

## Den kosmiska känslan

Välkomna! Välsignelser och hjälp ges till er. Kärlek och styrka strömmar fram. Den gudomliga kärnan finns i var och en av er. Syftet med att leva är att inse detta, att veta vem du verkligen är, att komma ihåg. När du väl känner ditt sanna jag, som är ett gudomligt arv, kommer du inte längre att vara rädd eller lida. Arbetet på denna väg, som jag vägleder er i, hjälper genom olika metoder till att avlägsna hindren för att få reda på vem du är.

För de flesta människor är detta bara ord; först efter att ni har övervunnit vissa hinder kan ni ibland uppleva er sanna identitet. I kvällens föredrag skulle jag vilja diskutera en av upplevelserna som ni kan få när ni börjar få en skymt av er sanna identitet. Jag vill förbereda er för att förstå vad den här upplevelsen innebär, så att ni inte avvisar dess storslagenhet genom att försöka passa den in i formen för vanliga mänskliga upplevelser – detta skulle förstöra den och göra det svårare för den att återkomma. Syftet med det här föredraget är också att hjälpa er att uppnå er sanna identitet tidigare och att avlägsna de rent mentala hindren.

Jag skulle vilja diskutera en mycket specifik känsla, en känsla som sällan känns igen då den transcenderar den vanliga människans upplevelse av känslor. Inom spektrumet för mänskliga känslor finns det ingen känsla som är högre och närmare den gudomliga verkligheten än kärlek. Känslan som jag här vill diskutera är bortom kärleken. Eftersom den i allmänhet är en mycket sällsynt mänsklig upplevelse, förutom för de få människor som når ett fullt självförverkligande, har den inte något namn.

Jag har talat om många yttringar som åtföljer självförverkligandet. Jag har talat om hur kanalen öppnar sig för att ta emot ökad visdom och intelligens av en sådan omfattning att alla problem kan lösas. Lösningarna träder fram på ett sätt som inbegriper allt. Inga lösa ändar kvarstår. Jag har diskuterat hur ni inom er finner en ny skaparkraft som kan förse er med all uppfyllelse, alla självtuttryck, all glädje ni önskar. Allt detta finns nära till hands, redo att förverkligas. Jag har diskuterat universums skönhet som ni automatiskt upptäcker: ett universum där allting är väl och där det inte finns något att vara rädd för, där ni kommer att upptäcka en känsla av helhet och av evigt liv, läkningens kraft och känslomässig uppfyllelse på djupast möjliga nivå. Men jag har aldrig diskuterat en viss, särskild känsla, även om den finns underförstådd i allting annat som jag

nämnde – för i ditt sanna väsen är allting ett: dina upplevelser är inte längre separerade och fragmenterade, precis som du inte längre är en individ som är separerad från Gud. Precis som ditt yttre och hittills avskurna lilla intellekt kommer att bli ett med den större intelligensen som lever i det inre, så kommer alla upplevelser att vara ett och endast ha olika fasetter.

I ert nuvarande utvecklingsstadium kan ni tänka en sak, känna en annan sak, vilja något annat och även handla på ytterligare ett annat sätt. Denna ohyggliga fragmentering är det mest smärtsamma och förvirrande tillstånd som går att föreställa sig. Dess botemedel ligger helt i ert innersta jag, där ni kommer att finna Guds eviga närvaro.

Känslan som jag beskriver kan, i brist på ett bättre namn, kallas den kosmiska känslan. Den här kosmiska känslan är inte enbart en teoretisk förståelse eller en känsla kring kosmos eller skapelsen. Den är en fysisk, mental, emotionell och andlig upplevelse. Den omfattar hela personen. Jag ska försöka beskriva den här upplevelsen så gott jag kan inom det mänskliga språkets ramar. Sedan ska jag beskriva förutsättningarna för att uppnå den kosmiska känslan, de fyra nycklarna som gör den möjlig.

