

Yttre vilja och inre vilja – Missförstånd kring själviskhet

Välkomna. Jag kommer med välsignelser till er, mina käraste vänner, välsignad är denna stund.

I kväll ska vi diskutera viljekraften. Man får ofta höra att om viljekraften tillämpas på ett riktigt sätt, kan praktiskt taget vad som helst uppnås. Samtidigt har ni alla haft erfarenheten av att önska er något väldigt mycket, men förgäves. Detta beror inte enbart på omedvetna motstridiga viljeströmmar som gör er vilja delad, utan också på något som i hög grad förbises. Det är det faktum att det finns två olika slags viljor: den inre viljan och den yttre viljan. Detta är mycket viktigt för er att förstå.

Låt oss först se vad skillnaden är och hur dessa båda kan särskiljas. Ni kommer att kunna bekräfta sanningen i mina ord om ni undersöker era känslor och reaktioner i ett riktigt ljus. Var och en av er har utan tvivel upplevt viljekrafterna av bägge slag, men utan att vara medveten om att det finns en tydlig skillnad mellan dem. Att veta hur man gör denna åtskillnad, kommer att öppna ytterligare dörrar för att förstå dig själv, andra och universums lagar.

Den yttre viljan är spänd, otålig och sammandragen. Den inre viljan är lugn, avslappnad, tålmodig. Den yttre viljan är orolig och tvivlande. Den inre viljan är förvissad och känner inte till vare sig oro eller tvivel.

Otålighet uppstår när man tvivlar på det önskade resultatet. Vid närmare undersökning finner vi att otålighet inte kan finnas där det finns visshet. Men när man är oviss om resultatet, har man inte råd att vänta med ett lugn. Otålighet, tvivel och oro är därför nära förbundna. Eftersom den inre viljan inte känner till något tvivel, kan den bida sin tid och kommer i slutänden att bestå.

För att lyckas måste den yttre viljan upprätthållas, åtminstone i viss utsträckning, av den inre viljan. I den utsträckning som den inre viljan är verksam, blir resultatet framgångsrikt. Om graden av inre viljekraft är liten i förhållande till den yttre viljan med alla dess motstridiga strömmar, kommer det önskade resultatet inte att förverkligas.

Den inre viljan kommer från solar plexus. Den yttre viljan kommer dels från intellektet, dels från ytliga själsområden. Den yttre viljan motiveras ofta av omogna känslor, begär, reaktioner och

resonemang. Den inre viljan kommer helt från ditt högre jag.

Låt oss nu undersöka varför den inre viljan hindras från att vara verksam. Att den hindras beror på de olika lagren av felaktigheter, avvikelser från sanningen och illusioner som är vanligt förekommande i den manifesta världen. Kort sagt, den inre viljan hindras på grund av bilderna, de felaktiga slutsatserna och missuppfattningarna som ni bär på i ert medvetna och undermedvetna sinne. Dessa gör er alltid osäkra och delade inombords, för innerst inne vet ni att något är fel. Även om du bara känner det diffust, vet du att det inte är i harmoni med sanningen och det kommer inte att klaras upp såvida du inte gör arbetet för att utforska och finna dig själv. Den diffusa känslan av att något är fel, gör dig totalt osäker även på dina behov och önskeuppfyllelser. Även om behoven är helt rättmätiga och sunda, är du fortfarande osäker på dem. Detta är inte enbart för att en del av motivationen för det önskade resultatet kan vara så omogen och verkligen självisk att den överskuggar de goda och sunda motiven, utan också för att de omedvetna avvikelserna och missuppfattningarna, bortsett från önskan i sig, räcker för att övertäcka den inre viljan så att den inte kan vara verksam.

Låt oss anta att du har en önskan som är relativt liten eller som inte är störd av osunda motiv. Den inre viljan hindras fortfarande från att fungera fullt ut på grund av dina bilder som kanske inte har något direkt samband med just den här önskan. Kort sagt, ju sundare ditt psyke är, desto bättre kan din inre vilja vara verksam. Det osunda psyket är alltid förvirrat, inte bara vad gäller andra och världen, utan framför allt vad gäller sig självt. Förvirring skapar tvivel, tvivel otålighet, otålighet oro och anspänning. Utöver den här kedjereaktionen har vi andra strömmar att beakta. Om det finns ett tvivel kring en önskan, åtföljs det av en känsla av skuld. Samtidigt kan önskan vara dubbelt stark – dels till följd av det sunda och goda motivet, dels till följd av det osunda motivet. Det senare skapar alltid en tvångsmässighet. Skuld och tvångsmässighet – två motsatta riktningar – stör därmed den inre viljan ytterligare.

