

## Fortsättning på psykiska kärnpunkter – processen i nuet

Välkomna, mina käraste, käraste vänner. Må ni alla ta emot välsignelserna, styrkan och kärleken som strömmar fram som ett resultat av era samlade ansträngningar och er hängivenhet för ert innersta väsen.

I det här föredraget ska jag fortsätta med ämnet som jag påbörjade förra gången. Jag ber er återigen att öppna er innersta känslighet och intuitiva förmåga för att förstå, åtminstone i någon grad, detta föredrags djupa innebörd. Att enbart använda intellektet för detta kommer inte att ge er en tillräcklig förståelse för ämnets djup. Och återigen kommer, som med det förra föredraget, vad som först kan framstå som rent abstrakt, kosmisk kunskap om skaparprocesser, att bli tydligt och direkt tillämpligt på era liv här och nu, när ni utövar det och följer mig hela vägen. Era egna inre processer blir mer begripliga när ni förnimmer, oavsett i vilken grad, på vilket sätt dessa processer direkt relaterar till och utgör en del av större kosmiska processer som ständigt existerar.

I det förra föredraget redogjorde jag för psykiska kärnpunkter och konfigurationer av psykiska kärnspiraler. Jag kommer här kort att sammanfatta dem för att göra detta föredrag mer begripligt.

Varje minsta skapad partikel består av ändlösa serier av konfigurationer av psykiska kärnspiraler, som utgör intensiva energirörelser som upplöses i en kulminerande punkt som frambringar den särskilda skapelsen i sin manifestation, oavsett på vilken nivå av verkligheten detta kan äga rum. Var och en av dessa konfigurationer består av en serie psykiska händelser av medvetandehåll. Dessa energirörelser är med andra ord inte enbart mekaniska konstruktioner separerade från sinnet. De är alltid uttryck för ett sinne – det större sinnet eller mindre sinnen, så som fallet kan vara. Varje skapelse innehar sekvenser av flera sådana konfigurationer som flätas samman, vävs ihop, överlappar, formar och omformar sig själva, skapar och faller isär och återskapar sig själva i varje självförnyande, upprätthållande, utvidgande mönster av växelverkande spiralkonfigurationer. Varje mönster tycks vara och är en skapelse inom sig självt, helt olik och ändamålsenlig inom sitt snävare ramverk. Det utgör samtidigt en del av en större ordning av ändamålsenliga skapelsemönster.

Låt mig ge er ett enkelt exempel på den fysiska nivån. Låt oss anta att du bestämmer dig för att resa dig upp ur din stol, röra dig genom det här rummet, gå ner för trapporna och ut till gathörnet – av vilken orsak det nu kan vara. Denna plan utgör i sin helhet en konfiguration, en spiral. Användandet till din slutstation utgör den explosiva, kulminerande punkt som bringar planen till sin manifestation. Denna specifika skapelse har gjort sitt framträdande på denna nivå av verkligheten. Innan detta resultat kan åstadkommas, behöver du emellertid ta si och så många steg. Varje steg utgör en plan i sig, en intention att röra vissa muskler, för även om du kan röra dessa muskler automatiskt vid det här laget, finns fortfarande intentionen. Intentionen, rörelsen och verkställandet av intentionen följer en viss plan. Planen, tillsammans med verkställandet i varje partikel, skapar många mindre spiralkonfigurationer, fullständiga i sig. Termerna ”liten” eller ”stor” är naturligtvis inte korrekta på den här nivån av verkligheten, men jag måste använda dem i brist på bättre ord i ert språk. I varje steg skapas en spiralform och psykisk kärnslutpunkt, fullständig med medvetandeinnehåll, syfte, plan och verkställande. Gångturen i sin helhet består av en ”större” sådan fullständig form, som består av ”mindre” sådana – de enskilda stegen. Men gångturen härifrån till hörnet utgör inte heller en isolerad skapelse. Även den är en del av en större plan, en intention i vilken gångturen lika mycket utgör en partiell skapelse som steget utgör en partiell skapelse av gångturen härifrån och till hörnet. Denna formel är mycket viktig för er att förstå eftersom den i sig representerar den övergripande strukturen för skapande i sig.