Den kosmiska känslan är en upplevelse där kännande och tänkande inte längre är uppdelade. Den är känsla och tanke i ett. Detta är svårt att föreställa sig när man aldrig har haft en sådan upplevelse. Men vissa av er har understundom upplevt hur kännande och tänkande är ett. Det är en upplevelse av lycksalighet som inrymmer förståelsen av livet och dess mysterier, allomfattande kärlek, vetskapen om att allting är gott och att det inte finns något att vara rädd för. Den totala frånvaron av rädsla är något som är mycket svårt för den genomsnittliga personen att föreställa sig, dels för att ni är så omedvetna om era rädslor, dels för att ni är så vana vid att leva med dem att det inte faller er in att livet skulle kunna vara annorlunda. När man vet att det inte finns någon död, inte något verkligt lidande annat än det tillfälliga uttrycket för ens brister, illusioner och avsiktliga negativitet – som skulle kunna upphöra närhelst du så önskar – och att tiden inte passerar på något verkligt sätt, eftersom även tiden är en illusorisk skapelse, då kan man inte vara rädd. Kärlek och glädje utan rädsla är en känsloupplevelse som transcenderar det lilla, personliga jaget. Den innefattar allting – och du känner att allting i universum är ett.

Misslyckandet med att skilja mellan vad som är verkligt och vad som är falskt, skapar en synbarligen oändlig förvirring och smärta. Under det att ni tror på illusioner, kastar ni oftast om universums sanna ordning: ni tror att det som är verkligt inte existerar. Men att veta vad som är verkligt och vad som är illusion är en del den kosmiska känslans upplevelse. Den här upplevelsen ger en oerhörd säkerhet, en vetskap om att verkligen vara trygg, vilket i sin tur frigör mycket energi som känns som lycksalighet i varje del av ditt väsen. Du upplever då avslappning och hänförelse, frid och glädje som sammanhängande aspekter, snarare än ömsesidigt uteslutande

motsatser som ni normalt upplever dem som. Alltings enhet inrymmer varje partikel av dig – kropp, själ, ande.

Det behöver knappast sägas att någon oro eller ångest omöjligen kan finnas i det här tillståndet. Inte heller finns det någon spänd drivkraft inom dig som gör dig rastlös. Rastlösheten är ett uttryck för den inre starka längtan efter att söka sanningens väg mot ett fullt självförverkligande, men innan du har funnit den, kan drivkraften vara smärtsam och tillfälligt få dig att söka i fel riktning, vilket leder dig ännu längre bort från vad ditt innersta jag söker. Den inre drivkraften kan vara subtil eller starkt märkbar. Den har sin funktion, men den använder energi som senare kommer att bli tillgänglig för det lycksaliga vetande-kännande av Guds närvaro inom dig. Denna otroligt kraftfulla närvaros omedelbarhet är först chockerande. Den goda känslan är chockerande. Det är som om en elektrisk stöt gick igenom dig. Egot måste därför växa sig tillräckligt starkt och friskt för att kunna bära de höga vibrationerna när Guds inre närvaro emanerar in i den yttre personen. Denna närvaro upplevs då som din eviga verklighet och ditt eviga tillstånd – din sanna identitet. I det ögonblick som du befinner dig i detta tillstånd, kommer du att på ett mycket djupgående sätt veta att du alltid har vetat det som du nu återupptäcker, att du alltid har varit vad du nu upplever dig vara – att ingenting av detta egentligen är nytt. Du hade bara tillfälligt gjort dig avskuren från detta tillstånd av kännande och vetande, av att uppleva livet som det verkligen är. Upplevelsen blir möjlig i den stund som du kan bära omedelbarheten av din gudomliga kärnas närvaro, dess medvetande, dess energi, dess gnistrande verklighet, dess alltgenomträngande visdom, dess allomfattande kärlek, dess skaparkraft som är din att använda såsom du finner vara lämpligt.

