundläggande acceptans kommer du att samla kraft och styrka för att fortsätta växa framåt. De inre själsvärelserna måste leva dessa principer; det är aldrig tillräckligt att känna till dem, även om en kännedom om dem ofta är nödvändig och en hjälp för att leda dig in i klimatet där det blir möjligt att leva dem. Låt dig själv lugnt vara och låt dig själv vecklas ut.

Var välsignade, mina kära vänner, i alla era fortsatta åtaganden för andligt växande. Varje steg framåt för er närmare insikten om vem du verkligen är och vad livet verkligen är – ett kontinuum som aldrig ens behöver känna till rädslan för döden, ett kontinuum av att leva och glädjas. Var i frid, var 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