

Ömsesidighet: en kosmisk princip och lag

Välkomna, mina vänner. Välsignelser och kärlek till var och en av er. Ämnet för kvällens föredrag är ömsesidighet. Ömsesidighet är en kosmisk princip och lag. Jag kommer att dela upp ämnet i tre delar: den första handlar om ömsesidighet som en kosmisk princip och lag, den andra handlar om hur denna lag manifesteras i det mänskliga livet och den tredje handlar om naturen hos och ursprunget till de hinder som stör lagen om ömsesidighet.

Ömsesidighet är en kosmisk eller andlig lag. Ingen skapelse kan äga rum om det inte finns ömsesidighet. Ömsesidighet innebär att två synbarligen eller ytligt olika väsen eller aspekter rör sig mot varandra i syfte att förenas och skapa en omfattande helhet. De öppnar sig mot varandra och samarbetar med och påverkar varandra för att skapa en ny gudomlig manifestation. Nya former av självuttryck kan endast uppkomma när jaget smälter samman med något bortom sig självt. Ömsesidighet är den rörelse som överbryggat klyftan mellan dualitet och enhet. Varhelst det finns separation, måste ömsesidighet komma till stånd för att avlägsna denna separation.

Ingenting kan skapas om det inte finns ömsesidighet, vare sig det må vara en ny galax, ett konstverk eller en god relation mellan människor. Detta gäller även för skapandet av det enklaste föremål. För att illustrera den här principen, låt oss ta detta exempel. Först måste idén om föremålet formas i sinnet. Utan den kreativa inspirationen och föreställningsförmågan genom vilka sinnet sträcker sig bortom sin tidigare medvetenhet om vad som redan existerar, kan inte ens en plan formas. Denna kreativa aspekt måste sedan samarbeta med ömsesidighetens andra aspekt, nämligen utförandet, vilket innebär arbete, ansträngning, uthållighet och självdisciplin. Om inte den kreativa idén och alla de aktiviteter som är mer mekaniska och egostyrda fungerar tillsammans i harmoni, kan föremålet inte skapas. Den första aspekten, kreativt tänkande och inspiration, kan aldrig fullgöra skapelsen om inte den andra, utförande aspekten gör sig gällande i förehavandet. Det gäller utan undantag för allting. Oavsett huruvida du skapar ett föremål, komponerar en symfoni, målar en tavla, skriver en roman, tillagar en måltid, söker efter nya vetenskapliga upptäckter, läker sjukdom, skapar ömsesidig kärlek, utvecklas på självförverkligandets väg, gäller denna lag om ömsesidighet för alla strävanden, för all framgångsrik fullbordning och alla meningsfulla självuttryck.

En sådan syntes av kreativitet, föreställningsförmåga och idéer å ena sidan och utförande å den andra, måste komma till stånd, även om dessa processer och inställningar framstår som helt främmande för varandra. Den kreativa inställningen är en fritt flödande, spontan manifestation. Utförandet är en handling som sker genom egoviljans beslutsamhet. Den är mer mekanisk och mödosam och kräver uthållighet och ansträngning. Dess egenskaper skiljer sig helt från de kreativa idéernas spontana inflöde som sker utan ansträngning. Människor saknar kreativitet av två skäl: antingen är de ovilliga att anta den nödvändiga självdisciplinen för att följa upp sina kreativa idéer eller så är de emotionellt och andligt alltför sammandragna för att öppna sina egna individuella kreativa kanaler. I det första fallet vägrar de barnsligt att låta sig besvärås av svårigheterna, försöken och misstagen; i det andra fallet saknar de inspiration. Båda dessa skeva inställningar balanserar sig gradvis när individer växer längs vägen och börjar lösa sina inre konflikter. Friska, balanserade människor som har funnits sig själva hittar alltid sina personliga kreativa utlopp som ger den djupaste tillfredsställelse.