Denna beskrivning är naturligtvis ytterst begränsad, för orden kan inte förmedla upplevelsen. För att få en föraning om verkligheten bakom dessa ord, be just i denna stund om att kunna förnimma en försmak av den. Öppna era inre förmågor, mina vänner. Lagg märke inom er hur rädda ni är för den här upplevelsen, även om ni samtidigt längtar efter den, och hur ni följaktligen stänger er för den. Då kommer ni åtminstone att veta att något faktiskt väntar på er; ni kommer inte att förledas av något av egots knep och bli kvar i ett tvivlande bedömande där ni smickrar er själva med att den tvivlande inställningen är intelligent för att den inte är godtrogen. För att skilja mellan vad som är verkligt och vad som är falskt eller flykt eller illusion, måste ni vara öppna och utvärdera med era känslor och intuitiva förmågor, såväl som med ert urskiljande sinne. Om du styrs av rädsla, utnyttjas och förvanskas det urskiljande sinnet. Om känslorna är öppna i ärlighet, kommer det urskiljande sinnet att vara den tjänare som det är menat att vara, inte mästaren. Om du inte ärligt kan erkänna att du fortfarande är alltför rädd för den här känslan, är detta i sin ordning. Du kan lugnt ta itu med att arbeta på hindren utan att bedra dig själv med någon taktik som avlägsnar dig längre bort från det verkliga målet som kommer att uppnås en dag i tid och rum.

Jag ska nu diskutera de fyra nycklarna eller förutsättningarna för att bli tillräckligt stark för att bära den kraft som ni är och den visdom som är inbäddad inom er och den kärlek som är dold inom er, redo att strömma ut. Ni alla, utan undantag – varje levande ting i universum, organiskt eller oorganiskt – genomsyras av denna kraft och intelligens; det enda som varierar är i vilken grad kraften och intelligensen blir manifest.

De fyra nycklarna utgör aspekter av arbetet på denna väg. Men de behöver också ses i den kosmiska känslans kontext. De är följande:

1. En verklig förståelse för orsak och verkan i ditt liv. Att förstå orsak och verkan i ditt liv är avgörande för självförverkligandet och för förverkligandet av din gudomliga identitet. Det är avgörande enbart för god hälsa, för att vara centrerad inombords och rimligt integrerad, för att fungera på ett meningsfullt sätt och ha tillfredsställande upplevelser. I samma stund som du kan se nivån inom dig där dina uppfattningar, intentioner och inställningar skapar dina livsomständigheter, kommer du att ha nyckeln att skapa ett annorlunda och mer önskvärt liv. Men när du inte är i kontakt med den skapande kraften inom dig, när du skapar på ett omedvetet sätt, är du maktlös, det vill säga blind för din egen kraft och du blir indragen i en kedjereaktion av villfarelse och förvrängning. Du befinner dig då i ett tillstånd där du ständigt gör andra – människor, omständigheter, livet som helhet – ansvariga för ditt elände. Detta medför ytterligare kedjereaktioner. Detta inre tillstånd – oavsett om du är medveten om det eller inte – får dig att skuldbelägga, anklaga och känna dig som ett offer. Du känner dig i sin tur berättigad att hata, harnas och hämnas.

En annan biprodukt av denna fränkoppling är en växande känsla av att vara hjälplös och maktlös: att vara beroende av andra med de oundvikliga förargelserna som uppstår ur ouppfyllda förväntningar, samt rädsla och de åtföljande försvaren som gör dig ännu mer avskuren från livets källa inom dig. Och hela tiden fortsätter du med att avsiktligt bortse från hur du själv skapar detta bedrövliga tillstånd, för att det passar dig bättre att skylla på andra och vänta på en frälsning som aldrig kommer att visa sig. Den kan endast komma när du inser din vackra födslorätt att skapa. Precis som du skapar negativt, kan du också skapa positivt. Precis som du skapar egensinnigt utifrån det lilla egot, där du följer fåfångans, girighetens, lättjans och oärlighetens diktat, kan du också skapa genom att låta Gud uttrycka sig inom dig och skapa ärligt och vackert.

När du är indragen i det subtila inre spelet där du separerar dig från orsakerna som du sätter i rörelse genom den ena eller andra inställningen och viljeriktningen, är det omöjligt att använda dina skaparkrafter för att frambringa ett meningsfullt och uppfyllt liv. Så du väntar – förgäves – på att någon annan kraft ska ta över. Detta gör ditt liv eländigt och hopplöst. Du förnekar då

enträget känslan av hopplöshet och meningslöshet och fortsätter därmed att blunda för att det faktiskt finns en väg ut, men i precis motsatt riktning mot den du har valt.