Du kanske önskar dig ett visst resultat med all din makt, men i ett förvirrat och delat tillstånd kan den inre viljan inte tränga igenom de osunda lagren. Det du önskar dig i det yttre, ifrågasätter du i det inre. Du tvivlar inte bara på att du kan erhålla det du önskar, utan du tvivlar också på rättmätigheten, dess berättigande. Du har en diffus, omedveten känsla av att din möjliga själviskhet äventyrar att du får det du önskar, för att du inte förtjänar det. Dessa tvivel utgör givetvis det allvarligaste hindret för att din inre viljekraft ska vara verksam.

Ju mer den inre viljan hindras, desto mer försöker du kompensera för det genom att förstärka den yttre viljan. Men den yttre viljans styrka är alltid osund. Den är ett bristfälligt substitut. Den är full av anspänning, oro och otålighet. Eftersom den inte kan fungera, medför den även frustration och

med den ett förnyat tvivel på dig själv. Känslorna av att vara otillräcklig och underlägsen får därmed näring på nytt.

Den yttre viljan kan bestå även av sunda motiv. Osunda motiv, såsom jagets viktighet, högmod, fåfänga eller viljan att härska, kan enbart förekomma i den yttre viljan men aldrig i den inre viljan. Den inre viljan är ren, sund och utan tvivel. Den flödar stillsamt. Den vet. Den yttre viljan flödar inte. Den trycker och drar åt alla håll. Sett från vår utsiktspunkt är den en hård, ojämn ström, som en blix, ibland starkare, vid andra tillfällen försvagas den. Den är kantig, spetsig, dess riktning och frekvens rör sig upp och ner. Den inre viljan däremot, bevarar ett långsamt och jämnt flöde, alltid avrundat.

Detta kommer återigen att visa er behovet av att läka er själ från alla osunda och felaktiga inställningar och reaktioner. Det är viktigt för er lycka. Även om det är sant att man kan flytta berg med en tillräckligt stark viljekraft, måste den viljan komma inifrån och detta förutsätter en frisk själ. Om och när du upptäcker att din vilja kommer från den yttre personen, kan du leta vidare för att ta reda på varför och undersöka vilka motiv och osäkerheter som blockerar din inre vilja. Detta kommer att kasta ett ytterligare ljus på din förståelse av dig själv.

Det kommer att visa sig vara mycket användbart för er att, ännu en gång, göra en lista över vad det är ni önskar. Lyssna sedan djupt inom dig och genom att finkänsligt ställa in dig på hur din viljekraft känns, försök att avgöra vilken vilja det är. Om det är den yttre viljan, kommer du att ha en svag känsla av tvivel, betänkligheter, en viss skuld och kanske en osäkerhet kring hurvida du har rätt till det. Den yttre viljan kan också kännas så otålig, så angelägen, så spänd att det knyter sig inom dig när du tänker på den särskilda önskan. Bakom tvångsmässigheten och angelägenheten som visar sig på ytan, kommer du ofrånkomligen att hitta samma osäkerhet och tvivel. I båda fallen är det klokt att titta närmare på de osunda motiven som kan förekomma sida vid sida med de sunda motiven. De senare tjänar alltid, som ni alla väl känner till, som rationaliseringar för de förra. Insikten om att ni inte kan få det ni önskar om ni inte frigör er från de osunda och felaktiga motiven, kan ge en förnyad drivkraft att göra detta arbete.

Om du upptäcker att din inre vilja är verksam i vissa fall, kommer du att känna mycket annorlunda. Du känner inga kval överhuvudtaget, du känner en mycket lugn frid i din önskan. Du känner också vissheten i att du kommer att få det. Det kan ta tid, men du kommer inte att vara otålig, inte heller kommer du att vara resignerad. Du kommer att vara ett med dig själv. I den inre viljan finns det en ren styrka, en styrka som inte gör dig spänd.