En obalans mellan dessa två aspekter av skapandet är särskilt slående inom området för mänskliga relationer. Den kreativa, spontana, ansträngningslösa upplevelsen som i början för samman två människor i attraktion och kärlek inträffar hela tiden, men denna kontakt upprätthålls sällan. Alla möjliga förklaringar ges för detta, men vad som för det mesta sker är att mödan att arbeta sig ut ur de inre oenigheterna negligeras. Det finns en barnslig idé om att när den första akten har ägt rum, är jaget maktlost i att bestämma relationens riktning. Relationen behandlas vanligtvis som om den vore en separat sak som antingen gynnsamt eller ogynnsamt går sin egen riktning. Vi ska fortsätta diskutera den här missuppfattningen i nästa del av vårt samtal.

Hela universum består av det harmoniska ömsesidiga samspelet mellan kreativ fantasi fri från ansträngning samt utförande, som alltid kräver arbete, investering, åtagande och självdisciplin. Denna bro av ömsesidighet är en mycket viktig aspekt av enhet och skapande. Ömsesidighet är inte samma sak som den förenande principen i sig, som står i motsats till den dualistiska principen. Skillnaden mellan den förenande principen och principen om ömsesidighet är att den senare leder till förenande och utgör i själva verket rörelsen mot det. Den utgör ännu inte förenandet i sig.

För att en ömsesidighet ska vara verksam, måste det finnas en expansiv ömsesidig rörelse i riktning mot en annan inställning, aspekt eller person. Två expansiva rörelser måste strömma ut mot varandra i ett harmoniskt samspel av givande och mottagande, av ömsesidigt samarbete, av positivt öppnande. Detta innebär i själva verket att två ja-strömmar måste röra sig i riktning mot varandra. Förmågan att acceptera, bära och upprätthålla välbehag kan öka endast gradvis hos människan och är ett av de svåraste målen att uppnå. Denna förmåga beror direkt på en persons

integration och helhet. Ömsesidigheten beror därför på individens förmåga att säga ”ja” när ett ”ja” erbjuds.

Detta leder oss till den andra delen av det här föredraget. Hur gör sig principen om ömsesidighet gällande på mänsklighetens nuvarande utvecklingsstadium? När det kommer till ömsesidighet kan mänsklighetens utveckling bestämmas genom tre graderingar. Den människa som är minst utvecklad och fortfarande full av rädsla och missuppfattningar kan endast expandera mycket lite. Eftersom expansion och ömsesidighet är ömsesidigt beroende av varandra, är ömsesidighet omöjlig på denna nivå i samma grad som expansionen tillbakavisas.

Alla människor är i viss grad rädda för att öppna sig, som ni väl känner till. I början av att göra detta inre arbete kanske ni inte hade misstänkt att en sådan rädsla fanns hos er. Eller om du faktiskt misstänkte det, kan du ha bortförklarat den för att du skulle skämmas för mycket för att erkänna den. Du trodde felaktigt att det var något särskilt fel med dig, något som ingen annan värdefull människa delade. Ingen får därför tillåtas att misstänka den här svagheten hos dig. Men allteftersom ni gick vidare, lärde ni er att fullt ut erkänna, acceptera och på ett riktigt sätt förstå detta allmängiltiga problem som ni har. Efter idogt arbete är många av er nu således förmögna att erkänna er rädsla för att öppna er och expandera. Du kan ibland vara helt medveten om denna rädsla och se hur du håller tillbaka din energi, dina känslor och dina vitala krafter, på grund av att du tror att du är tryggare genom kontrollen som du utövar när du är sammandragen. I den utsträckning som detta är sant, måste du ha problem med ömsesidighet. Människor som är minst utvecklade och som mest fjärmade från sin inre sanning, kommer att tillbakavisa varje form av expansion och därmed varje form av ömsesidighet. Detta innebär dock inte att deras längtan efter den är avlägsnad; längtan finns alltid där. Samtidigt är det också sant att individer lyckas tillintetgöra längtan efter expansion och ömsesidighet, kanske genom hela inkarnationer, utan att bli medvetna om känslan av att det saknas så mycket i deras liv. De nöjer sig med separationens och ensamhetens falska trygghet, för detta erbjuder ett mindre hot, eller det tycks så.