Ni är lyckligt lottade då era framsteg på denna väg har fört många av er i kontakt med nivån där ni skapar negativt. Ni börjar tydligare se vilka inställningar, uttryck och intentionaliteter som har frambringat manifestationer i era liv som ni begråter och har klagat över, samtidigt som ni passivt har väntat på att något mirakel ska ske utifrån – eller som ni har gett upp inför och anpassat er till ett onödigt berövande och onödigt frustration. Det finns fortfarande mycket arbete som behöver göras av var och en av er när ni utforskar ert eget negativa skapande. Det finns fortfarande många områden i era liv som ni slätar över och undgår att göra den noggranna granskning som är så nödvändig för denna upptäckt.

Avtäck den diffusa känslan av meningslöshet som gör att du är rädd för att livet glider dig förbi utan att du har insett dess essens, dess skönhet, skaparglädjen som finns här för dig att njuta av. Att gå miste om detta gör dig mycket olycklig. För alla som är delaktiga i arbetet på denna väg är detta tillstånd mindre akut, men det finns alltid vissa som kommer till detta arbete med endast en mindre del av sig själva och som inte har någon egentlig intention att öppna sig hela vägen. I detta fall kvarstår förtvivlan. Det är därför dåraktigt att hemfalla åt motståndet i arbetet på denna väg och agera som om det egentligen inte skulle spela någon roll om man inte övervinner det – som om motståndet grundade sig i vissa giltiga anledningar som särskilt passar din ”individualitet” eller vilka andra förklaringar du nu kan koka ihop. Lura dig inte att tro att du kan uppnå resultat utan att utmana ditt motstånd. Inse att du aldrig kan vara i kontakt med din skapande nivå, att du aldrig i sanning kan vara trygg, om du inte är medveten om orsak och verkan.

Återigen, mina vänner, börja med att fråga er själva: i vilket avseende är du olycklig och ouppfylld? Och fortsätt sedan med stöd av din hjälpare att undersöka din dolda inställning till den specifika olyckliga känslan. Jag menar inte den medvetna intentionen, jag menar verkligen den dolda negativa intentionaliteten där du vill få mer än vad du är villig att ge. Allt detta behöver undersökas.

Detta är först smärtsamt. Du håller fast vid illusionen av att du är ett oskyldigt offer. Men vilken olycka köper du inte med denna illusion! Och när du väl övervinner din oärlighet, kommer du helt och fullt att se och förstå den negativa skapelsen som du har frambringat och hur dina mentala inställningar och dolda känslor har skapat de nuvarande förhållandena. Dessa inställningar är desto starkare när de är dolda och oidentifierade.

Jag råder er att inte låta en överväldigande skuld avskräcka er från denna kurs. Identifiera den som ytterligare ett av egots knep. Genom en sådan förödande skuld hindrar du dig från att lyfta dig

själv, från att gå igenom det enda och raka som verkligen kan avhjälpa situationen och från att komma till insikt om din skönhet genom själva blottläggandet av din fulhet. Varken förstora skulden, så att den håller dig kuivad i förträngning och bedrövelse, eller förminska den. Tillåt dig att känna smärtan i din skuld, så att du fullt ut ser hela dess inverkan, vad du gör mot andra och dig själv och på vilket sätt du gör det. Denna medvetenhet kommer att motivera dig att förändra ditt negativa skapande till ett positivt skapande.

När du verkligen kan få kontakt med din skapande nivå, kommer du att finna en sådan lättnad; du kommer att märka att världen öppnar sig. Det kommer att gå upp för dig att om du omedvetet, oavsiktligt och felaktigt kan skapa sådana konkreta händelser och sinnestillstånd, kan du också medvetet och avsiktligt skapa de omständigheter och det sinnestillstånd som du önskar.

