

## Önskan om att vara lycklig och önskan om att vara olycklig

Välkomna! Gud välsigne er alla, välsignad är denna kväll. Med stor glädje återupptar jag min kontakt med er. Jag kommer att fortsätta med undervisningen som behövde avbrytas för en tid. Det går att använda ett avbrott som detta på ett fruktbart sätt, om ni så önskar.

Önskan<sup>1</sup> om att vara lycklig finns hos varje levande varelse. Begreppet lycka varierar dock beroende på varje individs utveckling. På grund av en förvrängd föreställning om lycka, uppstår en annan önskan i den mänskliga själen som ofta förbises. Och den är, konstigt som det kan tyckas, en önskan om att vara olycklig. Jag ska nu behandla kedjereaktionerna som sätts igång av ett felaktigt begrepp om lycka.

Önskan om att vara lycklig finns redan när den mänskliga individen föds. Den finns hos det lilla spädbarnet. Spädbarnets idé om lycka är att få alla sina begär uppfyllda ögonblickligen och precis på det sätt som det vill ha det. Oavsett hur vuxen en person kan vara, kvarstår en rest av detta spädbarn hos honom under resten av hans liv.

Alla felaktiga begrepp utgör förvrängningar och missförstånd av det riktiga begreppet. Lycka i dess felaktiga innebörd uttrycks på följande sätt: "Endast om jag kan få det jag vill, på det sätt jag vill och när jag vill ha det, kan jag vara lycklig. Jag kommer att vara olycklig om det är på något annat sätt än detta." Inbegripet i detta uttalande finns kravet på att vara absolut godkänd, beundrad och älskad av alla. I den stund som någon tycks misslyckas med att uppfylla det kravet, faller personens värld samman. Lycka blir en omöjlighet, inte bara för stunden, utan för alltid. Detta är naturligtvis aldrig den vuxna människans intellektuella övertygelse, men känslomässigt gör det sig gällande; när allting verkar hopplöst blir i själva verket sinnesstämningen desperat.

Den outvecklade individen känner i termer av svart och vitt. Den känner inte till något mellanting. Antingen så är man lycklig eller så är man olycklig. Om saker sker i överensstämmelse med individens önskemål, är världen ljus. Men om minsta lilla sak går emot dess vilja, ser världen ut att vara svart.

---

<sup>1</sup> Eng. desire, vilket också kan tolkas som begär, längtan, åstundan. I detta föredrag har ordet huvudsakligen översatts till önskan om. Övers. anm.

När spädbarnet är hungrigt under bara några minuter, utgör dessa minuter en evighet, inte bara för att det saknar en tidsuppfattning, utan också för att spädbarnet inte vet att hungerperioden kommer att vara över om en mycket kort stund. Barnet befinner sig alltså i absolut förtvivlan, vilket man kan observera hos ett gråtande barn. Olägenheten som barnet gråter över tycks inte på något sätt vara relaterad till dess ilska, raseri och olyckliga känslor. Denna del av personligheten, fritt uttryckt under spädbarnsåldern, förblir dold i den vuxnes psyke och fortsätter att frambringa liknande reaktioner. Endast orsakerna förändras och det yttre uppträdandet modifieras eller täcks till och med helt av ett rationellt och rimligt beteende. Men detta bevisar inte på något sätt att den inre reaktionen verkligen har avlägsnats eller att personen har kommit till rätta med den i en inre mognads- och växandeprocess.

Spädbarnet inser mycket tidigt att den slags lycka som det vill ha är ouppnåelig. Barnet känner sig beroende av en grym värld som förnekar barnet det som det tror sig behöva och skulle kunna få om världen vore mindre grym.

Om ni tänker igenom det logiskt, kommer ni att upptäcka att det primitiva och förvrängda begreppet om lycka i själva verket utgör en önskan om att allsmäktigt få härska, att omvärlden obestridligt lyder, att ha en speciell, förhöjd position över alla andra individer – eftersom andra förväntas uppfylla det som personen önskar. När denna önskan inte kan tillgodoses – och det kan den aldrig – blir frustrationen absolut.