När utvecklingen fortskrider lite mer, blir dock längtan starkare och mer medveten. Det finns många grader och många alternativ, men de människor som – för att tala på ett överförenklat sätt för tydlighetens skull – befinner sig på andra stadiet, är de som är villiga att öppna sig men som fortfarande är rädda för att göra det när möjligheten till en faktisk ömsesidighet visar sig. Det enda sättet som expansionens och föreningens lycksalighet och njutning kan upplevas för människor i detta stadium är i fantasin. Detta leder till en mycket vanlig och ofta förekommande växling: Sådana människor är övertygade om att deras starka längtan är ett tecken på deras faktiska villighet till en verklig ömsesidighet. De upplever den trots allt så vackert i sina fantasier. Att de fortfarande inte upplever den i verkligheten tillskrivs deras brist på tur att möta den rätta partnern som de skulle kunna förverkliga dessa fantasier med. När en partner till slut dyker upp, florerar

fortfarande den gamla rädslan. Själsrörelserna drar sig samman och fantasin kan inte förverkligas. Detta bortförklaras vanligtvis med alla möjliga yttre omständigheter, som även kan vara sanna. Partnern kanske faktiskt har för många hinder för att hjälpa personen att förverkliga drömmen. Är inte just detta faktum samtidigt ett tecken på att en djupare kraft måste vara verksam i personens psyke, som ser till att attrahera den partner med vilken det tycks vara berättigat att dra sig samman? Det djupare jaget vet i själva verket alltid var en person står. Om villigheten fortfarande saknas för att se och möta de djupare frågorna i sanning, är undanflykter och ursäkter mycket nödvändiga för att bevara egot. Men misslyckanden i relationen är alltid ett tecken på att jaget ännu inte är redo att omsätta sann ömsesidighet i praktiken.

Många människor fortsätter att pendla mellan perioder av ensamhet och stark längtan, sedan tillfällig uppfyllelse av ett slag där antingen yttre eller inre hinder förhindrar en fullständig ömsesidighet. De åtföljande besvikelserna kan ge ett ännu större rättfärdigande till omedvetna rädslor som föder beslutsamheten att inte öppna sig och låta sig bäras av livets ström. Smärtan och förvirringen är ofta mycket djupgående hos människor som är fångade i detta stadium. Men denna smärta och förvirring kommer till slut att leda till att man förbinder sig fullt ut till att få insikt om den verkliga inre källan till denna pendling.

Innebörden av detta stadium förstås sällan. Smärtan och förvirringen finns där på grund av att pendlingens sanna innebörd inte känns igen. När en växande person börjar se att perioderna av ensamhet ger honom eller henne en viss möjlighet att öppna sig på ett förhållandevis tryggt sätt och att uppleva, om än sekundärt, en slags uppfyllelse utan att ta de nödvändiga riskerna, har han eller hon verkligen tagit ett väsentligt steg mot att förverkliga sig själv. När han eller hon inser den sanna underliggande innebörden av svårigheterna som påträffades under perioderna av trevande relationer, gäller samtidigt samma sak. Växlande perioder av ensamhet och relaterande har sina egna inbyggda säkerhetsventiler: var och en bevarar jaget i sitt separerade tillstånd och hjälper det samtidigt att drista sig ut i den utsträckning som individen har blivit redo att komma ut ur separationen.

Men vid en punkt på den individuella utvecklingsvägen, börjar alla inse fullt ut hur smärtsam den här pendlingen är, vilket följaktligen leder till ett engagemang i att vara öppen för ömsesidighet och uppfyllelse, för samspel och expansion, för samarbete och positiv njutning. Detta kräver alltid att man avstår från den negativa njutningen och den falska tryggheten. Själen blir då redo att lära sig, att experimentera, att ta en risk i ömsesidighet, kärlek, välbehag och att fungera tryggt i ett öppet tillstånd.