Om du till exempel känner att du inte kan bära lycka och njutning – om strömmen är alltför stark och gör dig orolig – kan du skapa denna kapacitet inom dig genom att uttala önskan och intentionen, genom att vara villig att ge upp din oärlighet och negativa intentionalitet och genom att uppriktigt vilja ge det bästa som finns inom dig. Hur kan du annars upptäcka den oändliga rikedom som finns inom dig? Genom att hålla tillbaka ditt inre givande, din öppenhet och ditt helhjärtade engagemang i livet, ökar du din inre fattigdomskänsla, din tro på att du är tom och inte har något att ge. Den som känner sig tom ger inte någonting. Det är bara när du vill ge som du kan känna dig rik och full. I samma stund som du gör detta skapar du positivt och du kommer gradvis att se dina skapelser växa. De kan ibland ta några år på sig att helt manifesteras sig, ibland mindre tid. De är aldrig färdiga. Positiva skapelser kan förstöras i det oändliga. Genom att verkligen se orsak och verkan i din negativa skapelse och dess manifestationer, blir du en skapare. Du inser din gudomlighets födslorätt.

Att förstå orsak och verkan i ditt liv är en oerhört viktig förutsättning för att bli hel, för att vara i verkligheten, för att verkligen ta eget ansvar, för att öppna en kanal för din gudomlighet. Denna gudomlighet är inte något övernaturligt eller mystiskt, mina vänner. Den är inte något som kommer på ett mirakulöst sätt eller magiskt långt bortifrån. Er gudomlighet är er makt att skapa genom ert tänkande, genom att vidga er syn, genom att prägla in era intentioner i er själva och genom be om att Guds kraft inom er ska förenas med ert medvetande.

2. Att lära sig förmågan att känna alla sina känslor och att hantera känsloupplevelsen. Det krävs en del växande och trevande innan personligheten kan acceptera alla känslor, uppleva och hantera dem konstruktivt. Jag har sagt mycket om hur man gör detta och jag kommer därför nu att diskutera detta ämnet endast i den mån som det relaterar till den kosmiska känslan.

Om mänskligheten går igenom djupen i olyckliga, smärtsamma känslor, beror det på att den har skapat dem och endast kan växa förbi dem genom att gå igenom dem. Många av er har redan upplevt sanningen att när man helt och fullt accepterar och känner sin smärta, blir man i motsvarande grad kapabel att upprätthålla välbehag. Genom att ödmjukt och ärligt erkänna ditt hat och uttrycka det konstruktivt, det vill säga att du tar ansvar för det, växer din kärleksförmåga i motsvarande grad. Genom att villigt uppleva din rädsla, odlar du oräddhet och trygghet. Detta beror på att de synbarligen motsatta känslorna utgör en och samma energiström som uppträder i olika frekvenser och täthetsgrader. Vibrationen förändras allteftersom du upptäcker att motsatserna är ett. Ju mer du undviker en känsla, desto mindre kan du uppleva dess andra sida.

Den kosmiska känslan är av den högsta energifrekvensen. Om det finns någon känsla inom det vanliga mänskliga spektrumet som fortfarande uppenbarligen är ohanterlig, är den kosmiska känslan alltför stark att bära. Så länge du drar dig undan från en känsla, förblir den en mur, den förblir din fiende och du måste förbli rädd för dina egna känslor. Genom denna dynamik skapar du den tvåfaldigt fjärrade alienationsprocessen som är så förvirrande och smärtsam: rädsla för din rädsla, smärta kring din smärta, hat för ditt hat. Den inre splittringen vidgas tills du börjar treva dig tillbaka.

Det finns ingen känsla i tillvaron, oavsett vilken den är, som inte kan upplevas fullt ut och hanteras på ett konstruktivt, vackert sätt. Om du ger luft åt dina mest negativa känslor – hat, grymhet, ilska och raseri och deras biprodukter avundsjuka, svartsjuka, girighet, oärlighet och så vidare – är deras rena och ärliga uttryck vackra. Det är vackert eftersom du inte längre låtsas; du tar risken att vara sannfärdig och blir därmed vacker när du blottlägger fulheten. Detta kan aldrig någonsin vara skadligt om du inte sedan använder detta stadium av ditt eget arbete för att bli kvar där – ni vet att allting kan missbrukas och tas i bruk av egots livsförnekande knep. Om du har modet och tilliten till universum att verkligen blottlägga en negativ del av ditt medvetande – utan högmod då du övervann skammen – och om du ber om den inre vägledningen att hjälpa dig i denna strävan, kommer du att uppleva den kraftfulla energin som finns inrymd i de tidigare dolda känslorna. Den här energin är absolut nödvändig för att skapa ditt liv, för att vidga ditt liv och medvetande, för att känna glädje och njutning. Trötthet, håglöshet, brist på energi kan förklaras av många yttre faktorer, men i sista hand är detta alltid ett resultat av att man flyr bort från att känna och därmed undertrycker den vitala energin.