Låt oss ta ett annat exempel. Anta att du vill bygga ett hus. Återigen gäller samma princip. Så många partiella, skapande spiralformer strålar samman till en helhet som i sin tur återigen endast utgör en del av en större plan. När du planerar ditt hus, kan du därför först behöva arbeta under ett antal år för att kunna köpa marken och sedan anlita arkitekten som planerar och utformar huset. Arkitekten måste i sin tur verkställa sin egen plan och anlita en leverantör för att organisera arbetet med olika underleverantörer som måste samarbeta med varandra. Sedan får arbetare och inredare arbeta tills huset står färdigt.

Var och en går igenom ett oändligt antal serier av växelverkande psykiska kärnpunkter, var och en helt formad i sin egen fullkomlighet, vars helhet blir del av en större plan och så vidare och så vidare. Varje steg in i dess minsta partikel är en skapelse i sig. Varje ”liten” skapelse är en explosion av en psykisk spiralformation. Den större skapelsen består av så många mindre skapelser, som utvidgas och utvidgas. Syftet med huset i sig, exempelvis, är endast ett oändligt litet steg i en hel större serie av kreativa, sammanflätade händelser. Ni kan med lite fantasi själva fortsätta vidare med på vilket sätt huset relativt sett endast är ett litet steg i en större plan. Även denna större plan är endast ett oändligt litet steg i en ännu större plan – som ett människoliv är när det betraktas över en hel period av sin rörelse i utvecklingsspiralen.

Detta är en mycket viktig process för er att visualisera intuitivt. Exempelen som jag gav är mycket enkla. Men även i dessa enkla exempel kanske ni kan föreställa er hur många psykiska kärnpunkter som nödvändigtvis måste finnas och som väver samman ett helt nätverk av större psykiska kärnpunkter, som i sin tur rör sig, skapar, exploderar, faller isär, formas tillsammans i ett nytt meningsfullt mönster relaterat till den större planen. Att försöka föreställa sig den ofattbara innebörden och ändamålsenligheten bakom dessa planläggningar kanske kan ge er en föränning om det gudomliga sinnet som är verksamt vid varje tidpunkt, i sin goda, kärleksfulla visdom och skaparmakt.

Att förstå dessa principer även i en liten grad, kommer att ge er en annan insikt, nämligen att även en obetydlig handling som att gå härifrån till gathörnet verkligen är en skapelse. Det krävs det mest lysande, kreativa geniet för att sätta igång de energisystem, den koordination och kontroll av muskler och de otaliga komponenter som är nödvändiga för att verkställa en sådan skapelseakt med alla delar som ingår i den. Och att gå härifrån till gathörnet är inte en isolerad skapelse. Det måste finnas en anledning till att gå dit och den anledningen utgör återigen endast en liten del av en större plan eller ordning. Denna sammanflätande, ständigt tilltagande, växande och självupprätthållande process av skapande mönster, var och en i sig en fulländning inom sitt eget fragment, och detta fragment endast en del av ett större fragment, och så vidare och vidare, är en vag skiss av skaparprocessen i sig som alltid är verksam.

Föreställ er skapandet av en planet, av den mänskliga anatomin, av ett matematiskt system, av de bokstavligen oändliga kvaliteter som inryms i etern. Ändå kan ni inte ens vagt uppfatta hur många hela skapelsesystem, system inom mindre system, som inryms i skapandet av vart och ett av dessa exempel. Den minsta luftpartikel utgör i sig en fullkomlig skapelse av en psykisk kärnsiralpunkt och kulminerande explosion. Var och en av dessa partiklar utgör återigen en del av en större ordning, som jag har illustrerat med andra exempel. Jag önskar endast förmedla att den minsta eller största skapelse – ur ert perspektiv – går igenom samma seriella lag som ligger till grund för skapelsen i sig. Detta är anledningen till att jag upprepar mig. Det kommer att hjälpa er att förnimma den här processen när ni tittar på er inre beskaffenhet, era reaktioner och ert sinnes skapelser. För samma princip existerar förstås med positiva och negativa skapelser.