I det tredje stadiet finns de människor som är relativt kapabla att upprätthålla en faktisk ömsesidighet – inte i fantasin, inte bara i längtan, inte i en ”som om”-situation. Det behöver

knappast sägas att alla stadiga relationer på denna jord inte indikerar en verklig ömsesidighet. Mycket, mycket få gör i själva verket det. De flesta relationer formas utifrån andra motiv, eller så gavs den ursprungliga motivationen till ömsesidighet upp när den inte kunde bibehållas och andra motiv ersatte den.

Dessa är i grunden de tre stadier som mänskligheten går igenom vad gäller ömsesidighet. Dessa steg kan naturligtvis inte differentieras i så exakta termer. De överlappar ofta varandra, växlar och byts ut; det finns många, många grader som gör sig gällande för var och en av personlighetens olika nivåer. Vad som kan vara sant på en viss nivå för en specifik person behöver inte vara sant på en annan nivå.

Låt oss nu komma till den tredje och kanske viktigaste delen av det här föredraget. Vilka är hindren som förhindrar ömsesidighet mellan två människor? Detta förklaras oftast, och delvis helt riktigt, av de problem som människor har. Detta säger dock inte riktigt tillräckligt.

Ömsesidighet kan endast finnas i den grad som de berörda personerna vet om och är i kontakt med det onda i deras tidigare dolda destruktiva sida. Omvänt, om det finns en klyfta mellan den medvetna strävan efter godhet, kärlek och anständighet, och det omedvetna, som insisterar på destruktivitet, hat och negation, kan en ömsesidighet inte äga rum. Jag understryker här att ömsesidigheten inte är frånvarande på grund av att de onda aspekterna fortfarande finns där, utan på grund av att medvetenheten om dem saknas. Detta är en helt avgörande distinktion. Människor närmar sig oftast det här problemet på precis motsatt sätt. De tror att de först måste utrota det ännu befintliga onda, för annars förtjänar de inte den lycksalighet som kommer från ömsesidigheten. Det onda är för skrämmande för att erkännas och klyftan mellan den medvetna kännedomen om jaget och det omedvetna förnekandet av jaget vidgas på så sätt allteftersom livet fortsätter.

Om du är fjärrad från ditt eget omedvetna, måste du utagera vad du djupt inom dig vet finns inombords. Du utagerar det med en annan person och påverkar den andra personens liknande omedvetna och dolda nivå. Om denna nyckel inte tillämpas, måste relationer vackla eller bli avslagna och någon ömsesidighet i dess sanna bemärkelse kan inte utvecklas. Det är därför avgörande för er att få ökad kontakt med de omedvetna destruktiva aspekterna av ert väsen. Vi har haft just detta mål ända sedan vi började arbeta på denna väg, och hur väldigt svårt tycks det ändå inte vara för individen att överbrygga gapet mellan det medvetna goda och det omedvetna onda! Hur mycket kämpar alla inte och hur många människor frestas inte att lämna den här strävan helt och hållet på grund av att det tycks vara alltför smärtsamt och svårt att acceptera tidigare oacceptabla aspekter av sig själv! Men livet kan inte levas till fullo såvida inte detta sker.

Din inre splittring¹ måste återuppstå som en splittring mellan dig och andra, såvida du inte är fullt medveten om ditt eget jag. Att bli medveten är att börja reparera klyftan; medvetenheten minskar klyftan. Medvetenheten måste så småningom leda till en acceptans av det som tidigare har varit förnekat. Om det inte finns någon ömsesidighet mellan dig och alla aspekter av dig själv på grund av att dina normer, dina krav och dina förväntningar på dig själv är orealistiska, är det absolut otänkbart att det någonsin kan finnas en ömsesidighet mellan dig och andra.

