

Att kommunicera med Gud – Daglig återblick

Välkomna i Herrens namn. Jag kommer som vanligt med välsignelser till er, mina kära vänner. Varje levande varelse söker Gud; varje människa söker Gud, medvetet eller omedvetet. Även de ni kallar ateister, även de söker Gud. Alla söker lycka, kärlek och trygghet och detta är Gud! Där en andlig medvetenhet fortfarande saknas, tror människor förstås ofta att dessa mål kan återfinnas i andra saker och de söker därför trygghet i antingen ekonomisk bemärkelse eller genom känslomässiga band. Människor söker också lycka, kärlek och trygghet genom att sträva efter enastående framgångar i ett yrke där de kan få beundran, uppskattning och en viss grad av makt. Men om man önskar sig en sann trygghet – och vem vill inte ha det? – är dessa mål verkligen fattiga substitut, särskilt om de intar platsen för den trygghet som bara en harmonisk relation med Gud kan ge. Ekonomisk framgång, tillfredsställande känslomässiga band och ett yrkesmässigt erkännande kan också bli dina om detta är en del av din plan för den här inkarnationen, men det gör en stor skillnad om detta är allt du måste hålla fast vid eller inte.

Det är på samma sätt med kärlek. Om en annan människas kärlek söks med den ström som är avsedd för Guds kärlek, kommer den alltid att lämna dig med en känsla av tomhet, otillfredsställelse eller till och med frustration. Om Gud inte verkligen utgör grunden för ditt liv och om du i stället söker världsliga substitut, kommer de senare således aldrig att riktigt tillfredsställa dig. Du kan absolut dock även känna kärlek till och från andra människor – och det bör du verkligen. Men den kärleken kommer att ha sitt rätta värde; den kommer inte att vara ditt enda ankare och du kommer aldrig att känna att ditt liv är meningslöst om du av någon anledning förlorar en mänsklig kärlek så länge som Gud har sin rättmätiga plats i ditt hjärta.

Jag har sagt att alla söker Gud, även om de oftast gör det utan att veta om det. Precis som växter vänder sig mot solen och söker ljus och värme, så vänder sig människor mot Gud, ofta lika omedvetet som växten. Först när du har funnit Gud inom dig kommer ditt hjärta att få ro och ditt förbryllande liv får en mening. Endast genom att finna Gud kommer kunskapens ljus att vara ditt – inte nödvändigtvis som en allmän eller abstrakt kunskap, för den är mindre viktig. Det kommer att vara en personlig kunskap. Du kommer att förstå varför du behövde gå igenom vissa svårigheter och varför du råkade ut för så många obegripliga upplevelser som ursprungligen såg ut att vara ett resultat av andras grymhet eller av "ödet". Helt plötsligt kommer ditt liv att bli så djupt meningsfullt för dig att du inte kommer att stängas mer med dess svårigheter. Ni kommer att vara

glada att ni har haft dem, mina kära vänner, inte bara för att ni fullt ut kommer att uppfatta rättvisan i dem, utan för att ni också kommer att inse hur bra och hur stärkande dessa svårigheter var för er. Ja, ni kommer verkligen att inse det.

Gud söks på olika sätt. Han kan dock inte bli funnen utanför dig själv, i någon byggnad eller uppe i himlen. Detta vet ni alla. Han kan bara bli funnen inom dig. Trots det faktum att ni vet att han lever i var och en av er, söker många av er fortfarande Gud på fel sätt. Oavsett vilken religion eller filosofi du tror på, kan du bara finna Gud i det inre genom att gå igenom ditt lägre jag. Om du har en skatt som är dold djupt i jorden, är det enda sättet som du kan komma till den skatten genom att gräva upp smutsen, vilket innebär att du måste komma i nära kontakt med under ett tag. Du vet att hanteringen av den här smutsen är värt det och nödvändigt för att frigöra din skatt, så du gör detta tillfälligt obehagliga arbete för att få det gjort en gång för alla. Det finns absolut inget sätt att få fram skatten om du inte först är villig att brottas med leran. Den enkla logiken i detta kommer att vara begriplig för alla.