Det är naturligtvis omöjligt för någon människa att komma ihåg dessa tidiga känslor, för ni har inget minne av era första år. Att dessa primitiva reaktioner fortsätter att existera hos alla människor utan undantag är ett faktum och ni kan upptäcka dessa känslor på olika sätt i arbetet som ni gör på denna väg. Ni kan finna dem genom att observera tidigare och nuvarande reaktioner, genom att analysera dem utifrån det inre spädbarnets perspektiv. Upptäck först var spädbarnet fortfarande finns inom dig med dess begär, känslor och reaktioner och fokusera din uppmärksamhet på just den aspekten av din personlighet. Du kommer då att ha nått en punkt där du kan börja växa ut ur det orealistiska och orealiserbara begreppet om lycka och bygga det adekvata, mogna, realistiska och realiserbara begreppet. Detta blir oändligt mycket mer tillfredsställande. Innan du har upplevt spädbarnet i dig, kan du inte förstå vissa inre konflikter i bemärkelsen av att de utgör effekten av den kedjereaktion som detta grundläggande, förvrängda begrepp utlöser.

Ju mer barnet växer och lär sig att leva i den här världen, desto mer inser det att det allsmäktiga härskande som det önskar inte bara förnekas, utan också ogillas. Det lär sig därför att dölja detta begär tills döljandet har fortgått så långt att den växande personen inte längre själv är medveten

om det. Två grundläggande reaktioner följer. Den ena är: ”Om jag blir fullkomlig, som världen omkring mig ber mig att vara, kanske jag får så mycket godkännande att jag genom det kan uppnå mitt mål.” Du börjar då att sträva efter en sådan fullkomlighet. Det behöver knappast sägas, mina vänner, att även om vi alla är överens om att alla individer bör sträva efter fullkomlighet, är denna slags strävan fel. Den är fel på grund av motivet. Här strävar man inte efter fullkomlighet för att älska bättre och ge mer. Man strävar inte för fullkomlighetens egen skull, utan man söker ett själviskt syfte. Och vidare är det fel på grund av att du vill nå det fullkomliga målet med detsamma, eftersom du genom att vara en allsmäktig härskare vill bli lycklig omedelbart. Att nå omedelbar fullkomlighet är förstås helt omöjligt. Det förverkar den sunda acceptansen av ens egna brister som gör det möjligt för personligheten att lära sig en sund ödmjukhet och att acceptera att inte vara bättre än resten av mänskligheten.

Frustrationen blir dubbel: den första önskan – allsmäktigt härskande för att vara lycklig – förverkligas inte, inte heller den andra önskan, om att uppnå fullkomlighet för att erhålla den första önskan. Detta ger i sin tur upphov till intensiva känslor av otillräcklighet och underlägsenhet, ånger och skuld. Barnet vet i själva verket inte att ingen är förmögen att uppnå en sådan fullkomlighet. Det tror sig vara unikt i att ha misslyckats och måste dölja detta skamliga faktum. Även när personen har vuxit upp och medvetet vet bättre, fortsätter den här reaktionen att, utan att ha blivit framtagen i ljuset, leva inlåst i själen. I personlighetens omedvetna fortsätter argumentet: ”Om jag vore fullkomlig, skulle jag få det jag önskar. Eftersom jag inte är fullkomlig, är jag inte värd någonting.” Det andra samvetet, som jag en gång benämnde det, fortsätter ständigt att piska på dig och understödjer det orealiserbara målet, så att varje misslyckande ger upphov till ytterligare förtvivlan och skuld och ökar känslorna av underlägsenhet och otillräcklighet.

Det finns också en annan reaktion. Personligheten kan inte och vill inte ta på sig hela skulden för misslyckandet och skyller därför på sin omgivning. En särskild ond cirkel uppstår således, som ser ut så här: ”Om de tillät mig att vara lycklig på mitt sätt, genom att älska och godkänna mig helt och hållet och göra det jag önskar, då skulle jag kunna vara fullkomlig. Med detta skulle hindret som nu står i vägen för att världen ska ge mig det jag vill ha, avlägsnas. Det är därför ”deras” fel. Mina misslyckanden beror enbart på att jag förnekar mina önskningar, vilket de ständigt ålägger mig att göra.” Den onda cirkeln fungerar på följande sätt i den ena riktningen ”Jag måste vara fullkomlig för att vara älskad och lycklig” och i den andra riktningen ”Om jag skulle kunna få den härskarställning som jag behöver för att vara lycklig, då skulle det inte vara svårt för mig att vara fullkomlig.” Uppfyllelsen av båda begären kullkastas helt av världen. För detta skyller du på världen å ena sidan och på jaget å andra sidan. Du är dessutom förbittrad över att du inte är älskad precis som du är. Det tycks för dig som att du borde älskas ovillkorligt. Denna aspekt avslöjar återigen att du kräver ett ovillkorligt överlämnande från människorna runt omkring dig, vilket skulle ge dig den härskarställning som du tror att du behöver för att vara lycklig.

