

Konflikter i dualitetens värld

Välkomna. Gud välsigne er alla, mina käraste vänner. Välsignad är denna stund.

På denna väg går man igenom olika faser. I stort sett har vi hittills undersökt den första nivån av ert omedvetna sinne. Den utgör den nivå där ni hyser felaktiga intryck och slutsatser som formas till stela generaliseringar kring olika aspekter av livet. Vi kallar dessa stela former i själen för *bilder*. Vissa av dessa kan i sig vara obetydliga, ändå är de viktiga nog för att förvränga ditt liv.

Vi har trängt in i dualitetens värld, som finns under denna ytliga nivå av det undermedvetna sinnet. Det är på denna djupare nivå som striden mellan motsatserna utkämpas. Striden skapar en enorm förvirring i livet. Den här förvirringen berör de stora frågorna liksom de till synes mindre sådana. De stora motsatserna är livet och döden, lycka och olycka, kärlek och själviskhet, ljus och mörker. Förvirringen uppstår på grund av att en viss inställning till livet, som förmodas leda till det önskade målet, ofta bringar, åtminstone till viss del, det oönskade målet. Det krävs en hel del egen ärlighet och medvetenhet för att förstå detta fenomen och upptäcka misstaget i handlingarna och reaktionerna som är ansvariga för detta förvirrande resultat.

Religionen symboliserar kampen mellan motsatserna som kampen mellan Gud och djävulen. Förvirringarna som uppstår ur denna dualitet sägs vara Satans list för att lura människan så att hon inte längre kan skilja mellan Guds sätt och djävulens sätt. Det som i grunden är själviskt och destruktivt, framstår ofta på en ytlig nivå som rättfärdigt och heligt, och omvänt. Att sanningen förvrängs till något falskt är en del av den stora striden mellan ljusets krafter och mörkrets krafter som människor felaktigt föreställer sig härjar utanför dem själva; de tenderar att tro att de bara är offer fångade mitt emellan.

Att behöva välja mellan alternativen som ni ställs inför i det dagliga livet framkallar ofta förvirring. Dessa alternativ är inte utpräglat "goda" eller "dåliga"; båda emanerar från samma grundläggande kamp i den mänskliga själen.

Den moderna psykologin har erkänt samma grundläggande problem och kallar det för livsinstinkten kontra dödsinstinkten, eller behagsprincipen¹ kontra verklighetsprincipen. I samband med verklighetsprincipen råder det emellertid också förvirring. Människor saknar så ofta klarhet i vilken princip som står för Gud och vilken som står för djävulen. Är behagsprincipen självisk och därför destruktiv? Kan man ge sig hän åt den utan att skada andra? Och står verklighetsprincipen för plikt, ansvar, arbete, prestation och är därför konstruktiv? Ni får å andra sidan höra att Gud är lycka, salighet och ljus, och behagsprincipen får er att trängta efter det. Oavsett om ni vet om det eller inte, är det precis här som ni är uppslukade av en av mänsklighetens stora förvirringar.

Inunder alla konflikter som ni har upptäckt genom arbetet på denna väg, finns det en större konflikt som alltid är relaterad till dualitetens värld. Bakom era bilder och missuppfattningar, kommer ni alltid att hitta konflikter. Ni märker på ett eller annat sätt att ni slits mellan flera alternativ. Genom att skala bort alla ovanpålagda motivationer, finner ni vid kärnan ofrånkomligen de grundläggande motsatserna.

Men den här dualistiska nivån där du slits mellan motsatserna utgör fortfarande inte kärnan. Bakom den finns ursprunget till dualitetens värld, precis som dualitetens värld är varifrån era bilder härstammar. Denna bakomliggande källa blir på nästa nivå märkligt nog den ena sidan av de två motsatserna. Källan, som utgör en enhetlig kärna, klyvs med andra ord i två motsatser på nästa nivå av medvetandet. Denna bakomliggande kärna utgör er längtan efter fullständig lycka, ljus, kärlek, lycksalighet, frid. Den ursprungliga längtan är efter den högsta lyckan, men livet på jorden förhindrar en sådan uppfyllelse. Detta förhinder skapar dualitetens värld och därmed er konflikt. Det är dock lika sant att säga att dualitetens värld skapade förhindret. Den skapade de livsförhållanden på jorden som gjorde "verkligheten" till något som går emot behagsprincipen, för att tala i psykologiska termer; i andliga termer går denna "verklighet" på jorden emot den gudomliga lycksalighetsprincipen.

Detta försätter er i en ond cirkel. Hur man kommer ut ur den och finner sin väg in i sanningens ljus är den relevanta frågan. Ni behöver först förstå vad som är ansvarigt för, åtminstone delvis, att människan skapar dualiteter utifrån en enda kärna.