Varför då inte göra detta grävarbete för att avtäcka Guds ovärderliga hus som finns inneslutet i var och en av er? Varför hoppas du att få den största och mest värdefulla skatten av alla utan att vara villig att möta ditt lägre jag? Är det rimligt? Utan tvivel inte. Ändå hoppas många av er fortfarande på det på något sätt. Många av er människor som mycket väl vet att Gud bara kan bli funnen i det inre, fortsätter att söka diffust i vissa dolda skrymslen i er själ för att hitta en gnista, för att uppleva Gud. Kanske hoppas ni på att uppnå detta genom att söka en allmän, abstrakt kunskap om Gud eller genom att göra vissa andliga övningar. Om detta är det enda sätt som man söker honom på, kommer det som erhålls att bli allt annat än Gud. Du får inte försöka bortse från svårigheterna i ditt liv som finns mitt framför dig, vilka de än är. Om ni söker på detta sätt, kommer ni att upptäcka att Gud är så mycket närmare än ni trodde. Men om ni försöker på något annat sätt, kommer han att vara oändligt längre bort från er än ni någonsin kan förstå. För att finna Gud, behöver du få insikt om dina dolda känslor och utvärdera dem i den gudomliga lagens ljus. Bekräfta dina sanna reaktioner i stället för att få dig att tro att du reagerar på andra sätt och av andra skäl än vilka de verkligen är. Se först tydligt dina brister. Jag har så många gånger tidigare sagt att ni behöver upptäcka de delar av er som ni ännu inte ens är medvetna om. Undersök er själva vad gäller era verkliga känslor. Endast genom att ta den här vägen och genom att verkligen gå igenom ert lägre jag, möta det och lösa upp det steg för steg med mod och övertygelse, kommer ni att finna en sann lycka och trygghet i Gud, med Gud och genom Gud.

”Hur kan jag göra det?” är alltid frågan. Det finns många sätt att närma sig detta, mina vänner. Alla ni som redan befinner er på denna väg känner redan till att man alltid behöver ta itu med alla problem från åtminstone två håll och ofta från flera håll. Du kan inte finna Gud om du inte strävar efter att övervinna dina ofullkomligheter. Men du kan å andra sidan definitivt inte övervinna dina

ofullkomligheter på egen hand, oavsett hur stark du är och oavsett hur god din vilja kan vara. Du behöver Guds hjälp. Det är alltså en växelvis process.

Du behöver först meditera för att få insikt om och utvärdera dina egna ofullkomligheter och sedan bygga en bro därifrån. Därefter behöver du ärligt analysera vad som verkligen pågår inom dig. Detta är inte fullt så svårt som ni kanske tror, förutsatt att man verkligen önskar och väljer att göra det. Ni behöver få insikt om den ständigt närvarande tröga tendensen hos varje person jämte den grundläggande drivkraften hos alla levande varelser att utvecklas och sträva uppåt mot Gud. Även om din trängtan efter Gud ofta missförstås, misstolkas och riktas in i fel kanaler, finns den fortfarande där. Det krävs andlig medvetenhet för att förstå denna trängtan och att rikta den på ett korrekt sätt. Det lägre jagets tröga tendens gör att du håller igen när det gäller att övervinna hindren. Den vill inte kämpa, den tolererar inte heller att göra något som är obekvämt. Så länge du inte känner igen din egen version av denna tröghet, kan du inte komma vidare. I en viss fas ligger alltså arbetet på ofullkomligheterna som är en del av ditt lägre jag. I en annan fas behöver du aktivt tillkalla Guds hjälp, även om du på grund av dina specifika ofullkomligheter kanske ännu inte har någon nära kontakt med Gud. I den lilla kontakt som du ändå kan ha, kan du be om att gudomlig hjälp ges till dig för att fortsätta bygga bron. Denna ständigt växlande process kräver att du bygger den först från den ena sidan och sedan från den andra.

Det finns dock ett säkert sätt, som jag till och med kommer att kalla en genväg, för att upprätta en personlig relation till eller en personlig upplevelse av Gud. Som saken är, mina kära vänner, tror många av er på Gud, men många av er har också djupt i era hjärtan ett hörn där ni misstror. Ni är rädda för att konfrontera detta hörn som misstror, och den här inställningen är ansvarig för ert motstånd mot att gå in i och utforska era egna själar. Ni tror att om man bortser från det inre hörnet av tvivel genom att täcka över det, kommer tvivlet att försvinna eller inte räknas. Så är det inte. Vad du än upptäcker inom dig representerar aldrig hela bilden, för du består av många motstridiga strömmar. Var inte rädd för att möta den ena delen av dig som inte tror på Gud och som till och med uppriktigt vill stärka misstron. Täck inte över något tvivel, för du kommer inte att uppnå något genom att intala dig att det inte finns. Jag säger inte att detta är den enda faktorn som du är rädd för att möta inom dig. Men oavsett om det är tvivlet på Gud eller någon annan aspekt av dig själv, är principen alltid densamma: Du kan inte övervinna någon känsla så länge du är rädd för att möta den. Jag lovar dig att när du väl möter den, kommer vilken känsla du än har att inte vara hälften så skrämmande som du tror nu.