Det felaktiga begreppet om lycka föranleder oundvikligen ett felaktigt begrepp om kärlek. Låt mig kortfattat rekapitulera det felaktiga begreppet om lycka: ”Jag kan bara vara lycklig om saker sker som jag önskar.” Det mogna begreppet i dess högsta form är: ”Jag är oberoende av yttre omständigheter, oavsett vilka de är. Jag kan vara lycklig under alla omständigheter, för även de ofördelaktiga eller obehagliga händelserna kommer att ha ett syfte som för mig så mycket närmare en fullständig frihet och oändlig lycka.” Även svåra perioder kommer således att ha makten att göra dig lycklig. Jag medger att så länge man är inkarnerad på jorden, kan detta endast upplevas i begränsad utsträckning; hos mycket mogna och utvecklade individer sker det likväl, åtminstone till viss del. Att vara olycklig bringar dem inte ur fattningen, eftersom de inser att det rymmer ett frö till ett växande. För dem är sådana perioder inte värdelösa, de känner sig inte hopplösa, utan strider med mod tills solen återigen skiner klart. Med det mogna begreppet om lycka, och därför det mogna begreppet om livet i sig, utgör det faktum att man inte alltid kan vara lycklig inte en orsak till fullständig förtvivlan. Man accepterar verkligen att livet rymmer både lycka och olycka. Så när ett olyckligt tillstånd infaller, kommer den mogna människans värld inte att upphöra, som den tycks göra för den emotionellt omogna. Smärta är inte något att försöka undvika till ett så högt pris att smärtan som följer av undvikandet blir värre än vad den ursprungliga smärtan skulle ha varit. Inte heller söker eller bjuder den mogna personen in smärta och olycka bara för att undvika den hjälplösa känslan av att utsättas för det mot sin vilja. Men den omogna personen gör ofta det och detta leder oss till önskan om att vara olycklig. Vi ska strax komma till det.

Låt oss först betrakta begreppet kärlek. Det felaktiga begreppet om kärlek, inneboende i det felaktiga begreppet om lycka, är följande: ”Om jag är älskad blir jag hyllad, jag har en undersåte”, som en härskare äger sina undersåtar. Om du ärligt observerar dina reaktioner just nu så kommer du att upptäcka liknande känslor i dig, även om du kanske aldrig har haft modet att erkänna dem. Det riktiga begreppet om kärlek, på den högsta nivån, är alltid och nödvändigtvis ”Jag älskar, oavsett om du älskar mig eller inte.” Det är i sanning mycket få människor som har kommit så långt. Om du inte har kommit så långt, finns det ingen mening med att försöka tvinga dig till något som dina känslor ännu inte kan följa. Att forcera det kan ha en mycket dålig effekt på olika sätt. Tvånget och oförmågan att fullfölja det i verkligheten skulle öka dina känslor av misslyckande och skuld. Detta skulle i sin tur leda till en tendens mot självdestruktivitet. Önskan om denna idealiska, osjälviska kärlek kan dessutom lätt förvrängas av den osunda önskan om att lida, som vi strax ska diskutera. Om du inte är älskad och tycker att det är omöjligt att älska i gengäld, inse bara det utan skuld. Om du har avlägsnat dig från din spädbarnsönskan om att härska, kommer du att kunna ta det med jämnmod och utan bitterhet mot den som inte tycks älska dig. På det plan som de flesta av er befinner sig på, är kärlek ett givande och tagande, ett ömsesidigt utbyte. Men i motsats till det barnsliga begreppet, kräver kärlek som riktigt begrepp inte en undersåte som blint tillfredsställer ens vilja, utan behöver och önskar ett objekt.

Mina vänner, innan jag fortsätter med detta föredrag låt mig tillägga följande: Jag är säker på att ingen av er som hör eller läser dessa ord kommer att ha något otalt med dem. Ni kommer att kunna tänka på de många tillfällen när ni uppriktigt kände enligt det riktiga begreppet – eller när ni trodde att ni kände på det sättet. Jag ber er dock, försök att hitta tillfällena när ni är oförmögna att känna enligt det riktiga begreppet om kärlek och lycka. Alla ni, utan undantag, kommer att kunna erinra er sådana tillfällen om ni verkligen försöker. Försök att se när du ville ha en undersåte och inte ett objekt. Ta reda på genom vilka känslor, begär och reaktioner som du kan upptäcka att detta är sant. Allt du behöver göra är att tolka dina reaktioner och känslor vid vissa händelser, vid vissa tillfällen, på ett adekvat sätt.