Det finns ingen smärta som, om du möter den på ett konstruktivt sätt och utan falska idéer och projiceringar, inte kommer att visa sig vara en tunnel som du går igenom relativt snabbt och som frigör vacker energi, kärlek och kraft. Det finns inget hat som är så fult eller någon negativ intentionalitet som är så hemsk, att den inte, om den uttrycks ärligt – snarare än utageras mot andra – kommer att ge kraftfull energi och bidra till skönheten i din kärlek och din omgivning.

Inget hat, ingen smärta, ingen rädsla är någonsin beständig, men kärlek, välbehag, trygghet, frid och lyckosalighet är beständiga betingelser. Hat, smärta, rädsla är endast frusen energi, förvrängt medvetande. Varje gång du känner dig motvillig att gå in i en smärta eller in i din ilska, är det enbart oärlighet som gör dig motvillig – önskan om att framstå som annorlunda än vad du verkligen är. När du övervinner ditt inbillade behov av att förespegla, när du kan vara vem du är, finns det inte någon känsla som inte kan vara en källa till kreativ energi. Att vara ärlig inbegriper att utmana ditt medvetna eller omedvetna antagande om att om du går in i en smärta, kommer du att förloras i den och förgås.

Genom att blottlägga det som du är rädd för att blottlägga, lär du dig att hantera det. Många av er ser redan att när den stagnerade, sjuka energin i de dolda, förvrängda känslorna frigörs, transformeras den till ett kraftfullt medel för glädje och kreativitet.

Hela spektrumet av känslor behöver upplevas grundligt: Bara när du tillåter och hanterar negativa känslor kan du, som jag nämnde, acceptera och upprätthålla goda känslor. På samma sätt, bara när du kan acceptera och upprätthålla vanliga goda känslor kan din förmåga att upprätthålla den kosmiska känslan växa. Det är viktigt att förstå utvecklingsprocessen av er kännande natur; den kommer att förklara varför ni så ofta är oförmögna att hålla er kvar vid goda känslor. Ni ser er själva dra ihop er igen, precis efter att ni har öppnat er och upplevt njutning, kärlek, livets godhet. Ni vet att denna princip finns, men ni använder den fortfarande inte tillräckligt som den mätare den är; den pekar på oidentifierade, oaccepterade, uttryckta negativa känslor. Och om en glimt av den kosmiska känslan ibland kommer och snabbt glider bort, är detta ett tecken på att din kärleksförmåga inte är lika utvecklad som den kan vara och kommer att bli. Den starkaste mänskliga kärleksupplevelsen är endast en ljummen, mild skugga av den kosmiska känslan som omfattar allt.

3. Att utveckla positiv intentionalitet. Positiv intentionalitet behöver utvecklas inte ytligt, inte bara för att efterleva vissa regler, utan från kärnan av ditt verkliga väsen, där du vill ha sanning och kärlek för dess egen skull snarare än för vad du önskar vinna. Den måste finnas på den djupa nivå där du fortsätter att upptäcka oärligheten och de negativa intentionerna gentemot livet, som är de sanna orsakerna till din olycka. I den stund som du kan ta risken att titta på dina negativa intentioner och börja arbeta med dem på denna djupa nivå, kommer din positiva intentionalitet att uttrycka sig starkt. Det kommer då att finnas kärlek – kärlek till universum, kärlek till dig själv, kärlek till andra, kärlek till skapelsen. Din kärlek saknar fullständighet i den grad som negativ intentionalitet pyr i ditt psyke. Och du kan inte ha den kosmiska känslan om du inte har kärlek.