Detta arbete är mycket viktigt för er, mina kära vänner, eftersom det är det enda sättet att avlägsna den yttre viljans nivåer som hindrar den inre viljan från att vara verksam. Även om båda

viljeströmmarna strävar efter samma mål, även om den yttre och inre viljan önskar samma sak, förhindrar enbart det faktum att den yttre viljan är spänd och otålig att den inre viljan förverkligas, flödar och påverkar de kosmiska krafterna.

Den inre viljan hindras också av era personliga bilder och missuppfattningar, som jag redan har sagt. Men den hindras även av vissa massbilder som ni har anammat på grund av era personliga inre konflikter. Jag skulle nu vilja diskutera en av dessa massmissuppfattningar, en mycket utbredd sådan, som påverkar praktiskt taget alla i viss utsträckning. Den utgör också en mycket stark faktor som hindrar den inre viljan från att vara verksam. Jag talar om era uppfattningar om själviskhet och osjälviskhet.

Människor tror ofta – och om de inte gör det medvetet, känner de det omedvetet – att vadhelst som ger dem lycka, måste vara skadligt för någon annan. Det är därmed oundvikligt att ert samvete stör er varje gång ni är lyckliga, oavsett om ni faktiskt vore själviska eller inte. Den här skulden stör ofrånkomligen er inre önskan om lycka.

Den omedvetna uppfattningen är att om du njuter av något, kommer din njutning automatiskt att vara på bekostnad av någon annan. Eftersom du har lärt dig att det är fel att vara självisk, känner du att du måste förtränga¹ ditt ”själviska” begär. Du misslyckas med att urskilja huruvida dina begär faktiskt är själviska eller inte och förtränger urskillningslöst alla dina begär. I tron om att all önskan om lycka är självisk, vågar du inte önska överhuvudtaget. I förträngningsprocessen buntar du, oförmögen att särskilja det ena från det andra, ihop de verkligt själviska begären med de verkligen sunda begären som inte har något som helst att göra med själviskhet. Du har således inget sätt att sortera dem, att bedöma, att komma till rätta med dem. Först då skulle du vara i stånd att fritt bestämma dig för vissa begär och vara emot vissa andra.

Den omedvetna uppfattningen är kort sagt denna: Eftersom begär strävar efter lycka, och att vilja ha lycka är själviskt, måste jag förtränga alla mina begär. Du inser inte att när de drivs ut, fortsätter de att existera under ytan. De verkligen själviska begären i ditt undermedvetna gör att du känner dig skyldig, men det gör också de berättigade begären. Båda fortsätter att hävda sig och ropa inom dig, ofta utan din medvetenhet. Ovanpå allt detta blir du bitter av förbudet som du pålägger dem. Du är förbittrad på världen för att den inte tillåter dig att vara lycklig, medan det i verkligheten är din felaktiga slutsats kring lycka som är orsaken. I processen där alla begär och impulser förträngs, kan de barnsliga och därför faktiskt själviska begären inte mogna och förfina sig. Detta kan endast ske om de ses, möts och hanteras i en medvetenhet. Som en följd kan inte dina rättmätiga och sunda begär och impulser, som inte är det minsta själviska, finna sin uppfyllelse.

¹ Eng "suppress", som också kan tolkas som "undertrycka" eller "tränga undan". Övers. anm.

Ni tyngs alla av den omedvetna slutsatsen att någonting är själviskt bara för att det gör er lyckliga. Detta är mycket tragiskt, mina vänner. Det är ett onödigt pris i lycka och glädje som ni betalar. Ni vågar inte önska er lycka bara för att ni inte kan skilja mellan faktisk och inbillad själviskhet. Varje gång en rättmätig och sund impuls att uttrycka sig själv yttrar sig, känner och tänker ni som om det vore er sanna omogna och grova själviskhet.