Nu kommer vi till önskan om att vara olycklig – hur den uppstår i människans själ ur den missförstådda lyckans komplexa och universella grundläggande fenomen. Den mänskliga personligheten får, som jag nämnde, det alltmer omöjligt att finna lycka enligt det felaktiga begreppet, det enda som han eller hon känner till. I stället för att finna det rätta sättet genom att förändra det felaktiga begreppet till det riktiga, kämpar personligheten alltför ofta emot strömmen genom att försöka tvinga livet in i det felaktiga begreppet. När detta visar sig vara omöjligt, söks en annan utväg som ser ut att vara en lösning, men som visar sig vara ännu mer skadlig i det långa loppet. Omedvetet argumenterar personen: ”Eftersom det nekas mig att vara lycklig och det är oundvikligt att vara olycklig och det påförs mig mot min vilja, kan jag lika väl göra det bästa av det och göra en stötesten till en tillgång genom att försöka njuta av att vara olycklig.” Ytligt sett kan detta se ut att vara en smart lösning, men det är det förstås aldrig. Även om man på ett ohälsosamt sätt kan njuta av vissa aspekter av att vara olycklig, finns det ofrånkomligen andra aspekter som är oerhört smärtsamma och som inte alls går att njuta av. Men du är okunnig om detta; du förhandlade inte om det och när smärtan uppstår, undgår du att se dess samband med processen som beskrivs här. Eftersom hela processen är omedveten oavsett, kopplas de otrevliga aspekterna av att vara olycklig aldrig samman med det faktum att de var självförvållade. Mänskligheten njuter av vissa aspekter av lidandet, även om detta aldrig medvetet erkänns, såvida man inte är på en väg där man lär känna sig själv. Det krävs tid, ansträngning och en synnerligen god intention att ta fram det som finns i det omedvetna till ytan.

Märkligt nog tycks, på ett mycket förvrängt sätt, önskan om att vara olycklig närma sig ett tillstånd där man befinner sig bortom de flesta människors upplevelse, ett tillstånd som tillhör ett mycket högre utvecklingsstadium. Vissa av er har hört att ovanför en viss nivå, blir smärta och behag ett. En diffus vetskap om detta finns fortfarande kvar i det övermedvetna minnet, men förvrängs av felaktiga motivationer, av missförstådda grundläggande principer och av orealistiska inställningar till livet. Det levs således ut på ett ytterst osunt och skadligt sätt.

Psyket argumenterar: ”Eftersom jag inte kan undvika att vara olycklig, kan jag lika väl njuta av det. Vidare vill jag lindra förödmjukelsen i att det olyckliga tillståndet påförs mig mot min vilja och gör mig till ett hjälplöst byte. Jag kommer att framkalla det olyckliga tillståndet själv! Då är jag inte riktigt så hjälplös.”

Denna ”utväg” tar också formen av följande inre argument: ”Eftersom det bara finns svart och vitt, och vitt nekas mig, låt mig njuta av det svarta.” Den här inre processen driver hela kedjereaktionen in i förnyad kraft. Eftersom önskan om att vara olycklig är omedveten, kommer skadorna som samlas i processen där det olyckliga tillståndet framkallas att få dig att känna dig ännu mer otillräcklig, världen att vara ännu mer grym och orättvis.

Självfallet är, mina vänner, inga av dessa tankar någonsin medvetna. De är helt omedvetna resonemang. Känslorna och reaktionerna kan endast spåras genom att tillämpa vissa metoder i ert arbete, genom att lära sig att analysera upptäckterna från en ny infallsvinkel. Du kommer då att finna mönster som visar hur du ständigt, på subtila, dolda sätt, fortsätter att provocera människor och skapa negativa situationer, så att du kan samla olyckliga händelser, orättvisor, oförrätter och smärtor. När du väl känner igen hur du har framkallat allt detta på någonsin så subtila sätt, kommer du också att kunna upptäcka det du njöt av – oavsett hur mycket du avskyr vissa aspekter av det i ditt medvetna sinne. Allt detta sker sällan på ett särskilt uppenbart sätt, även om det ibland är helt märkbart för andra men inte för dig. För det mesta sker det så subtilt att det helt undflyr din uppmärksamhet, såvida du inte verkligen vill lägga märke till det.

