

## Sättet att förhålla sig till jaget – självförlåtelse utan att ha överseende med det lägre jaget

Välkomna, mina allra käraste vänner. Ni är alla välsignade, var och en av er som har samlats här. Må ni omslutas av kärlekens kraft och välsignelserna som ges.

I kvällens föredrag skulle jag vilja utforska specifika fasetter av denna väg, som utgör en evig väg i en eller annan form för alla människor, för all skapelse. Jag vill diskutera hur fortskridandet av denna väg kan främjas i det utvecklingsstadium där ni nu befinner er, mina vänner. Ni kan i detta specifika stadium upptäcka hinder som ni behöver förstå bättre på en djupare nivå av ert väsen, så att ni kan avlägsna dem och förstärka processen som ständigt rör sig och som ni alltmer blir en del av. Den här processen initieras på nytt vid varje steg – samtidigt blir du också en del av den och följer den eftersom den är större än detta du som måste initiera den.

Ni gör verkligen detta i en allt högre utsträckning. Ni växer och förändras och upptäcker er inre världs underverk. Men det kommer också att vara till hjälp för er att bli mer medvetna om vad ni gör och vilka dessa inre rytmer är. Det finns en ständig pendling mellan att initiera – och därmed indirekt upprätta processen som vecklar ut sig och som ni i sällsynta, upprymda stunder förnimmer – och att följa den här processen. För det mesta är ni fortfarande omedvetna om att ni är en del av en process som ni har satt i rörelse genom ert åtagande att vara i sanning, att vilja växa och förändras.

Detta är naturligtvis den grundläggande aspekten av att initiera processen: det generella åtagandet att vara i sanning och att förändra det som är negativt och destruktivt. Men sedan finns det specifika aspekter som kräver en djupare förståelse på grund av att det mänskliga psyket är synnerligen bortkommet vad gäller vissa frågor som förloras i dualiteten av det mänskliga livet. I kvällens föredrag skulle jag vilja diskutera en sådan aspekt. Innan jag gör det, behöver jag emellertid synbarligen avvika från ämnet. Detta är dock egentligen inte en avvikelse; ni kommer att se sambandet senare.

En av era mest grundläggande rädslor är rädslan för döden. Rädslan för döden har sitt ursprung i förvirringen som finns i det dualistiska tänkandet och varseblivningen. Rädslan i sig leder till

ytterligare förvirring. Rädslan för döden kan dämpas genom att inte tänka på den, men likväl lurar den i själen tills personligheten fullständigt har smält samman med den gudomliga verkligheten. Rädslan kvarstår även när en intellektuell förståelse har uppnåtts och en inre upplevelse ibland har ägt rum som ett resultat av ett växande och en kontakt med den gudomliga kärnan. Även om det i stunder finns en djup kännedom om livets kontinuum, sprider sig denna kännedom som en långsam process. Hela själen och personligheten måste fyllas med sanningen, utan någon fluktuation, utan någon frestelse att uppfatta och uppleva världen på ett felaktigt, falskt sätt. Att vara djupt medveten om livets eviga natur kräver en långsam process som är avhängig många andra inställningar som synbarligen inte har något eller lite att göra med den här stora frågan. En sådan övertygelse kan komma först efter att många hinder har övervunnits och efter att denna grundläggande rädsla har setts i vitögat på olika nivåer, oavsett vad du är övertygad om i ditt sinne. Denna rädsla kan anta olika former, men oavsett vilka de kan vara, vill jag först och främst inrikta mig på den nivå där er medvetna eller omedvetna rädsla för döden existerar.