Livet på jorden innefattar av nödvändighet den fysiska döden. Även om vi avlägsnar mycket av livets bedrävelser som onödiga, på grund av att de skapas utifrån förvirring, återstår den fysiska döden. Den är fortfarande ett mysterium, okänd och därför skrämmande, trots den religiösa tron.

¹ Eng. "pleasure principle", som även kunna översättas till "lustprincipen" som också är ett psykologiskt begrepp. I dessa föredrag har ordet "behagsprincipen" använts då det harmonierar mer med terminologin som används i övrigt i översättningen. Övers. anm.

Den tycks utgöra ett slut och som sådan står den i grov motsättning till längtan efter livet. Och livet innebär i grunden lycksalighet. Alla de religiösa förklaringarna, hur sanna de än må vara, är fortfarande gissningar. Genom att följa de logiska stegen, ser vi således att rädslan för döden skapar dualitetens värld, och dualitetens värld skapar en verklighet som säger nej till mänsklighetens längtan efter en fullständig uppfyllelse. Detta innebär att vi står inför problemet med döden. Det är genom att hantera den som vi kan bryta den onda cirkeln.

Mänskligheten har försökt att hantera problemet med döden så länge den har funnits. Dessa försök var beklagligtvis otillfredsställande och kunde inte annat än att misslyckas, precis som era omedvetna försök att lösa psykologiska problem genom genvägar och undvikanden är dömda att misslyckas. I stället för att rättframt möta problemet lägger ni färdiga svar ovanpå, som kan vara sanna som sådana, men de är inte sanna för dig personligen eftersom du inte har kommit fram till dem med hjälp av styrkan och modet som bara kommer från att se och möta problemet. Ni valde snarare det undvikande sättet utifrån rädsla och svaghet. Detta är ett sätt att försöka hantera problemet. Många religiösa människor som håller fast vid sin tro utifrån rädsla, är exempel på de som vill undvika att konfrontera dödens verklighet på denna jord.

Ett annat försök att hantera problemet med döden är genom att förneka just det som man djupast längtar efter. Människan längtar efter lycksalighet och evigt liv, men många som önskar sig det är skräckslagna för att inte uppnå det. De rusar därför direkt in i motsatsen till det som de längtar efter som mest. Denna självdestruktivitet kan återfinnas på alla nivåer. Den visar sig i er inställning till mindre viktiga aspekter av livet, men är i grund och botten ert sätt att hantera problemet med döden. Ateisten/materialisten och den ytligt religiösa som vill undvika döden genom en ovanpålagd tro, utgör två urtyper. Ingen av dem inser att var och en i grunden gör samma sak, det vill säga kastar bort det som de önskar sig mest. De står i våldsam motsättning till varandra, på grund av att var och en representerar motsatsen till det som han eller hon tror är lösningen på det stora problemet. Ingen av dem har dock funnit svaret, eftersom detta måste komma från jaget, inifrån. Det kommer endast genom att modigt se och möta dessa problem, frågor, förvirringar och rädslor och undersöka hur man på sitt eget särskilda sätt hittills har försökt att hantera dem.

Mitt tal om längtan efter Gud kan låta avlägset och abstrakt. När ni försöker föreställa er den gudomliga lycksalighet som andarna gläds åt, framkallar era automatiska associationer något som vanligtvis är någonting helt annat än den lycka som ni som människor längtar efter. Ni föreställer er himlens lycksalighet som någonting tråkigt, sterilt, ointressant. Det finns många människor som tror att själva närvaron av olycka är det som ger lyckan sin tjusning. Så är det förstås inte. Eftersom ordet "lycka" för de flesta av er betecknar en så diffus och avlägsen andlighet, låt oss i stället använda frasen "högsta välbehag på alla nivåer av ditt väsen". Er djupt rotade längtan

efter detta ”högsta välbehag” står ständigt i konflikt med verkligheten så som ni känner den på jorden. Detta är resultatet av er oförmåga att acceptera och hantera döden.

Den moderna psykologin hävdar att den här djupt rotade längtan har sitt ursprung i önskan om att återvända till livmodern där fostret levde i ett varande tillstånd, utan oro, ansvar eller svårigheter. Ju mer individen växer, desto mer måste den möta livets realiteter och kampen blir därför intensivare. Men människans längtan går längre tillbaka än till moderns livmoder. Sanningen är att ni alla har inbäddat i er ande det vaka minnet om ett liv i ett annat medvetandetillstånd, när ni inte kände till något annat än en högsta lycksalighet utan några motstridiga alternativ. Detta tillstånd kan gradvis återfås, stegvis och i viss grad, även medan man fortfarande är en inkarnerad individ. Det räcker inte att avlägsna era bilder och felaktiga slutsatser. När ni emellertid gör det, möter ni ofrånkomligen den nivå där dualitetens värld råder. När ni väl förstår den i sin djupaste kärna, ställs ni ansikte mot ansikte med er kamp mot döden, eller ”anti-behaget”, om jag kan kalla det så.