Om vi återgår till genvägen för att känna Gud: Om du känner att det finns en bristande tilltro i dig, finns det ett underbart, säkert och snabbt sätt att uppleva verkligheten och närvaron av Gud och hans andevärld så starkt att alla dina tvivel kommer att lösas upp som snö i solen. Detta sätt är att *göra en uppoffring*, mina vänner. Om du är förmögen att offra något för Gud, kommer du att få

den upplevelsen. Vetskapen, vissheten och verkligheten som du kommer att erhålla från upplevelsen av att göra en uppoffring, är oändligt mycket mer värdefull än det som du har gett upp.

Jag inser att ni inte vet hur man ska gå till väga för att göra en uppoffring eller ens vad det är man bör offra. Jag ska visa er vägen. Det är inte något melodramatiskt som begärs av er. Jag skulle i själva verket vilja betona att ju mindre andra människor känner till din uppoffring när du gör den, eller när du avser att göra den, desto bättre är det. Enbart du och Gud behöver veta och kanske din andliga lärare om du behöver hjälp med den. Den bör inte tjäna ditt ego på något sätt, så den bör inte bestå i något som är slående eller spektakulärt. Det finns inget martyrskap av något slag som är kopplat till det jag talar om.

Om du befinner dig i ett dilemma kring ett beslut eller om det finns en pågående disharmoni i ditt liv, bör detta tjäna som ett tecken på att något inte står rätt till. För om det har Guds välsignelse, kommer allt vad du gör att vara harmoniskt och kommer inte skapa en ständig friktion för dig eller för andra. Om du är alltför starkt engagerad i en idé eller något du önskar och inte vill avstå från, kan även detta tjäna syftet. Ta vad det än är – ditt problem, ditt beslut, din överdrivna bundenhet – och presentera det för Gud. Öppna dig helt och fråga först: ”Vad är det jag verkligen vill?” Att hitta ett tydligt svar på den frågan är viktigt, för när du inte är klar över vad du egentligen vill, uppstår det oundvikligen problem.

När du väl har gett dig själv svaret och därmed tydligt konstaterat din önskan och böjelse, fråga dig själv: ”Är det som jag vill kanske inte Guds vilja?” Härvid kan det dolda hörnet av ditt hjärta där du hyser tvivel uppenbara sig. Det blir då oerhört viktigt att du tillåter reaktionerna och känslorna som kommer upp att komma in i ditt medvetande och ger dem ett tydligt uttryck. De kanske säger till dig: ”Ja, detta är mycket bra, men det kanske inte finns någon Gud. Om det inte finns någon Gud, ser jag verkligen ingen anledning till att jag ska ge upp det som jag gillar. Varför ska jag offra det?” Om ni kan formulera detta inre tvivel, mina kära vänner, är det redan ett steg framåt, tro det eller ej! På detta sätt börjar ditt innersta andliga problem, den dolda reserverade punkten inom dig, att ta exakt form så att du kan hantera den på ett intelligent sätt.

När du fortsätter den här diskussionen med dig själv kanske den logiska sidan av dig säger: ”Okej, om det egentligen inte finns någon Gud, riskerar jag inte något genom att fråga, för då kan jag inte få ett svar från honom. Innan jag överväger att låta honom fatta mitt beslut, ska jag fråga Gud själv om han finns. Kära Gud, en sida av mig tror på dig, en annan sida gör inte det. Vilken sida är sann? Snälla hjälp mig.” Om du först avgör denna fråga mellan dig och Gud, kommer du att ta emot upplysning. Du behöver dock konfrontera frågan i stället för att undvika den.

Du kanske sedan säger: ”Och om jag vet att du är Gud, är jag redo att göra en uppoffring och släppa taget om min vilja.” Men är du villig att göra en uppoffring och släppa taget om din vilja? Skulle du vara redo att göra det? Om du inte på ett djupgående sätt upplever den upplysande insikten om att han som är den levande Guden och den största verkligheten av alla, verkligen existerar, då kan du paradoxalt nog fortfarande bara få den vetskapen om du är beredd att göra en uppoffring för Gud. Ni väntar alltid på att han ska uppenbara sig först och beslutar er först då huruvida ni kanske kommer att lägga era liv i hans händer. Men genom att närma sig honom på det sättet fortsätter man att gå runt i cirklar; frågan kommer aldrig att klaras upp så länge du inte först är villig att lägga din egenvilja åt sidan för hans vilja. Genom att göra så, löser du två problem på en gång: verkligheten av Guds existens samt din bundenhet till något annat än Guds vilja. Endast genom att ta denna rutt i din vardag, kommer det inte att finnas några nackdelar av något slag: allting kommer att kännas så rätt i alla avseenden. Den känslan är vad som skiljer Guds väg från er mänskliga väg. Här fungerar processen återigen på båda sätten: Bara om du först är helt redo och villig i alla dina tankar och avsikter att avstå från din egenvilja och dina egna begär för Gud i händelse av att hans vilja tydligt skulle visa sig för dig, kan du få ett svar.