Livet kan inte vara icke-liv, för det är livets inneboende natur att vara levande. Detta kan på en mer yttlig nivå låta som ett överflödigt uttalande, men om ni lyssnar djupt in i er själva och tänker på den här meningen, kommer ni att förnimma att det finns en djupare innebörd i den. Ni tar i själva verket på ett tanklöst sätt för givet att livet plötsligt kan bli icke-liv, att dess inneboende natur plötsligt förändras till en motsats. Om man verkligen begrundar detta, måste man komma till insikten att detta är rent nonsens. Liv kan bara vara liv. Allting som är skapat, allting som är, kan bara vara vad det är. Det kan inte vara vad det inte är, även om det på framträdandets yttliga nivå temporärt kan se ut på ett annat sätt. Det är bara i det dualistiska tillståndet som man lever med två motsatser i själen. Men detta dualistiska tillstånd är uppenbarligen bara ett mycket begränsat tillstånd vid jämförelse med hela skapelsen. Även medan man befinner sig i detta medvetanderike upptäcker man snart, när man verkligen arbetar på sin väg, att alla motsatser är en illusion och utgör aspekter av samma enhet. Ni har själva redan lyckats på många områden i ert inre liv att föra samman sådana motsatser, så att motsägelser inte längre finns och blir förenade. Detta måste gälla för alla motsatser på er nivå av verkligheten. Om livet innebär att allting är ett, kan det alltså bara finnas liv. Döden måste därför vara en illusion.

På ert medvetandes nivå, är ni helt, eller nästan helt, fokuserade på manifestationens nivå, inte på ursprungets nivå eller på källans nivå. Livet strålar utåt. Det sänder ut sin utstrålning, sina strömmar, sina energiströmmar, sina strålar. Men dessa strålar är endast de yttre "budbärarna" som gradvis frambringar livet. Jag har vid något tidigare tillfälle talat om denna skaparprocess i ett annat sammanhang.

Växandets spiralrörelse behöver repetition och behöver koppla samman dessa repetitioner med olika sammanhang och förbindelser. Jag har tidigare förklarat att livet – som utgör gudomlighet,

för liv och gudomlighet är ett – mycket gradvis tränger in i tomrummet och fyller tomrummet. När tomrummet väl är genomträngt av liv, kan det aldrig igen bli ett tomrum. På gränsen där livet möter tomrummet, stelnar och hårdnar energi och medvetande – som utgör livets huvudsakliga aspekter när de uttrycks i det mänskliga språket – till materia. Denna nivå kan också kallas manifestationens nivå, som inte får förväxlas med det verkliga livet, källan. Materien eller manifestationen får liv och levandegörs av livet, till dess att den under utvecklingens gång transformerar och transformerar sig igen i tillräcklig utsträckning så att den blir helt ett med livet. Men så länge den fortfarande befinner sig vid den ”yttre gränsen”, är den bara tillfälligt levandegjord av livsgnistan, som dock av själva sin natur återvänder och återvänder.

Jag sammanfattar: Strålarna av liv levandegör materien som utgör den skapelse som uppstår i mötet mellan livet och tomrummet. Tomrummet måste fyllas helt med liv: detta är utvecklingens orubbliga öde. Allting som lever levandegörs av det evigt gudomliga medvetandet. Och medvetandet rör sig evigt fram och förändrar sin manifestation i sina myriader av former.

Hur gäller då detta för er, mina vänner? Vi vill som alltid använda djupgående metafysiska sanningar inte bara som filosofiska tankar att spekulera kring, utan för att tillämpa specifikt på ert mänskliga tillstånd och på ert arbete på denna väg. Det finns ingen större sanning, inget universellt skapelsefaktum, ingen makrokosmisk händelse som inte också direkt kan tillämpas på er personliga utveckling, ert växande, er självkonfrontation och ert omedelbara mikrokosmos. Om man använder stora sanningar utan att koppla dem till arbetet på denna väg, använder man andlighet som en flykt från jaget, som ett undvikande av personlig rening, ett misslyckande med att uppfylla inkarnationsuppgiften.

Ni är inriktade på manifestationens nivå och ni förväxlar manifestationen som levandegörs av det eviga livet med det eviga livet självt. Först efter att högre förverkliganden av medvetandet har uppnåtts, skiftar detta fokus – kanske nästan oavsiktligt i början. Det ser ut att bara vara en biprodukt av reningsarbetet. Livet kan tillfälligt dra sig tillbaka från materien som det har skapat och sedan tillåta materien att lösa upp sig själv till dess ursprungliga substans. Det kommer därefter att skapa en ny form som det levandegör. Utvecklingsprocessen är en ständigt föränderlig process.