Eftersom universum är fyllt med varande, kan det inte finnas något minsta mått där det finns icke-varande. Var och en av dessa kärnpunkter har ett innehåll och en innebörd. Den är inte skild från medvetande. Den är en integrerad del och ett resultat av medvetande. Och när ni förstår en kärnpunkts inre innebörd, när ni förnimmer en kärnsiralpunkt och fullt ut förstår dess innebörd och syfte, dess budskap, kommer ni i viss grad att ha transcenderat de snäva begränsningarna inom vilka ni lider av att se världen tagen ur sitt sammanhang.

Ju mindre man ser att dessa mindre delskapelser endast utgör fragmentariska partiklar av en helhet, desto mer tror man att den mindre partikeln är allting som finns och inte har något samband med något annat – helt enkelt för att du inte kan uppfatta mer och du därmed själv måste vara mer fragmenterad i ditt tillfälliga medvetande eller i din tillfälliga medvetenhetsförmåelse. När jag säger tillfällig, menar jag att denna medvetenhet endast existerar så länge ni lever inom de snäva mänskliga begränsningarna. Omvänt, ju mer du uppfattar att allting som du kan uppleva endast utgör en mindre del och ett fragment av en större och ännu större pågående plan – som det enskilda steget du tar som en del av hela gångturen och där gångturen utgör ett fragment av en större plan i ditt sinne – desto mer är du medveten om och i kontakt med allmedvetandet, helheten. Du befinner dig därmed närmare lyckalighet.

Tiden i sig är en manifestation av denna fragmentering, eftersom tiden, som jag ofta nämnt, inte utgör något annat än illusionen av en avskärmad syn av verkligheten. Inom ramen för just detta ämne, utgör tiden en varseblivning av enbart de partiella stegen, de ”mindre” skapelseenheter av spiralkärnpunkter. Ni ser inte denna partikels hela struktur. Detta är anledningen till att ni så ofta lider av känslan av meningslöshet. När ni befinner er i detta begränsade medvetandetillstånd, är ni verkligen fragmenterade och omedvetna om den större processen.

Tiden, enligt det mänskliga medvetandetillståndet, är att uppleva det som är i form av en sekvens snarare än som en del av en helhet. Ni ser saker linjärt snarare än fullständigt, ändlöst i sin vidd, sitt djup och sin omfattning, i dimensioner som det mänskliga sinnet inte ens kan uppfatta vid denna tidpunkt av sin utveckling. Varje ögonblick, för att tala i era termer – varje ögonblick av varande, för att tala i mina termer – är i sig en psykisk kärnkonstruktion som innehåller innebörd och medvetande, en ändamålsenlig utformning. Varje fragmentarisk sekund utgör detta. Om ni radar upp sekund efter sekund efter sekund – inte enbart som en sekvens, utan i djup och vidd – kanske ni kan förnimma att det inte finns någon tid, att detta är ett skapelsemoment som är oändligt och som alltid finns där. Och detta är vad vi kan kalla ”nupunkten”.

Det är inte helt omöjligt i ert nuvarande utvecklingsstadium att då och då uppleva ”nupunkten” – förmåelsen av den. Men detta kräver mycket högre medvetandetillstånd som måste förtjänas. Mänskligheten som helhet har nu precis lämnat förskolan. När medvetandet växer och mognar lite grann och därför inte uppfattar livet enbart som det omedelbart uppenbara fragmentet, utan förnimmer att fragmentet utgör en del av ett större fragment och så vidare, då förbereder sig medvetandet för att uppleva ”nupunkten”. Människor kan endast ha tillfälliga antydningar av en sådan förmåelse, men dessa kommer att vara tillräckliga för att göra avtryck i deras sinnen som talar om att detta liv utgör så mycket mer än vad de omedelbart upplever i livet.