Jag skulle återigen vilja betona att njutningen som erhålls från det framkallade olyckliga tillståndet, aldrig känns helt och verkligen njutbar. Om den skulle göra det, skulle lösningen vara en sann och realistisk lösning. Men eftersom den inte är något av detta, lider du medan du samtidigt njuter av vissa aspekter av det olyckliga tillståndet som du frambringar. Du kan exempelvis njuta av framkallandet i sig på ett så subtilt sätt att även detta undflyr din uppmärksamhet. Eller så kanske du njuter av den självömkan som följer.

Låt oss anta att du ska träffa en ny vän. Hur ofta närmar du dig inte ett sådant möte med ett trots, en negativ inställning, med tvivel och ett antal andra destruktiva känslor? Ytligt sett kan man säga att detta bara visar en pessimism. Men genom att gå till kärnan av dina känslor, kommer du att hitta ett dolt hörn där du inte vill ha en lycklig upplevelse och du saboterar den därför med alla dessa negativa inställningar. Om du verkligen önskade dig ett lyckligt resultat, skulle du visa en inre villighet som ofrånkomligen skulle bringa framgång. I den utsträckning som den inre villigheten saknas, överkompenserar du ofta med en ytlig yttre villighet, som dock aldrig kan gottgöra för bristen på sanning inom dig. I vissa fall saknas till och med den ytliga yttre masken. Och ändå, när det olyckliga resultatet uppnås, lurar du dig att tro att det egentligen inte var du som

hade förorsakat det. Om du analyserar dina känslor i sådana eller liknande händelser, kommer du utan tvivel att upptäcka att bristen på inre villighet, den lilla inre rösten som säger ”nej”, faktiskt finns inom dig oavsett hur mycket du medvetet har en önskan om det lyckliga resultatet. Eftersom det lyckliga resultatet fortfarande skulle utgöra en kompromiss jämfört med det fullständiga härskande du omedvetet vill utöva, föredrar du att förstöra det som ligger inom möjligheternas ramar och ber om smärta och lidande i stället. När ni väl tar reda på allt detta och upplever dess sanning inom er, på samma sätt som ni har upplevt andra sanningar under arbetets gång på denna väg, kommer ni att vara på god väg att växa ut ur fångelset av självpåfört lidande som beror på misstag och falska begrepp.

Detta är mycket viktigt för er alla, mina vänner, för detta problem är universellt och allomfattande. Tiden är nu inne för alla er som arbetar på denna väg att undersöka det så ingående och så ärligt ni kan.

Det sägs ofta att självdestruktivitet – det vill säga önskan om att vara olycklig – är resultatet av djupt rotade skuldkänslor. Detta stämmer bara delvis. Det är mycket snarare tvärtom. Det finns ingen större skuldkänsla och skam i den mänskliga själen än den skuld som orsakas av att man framkallar och samlar olyckliga tillstånd. Ni kanske undrar varför detta skulle orsaka mer skuld än någonting annat. Jag skulle med säkerhet kunna säga att den skuld och skam som orsakas av att man framkallar olyckliga tillstånd och samlar bedrävelser, utgör modern till all skuld och skam och finns vid roten av alla andra skuldkänslor. Alla skuld- och skamkänslor som ni hittills har upptäckt är ytliga nivåer och mörkläggningar av den verkliga skulden. Beviset för detta är att skuldkänslorna som du har grävt fram och bekräftat fortfarande dröjer sig kvar. De har inte försvunnit. Om du hade funnit den verkliga orsaken, skulle skulden behöva ha försvunnit, för då skulle en förändring i din inställning oundvikligen ha skett. Så länge en sann upptäckt lämnar dig oförmögen att förändra din inställning, så att de friska känslorna skulle kunna börja växa, behöver en grundläggande sanning fortfarande upptäckas.