Det mänskliga medvetandet behöver öppna sinnet för att utforska sanningarna som jag presenterar för er här. Er rädsla härrör i själva verket från att ni identifierar er med manifestationen som levandegörs av källan. Ni utgör källan. Till och med din nuvarande personlighet, ditt tänkande och kännande, ditt väsen och din upplevelse, din förmåga att vilja och bestämma – allt detta utgör källan. Icke-liv kan inte göra någonting av dessa saker. Även om mycket av din manifesterade personlighet modifierar sig själv, förändras och expanderar, utgör allt som du vet och känner dig

själv vara, källan, inte manifestation. Däri ligger förvirringen som skapar rädslan för att inte vara till.

Ni behöver lära er att allting som ni är nu, även i dess ofullkomlighet, utgör det ständigt existerande eviga livet och aldrig inte kan finnas till. Inom er nuvarande begränsade manifestation ligger obegränsade möjligheter att vidga ert medvetande, er upplevelse, er skaparförmåga att forma livet och livsformer, er känsla av att vara vem du egentligen är. Och ni tror fortfarande, mina vänner, någonstans, på något sätt, i en del av er, att när ni drar tillbaka detta liv från materien som ni skapade genom mötet mellan liv och icke-liv, att ni då upphör att finnas till. Allting som du vet och är medveten om som att det är du, måste dock fortsätta att finnas och kan inte inte finnas, även vad gäller den begränsade personligheten så som du känner dig själv nu. Den är vad den är nu, förutom dess potential som också existerar i nuet. Allteftersom denna potential levandegör materien alltmer, vidgas medvetenheten om jaget och du känner då till sanningen om din obegränsade kontinuitet. Materien smälter då samman med källan.

För att sinnet ska ta detta språng, för att öppna er förståelse för tankarna som jag här utvecklar, behöver vi övervinna vissa specifika hinder, som jag tidigare nämnde. Det finns många hinder och ni arbetar med dem alla i en eller annan form. Rädslan för döden är kopplad till ett av de viktigaste hindren, som är förhållningssättet till jaget på den egna reningens mödosamma väg. Jag skulle nu vilja diskutera detta i detalj, för det finns ett stort behov av det. Det handlar om er förvirring kring att acceptera jaget med det lägre jagets aspekter, att rättfram inse dess negativitet och samtidigt se dess destruktivitet och dess skadliga effekter för vad de är.

Ni förväxlar självacceptans och självförlåtelse med att ha överseende med och rentvå det lägre jagets negativa aspekter och ni förväxlar likaledes självförödande skuld och självhat med att ärligt erkänna vad som verkligen är felaktigt och behöver förändras. Denna specifika dualistiska förvirring är uppenbarligen ytterst viktig. Det är inte svårt att se hur den kan utgöra ett enormt hinder på er väg, för ettdera alternativ förhindrar er att växa och expandera och bli ett med er Gud. De negativa aspekterna måste accepteras fullt ut, förlåtas och ses i ett sammanhang med hela personligheten, men man får aldrig ha överseende med dem. Allt detta har sagts många gånger tidigare, men det är fortfarande ett stort hinder för många av er. Ni snubblar över just denna dualitet om och om igen.

Rädslan för döden, rädslan för icke-liv, har en hel del att göra med detta. Den har att göra med detta på två till synes motsatta sätt. Om rädslan för döden döljer sig i ditt hjärta, medvetet eller omedvetet, är det extremt svårt att förlåta sig själv, för ett av de värsta straffen är hotet om att utplånas. Bristande förlåtelse av dig själv tar fram detta hot i fokus. Den utlöser det.