Frågan är nu hur den verkliga själviskheten som finns i den omogna delen i varje människa ska behandlas. Det vanliga och felaktiga sättet att hantera detta är att förtränga den och lägga ett tvångsmässigt osjälviskt lager ovanpå som inte är autentiskt. Ur förfarandet att lägga ett osjälviskt lager ovanpå, uppstår den omedvetna föreställningen om att det i själva verket skulle vara mycket behagligt att ha tillåtelse att vara självisk. Den föreställningen får fäste inom dig och du tror omedvetet att detta att vara självisk skulle bringa dig lycka, men ack, du har inte tillåtelse att vara lycklig. Du tror felaktigt att om du skulle ge efter för din önskan om att vara lycklig, skulle du inte vara älskad eller godkänd. Eftersom kärlek och godkännande är så nödvändigt för dig, skulle du hellre försaka ”lyckan”. Den inre konflikten kan uttryckas på följande sätt: ”Om jag fick vara självisk, skulle jag kunna göra precis vad jag ville. Detta skulle innebära lycka. Jag kan å andra sidan inte vara lycklig om jag inte är älskad och godkänd. Därför måste jag bli olycklig, för att vara lycklig.” Detta låter helt ologiskt, men det omogna omedvetna är så här ologiskt och så här motsägelsefullt. Ni kan nu se vilken total förvirring som finns i den mänskliga själen. Jag är säker på att det inte kommer att vara alltför svårt för er att bekräfta liknande känslor inom er. Jag vågar säga att den här konflikten finns i viss utsträckning hos alla människor.

Den här felaktiga slutsatsen förklarar den totala hopplöshet som ni så ofta känner – en hopplöshet som finner sitt utlopp i tillfälliga sinnesstämningar som ni ibland hittar yttre orsaker till och rationaliseringar för. Just den här konflikten är den bakomliggande verkligheten i er hopplöshet. Vore missuppfattningen sann, skulle lycka verkligen vara en omöjlighet. Du skulle vara berättigad att känna hopplöshet om du inte skulle kunna vara lycklig utan att vara älskad och du kan inte vara älskad när du är lycklig, för lycka är själviskt enligt den här felaktiga föreställningen. Du blir olycklig oavsett. Du kan pendla mellan de två alternativen, men vart du än vänder dig finner du dig olycklig och frustrerad. Inombords gör du ofta uppror och försöker tvinga människor runt omkring dig att bryta den här lagen, eller det som för dig tycks vara en lag. Men din övertygelse om att du befinner dig i en olöslig situation, får dig att försöka ta dig ut ur den på fel sätt. Det ironiska är att du försöker komma ut ur den genom att ibland faktiskt agera ut dina mest barnsliga och själviska impulser i stället för dina rättmätiga och sunda sådana. Detta måste förolämpa andra och provocera dem att reagera negativt mot dig. Och detta i sin tur övertygar dig på nytt att din situation verkligen är hopplös. Eftersom orsaken till ditt uppror är omedveten, faller det dig inte in att välja att agera utifrån dina sunda impulser; i stället väljer du de mest drastiska exemplen för

ditt experiment. De drastiska exemplen är de själviska impulserna. Endast genom en växande medvetenhet och medveten urskillning kan du vara i stånd att göra de riktiga valen och på så sätt få bevis för att din slutsats var felaktig. Att den här konflikten ointetgör din inre vilja och förhindrar den förtjänta uppfyllelsen av din önskan blir självskrivet.

Idén om att själviskheten, om den tilläts, skulle vara ett lyckligare tillstånd, kanske bara finns i ditt omedvetna sinne, medan du medvetet känner till alla rätta svaren. Att på ett adekvat sätt utfråga dig själv kommer i detta fall att föra dig närmare den inre motsägelsen. Genom att gå tillräckligt djupt kommer dina svar att vara mindre och mindre övertygande, även inför dig själv. När detta sker, närmar du dig det drabbade området. Vissa av er, om ni bara gör er besväret att tänka på det, kan också hitta en medvetet hållen övertygelse om att du skulle vara lyckligare om du fick vara självisk.

Oavsett huruvida den här missuppfattningen finns i ditt medvetna eller i ditt omedvetna sinne, hur kan du på ett fritt sätt vara osjälvisk i dina handlingar dag ut och dag in? Att inte göra den osjälviska handlingen får dig att känna dig skyldig; att göra den tycks vara att kränka din vilja och övertygelse. Den kan inte vara en fri handling, självständigt vald. Närhelst du gör något utifrån ett tvång och inte för att du säger ja till det, kan du inte vara ett med dig själv. Du måste vara delad, i konflikt, du måste förlora din inre frid och din känsla av riktighet. Hur kan du vara lycklig i att antingen göra något som får dig att känna dig skyldig eller att göra något som tycks gå emot dina personliga intressen? Vartdera alternativ medför en otillfredsställelse.