De flesta av er är redo att närma er denna själsliga del. Man kan förstås inte göra det ensam. När du har upptäckt och är redo att se och möta allt detta inom dig, när du verkligen upplever dessa känslor och lever dem, kommer ditt liv gradvis att börja förändras på många sätt. Genom att ständigt känna igen sätten med vilka du påkallar olyckliga tillstånd, kommer du att upphöra att påkalla dem, eftersom du vet att det inte längre finns något behov av dem. Du kommer att upphöra att ha en önskan om att härska när du har uppnått en mer mogen syn på livet. I den utsträckning du upptäcker önskan om att härska inom dig och lär dig att frivilligt ge upp den, kommer du att avstå från att framkalla olyckliga tillstånd och bedrävelse. Det är inte lätt att komma till den punkt när du verkligen upplever alla dessa känslor, när deras närvaro upphör att vara enbart en intellektuell teori. Så länge det endast är en teori, kommer deras upptäckt inte alls

att hjälpa dig. Så länge du endast observerar den här tendensen hos andra, men inte hos dig själv, kommer det inte heller att hjälpa. Men med den adekvata metoden och mest av allt med din vilja att finna detta inom dig, kommer du, efter vissa smärtsamma igenkännanden, där du övervinner motståndet mot att göra dessa, att finna bekräftelsen på varje enskilt ord jag har sagt. Det är nödvändigt att ni hittar dessa känslor nu. Om ni hittar dem, upplever dem, lyfter ut dem ur deras gömställen och kommer till rätta med dem, håller ni en mycket viktig nyckel i era händer.

Jag upprepar: det finns inget undantag. Ingen människa är helt fri från det jag just har beskrivit. Det kan uttrycka sig på många olika sätt och i många olika grader hos olika människor. En viss person kanske i hög grad provocerar fram olyckliga tillstånd och samlar bedrävelser, medan en annan kanske uttrycker kravet på att härska mer öppet. Det finns många variationer, styrda av läggning, personlighet och karaktärsdrag – och även av vissa omgivningsfaktorer under åren man formas. Men denna grundläggande mänskliga avvikelse finns hos alla, åtminstone i viss grad. Dess utsträckning bestäms av den växande människans förmåga att hantera verklighetens värld och acceptera den i utbyte mot den utopiska värld som spädbarnet önskar sig. Intellectuell övertygelse och yttre beteende utgör inte på något sätt en indikation på den inre inställningen.

Ni kanske har gissat att den nyss beskrivna universella mänskliga inställningen eller inre process inte är en "bild"; den är vare sig en personlig bild eller massbild. Den finns bakom alla bilder. Den är en grundläggande omständighet. De personliga bilderna eller massbilderna som påverkar individen, bestäms alltid av det specifika sätt som den härvidlag beskrivna grundläggande mänskliga omständighet uttrycks på och i vilken utsträckning som den kan eller inte kan införlivas eller hanteras när personligheten växer. Om ni beaktar alla era personliga bilder med detta i åtanke, kommer ni enkelt att se hur denna grundläggande omständighet påverkar och ligger till grund för dem alla.

Jag har ibland nämnt, särskilt i ett föredrag om den grundläggande onda cirkeln, att självbesträffning och självdestruktivitet utgör mycket starka faktorer i människans sammansättning. Om ni lägger till det som jag har berättat i kväll, kommer den grundläggande onda cirkeln att bli tydligare och mer begriplig för er. I detta föredrag ville jag förklara självdestruktiviteten i mer grundläggande termer, eftersom vi närmar oss en djupare nivå i ert arbete.

Jag har också i vissa privata sessioner refererat till det "idealiserade jaget". Ni kommer nu att förstå innebörden av denna term. Lär er att analysera ert idealiserade jag, vad ert omedvetna vill att det ska vara, vad det förväntas åstadkomma och för vilket syfte. Genom att analysera era dagdrömmar och önskningsar, kommer ni alltid att hitta samma gemensamma nämnare: önskan om fullkomlighet för att uppnå lycka, för att bli härskaren över världen som omger dig. Vid en hastig



tanke kommer ni utan tvivel att säga: ”Nej, jag har inte den minsta önskan att härska över andra; detta stämmer inte.” Men vad innebär dina många känslor? Finns det inte en önskan om att vara fullkomlig för att få människor att göra precis som du önskar? Finns det inte en önskan om att vara älskad och godkänd av alla, utan undantag? Finns det inte en önskan om att vara fullkomlig för att vara bättre, enastående, mer beundransvärd än andra människor? Om du är ärlig mot dig själv vad gäller dina känslor beaktade från denna nya infallsvinkel, kommer du att behöva erkänna att ditt svar måste vara ”ja”, även om du säkert aldrig har uttryckt en önskan om att härska i dessa ordalag. Härskarprincipen finns inneboende i varje själ och den behöver ses och mötas, mina vänner, innan ni verkligen kan växa ut ur era bojor. Utan att komma till insikt om detta, kan ni inte komma till insikt om önskan om att vara olycklig, era provokationer i den riktningen – och det är av stor betydelse att ni ser och möter dessa i ett sant ljus.