Det helhjärtade åtagandet att göra ett rättvist utbyte med livet måste göras om och om igen, dag ut och dag in, där du letar efter djupare dolda skrymslen där det fortfarande kan finnas negativ



intentionalitet och sedan vända den till en avsiktlig, skapande handling som uttrycker positiv intentionalitet.

Hur kan man mäta var det fortfarande finns dold negativ intentionalitet? Du kan enkelt mäta det genom att helt enkelt fråga dig: ”Var är jag fortfarande olycklig? Var är jag orolig? Var har jag problem med mig själv, med livet, med andra?” Oavsett hur lätt det kan vara att tillskriva andra orsaken – vilket också kan vara sant – finns det likväl något inom dig som du inte ser. Din egen olyckliga känsla är din mätare och du kan använda den varje dag. Ingenting kan vara mer tillförlitligt. I din dagliga återblick varje kväll, fråga dig själv: ”Är mitt liv så uppfyllt, så glädjande, så rikt och meningsfullt som jag längtar efter att det ska vara?” Då har du ditt svar och du kan utforska dig själv ytterligare genom att fråga: ”Vad bidrar jag med i den här situationen? Hur skapar jag den?” Du kan givetvis inte göra detta ensam, men du har en hjälpare.

Även om ditt liv är uppfyllt och lyckligt och du ser att det blir alltmer rikare – och det fortsatta arbetet på denna väg kommer att leda till en sådan förändring utan att misslyckas – kan du fortfarande fråga dig själv: ”Vilka är områdena i mitt liv där jag fortfarande inte känner den glädje som jag annars vet finns?” Din ledtråd är att titta inom dig, in i djupet av ditt hjärta. Vad har du egentligen för intention i denna innersta plats gentemot en viss aspekt av ditt liv? Detta är verkligen mycket enkelt att göra detta, mina vänner, och när ni väl fokuserar på detta vis, kommer ni att se det lika lätt som ett diagram som ni kan rita med ett enkelt penndrag. Det är verkligen inte något mysterium.

4. Att komma i kontakt med din gudomliga kärna. De andra tre tillvägagångssätten är utan tvekan förutsättningar för detta. Det fjärde tillvägagångssättet kan inte riktigt användas framgångsrikt såvida inte de andra tre har omsatts i praktiken. Den fjärde nyckeln är meditativ. Lyssna in i dig själv, bli lugn och mottaglig, lugna det upptagna, högljudda sinnet. Börja med utgångspunkten att det finns en djup kärna av vetande, kännande, kraft och närvaro inom dig. Fokusera på den lättsamt, utan känslan av ”jag måste uppleva den nu”. Vänta lugnt. Lär dig att bli avslappnad inombords. Se hur du själv rusar, driver på, greppar tag inom dig. Lägg märke till detta, tills du kan hejda det. Det kan först vara en smärta, men ta tillfället i akt att känna smärtan utan motstånd. Lär dig den stora konsten att tona in. Be ditt innersta gudsjag om hjälp i detta. Håll ut. Ge din uppmärksamhet och din goda vilja till övningen. En dag kommer kanalen att öppnas. Kontemplera över möjligheten att det finns förmågor inom dig som du ännu inte har upplevt.

Det finns ett inre öra som du så småningom kommer att höra med, ett inre öga som du kommer att se med, en inre förmåga som du kommer att förnimma med. Dessa förmågor är ännu inte i bruk, men de kan väckas. Allteftersom du lugnar dina tankar och dina tvivel, som utgör egots knep, och allteftersom du ökar din förmåga att se igenom egots knep och är uppmärksam på dina inre

rörelser, samtidigt som du om och om igen ber om inre vägledning, kommer du att väcka och utveckla en ny inre förmåga. Den kan visa sig på olika områden för olika människor. För någon kommer det inre örat plötsligt att öppnas och du kommer att höra Gud inom dig. Du kommer att veta att den inte är inbillning – ingenting skulle kunna vara mer verkligt. För någon annan börjar det inre ögat att se – kanske symboliska former eller bilder. Det kan se på en inre nivå, där att se är att veta. Det kan se sanningens och kärlekens ljus. Detta seende kommer att bli en förståelse, för en förståelse måste alltid följa för att integrera upplevelsen med den medvetna egopersonligheten. Ytterligare en annan kan upptäcka en förmåga att uttrycka det inre vetandet i tankar: ”det” tänker i dig, instruerar dig eller kanske skriver genom dig. Det finns många olika sätt som ett nytt vetande, nytt seende, nytt hörande, ett nytt upplevande kommer från den gudomliga inre kärnan. Integreringen av den nya förmågan i personligheten är den expansion som jag talade om i det förra föredraget.