Ömsesidighet mellan dig och dig själv är frånvarande när du avvisar det onda inom dig. När du avvisar det onda, ignorerar och förnekar du den vitala, ursprungliga skaparenergien som inryms i all ondska. Denna energi behöver göras tillgänglig för dig för att du ska kunna bli hel. Energin kan endast transformeras när du är medveten om dess förvängda form; men när du avvisar dess nuvarande manifestation, hur kan du då omvandla den? Du förblir därmed splittrad inom dig. Och när den här splittring inte är medveten, speglar sig splittringen i dina relationer eller i avsaknaden av dem. Oavsett hur onda och oacceptabla vissa specifika karaktärsdrag kan vara hos dig, oavsett hur icke önskvärda och destruktiva, är energin och substansen som de består av en vital kraft som du inte kan vara utan om du ska fungera fullt ut. Endast som en hel person kan du upprätthålla välbehag, endast som en fullt medveten person kan du vara hel. Endast då kan du inte blockera den expansiva rörelsen och låta dig flöda ut in ett annat väsens universum, samtidigt som du förblir öppen för att ta emot den andras utflödande energiströmmar och själsrörelser.

Din oenighet med dig själv kan inte bringa enhet med andra. Det är fullständig dårskap att förvänta sig det. Man behöver emellertid inte vänta på att först bli helt förenad. Om du tar dina pågående relationer och använder dem som en måttstock med vilken du mäter var din egen inre splittring finns och var du står i din villighet att acceptera det negativa i dig, kommer du att växa in i en större självacceptans. Samtidigt kommer din förmåga till ömsesidighet att växa i proportion till din självacceptans. Dina relationer kommer således att förbättras och bli mycket mer djupt meningsfulla. Acceptansen av vadhelst inom dig som har blivit avvisat på grund av att du vägrade att bli medveten om det, kommer omedelbart att frambringa en större acceptans och förståelse för andra människor som du behöver ha att göra med. Ömsesidigheten blir då möjlig.

Om du inte kan acceptera det onda inom dig och i själva verket tänker: ”Jag måste först bli fullkomlig innan jag kan acceptera, älska, lita på, uppskatta mig själv”, måste du på samma sätt uttrycka en identisk inställning gentemot den andra personen. När verkligheten går upp för dig att han eller hon är långt ifrån fullkomlig, avvisar du den andra personen precis som du fortsätter att avvisa ditt eget jag. Skillnaden är att du för det mesta lyckas med att inte veta vad du gör mot dig själv. Detta är mycket olyckligt. Du lyckas med att inte se detta avvisande av det ofullkomliga jaget och av den andra för vad det är. Det finns alltid förklaringar till hands som är avsedda att

¹ Eng. "split", som också ibland även har översatts till tudelning. Övers. anm.

leda bort dig från att se hur du avvisar den motbjudande verkligheten av dig själv och andra, och hur detta skapar en klyfta inom dig som omöjliggör ömsesidighet och lycksalighet.

Ni kan alla använda det jag säger här som en mycket praktisk och omedelbar nyckel i ert inre arbete. Ni kan titta på alla era relationer till er familj, era partners, era kollegor, era vänner, era affärsbekanta. Titta på en livssituation där du skulle kunna vara involverad med andra. Undersök noggrant om det finns något i dessa relationer som bekymrar dig. I vilken grad är du verkligen öppen för den andra personens verklighet? Om du ärligt svarar på den frågan och du kan se att du inte är öppen, då kan du använda den här nyckeln för dig. Du kan förstås lätt dra dig undan från att se den genom att sysselsätta dig med dina förklaringar, rättfärdiganden, rationaliseringar – och även med ditt starka skuldbeläggande av dig själv, vilket lätt kan förväxlas med att acceptera dig själv, men är lika avlägset från det som att öppet förneka dig själv.

Ni vet mycket väl i ert sinne att ni själva och andra är långt ifrån fullkomliga och ni ger läpparnas bekännelse till den här sanningen. Men accepterar du den verkligen djupt i ditt hjärta? När du försöker besvara den här frågan på de djupare känslomässiga nivåerna, kommer du att se att villigheten i många fall är mycket liten. Dina reaktioner visar sig stå i motsats till vad du vet i ditt sinne. Allteftersom du långsamt upptäcker din intolerans, din kritiklust, din vägran att acceptera andra för vad de är, kan du automatiskt veta att du gör precis samma sak mot dig själv.