Om du verkligen kan acceptera dig själv – i dina mest djuplodande känslor, inte enbart i teorin och med ditt intellekt – som en i mänsklighetens långa rad, som lika ofullkomlig som nästa, som är omtyckt av vissa, inte omtyckt av andra, har du verkligen nått mognad. Du kommer då inte längre att behöva skada dig själv genom att bjuda in bedrävelser. Men hur få människor är det inte som är förmögna att göra detta! Ni lider alltid intensivt när ni inte godkänns. Det kan till och med beröva er sömnen ibland eller er sinnesfrid. Ni finner det så outhärdligt att ni inte ens kan erkänna minsta fel. Ni slåss ihärdigt mot alla sådana erkännanden. Varför? Det skulle förstöra bilden av ditt idealiserade jag. Ditt liv tycks stå på spel, för all lycka tycks glida dig ur händerna om du inte kan bibehålla bilden av ditt idealiserade jag. Detta beteende är barnet som reagerar inom dig; din hjärna försöker införliva spädbarnets högljudda krav på ett rationellt acceptabelt sätt, men detta ger dig inte frid. Friden blir endast din om du lär dig att se, möta och ge upp det infantila begreppet om lycka, härskande och fullkomlighet. Det idealiserade jaget är alltid ett uttryck för den här grundläggande inställningen, oavsett i vilken form eller på vilket sätt den visar sig i den individuella personligheten.

Ni håller våldsamt fast vid den här grundläggande inställningen utan att inse hur högt pris ni betalar för det. Ni skulle inte behöva lida om ni bara vore villiga att bekräfta hur felaktigt det hela är och ge upp begreppet och önskan. Genom att ta fram spädbarnet inom dig i ljuset, kan du lära det att vara villigt att släppa taget om något värdelöst. I det dolda skulle spädbarnet fortsätta att förstöra ditt liv, oavsett hur mycket du försökte förhindra det på yttre nivåer eller hur mycket du absorberade med din hjärna.

Vissa av er kanske undrar hur allt detta hänger samman med gudsbilden. Eftersom både gudsbilden och denna omständighet är grundläggande, på vilket sätt hänger de ihop? I ert arbete med gudsbilden eller livsbilden – för vissa människor kan det senare uttrycket vara mer adekvat – har ni för det mesta upptäckt en viss aspekt: er orimliga rädsla för Gud, monstret som har skapats

av era missuppfattningar och uppehåller sig i det omedvetna. I er gudsbild tycks, som ni vet, denna gud vara orättvis, otillräcklig, svag och därför godtycklig och grym. Som sådan behöver han fruktas. Ni vet att dessa känslor förekommer oberoende av era medvetna begrepp. Denna aspekt av gudsbilden kan lätt knytas an till ämnet som just diskuterats. Eftersom du vill vara lycklig enligt din föreställning och eftersom livet eller Gud förnekar det, måste Gud fruktas desto mer. Det verkar meningslöst för dig att förnekas det du önskar. Det verkar orättvist och orimligt. Ni kan alltså lätt se kopplingen.

Men det finns en ytterligare aspekt av gudsbilden som ännu inte har upptäckts eller åtminstone inte är fullt erkänd av många av mina vänner, och den består av följande: ”Eftersom jag bara kan uppnå lycka genom att vara en allsmäktig härskare, behöver jag själv vara en gud. Jag vill därför vara Gud. Varför ska jag underkasta mig denna grymma, oförsonliga, hämndgiriga, otillräckliga guden som tillfogar oss så mycket lidande? Jag skulle kunna göra det så mycket bättre. Jag skulle vara mer välvillig än han om min vilja skedde, om jag vore älskad och godkänd. Jag har ingen avsikt att vara grym om människor gör vad jag önskar. Jag vet därför bättre än Gud och jag vill således inta härskarställningen i mitt lilla universum.” Huruvida detta universum utgör barnkammaren, huset, kretsen av vänner och bekanta eller staden eller landet, gör ingen skillnad. Ens universum är alltid lika stort som det *inre* ögats omfång och den *inre* uppfattningsförmågas räckvidd – inte den yttre kunskapens räckvidd. Jag säger återigen att ni aldrig tänker dessa tankar medvetet och i sådana krassa termer. Men genom att undersöka och analysera era känslor vad avser deras verkliga innehåll, kommer ni att märka att de innebär just detta. Jag skulle vilja rekommendera att ni försöker hitta denna aspekt av gudsbilden inom er, mina vänner, om ni ännu inte tydligt har hittat den.