Låt oss nu undersöka varför den här föreställningen är felaktig. Jag vänder mig till den delen av er personlighet där ni bär på den här missuppfattningen. För det första, inte allting som gör dig lycklig är automatiskt själviskt och skadligt för någon annan bara för att det gör dig lycklig. Helt tvärtom. Som en lycklig person är du mer förmögen att ge lycka och glädje till andra. Du har rätt till samma hänsyn till dig själv som till en annan person. Endast som en fri, stark och lycklig person kan du bli uppfylld i livet och vara konstruktiv i din omgivning. För att uppnå detta behöver du ge dig själv hänsyn, du behöver respektera dina egna rättigheter och de kommer inte att strida mot andras intressen och rättigheter. Om det ibland tycks vara så, förvissa dig om sanningen med en absolut egen ärlighet. Det finns inga fasta regler för att avgöra huruvida handlingar är riktiga eller felaktiga när de tycks gå emot en annan persons intressen. Det är dock nödvändigt att bli helt medveten om alla dina begär, impulser och motiv. Endast på det sättet kan du urskilja och bedöma vilka som är själviska och vilka som inte är det.

När det gäller den faktiska själviskheten som, medvetet eller omedvetet, tycks vara så fördelaktig och önskvärd: I verkligheten kan själviskheten inte erbjuda någon fördel, även om det verkar så just nu. Ju högre ert medvetande är, desto mer absolut kommer denna övertygelse att vara hos er.

Just nu kan det vara svårt för er att förstå den här sanningen och då bör ni bara sträva mot denna fullständigare syn som ett mål. Men den sanna uppfattningen kan inte bli en del av dig så länge du försöker påtvinga dig den, så länge du handlar på ett riktigt sätt för att du tror att du borde, så länge beslutet inte är helt ditt eget och därför fritt. Allt du kan och bör göra under tiden är att vara ärlig mot dig själv.

När den själviska handlingen fortfarande ser ut att vara mer önskvärd för dig, begrunda följande: En isolerad händelse, med alla dess orsaker och verkningar, kommer att framstå annorlunda än vad samma händelse skulle göra i sitt större sammanhang. En viss händelse kan med andra ord faktiskt tyckas berättiga synen att själviskhet är fördelaktigt. Men om du följer upp kedjereaktionerna, erhåller du ofrånkomligen ett annat perspektiv. Den annorlunda synen kommer att väcka önskan om och aktivera den *fria* viljan att bestämma dig för den osjälviska handlingen, i stället för att som tidigare drivas till den. Detta i sig kommer att göra en enorm skillnad. Det öppnar automatiskt upp ett nytt perspektiv som visar att själviskheten inte är fördelaktig, varken nu eller i det långa loppet. Den är skild från verkligheten. Så länge du endast ser en handlings första verkningar, äger du inte en bild av helheten. Den är endast ett segment och segmentet kan inte förmedla helheten.

Låt oss säga att du blir visad en liten sten från ett stort hus. Du kan uttala dig om vissa fakta genom att titta på stenen: kvaliteten och materialet, liksom färgen. Men du kan inte uttala dig om hur huset ser ut från att titta på stenen. Du kan inte bedöma vare sig dess skönhet, dess arkitektur eller proportionerna och inredningen av rummen.

Det är samma sak med människans inre och yttre handlingar, inställningar och reaktioner. Genom att bara beakta den omedelbara verkan, tar du på dig att göra en bedömning av hela bilden med endast ett segment tillgängligt. Du behöver vidga din syn så att du är i stånd att ha en sannare syn. Detta innebär inte att acceptera något utifrån en tro, inte heller innebär det att genom att vara god, kommer du att belönas i nästa tillvaro. Verkan av en riktig handling kan ses här och nu medan man fortfarande befinner sig på detta jordiska plan.

När du tänker eller känner att själviskhet skulle vara till din fördel, utelämnar du det uppenbara. Du misslyckas med att koppla samman orsak och verkan och din syn är därför suddig. Men man behöver inte en övernaturlig syn eller metafysisk kunskap för att lägga ihop två och två. Du behöver bara tänka, nå lite längre och se det som finns precis framför dig.