Det är verkligen svårt att acceptera andras projicerade utagerade negativitet, som alltid innebär användandet av ett försvar som är mer destruktivt än vadhelst de försvarar sig mot hos sig själva. Din oförmåga att hantera andras utagerade, destruktiva beteendet mot dig, återspeglar återigen din brist på medvetenhet om när och hur du gör samma sak, även om det kan ske på ett annat sätt.

Det är lättare att först se dina reaktioner gentemot andra. Om du kan använda dessa reaktioner som indikatorer, kommer det att bli mycket lättare för dig att upptäcka vad du gör gentemot dig själv. Skadan du påför dig själv genom att negera den oacceptabla delen, får dig att göra precis det som jag tidigare nämnde: Det får dig att använda undanflykter avsedda att täcka över det oacceptabla. Dessa undanflykter är dock mer oacceptabla än vad du än ursprungligen negerade. Du förvärrar därmed ditt självhat och vidgar klyftan.

Om du befinner dig i ytliga, otillfredsställande relationer som saknar djup, tillfredsställelse och intimitet, där du bara uppenbarar dig själv ytligt – du kanske bara uppenbarar din idealiserade självbild som du tror är den enda acceptabla delen av dig – kommer du återigen att ha en bra mätare på var du befinner dig i dig själv. Du tar inte ens chansen på grund av att du är oförmögen att acceptera dig själv. Du kan därför inte tro att ditt sanna, genuina jag någonsin kan accepteras,

inte heller kan du acceptera andra för var de befinner sig i sitt nuvarande utvecklingsstadium. Allt detta utesluter ömsesidighet.

Rörelsen att öppna sig och ta in, den avslappnade lycksaligheten i att strömma in i ett annat energifält och acceptera det andra energifältets utströmning – denna lycksalighet är outhärdlig och framstår som farlig för dem som hatar sig själva. När du drar dig samman efter varje tillfälligt öppnande, kan du inse att detta inte sker för att du är ond och inte förtjänar lycksaligheten, utan för att du inte kan acceptera krafterna och energierna i sin fullständighet såsom de existerar inom dig nu. Du förblir därför låst i sammandragningarna och kan inte omvandla dem till expansioner.

Principen om ömsesidighet måste alltså först tillämpas på relationen mellan dig och ditt inre jag. Först då kan den utvidgas till din relation med andra. Men låt mig här säga, mina vänner, ur ett högre medvetandets perspektiv, att all separation som tycks vara så verklig i er värld, är lika mycket en illusion som separationen mellan era två jag. Den är en artefakt som uppkommer uteslutande på grund av det som förnekas. Genom att sluta dina ögon och ditt medvetande för den person i sin fullständighet som du i detta stadium råkar vara, skapar du dessa synbarliga två jag: det acceptabla och det oacceptabla. Men i verkligheten finns det inte två väsen: de är båda du, oavsett huruvida du väljer att veta om det nu. Men är du verkligen två personer? Givetvis inte. Samma illusion råder kring alla synbarligen separata väsen. Även här består separationen av sinnets godtyckliga, konstgjorda konstruktion, så att säga. I verkligheten finns det inte en sådan uppdelning. Detta är kanske inte lätt för er att känna i det här stadiet, men faktum kvarstår att människor lever i den här övergripande illusionen av separation, som är orsaken till smärta och kamp. I verkligheten är allting ett och varje väsen är förbundet till allting annat i universum – och detta är inte bara ett talesätt. Ett enda medvetande tränger igenom universum och allting däri. Men du kan endast börja uppleva denna enhet när det inte längre finns någon del av dig själv som utesluts, förnekas eller skärs av.

Finns det några frågor i samband med detta ämne?

FRÅGA: Kan du diskutera ömsesidighetens aspekter på den fysiska, mentala och andliga nivån ur ett energimässigt perspektiv?

SVAR: Ja. Ur ett energimässigt perspektiv är den expanderande rörelsen en utåtgående och utflödande rörelse. När två separata människor öppnar sig i riktning mot varandra i ömsesidighet och är förmögna att acceptera ett öppet flöde utan att dra sig samman, tränger energin från den ena igenom den andras energifält och omvänt. Det är ett oavbrutet växlande flöde och utbyte. Det är annorlunda hos dem som förblir separerade, som drar sig samman och inte kan öppna sig för en

ömsesidighet; två sådana människor förblir slutna, var och en som en ö, med liten eller ingen energi som utbyts. Och när utbytet av energi blockeras, försenas den stora utvecklingsplanen.