Att vara i ”nupunkten” betyder att helt och hållet vara i nuet. Detta är vad vi ska tala om i den andra delen av det här föredraget. Endast när du befinner dig i det eviga nuet, befinner du dig verkligen i lycksalighet, du är verkligen trygg, orädd och absolut förvissad – inte som ett önsketänkande, utan som en absolut, realistisk, berättigad inre visshet – om livets vackra mening, där livet ses som ett kontinuum som inte upphör bara på grund av att vissa tillfälliga manifestationer ser ut att upphöra.

Denna evighetsförnimmelse utgör den sanna lycksaligheten, eftersom det, när det inte finns någon rädsla, finns det en fullständig avslappning. Ordet ”avslappning” skulle kunna vara missvisande och jag tvekar att använda det, men det mänskliga språket är begränsat och vi behöver göra vårt bästa med de termer som finns tillgängliga. Så låt mig beskriva vad jag menar.

Ett tillstånd helt fritt från rädsla, utan sammandragning och spänning, är det tillstånd som gör en personlighet mottaglig för universums ständigt existerande lycksalighet. Detta är dock långt ifrån att vara ett passivt tillstånd. Avsaknaden av spänning innebär inte slapphet eller orörlighet. Det utgör ett ständigt rörligt tillstånd där spänningens – spänning i en annan bemärkelse – pulserande förändringar alternerar med öppenhet och fullständig mottaglighet. I den vanliga mänskliga bemärkelsen förknippas spänningen med åtdragning och försvar. I det rena tillståndet utgör åtdragningen en slags laddning, för att ge fjädring åt den skapande rörelsen som följer av den. Denna alternerande rörelse av laddning och släppa taget utgör en kreativ helhet som får individen att delta i skapandet. Båda dessa rörelser är avslappnade i den bemärkelse att de är fria från rädsla och försvar. De uttrycker ett tillstånd där det finns en djup vetskap om att allting är väl i universum.

Detta tillstånd är oerhört lycksaligt. Längtan efter denna lycksalighet djupt i alla människors hjärtan kan aldrig släckas ut. Och när ni fragmenterar ert medvetande och skapar den tredimensionella världens falska verklighet, är ni i ert inre fortfarande i kontakt med det eviga varandets större verklighet och med den eviga ”nupunkten”. Ert manifesta medvetande kommer ständigt att sträva efter detta tillstånd, vare sig ni vet om det eller inte. Denna strävan utgör i sig den motiverande kraften att växa, att söka, att röra sig, att acceptera de tillfälliga svårigheterna som är självskapade och att gå igenom dem som genom tunnlar, för att befria jaget från hindret.

Detta kräver, som ni alla vet, en motiverande kraft. För ni pendlar ständigt i en strid mellan att vilja röra er och följa längtan eller att streta emot rörelsen och ge upp vad ert hjärta vet existerar. Detta är en oerhört viktig kamp som varje individ måste gå igenom.

Vid en tidpunkt i utvecklingens uppstigande har kampen vunnits. Man blir hängiven rörelsen, även om den tycks medföra tillfälligt obehag eller lidande. Detta är förstas en illusion. Obehaget

och svårigheterna existerar och måste manifesteras, oavsett huruvida man bestämmer sig för att röra sig i sitt inre ödes riktning. Att följa den här rörelsen är det enda verkliga sättet att kunna förstå svårigheterna och därför verkligen lösa upp dem. Att förneka svårigheterna ger bara ett temporärt intryck av att de har försvunnit och svårigheterna kan på så sätt tyckas skapas genom beslutet att vända sig inåt i det verkliga jagets riktning. Detta är också en illusion.

Strävan efter lycksaligheten är den motiverande kraften som får vågskålen som utgörs av den inre kampen mellan rörelse och stagnation, mellan verklighet och illusion, mellan uppfyllelse och förtvivlan, att tippa över till rörelsens, verklighetens och uppfyllelsens sida. Detta måste ske vid ett eller ett annat stadium. Men ni söker också efter genvägar. Ni vill ibland uppfylla längtan utan att betala priset. Priset består av arbetet med att utforska, att söka och finna, att lära sig, att växa, att förändras, att rena sig, att färdas igenom all självskapad smärta och ondska.