Låt oss anta att du behöver göra ett val mellan en självisk och en osjälvisk handling. Den osjälviska handlingen tycks inte gynna dig, åtminstone inte direkt. Om du dock är objektivt övertygad om att den är gynnsam som sådan, oavsett om det är för världen i stort eller för en liten

grupp eller för en enda person, kommer den ofrånkomligen att gynna även dig på något sätt, kanske inte alltid omedelbart, men ofta mycket tidigare än du tror. Den här övertygelsen kommer att växa inom dig. Den kommer att bli ett inre faktum, men bara om du har fattat ett fullt och helhjärtat beslut för den osjälviska handlingen. Bestäm dig för den bara för att du är övertygad om att den är riktig och inte tvångsmässigt för att du vill få en belöning, oavsett om det är i form av tillgivenhet, kärlek, godkännande eller för att lyda andra eller för att du tror att Gud kommer att belöna dig för du har varit ett duktigt barn. Din handling måste vara självvald för sin egen skull, oavsett vem som omedelbart tycks gynnas av den. När du gör det, kommer du att vara ett med dig själv. Detta kommer att vidga din horisont och höja ditt medvetande till den nödvändiga mognaden. Sanningen kommer då att gå upp för dig att själviskhet inte är fördelaktigt och definitivt inte i ditt intresse. Eller för att uttrycka det annorlunda, osjälviskhet är sund ”själviskhet”.

Jag sa tidigare att detta att utföra en osjälvisk handling för en belöning, förvandlar handlingen till en självisk handling. Om du emellertid gör det rätta på det riktiga och mogna sättet, utan baktankar och utifrån ett fritt val, kommer du att skörda en belöning av annat slag, nämligen den goda känslan av att vara ett med sig själv, den trygghet som bara en självaktning kan erbjuda. Att göra någonting helhjärtat ger ytterligare självaktning som är en definitiv fördel som yttrar sig på många sätt. Den ger dig bland annat styrkan att övervinna många svagheter som du kanske föraktar dig själv för. Den minskar vissa rädslor och oroliga känslor, särskilt när du har med andra människor att göra. Rädslan för andra grundar sig alltid i att man känner sig svag och otillräcklig. Genom att komma till rätta med dina förvirringar, genom att fatta självständiga beslut om att utföra osjälviska handlingar och därmed vara ett med dig själv, vinner du den självaktning som minskar själva otillräckligheten och självföraktet som gör dig svag och rädd gentemot andra.

Jag kan inte understryka tillräckligt att det är helt avgörande huruvida du handlar osjälviskt eller inte för att du verkligen vill eller för att du tror att du måste. Så länge övertygelsen som gör att du vill saknas, behöver du fortsätta det inre sökandet och undersöka dina motiv och föreställningar i jämförelse med den objektiva sanningen, tills du når den punkt där du är övertygad. Först då är du i stånd att göra ett fritt val som inte drivs av tvång. Detta i sin tur kommer att visa dig att osjälviskhet inte är ett ok som du måste ta på dig mot din inre övertygelse. Du kommer i stället att se utan något tvivel att osjälviskhet egentligen är ”självisk” i en sund bemärkelse och att den är till din fördel, förutsatt att motiven är riktiga, beslutet är fritt och reaktionerna är mogna.

Detta kommer att befria er från missuppfattningen att själviskhet skulle kunna göra er lyckliga om ni hade tillåtelse att ge efter för den. Den andra missuppfattningen, att lycka är själviskt och därför förbjudet, finns på grund av den här missuppfattningen. På grund av dessa felaktiga slutsatser, kan den inre viljan inte vara verksam, den kan inte flöda ut ur dig. Varje gång önskan om lycka visar

sig, förhindras den av en liten inre röst så att den inre viljan bryts. Önskan kanske uppstår på nytt på en yttre nivå, men som jag tidigare nämnde kan den yttre viljan inte räcka till för att föra dig till något mål: den sliter dig bara itu, den förstör din inre styrka, ditt inre lugn och din inre frid.