I det fall som en person endast kan öppna sig när det inte finns någon möjlighet till ömsesidighet eller när en ja-ström måste bemötas med en nej-ström på grund av att ömsesidighet fortfarande tycks vara för skrämmande, strömmar det ena energiflödet ut men reflekteras och studsar tillbaka, det kastas tillbaka av den andras slutna energifält. Det senare är som en mur som stöter bort allt inkommande flöde. De två flödena kan därmed aldrig bli ett flöde. Det här fenomenet kan lätt observeras i människors vardagliga liv. Antingen blir de alltid förälskade när det inte är besvarat eller så upphör de, av synbarligen outgrundliga skäl, att vara förälskade när deras partner har djupa känslor. I en mer subtil grad existerar samma princip i pågående relationer: när den ena personen är öppen, är den andra slutet och omvänt. Endast genom att utvecklas och växa på ett beständigt sätt, förändras detta så att båda lär sig att förbli öppna mot varandra.

På de andliga och emotionella nivåerna indikerar det lägsta stadiet ett tillstånd där intensiv rädsla råder. Rädslan för att acceptera jaget i sitt nuvarande stadium är i grunden samma rädsla som vill fly bort från sann ömsesidighet och lyckalighet. Eftersom rädslan finns där, måste hat också uppstå med alla dess avdelningar.

De mentala nivåerna påverkas av denna undvikande process när en person söker lättillgängliga förklaringar till det som inte kan förstås såvida inte jaget accepteras för vad det är nu. Den mentala aktiviteten blir så uppskruvad att den inte kan tona in på de högre rösterna inom jaget, på universums djupare sanningar. Det uppstår därmed mer separation. Ett mentalt brus skapar ett större avstånd till känslorna och till tillståndet som skapade den här situationen i första hand. En sådan person eller individ tvingas av sitt eget val att leva i ett ständigt frustrerat och otillfredsställt tillstånd. Fysiskt skapar detta givetvis alla blockeringar i kroppen som ni redan så väl känner till.

I det andra stadiet, där man pendlar mellan att öppna sig och att dra sig samman, är personens mentala aktivitet förvirrad. Sökandet och famlandet kan inte ge sanningsenliga svar så länge jaget inte accepteras med sitt allra värsta. Den mentala förvirringen skapar mer frustration och ilska. De felaktiga tolkningarna som förmodas förklara varför personen alltid saknar ömsesidighet, ökar bara frustrationen och därmed ilskan och hatet. På den emotionella nivån alternerar längtan och besvikelsen med uppfyllelse i fantasin. Detta indikerar en viss grad av öppnande och flöde, dock utan en verklig ömsesidighet. Att dra sig tillbaka och att dra sig samman inbegriper även ilska och hat, besvikelse och skuldbeläggande.

När en självacceptans gör ömsesidighet möjlig och energi utbyts, flödar de universella rörelserna jämnt. Den friska växlingen mellan den expansiva, restriktiva och statiska principen råder där individerna befinner sig i den eviga rytmen, harmoniska med universum.

Var välsignade, mina käraste vänner. Må detta föredrag återigen vara som ett litet ljus som lyser inom dig, som ger dig hopp och styrka och visar dig vägen från ytterligare en sida och leder dig starkare i riktning mot att acceptera dig själv precis som du är nu. Må du inte ge dig hän i något, inte heller ursäkta det, utan se det för vad det är. Acceptera ofullkomligheten fullt ut, varken försköna den eller överdriv den så att du flyr undan med skam och rädsla. Alla dessa förvrängningar måste försvinna, för de är fallgropar, mycket mer förödande än vilka aspekter du än hatar dig själv för. När ni finner och använder den här inställningen, kommer ni att finna lyckan och sanningen som förenar dig med dig själv och universum.

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