Jag hjälper gärna er alla individuellt att spåra den grundläggande omständigheten som uppmärksammades i kväll. Sättet kan skilja sig för var och en av er. Vi behöver finna det bäst lämpade tillvägagångssättet för varje individ. Detta kommer att bli en ny och mycket viktig fas i ert arbete nu. Finns det några frågor om detta ämne?

FRÅGA: Skulle du säga att detta njuta av att vara olycklig är samma sak som ”Weltschmerz”?

SVAR: Den utgör endast en viss aspekt, liksom självömkan utgör det, till exempel. Men de krassa formerna av att njuta av att vara olycklig består i att man njuter av processen där man framkallar situationen som kommer att leda till att man är olycklig.

FRÅGA: Skulle du kunna säga något mer kring påståendet om att smärta och behag är samma sak i den friska och utvecklade formen?

SVAR: Jag ska försöka hitta rätt ord, för det är svårt att i det mänskliga språket förmedla något som knappast någonsin kan upplevas av en människa och som därför ligger utanför ramarna för mänsklig förståelse

Låt mig försöka uttrycka det på detta sätt: Personligheten som har uppnått detta tillstånd förblir opåverkad av negativa händelser och är därför verkligen oberoende. Smärta, eller det som skulle orsaka smärta för någon som inte har uppnått detta tillstånd, kommer att ha en kreativ, upplyftande effekt som ger upphov till ett inre växande och ytterligare styrka och frihet. Samtidigt som det inses att smärta är oundvikligt, söks den inte: den tas nyktert och tillåts tjäna ett konstruktivt syfte. När detta syfte uppfylls, upphör den att vara en smärta. Detta kan man i viss grad observera hos en människa som verkligen fortskrider på denna väg. En smärtsam händelse kommer i din väg. Först lider du. Men i stället för att otillbörligt förlänga lidandeperioden genom att vältra dig i känslan av att lidandet är meningslöst utan att inse vad som kan läras av det, kommer du snart till den punkt där den smärtsamma händelsen ger dig en viktig ny insikt i din själ och frigör dig ständigt mer från vissa av okunnighetens och mörkrets bojor. I den stund som denna insikt uppnås, upphör smärtan, även om de yttre förhållandena som orsakade smärtan fortfarande råder. Just den händelse som orsakat dig intensiv smärta innan insikten, blir nu en källa till glädje. Och här menar jag sund och konstruktiv glädje som inte lämnar någon bitter eftersmak.

Ju mer utvecklad en individ är, desto kortare är lidandeperioden och desto snabbare inträder den stund när den negativa händelsen upphör att vara smärtsam – tills insiktens och glädjens stund slutligen inträffar samtidigt med att den ”smärtsamma” upplevelsen äger rum. När detta tillstånd uppnås, blir smärta och behag verkligen ett. Då har man växt ut ur motsatsernas värld.

Ni får inte förvänta er att nå dithän i detta liv där smärta omedelbart omvandlas till behag. Det skulle i själva verket vara en farlig förväntan, eftersom den i så hög grad närmar sig den osunda inställningen, som finns inom er oavsett, där man letar efter smärta. Det skulle dessutom leda till att livet inte accepteras så som det är i *er* verklighet, nämligen en blandning av både smärta och behag. Bara genom att fullt ut acceptera båda, kan ni komma bort från att bjuda in smärtan på ett osunt sätt och ni närmar er därmed sakta men säkert den punkt där smärtan kommer att upphöra att finnas. Sök alltså inte ens efter den punkten. Försök helt enkelt att göra den smärtsamma upplevelsen till en konstruktiv erfarenhet. Detta är det bästa, det enda sättet för närvarande.

FRÅGA: Skulle du då säga att vissa av den katolska kyrkans martyrer, till exempel, förväxlar de två inställningarna?

SVAR: Mycket ofta, verkligen.

FRÅGA: Med andra ord, vad människan kan göra, om jag förstår det rätt, är att ta det som en filosofisk idé?

SVAR: Ja. Se upp med att försöka sträva efter det nu, för det kan vara exakt motsatsen till vad du verkligen vill och behöver för din själ.

Var välsignade, alla ni, hela denna grupp. Må gudomligt ljus och styrka, sanning och kärlek flöda genom er och lätta era bördor. Var i frid, var i 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.

2024-05-19