Alla kan få hjälp av detta föredrag att förstå var han eller hon befinner sig på vägen, oavsett huruvida varje person faktiskt kan ta allting i bruk vid den här tidpunkten. Detta kan komma först senare.

För att avrunda, skulle jag ännu en gång vilja säga att kraften, styrkan, kärleken och hjälpen som har investerats i detta gruppäventyr är så underbar. Kraften växer stadigt genom era framsteg och genom den befrielse och tillit ni som vinner genom vad ni upplever och ser omkring er. Ni kan vinna så mycket genom att låta era hjärtan känna kraften vid dessa sammankomster. Låt inte egots knep skära av er från hjärtat och känslorna. Om ni ser ert eget tvivlande, negerande ego i knepen som det åstadkommer, och om ni sedan tvivlar på era tvivel, kan ni öppna era hjärtan, mina vänner. Ni kommer då att veta att jag säger sanningen.

När jag nu drar mig tillbaka från detta instrument, försök återigen att använda den kraftfulla energin här. Det finns så många olika sätt att använda den. Kanske finns det människor här som inte älskar varandra, som har haft friktioner eller missförstånd med varandra. Kanske kan de använda den här kraftfulla energin för att komma in i mitten av cirkeln och ärligt konfrontera varandra. Ett annat sätt kan vara, för en person som vill ha hjälp, att hela gruppen ger sin energi för att finna den nödvändiga ledtråden i honom eller henne. I meditationen som följer, med vilken ni frambringar mer av den här vackra energin, be om inspiration. Använd energin för att röra er dit Gud i er leder er. Överlämna er till den gudomliga makten och vägledningen. Fråga Gud inom dig huruvida du ska träda fram och på vilket sätt. Om du verkligen överlämnar dig till Guds vilja och vägledning, kommer underbara saker att hända. Tillåt dem hända. Berika dig själv och dra dig inte undan från risken och från det tillfälliga motståndet. Gör dig inte avskuren från det. Var välsignade, mina kära vänner!

Redigerat av Judith och John Saly, 1996.

Översatt från engelskan av Magdalena Rosell, språkgranskat av Clifford Weinmann, 2024.

För mer information om hur du kan finna och delta i Pathwork-aktiviteter över hela världen, besök [www.pathwork.org](http://www.pathwork.org)

Följande tillkännagivanden är avsedda som en vägledning kring användningen av namnet Pathwork® och detta föredragsmaterial.

#### Varumärke

Pathwork® är ett USA-registrerat varumärke som ägs av The International Pathwork Foundation (här kallad stiftelsen Pathwork) och som inte får användas utan uttryckligt skriftligt tillstånd från denna stiftelse. Stiftelsen kan dock efter eget gottfinnande tillåta att andra organisationer eller personer, såsom exempelvis filialer och avdelningar, får använda varumärket Pathwork®.

#### Upphovsrätt

Upphovsrätten till Pathwork Guide-materialet tillhör med ensamrätt stiftelsen Pathwork. Detta föredrag kan reproduceras i enlighet med stiftelsens varumärkes- och upphovsrättspolicy, men texten får inte ändras eller förkortas på något sätt. Inte heller får upphovsrättsmärket, varumärket eller eventuella andra tillkännagivanden tas bort. De som tar del av materialet får endast debiteras kostnaden för reproduktion och distribution.

Varje person eller organisation som använder stiftelsen Pathworks varumärke eller upphovsrättsskyddade material anses ha gått med på att följa stiftelsens varumärkes- och upphovsrättspolicy. Önskar du mer information om eller en kopia av denna policy, kontakta stiftelsen.

2024-08-24