Villigheten att släppa taget om sig själv utgör knockandet på dörren – endast detta och ingenting annat kommer att öppna den. Så länge din egenvilja är starkare än din önskan om att sätta Gud först, kommer du aldrig att veta att han med bestämdhet finns. Fram till dess kommer Gud inte att vara en verklighet för dig, oavsett hur mycket du talar om och tänker på honom, ber och mediterar. Han kommer att vara något vagt abstrakt och inte en levande verklighet i din vardag. Jag säger därför till er: Var beredd att offra din egenvilja för Guds skull, även om ett hörn av misstro fortfarande finns kvar i dig. Om du verkligen är redo och beredd att även acceptera alternativet som du gillar minst, förutsatt att det är Guds vilja, kommer du att ha klivit över den viktigaste tröskeln i hela din andliga utveckling. Allting upp till den punkten är blott en teori eller förberedelse för att passera den stora skiljelinjen på din väg uppåt.

Släpp taget, mina kära vänner! Gud är naturligtvis ännu okänd för er. Lita på honom även om ni inte kan se honom och även om du inte tycker om det val som kan visa sig vara hans vilja för dig. Lita på att han vet bättre. Detta är allt jag ber er. Det finns inte en enda person som inte kan omsätta detta råd i praktiken på tusen små sätt varje dag. Detta gäller lika mycket för stora och viktiga beslut som för små. På ett sätt kan det vara lättare att börja med ett riktigt stort beslut. Det kan kännas som om du var på väg att kliva in i en kall dusch. Den ena personen finner det lättare att göra detta med långsamma steg, medan den andra vill få det snabbt överstökat och hoppar plötsligt in. När du väl är inne, kommer du att märka att vattnet inte alls är så kallt som du först hade föreställt dig och efter en mycket kort stund kommer det även att verka varmt och lugnande. Det kommer att ge en läkande kraft för alla dina problem på alla nivåer av ditt väsen. Det kommer att ge en underbar harmoni, trygghet och seger som du aldrig tidigare har känt i ditt liv. Oavsett

om du överlämnar din egenvilja i de små problemområdena i ditt liv och på så sätt går stegvis in i vattnet eller om du hoppar in i det och hanterar de stora problemen spelar ingen roll, förutsatt att du följer processen där ett visst avgörande steg omvandlar ditt andliga liv från teori till praktik och från överklighet till verklighet. När du väl har offrat din egenvilja och Gud därför har blivit en djup verklighet för dig, kommer allt ditt tvivel att upphöra.

Många av er, mina vänner, vet inte ens vad er omedvetna bild av eller uppfattning om Gud faktiskt är. Ställ er även den frågan, för ni kommer att bli förvånade över hur många olika svar det kan finnas. Hos en viss person är denna dolda undermedvetna eller omedvetna gudsbild – vilket förstås inte utgör en tanke eller en idé, utan en känsla – ett diffust intryck av en mycket sträng, pedantisk skollärare som pekar sitt finger mot dig och inte förstår så många av dina mänskliga problem. En sådan uppfattning om Gud kan ha kommit från en annan bild, antingen i detta liv eller i ett annat, av en mänsklig far du kanske har haft. Den kan på ett farligt sätt färga din gudsbild och du bör ha insikt om den faran. Andra människor kanske tror att deras problem aldrig kan presenteras för Gud, för att Gud inte bryr sig om deras liv. Detta är så osant, för varje beslut du fattar, oavsett hur litet, och varje gärning du gör eller inställning hos dig, står i direkt relation till en eller flera av de andliga lagarna. Det finns också de som tror att det kan vara nästan blasfemiskt att gå till Gud med vissa problem. Hur felaktigt är inte även detta! Det finns inget problem som du inte kan ta till Gud, oavsett vad det är, för han förstår dig med säkerhet bättre än någon människa, psykoanalytiker, läkare eller vetenskapsman. Du bör definitivt och medvetet veta att oavsett vilket problem du tar till Gud på ett uppriktigt sätt, kommer han att förstå och hjälpa dig, förutsatt att du ber om den hjälpen och är villig att lita på honom mer än på dig själv. Tveka alltså inte att vända er till honom på grund av en felaktig bild som kan bära på, som så ofta kommer från influenser i hemmet eller från religiösa lärare som också är smittade med sådana idéer. Detta är mycket skadligt.