Låt oss nu i korthet beakta vad sådana genvägar kan vara. Flera är möjliga. Låt mig nämna några. Sexuell aktivitet kan vara en sådan genväg. Det lycksaliga nuet upplevs oftast i den sexuella upplevelsen, även om det mycket sällan upprätthålls. När sexualiteten blir en flykt från problem, svårigheter och obehagliga aspekter av verkligheten, då söks den som ett billigt sätt för att uppnå ett sken av den universella lycksalighet som hjärtat vet existerar. Som med allt fuskande kan detta förstås inte fungera. Lycksaligheten blir i bästa fall mycket illusorisk och kortlivad. När det eviga nuets lycksaliga universella tillstånd uppnås genom ett ärligt växande, blir den sexuella föreningen bara ett uttryck för det, som resultatet av två individer som relaterar till varandra på den mest djupaste, mest ärligaste nivån, som för samman sin andlighet, sina emotionella jag, sina sinnen och sina fysiska väsen. Lycksaligheten som följer av detta utgör då en försmak av ”nupunkten”, eller ”nupunkten” kommer tillfälligt att upplevas.

Det mest flagranta falska sökandet efter ”nupunkten” är genom droger. Drogupplevelsen avlägsnar verkligen de fysiska, tredimensionella gränserna och avslöjar således verkligheten bakom den stora ridån. Men när detta avslöjande äger rum utan att det förtjänas genom att göra sitt medvetandetillstånd förenligt med denna upplevelse, då är priset högt. Jag behöver knappast illustrera saken. Samma sak gäller förstås för alkohol.

En sådan genväg är alltid en kombination av två aspekter av personligheten. Det finns å ena sidan den mycket starka längtan efter att vara i ett lycksaligt tillstånd, som en del av att personligheten ”minns” och åstundar, det finns å andra sidan ett motstånd mot att göra arbetet. Att försöka kompromissa mellan båda dessa sidor leder till sådana falska sätt att uppnå ”nupunkten”. Fallet från det lycksaliga tillståndet blir då desto mer smärtsamt och det vanliga, fysiska medvetandetillståndet blir desto mörkare. I Bibeln symboliseras änglarnas fall ofta som en engånghändelse. Men det är en verklighet utanför tiden som äger rum närhelst det fragmenterade

medvetandetillståndet tilltar genom att överträda en andlig lag. Det falska sökandet efter ”nupunkten” är en överträdelse så tillvida att det vill erhålla resultatet utan att betala priset. Insisterandet på att vara i himlen utan att vara redo för det, får personligheten att dyka ner i helvetet.

Meditationsövningar är ett annat sätt på vilket människor ofta söker det lyckliga tillståndet. Vid en första anblick kan det se ut som att detta är ett ärligt sökande, eftersom det nästan alltid innefattar ett långvarigt praktiserande av koncentrationsövningar och ibland även ett asketiskt levnadssätt som är tänkt att förbereda personligheten för upplevelsen. Även detta är så ofta en illusion.

Utdragen fasta, koncentrationsövningar, mässande ljud och självhypnotisk upprepning av meditativa fraser kan verkligen frambringa resultat. Det kan uppstå en tillfällig upplevelse som avslöjar den stora världen bakom ridån. Men om alla dessa övningar används som ett substitut för självrannsakan, egen rening och för att förändras från förvrängningarnas djup, kommer de i sin essens att likna de mer grova destruktiva flyktvägarna som vi nämnde tidigare.

Om meditationsövningar är mekaniska, är vägen illusorisk. Först när ”nupunkten” är ett resultat av en långsamt förtjänad utveckling, kommer de nya varseblivningarna verkligen att bli dina. Annars kommer du på ett kraftfullt sätt att lägga mycket energi på något som du inte kan upprätthålla med en känsla av lätthet. Det måste så småningom avspjälkas från dina utvecklade delar, som du då trycker undan från medvetandet. Det uppstår därmed en kolossal motsättning. Den lyckliga ”nupunkten” är i sanning ett resultat av ett förenande. Om detta förenande inte uppnås på ett ärligt sätt och man söker genvägar, då blir man ännu mer delad i stället för förenad. I ett sådant fall var personligheten i själva verket mindre delad när den började än vad den kommer att finna sig själv vara efter att temporärt ha smakat på och njutit av den lyckliga ”nupunkten” genom på konstlat vis framkallade medel. Jag räknar in mekaniska övningar och metoder som sådana medel.