Försök, alla ni, att känna igen er vilja, varifrån den kommer, hur den känns. Om och när du märker att den inre viljan är blockerad, undersök var och varför du har tvivel kring det rättmätiga i din önskan. Ibland kan den misstanken vara berättigad för att din önskan faktiskt kan vara skadlig för andra eller dig själv. Ibland kan din önskan vara berättigad, men många omedvetna, osunda motiv kan förekomma tillsammans med de sunda motiven. Ibland kan en önskan vara helt riktig och bra, men dina missuppfattningar – kring själviskhet liksom och även inom andra områden – kan hindra den inre viljan från att vara verksam.

I kväll fokuserade jag på ett problem som är centralt och utbrett. Vi kommer antagligen att behöva arbeta med detta ämne med var och en av er individuellt. Förbered er genom att fundera på det, genom att känna hur dessa ord gäller för dig.

Finns det några frågor nu rörande detta ämne?

FRÅGA: När man gör en osjälvisk handling och vet att den inte kommer ur ens sanna jag, men man gör den ändå för att förändra sig, vill man inte göra den tvångsmässigt. Men man blir så trött, så utmattad och förstår inte varför...

SVAR: Själva det faktum att du blir utmattad är ett tecken på att du fortfarande gör den osjälviska handlingen mot en inre övertygelse och egentligen utifrån ett tvång. Du vill vara god och osjälvisk, men du känner fortfarande djupt inombords att den själviska handlingen skulle vara till din fördel. Så du tvingar dig själv och detta gör dig trött. Du kan inte omedelbart förlora tvånget och uppnå tillståndet där du väljer på ett fritt sätt. Detta fria val kan endast göras efter att du inser att den osjälviska handlingen är till din fördel, medan den själviska inte är det. Missuppfattningen kan vara djupt begravet och behöver först bli medveten. Du kan inte ta dig runt detta stadium. Om du försöker, kommer din osjälviska handling att förbli tvångsmässig och ofri. Du behöver med andra ord först bli helt medveten om att du inte vill göra den osjälviska handlingen, och varför. Du behöver bli medveten om ditt tidigare uppror mot att anpassa dig till de osjälviska handlingarna, liksom om skulden för dina själviska handlingar. Denna del av arbetet är nödvändig även om den ibland är något smärtsam, under en tid. Men den kan inte undvikas. Först efter att du har övervunnit detta stadium är du i stånd att urskilja, bedöma och välja dina egna handlingar och inställningar. Du kommer då att kunna omforma dina föreställningar.

I många terapier fastnar människor vid ett visst stadium. De får veta att deras rättmätiga begär och

impulser var förträngda, men denna upptäckt tar även fram de själviska begären som de nu utagerar och de går därmed från den ena felaktiga ytterligheten till den andra. I dessa fall fortskrider inte personen. Det är inte nödvändigt att utagera själviska impulser. Det finns fler valmöjligheter än de två alternativen av att antingen förtränga eller utagera sin själviskhet. Man kan känna igen den utan att ge sig hän åt ett själviskt eller skadligt beteende. Men du måste känna igen den i fullständig ärlighet, annars kan du inte komma vidare.

Det är, apropå detta, på grund av att människor i terapi ofta visar upp sina nyligen upptäckta impulser som analysen ofta anklagas för att göra människor mer själviska. Om det hanteras på ett adekvat sätt, behöver detta inte vara fallet. Du behöver inte välja det felaktiga alternativet nu, bara för att du tidigare utförde de riktiga handlingarna utifrån felaktiga motiv. Du kan, om du så önskar, fortsätta att göra de riktiga handlingarna även medan du befinner dig i processen av att bli medveten om att du inte tycker om att göra dem. Du befinner dig i ett tillfälligt tillstånd oavsett. Det är en övergångsperiod. Viktigare än allting annat är, för närvarande, att bli medveten om varför du gör en handling och vad du känner när du gör den.