Mina kära vänner, vad jag har sagt till er här är ”andligt sprängstoff”. Det kommer att vara svårt att följa upp det och det kommer att innebära att brottas med sig själv. Men om du uppriktigt överlämnar din egenvilja till den gudomliga viljan, kommer du att se att hela ditt liv förändras. Alla som har hört dessa ord borde alltså vända sig inåt i sig själva och fråga: ”Var finns det något i mitt liv som Gud kanske önskar förändra?” Och förbered dig sedan för striden. Ta den tid du behöver för det; gör det inte hastigt eller ytligt. Lura dig inte genom att göra det halvhjärtat och sedan hävda att du inte fick något svar, för du kommer inte att få ett om du inte har gjort det helhjärtat. Försök inte att intala dig övertygelsen om att något måste vara Guds vilja för att du vill det så mycket. Lägg fram alla dina kort inför Gud. Gör dig tom. Var redo att ge upp allt. Om det tar veckor eller månader, spelar ingen roll. Detta bör vara ditt mål nu. Om du inte kan göra det för att något inom dig fortfarande inte vill, är det mycket bättre om du bekräftar detta för dig själv. Säg hellre ”Jag är inte redo nu” och fortsätt på andra sätt, fortskrid i långsammare steg och kanske

har du om ett år kommit tillräckligt långt. Men ge inte helt upp, under vissa förevändningar, att överlämna dig till Gud. Genom att vara ärlig på det här sättet förbereder du dig för att kliva över den andliga utvecklingens stora tröskel. Men om du kan använda uppoffringens genväg, kommer det att bli en underbar befrielse för dig på många, många olika sätt.

Innan jag avslutar det här föredraget vill jag påminna er alla om att öva er i att använda ett kraftfullt verktyg som kallas daglig återblick. Man behöver inte ha kommit så väldigt långt i sin personliga utveckling för att utföra detta. Vem som helst kan göra det. Allt du bör göra är att se tillbaka på dagen och tänka på alla händelser som har orsakat dig disharmoni på något sätt eller i någon form. Även om du i början inte kan förstå varför, få bara ner händelsen och vad du har känt. När du har gjort detta ett tag, kommer ett mönster att utvecklas. Det kanske fortfarande inte ger dig någon ledtråd till vad som brister i ditt inre tillstånd, men du kommer åtminstone att se en viss upprepning som indikerar att det måste finnas någonting hos dig som orsakar disharmonin, oavsett vilka brister andra kan ha på sitt sätt. Om olyckliga händelser eller känslor ständigt återkommer, utgör de en ledtråd till din egen själ. Dessa upprepade händelser, jämte dina reaktioner på dem, kanske varierar på två eller tre sätt, men det måste finnas ett grundläggande, underliggande problem som du kan lära dig att känna igen.

Att göra den dagliga återblicken tar inte mer än tio eller femton minuter varje dag, vilket säkert borde vara möjligt för var och en av er. Du behöver inte skriva ner allting som har stört din känsla av harmoni under en dag, bara vissa nyckelord. Genom att ständigt göra detta, kommer du att lyckas göra det omedvetna medvetet och du kommer att upptäcka dina egna inre tendenser. Du kommer garanterat att få insikt om bestämda mönster i ditt liv som du inte annars kan bli medveten om. Detta är allt ni bör göra för närvarande. Det finns inte något magiskt trick här. Efter att du har fortsatt med den dagliga återblicken ett tag, läs igenom alla dagliga återblicksanteckningar och erinra dig händelserna, med dina reaktioner. Se om du åtminstone kan ana ett mönster och fråga dig: "Kan jag hitta platsen inom mig där jag avviker från en gudomlig lag?"

Jämför dessa mönster med din lista över brister som du redan har upptäckt. Ställ dig själv frågor vad gäller vilka dina känslor är, vad dina begärsströmmar egentligen vill och huruvida dessa känslor och strömmar verkligen stämmer överens med den gudomliga lagen. Be Gud om upplysning i fråga om vad som i dessa mönster kan vara även avlägset eller indirekt kopplat till dina brister. Detta är sättet att ta sig direkt in i mitten av denna väg. Utan Guds hjälp skulle det vara extremt svårt, kanske omöjligt, att erhålla den självkänedom som utgör kärnan i och nyckeln till denna väg och utan vilken du inte kan nå gudomligheten inom dig. Det tar så väldigt lite tid, och jag ber er alla, för er egen skull, att göra det.

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 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.

2024-04-21