Det finns endast ett säkert och tryggt sätt att uppnå den lyckliga ”nupunkten”, uppenbarandet av verkligheten i dess obegränsade dimensioner. Det sättet är genom att uppfylla den uppgift som du har kommit för. Endast en väg som denna kan hjälpa dig att göra det. Du måste lära dig att gå igenom din smärta: smärtan i din illusion, i din skuld, i din utvecklade sida. Detta är ytterst vad det hela handlar om.

Vad är ditt tillståndets verkliga natur när du har förlorat ”nupunkten”? Du är inte medveten om den andliga verkligheten, du är avskuren från den. Du tror att den tillfälliga verkligheten som du har

skapat – en illusorisk verklighet, om jag får mynta denna synbarligen paradoxala fras – utgör verkligheten.

Jag kommer nu till den allra viktigaste delen av det här föredraget. Jag nämnde tidigare att detta att vara i denna ”nupunkt” är att vara medveten, intensivt medveten, om denna ”nupunkts” innebörd. Närhelst man strävar bort från ”nupunkten”, förlorar man medvetenheten om dess innebörd. Du skapar då en överlagrad falsk verklighet. Detta sker på flera sätt. För det första, att inte vara i det eviga nuet, vad gäller tiden, beror på att man antingen befinner sig i det förflutna eller i framtiden – inte i nutiden, i det oändligt lilla nuvarande ögonblicket. Man kan vara i nutiden i viss grad, men ändå inte riktigt medveten om ”nupunkten”. Antingen är du i varje minut redan en bit före – kanske i nästa minut, nästa timme, nästa dag eller till och med i en avlägsen ”framtid”, i en önskedröm om hur det en dag kommer att vara eller borde vara eller skulle kunna vara genom magi. Du kringgår då ”nupunkten” som skulle kunna ge dig nyckeln till att faktiskt arbeta dig fram mot den omhuldade framtida tidpunkten. Eller så hänger du dig kvar vid något i det förflutna som styr dig, ofta utan att du ens vet om det.

Ert arbete på denna väg för er i kontakt med båda. Ofta blir du medveten om hur ditt förflutna fortfarande påverkar dig först efter ett mycket mödosamt famlande. Denna inverkan får dig att reagera på något som äger rum nu som om det fortfarande vore i det förflutna och i denna förvrängda syn tror du i själva verket att händelsen utgör samma händelse som den tidigare. Inte för att denna övertygelse är artikulerad. Om den vore det, skulle du befinna dig närmare ”nupunkten”. Det faktum att du är övertygad om att din nuvarande reaktion är en lämplig reaktion på nuet, utgör ett mått på hur fjärrad du är från ”nupunkten”.

Graden av sådana överlagringar från det förflutna till nutiden, är mycket, mycket starkare än till och med ni, mina vänner, inser, även om ni har sett vissa exempel på detta. Allteftersom ni fortsätter att växa, kommer ni att bli mer medvetna om denna ”tidsprojicering”. Det som ni ofta tror utgör fria handlingar, styrda av de nuvarande situationerna, är inte alls fritt valda, utan styrda av händelser och reaktioner som ni hade och som kan, men behöver inte, ha varit lämpliga i det förflutna. De är i vardera fall inte lämpliga nu och leder till en förvrängning av verkligheten och därmed till en falsk skapelse som utplånar er kontakt med det verkliga nuet.

När du ser på ditt liv objektivt, kommer du på liknande sätt att se hur mycket dina önskningar och din strävan in till framtiden styr din upplevelse – och därför din brist på en sann djup upplevelse – nu. Ni förlorar således ”nupunkten” som ett resultat av det förflutna och av framtiden, som så att säga drar i er från båda håll. Grovt sett är det denna avsaknad av medvetenhet om vad som verkligen äger rum som skapar tidsillusionen. Eller för att uttrycka det annorlunda, den falska verkligheten, avsaknaden av självmedvetenhet, skapar en fragmentering och en avskurenhet.