För att sammanfatta: Först, innan du söker i ditt inre, är du övertygad om att du gör en osjälvisk handling och du hatar det utan att vara medveten om ditt hat och uppror mot den. Därefter upptäcker du ditt hat och uppror mot denna handling. Du märker vidare att du förmodligen skyller på andra människor som – som du vill tro – tvingar dig till den. Nästa steg blir att du omprövar varför du gör denna handling och vilka dina verkliga motiv är. I de flesta fall kommer du att märka att du gör den för att den förväntas av dig och att du inte vill förolämpa människor på grund av att du vill ha deras godkännande. Ytterligare sondering kommer att visa att du, bortsett från dessa skäl, egentligen mycket hellre skulle göra den själviska handlingen. När du frågar dig själv varför, kommer svaret att vara att du tror att den är mer fördelaktig eller angenämare för dig. Vid det laget har du identifierat missuppfattningen som kan rättas till endast med hjälp av den sanna uppfattningen. Om och när du är helt medveten om missuppfattningen i alla dess fasetter, kommer du också att se att handlingen i fråga var självisk, tvångsmässig och ofri, särskilt eftersom du ville ha godkännande. Din synbarligen osjälviska handling var därför egentligen självisk. Själviskheten har endast skiftat.

Processen att ta reda på vad som verkligen pågår kan inte undvikas. Du kan sedan bestämma dig för huruvida du vill handla som tidigare eller ej. Under detta arbetes gång kanske du upptäcker att vissa av dina handlingar var ogrundade och onödiga, att andra människor har dragit nytta av dig på ett sätt som i slutändan kommer att visa sig vara skadligt för dem själva. Men i andra fall kan handlingen som sådan ha varit giltig och rimlig och du kanske väljer att fortsätta med den, även medan dina motiv fortfarande är förvirrade. I endera fall är det viktiga att få insikt om dina känslor, motiv och reaktioner, dina inre och ofta omedvetna uppfattningar, och viktigast av allt,

ditt självbedrägeri.

Bara genom att tillåta dina sanna känslor att komma upp till ytan, kommer du slutligen att nå den punkt där dina inre uppfattningar förändras och övertygelsen om sanningen blir din.

FRÅGA: Även om jag har gjort det fria valet själv och känner till alla dessa felaktiga motiv, men samtidigt vill förändra mig, så känner jag fortfarande att det är lite själviskt. Det är inte så mycket för att vilja ha godkännande eller kärlek, utan kanske för att jag vill prova ett nytt sätt.

SVAR: Du kanske inte vill ha godkännande eller kärlek så mycket, möjligen är du dock inte fullt medveten om det, men du kanske vill göra Guds vilja, vara en andligt utvecklad person. Det spelar ingen roll vad motivet är. Ett sådant motiv kan också vara ovanpålagt. När du känner att själviskhet fortfarande finns där, trots insikten i dina negativa motiv, är du inte fullt medveten om alla dina känslor, omedvetna slutsatser och tankar. Du kanske ännu inte är medveten om i vilken utsträckning en del av dig fortfarande tror att det i själva verket skulle vara angenämare att gå efter den ursprungliga själviska önskan. Du kanske för den delen inte ens är helt medveten om vilka dessa önskningar är. På grund av den missuppfattningen, är önskningarna i sig ofta förträngda och behöver tas fram ur sitt gömsle.

Vad är det du egentligen önskar och varför önskar du det? Enkel som denna fråga först låter och senare är, är den svår att svara på i början. Det nödvändiga inledande arbetet är ofta svårare än ni kanske tror nu. När detta har uppnåtts, blir det mycket lättare. Problemet är alltid att innan en viss punkt uppnås i detta arbete, vet du inte riktigt vad som pågår inom dig. Du känner dig störd, men du kan inte sätta fingret på orsaken. Du är ofta helt omedveten om vad du egentligen önskar och varför. Om och när du lär dig att bli medveten om detta varje gång du känner dig störd och orolig, har du gjort stora framsteg på denna väg. Du kan inte gå djupare och analysera dessa faktorer om du inte först är medveten om vad det är du vill. När du får reda på det, kommer du ofta att uppleva att störningen minskar kraftigt bara av det faktum att du nu vet vad du vill och vad det är som verkligen stör dig, bakom rationaliseringen.

Mina käraste vänner, må mina ord ge er ytterligare material och näring för ert inre framskridande. De innehåller ett mycket viktigt frö för er alla. Dessa ord kan öppna upp nya perspektiv mot en ny frihet. De innehåller en av de viktigaste nycklarna för att släppa ut ert verkliga jag ur sin fångenskap. Var välsignade alla ni, mina kära vänner, 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

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.

20224-05-19