Rädslan för döden skapar också en rädsla för rörelse. Och detta strider naturligtvis fullständigt mot verkligheten. För livet rör sig ständigt och där livet drar sig tillbaka, stannar rörelsen av. Men sett från den inverterade positionen inom manifestationens nivå, av vilken tidens gång är en integrerad del, verkar det som om livet är en oupphörlig rörelse mot att dö. Förändring är därför en rörelse som ser ut att påskynda dödsprocessen. Att förbli orörlig upprätthåller illusionen av att tiden hejdas och att status quo vidmakthålls. Detta är en av de huvudsakliga inre anledningarna till att ni värjer er mot och misstror förändring och växande. Den här illusionen är så primitiv att den praktiskt taget är vidskeplig, men på dessa nivåer av halvt medvetet tänkande och resonerande, är detta knappast förvånande. Ni har under ert arbetes gång upptäckt många absurda missuppfattningar som ni bär på och våldsamt upprätthåller på denna nivå av ert väsen, som styr era liv i en grad som ert medvetna, mogna sinne i början inte kan och inte vill förstå.

Det behöver här knappast understrykas att detta att förbli stillastående, är att uppmuntra upphörandet av den manifesta nivån. Det kan endast påskynda viljan hos det levandegörande medvetandet att dra sig tillbaka från denna manifestation och börja om på nytt. När du är beslutsam och har åtagit dig att förändras och föra fram den gudomliga potentialen, kommer dualiteten att smälta samman i en enhet där du kan vara mild mot dig själv, där du kan vara barmhärtig mot dig själv och där du kan se och möta det lägre jaget just för att du har denna grundläggande kärlek och barmhärtighet gentemot allt varande, inbegripet ditt eget. Du kan se och möta ditt lägre jag på ett oförtrutet sätt – utan att rentvå, utan att bortförklara det eller rättfärdiga det, utan att överföra skulden för det till andra och samtidigt utan ett spår av självhat. Denna inställning blir tillgänglig för personligheten om den kan förnimmas som en möjlighet, till och med som en nödvändighet. Den kommer då att bli ett mål att sträva efter. Den behöver medvetet förverkligas genom att ständigt kontrollera obalanserna i dessa två riktningar och modifiera dem.

Bara i den grad som du omfamnar ett fullständigt åtagande att röra dig och att förändras, kan du lita på att personen som du känner och upplever dig som måste fortsätta att finnas till. Oavsett hur mycket du förändrar din manifestation för att bringa den i harmoni med dina gudomliga möjligheter, förblir du fortfarande i slutänden du, för du är Gud. Du blir mer du, allteftersom du upprätthåller den här förändringen in i mer av din potential.

Detta är mycket viktigt för er att förstå, mina vänner. Allting som existerar, lever och andas är även i sin mest mikroskopiska form en manifestation av Gud och är därmed i grund och botten evigt. Blockeringen av att inte inse detta faktum är mycket utbredd. Även om jag har talat om den många gånger i olika sammanhang, har den inte på något sätt undanröjts. Ni snubblar fortfarande över självhatet i er. Ni snubblar fortfarande över försvaret mot att inse självhatet och att känna dess smärta, för att ni i hemlighet tror att självhatet är berättigat, vilket gör dess smärta outhärdlig. Rädslan för din egen oförsonlighet å ena sidan och att du som ett synbarligt motgift pjoskar med

och ger efter för dig själv och förnekar det lägre jaget å den andra, existerar alltid samtidigt. Dessa är uttrycken för denna specifika förvirring och blockering. Dessa utgör förvrängningen och inversionen av enheten självaktning och fullständig egen ärlighet.

Vad ni behöver är alltså att om och om igen skapa utrymme för närvaro av er gudomlighet, som då kan göra det möjligt för er att se och möta vad som än finns i er. Inse att det lägre jaget inte är något annat än en skapelse som har uppstått genom att liv stöter på icke-liv. När liv möter icke-liv, skapar energi materia och medvetandet avdelas i fragment. Sanningen och verkligheten rörs ihop på grund av fragmentens begränsade perspektiv. Sanningen förminskas och sätts in i begränsade aspekter. Hela dualiteten utgör detta – en begränsad aspekt. Ni har skapat konstgjorda ting, konstgjorda tudelningar av tankar som förvirrar ert sinne. Dessa är lika mycket en skapelse som materien är en skapelse av mötet mellan liv och tomrummet – icke-liv. Livet tränger och slungar sig slutligen in i icke-livet och gör det levande, även om det i denna process – om och om igen, i en ständigt rytmisk dans – tidvis drar sig tillbaka från livsmanifestationen.