Att vara i "nupunkten", att förstå dess innebörd, att inte leva i det förflutna eller i framtiden, är dock inte något som du direkt kan bestämma dig för i ditt sinne genom en viljeakt. Viljeakten spelar roll, men den måste riktas mot att upprätta självmedvetenhet i alla dessa vardagliga aspekter som är ovälkomna för dig att möta och hantera. Först då kommer du att vara i sanning. Endast på detta sätt kan du upprätta en förnimmelse av verkligheten. Och endast som en konsekvens av att göra detta, kommer en ny förnimmelse av tidlöshet spontant att utvecklas, utan ansträngning, när du minst anar det. Den kommer att visa sig som en biprodukt av ditt sökande efter din sanning.

Endast indirekt, som ett resultat av ett inre utforskande, kommer det förflutna att upphöra att utgöra nutiden. Du kommer då helt och fullt att lita på framtiden, eftersom du vet att den endast kan utgöra en förlängning av nuet. Om du befinner dig den fulla sanningen i nuet, bygger du en "framtid" – i era termer – som kan vara helt tillförlitlig. Du behöver därmed inte leka på ett önsketänkande sätt med framtiden, eftersom du inte behöver fly från nutiden. Det eviga nuet antar då en ny verklighet.

Andra sätt på vilka ni förlorar varje fragmenterat ögonblicks "nupunkt" i tiden som ni existerar i – som ni andas i, som ni tänker och vill och känner och upplever i – är mycket bekanta för er som har ägnat tid och bemödat er på denna väg. De är till och med kända av psykologiska skolor som försöker finna det inre jaget. De tycks ha lite att göra med kosmiska och skapande processer. De förefaller i er värld idag vara helt all dagliga begrepp, långt avlägsna sådana ämnen som vi diskuterar nu. Men de är verkligen mycket starkt kopplade till de processer vi diskuterar. Dessa är (1) förskjutning, (2) projicering, (3) förnekelse. Jag ska ge enkla exempel på vardera av dem som kan användas för fortsatt eget utforskande.

Anta att det finns något smärtsamt inom dig som du kämpar emot – och ni vet alla hur mycket ni kämpar i detta avseende. Du kan då förlora "nupunkten" genom *förskjutning*. Låt oss ta exemplet när du innerligt älskar en person som sårar dig och gör dig upprörd. Du vill inte förolämpa den personen. Om du visar dina känslor kanske konsekvenserna förorsakar att du förlorar den som du behöver och är beroende av. Detta skulle orsaka en smärta som du vill undvika. Den här personen har likväl gjort något mot dig som smärtar och gör dig upprörd. Att bekräfta den här smärtan kan också förstöra en illusionsbubbla som du inte vill ge upp. Illusionen kanske är att den älskade personen borde vara fullkomlig och aldrig göra saker för att skada dig. Syftet med din illusion i sig är att undvika obehag – i detta fall en konfrontation – och/eller riskera den möjliga förlusten av den älskade. Du hoppas på att kunna undvika alla risker, allt obehag och alla smärtor genom att bygga en illusion som du investerar en hel del energi i, så att du kan upprätthålla dess fiktiva verklighet. Smärtans och ilsans energi som du upplever är inte desto mindre mycket verklig och

du behöver göra dig av med den på något sätt. Illusionen är att genom att inte bekräfta smärtan och ilskan, kommer de helt enkelt att försvinna. Mekanismen genom vilken du försöker ”lösa” detta problem – ofta så automatiskt att det inte ens uppfattas – är att lägga dina känslor för denna kära och viktiga person på en annan person, kanske på en annan fråga.