När materien sönderfaller, har den redan förändligats genom att ha varit i besittning av livets kärna, även om det bara är under en övergående period. Och den kommer att återuppväckas. Materien i sig är något som livet har skapat, för tomrummet kan inte skapa, det utgör väsentligen icke-liv, tills det fylls med liv. Även när materien tycks sönderfalla, är den alltså inte livlös. Den följer bara en inverterad, indirekt färdväg. Materiens sönderfall kommer att föra samman den igen i nya kombinationer och den mer uppenbara, större livsgnistan återvänder för att levandegöra den igen. Det måste samtidigt inses att själva processen av att sönderfalla och återintegreras utgör en rörelse som leder mot samma mål. Där det finns rörelse, måste livet fortfarande finnas. Livet i den livlösa materien är, som jag nämnde, en inverterad rörelse och ett mycket förminskat levandegörande, men även detta måste vara vad det är och det följer orubbliga, visa lagar. Att förklara dessa lagars natur nu skulle gå utanför det här föredragets omfattning.

Samma principer finns på medvetandets nivå. Den splittrade verklighetsuppfattningen som vi talar om så ofta existerar i många olika former, som skapar det lidande som mänskligheten upplever. Ju längre livets rörelse fortskrider, desto mer förenas dessa splittrade begrepp och avlägsnar lidandet. Sinnet som är medvetet och levandegör en enhet av medvetande, försöker treva med de splittrade begreppen tills de blir klargjorda och förenade. Och klargörande och förenande är endast möjliga med mod att förbinda sig till den gudomliga sanningen. För då är sanning kärlek och kärlek är sanning.

När du väl förbinder dig till den gudomliga sanningen, kommer du alltmer att uppleva livet för vad det är. Det är allt; det kan aldrig vara något annat. Det kommer inte att förväxlas med manifestationen som bär gnistan. I denna gnista finns allting som du känner dig själv vara. Detta

medvetande som du är nu, är inte bundet till din kropp, även om partiklar av detta medvetande blir kvar som återspeglings inom varje molekyl, inom varje cell, inom varje atom i materien som ditt medvetande har skapat. Din kropp är således ett uttryck för och en återspeglings av ditt medvetande, men när ditt medvetande drar sig tillbaka från kroppen, förblir det exakt så som du känner dig själv vara nu. Kroppen som har levandegjorts tycks ur det begränsade medvetandets perspektiv falla sönder. Men även den går igenom en väldig process där varje cell finner nya celler och skapar nya former och skapar därigenom utrymme för nya farkoster. Varje cell i en kropp som har lämnats av det levandegörande livet, bär en gnista inom sig, en liten gnista av detta liv.

Som jag nämnde för er så finns det inte något livlöst föremål som inte är levande på något sätt, som inte någonstans utgör en del av livsprocessen. Denna lilla gnista färdas genom kanaler som är oändligt lagbundna, meningsfulla och harmoniska och som följer lagar för tilldragning och fränstötning – lagar som är omöjliga att förklara och föra in i det mänskliga medvetandets ramverk. När celler återförenar sig själva i nya kombinationer, skapar de gener, och dessa gener inom den mänskliga strukturen förändras när medvetandet förändras. Generna är inte desamma idag som de kommer att vara om några år, förutsatt att individen växer och rör sig.

Alla dessa materiepartiklar – som är osynliga för det mänskliga ögat men som inte desto mindre utgör materia – inrymmer inneboende aspekter av medvetande. Det kan alltså inte finnas någon cell i en död kropp som inte är ett uttryck för hela personligheten som en gång gav livlighet åt och levandegjorde den cellen. Detta styr återigen de sönderfallande och återintegrerande cellernas fortsatta resa.