Den här andra personen kanske inte betyder lika mycket för dig. Hans eller hennes ilska, avvisande och vedergällning kanske är mindre ”farliga” för dig. Eller så känner du dig så säker i den här personens kärlek, tolerans och förståelse, att du tryggt kan lägga denna börda på honom eller henne. På detta sätt har du ”löst” problemet genom att finna ett nödvändigt utlopp för en tät energiansamling utan att äventyra relationen med den mycket viktiga personen i ditt liv. Detta är vad jag kallar *förskjutning*. Helt bortsett från skulden kring oärligheten i ett sådant slugt medel, skapar det också en falsk verklighet. Du börjar leva i en självskapad värld som inte har någon koppling till hur verkligheten är. Detta gör dig helt omedveten om varje ”nupunkts”-bråkdal. Du kan inte urskilja dess innebörd eller budskap förrän du är villig att få rätsida på det igen.

Många av er är tillräckligt långt komna på er väg och har många gånger upplevt att när man fullt ut ser och möter de mest önskade, oärliga och småaktiga överträdelserna av sanningen inom sig, kommer man till ett lycksaligt tillstånd. Du uppnår det redan innan du nödvändigtvis förändrar den delen av dig, helt enkelt genom att ärligt behandla frågan. Anledningen till detta är att du befinner dig i den särskilda ”nupunkten” för din bristande sanningsenlighet, din bedräglighet, din negativitet. Förskjutning skapar kaos och oordning. Det skapar en fullständig förvirring kring vad som verkligen är. Det skapar en fullständigt förlorad kontakt med din inre existens kontinuum. Det måste därmed skapa rädsla och fragmentering.

Exemplet jag använde förekommer mycket ofta och finns i era liv i en mycket högre grad än ni för närvarande inser. Här och där ser ni vissa av era förskjutningar, men inte i närheten av den grad som de fortfarande pågår hos er alla. Ni överför så ofta något från en viss person till en annan, från en viss situation till en annan. Ibland är ni helt enkelt alltför lata och av vana alltför motsträviga för att hantera den verkliga situationen. Det kommer då ut i den falska situationen. Det kan inte komma i fråga om att komma in i din ständigt föränderliga och självförnyande och pågående ”nupunkt” såvida du inte upphör med detta förfarande, såvida du inte helt bestämmer dig för att se vad du gör och i vilken utsträckning du gör det. Avsaknaden av medvetenheten om på vilket sätt du gör det, gör problemet mycket större. I samma ögonblick som du ser att du bär på problemet med automatisk förskjutning, är problemet redan mindre.

Låt oss nu ta *projicering*. Detta är ni lite mer bekanta med, men även här är ni ofta blinda för på vilket sätt ni reagerar på andra, just för att ni inte önskar se något i er själva. Ibland kan den andra personen verkligen ha den önskade egenskapen, men vid andra tillfällen behöver inte detta vara

fallet. Huruvida det förhåller sig så eller inte, spelar liten roll. Det viktiga att se är att du missbrukar energin som du borde använda för att se, konfrontera och hantera en aspekt av dig själv genom att bli arg och irriterad på den andra personen i stället. Du gör detta på grund av att du vill vidmakthålla en illusion om dig själv – nämligen att du inte har egenskapen i fråga.

*Förnekelse* är naturligtvis ganska självklar. Man varken förskjuter eller projicerar det man inte önskar uppleva, utan man försöker helt enkelt förneka dess existens. Alla dessa förfaranden – att påverkas av det förflutna, att sträva mot framtiden, att förskjuta, projicera och förneka – är försök att komma bort från ”nupunkten” i illusionen om att någonting kan undvikas som på något sätt är obehagligt. Med våld skapar du en ny verklighet som inte är grundad i sanningen. Detta innebär i grunden att missbruka de kreativa förmågorna. Vad man egentligen åstadkommer är att skapa mer fragmentering, ett ytterligare fjärande från den psykiska ”kärn-nupunkten” med all dess underbara innebörd och relation till helheten.

Kärleken från alla era vänner som arbetar i detta vackra förehavande strömmar ut till er alla. Välsignelserna kommer att föröka sig i era hjärtan och i era djupare sinnen allteftersom ni låter er känna dessa välsignelser. Var er innersta 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](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.

2024-10-12