Detta tycks kanske ytligt sett inte ha så mycket att göra med ämnet förhållningssätt till jaget vad gäller självkärlek och egen ärlighet eller, i förvrängning, att ge sig hän åt sig själv och självhat – eller för att uttrycka det annorlunda, ert behov av att lära er självförlåtelse å ena sidan och självkonfrontation å den andra. Sambandet är dock ytterst relevant, mina vänner. När ni mediterar djupt kommer ni kanske att förnimma och intuitivt känna relevansen. Det finns ett direkt samband mellan självhat, rädsla för straff, rädsla för döden och sönderfallet av cellstrukturen som faller in i en kanal som därefter dras till en motsvarande ny form.

Tro inte att de tankar som ni tänker nu inte utgör skapelser med sin egen cellstruktur och sin egen materia, även om den här materiens täthet är osynlig för er. Om man lever i en avskuren dualitet i vilken man måste hata sig själv för att kunna se och möta sanningen om det lägre jaget, eller där man måste förneka sanningen om det lägre jaget för att inte känna och uppleva självhatet och rädslan för att dö, för döden, för icke-liv, då lever man i en mycket specifik kanal och skapar

tankar och osynliga former som leder in en i ett mönster av förvirring och lidande som ständigt upprepas.

Ni är nu redo, mina vänner, att omfatta ett helt nytt sätt att förhålla sig till er själva. Det är verkligen nytt och samtidigt inte så nytt. Ni har redan tagit små steg mot detta förhållningssätt. Ni är nu redo att ta ett större steg och verkligen fullborda detta förhållningssätt, denna inställning som kännetecknas av total hängivenhet till självkonfrontation och självaktning, självkärlek och självförlåtelse på ett sant proportionerligt vis. Ni kan nu tillåta Guden inom er – som ni kan vara i den stund ni så väljer – den gudfruktiga inställningen av att vara i ett tillstånd där självkärlek råder på det sundaste, mest gudomliga sättet, utan ett spår av njutningslystnad eller förnekelse av det som är sant i ditt lägre jag. Du kan ha respekt och kärlek för och medkänsla med din underbara kamp, din underbara ärlighet även medan du också ser den ännu existerande oärligheten, fegheten och det lägre jagets alla andra fula små inställningar, utan att någonsin glömma vem du verkligen är. Själva det faktum av att se och möta detta lägre jag förtjänar den barmhärtighet, förlåtelse och kärlek som människor har bett om i bön, där de under årtusenden har vänt sig till en Gud utanför sig själva och tänkt att dispenser som ges utifrån kommer att gottgöra vad de undanhåller från sig själva.

Detta är mitt budskap i det här föredraget, mina vänner. Jag lämnar er med en stor välsignelse och med förslaget att ni blir mer observanta på era tankeprocesser – de dagliga små tankemönstren som ni är så vana vid, som ni tar så mycket för givna att det aldrig faller er in att beakta deras skapande kraft och också att beakta att ni kan välja andra tankar. Dessa dagliga, upprepade tankemönstren utgör kanske er värsta fiende. De är lömska, för ni är så vana vid dem. Lär er att skapa litet distans till era tankemönster. Observera er själva när ni följer dem, ger liv åt dem, ger livlighet och energi åt dem och därigenom skapar ett tillstånd där rädsla, självhat, misstro och hopplöshet råder. Detta är vad jag ber er göra. Fortsätt nu varje dag i era liv med detta nya observerande av era tankar.

Med detta ger jag er en stor och underbar välsignelse som ni alla alltmer känner och tar in. Det är en kännbar livskraft. För oss i vår värld är den mycket synlig och för vissa av er är den synlig i en viss liten utsträckning. Men ni upplever säkerligen dess verklighet; ni badar i den. Jag kommer att tala till er om och om igen och ge er vad jag behöver ge. Var välsignade, mina käraste 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.

2024-10-12