Det finns, om jag tidigare antydde, två huvudsakliga sätt som det omedvetna försöker hantera döden på. Båda baseras på negationer: det ena genom att undvika, det andra genom att avsiktligt gå in i det som man är mest rädd för. I båda alternativen kämpar man desperat mot döden. Du kämpar inte mindre när du avsiktligt väljer döden utifrån en krypande rädsla, i en negativ, svag anda. Det är ett helt annat val att acceptera döden på ett sunt sätt, utifrån styrka.

När jag använder ordet ”döden”, menar jag inte bara den fysiska döden. Jag avser alla negativa aspekter av livet, allting som går emot din behagsdrift. I den bemärkelsen innebär döden även förlust, förändring och det okända som i verkligheten kan innehålla något bättre än det tillstånd du befinner dig i, men av själva det faktum att det är okänt så blir det skrämmande. Det finns ingen människa som inte genomgår döden på många små sätt varje dag.

Inställningen till döden i alla dess aspekter avgör förmågan att leva och uppleva välbehag. Ju sundare din inställning till döden är, desto mer kan livskraften flöda genom dig och desto mer sund och bestående kommer därför din behagsdrifts tillfredsställelse att vara.

Det första steget är att upptäcka hur mycket du kämpar emot döden. Bli fullt medveten om detta, precis som du behöver bli fullt medveten om den ständiga längtan efter högsta välbehag. Båda kan vara mycket dolda. Upptäck vilket av de två sätten du har valt att hantera döden på – undvika den eller rusa in i den. Båda återfinns inom varje människa, men det ena eller det andra kan vara dominerande.

I det sistnämnda försöket saboterar du lyckan som skulle kunna vara din, på grund av att du är alltför rädd för att förlora den igen eller inte uppnå den i den grad du önskar. Du säger ”Död, eller förlust, är oundvikligt oavsett, så jag kan lika gärna få det överstökad”. Ett extremt exempel på detta är självmord.

Du slits mellan två otillfredsställande och skadliga försök att negera döden. Dessa konstlade, kraftfulla och krampaktiga försök för dig så mycket närmare det du vill undvika och du förverkar det du önskar vinna. Det är alltså inte i acceptansen i sig som du finner styrka och läkning, utan i på vilket sätt du väljer att acceptera döden. En acceptans blandad med rädsla och negativitet – som båda leder till självdestruktivitet – är något helt annat än en sund, stark acceptans av det oundvikliga. Genom att rättframt möta den, inte rygga tillbaka inför den, kommer du till rätta med den och frigör därigenom livskraften i dig som förblir igenpluggad så länge du inte lär dig att hantera döden på ett sunt sätt.

Ni anar att lösningen ligger i acceptansen. Men ni tror också att i acceptansen ligger det en förintelse. Så länge den här förvirringen inte tas fram i medvetandet, kan du inte börja hitta din väg ut ur labyrinten.

Ställda inför denna förvirring, tar människor ofta till religionen i någon av dess varierade former. Men de gör så i en anda av rädsla och undvikande. Religionen kommer därmed, oavsett hur sanna dess läror är, inte riktigt att hjälpa, på samma sätt som acceptansen av det felaktiga slaget inte hjälper. Denna slags religiositet kommer inte att hjälpa eftersom den accepteras utifrån svaghet, vilket förorenar människors motiv. Genom att djupt förnimma att motivationerna inte är sanna, föraktar de sig själva för det. Den ovanpålagda tron har dessutom ingen verklig makt att hjälpa dem. De accepterar Gud och allting som tron på Gud innebär, inte utifrån en verklig övertygelse, inte heller utifrån en djup, genuin insikt, utan för att de är rädda. Religionens motståndare har på så sätt ofta rätt när de säger att religionen är ett opium. På samma sätt har materialismens motståndare rätt när de avvisar det materialistiska synsättet, inte bara för att det inte är sant, utan också för att motivationen för att acceptera det utgörs av rädsla.

Ju djupare vi går in i detta ämne, desto mer finner vi att lösningen ligger i att möta det okända och konfrontera rädslan för det. Uppgiften är att lära sig styrkan att dö, för bara den som vet hur man dör, vet hur man lever.

Man behöver givetvis inte vänta med att uppleva den faktiska fysiska döden för att lära sig hur man dör. Inte bara kan er under stundom medvetna rädsla för allting som betecknar döden hjälpa er, utan också alla andra aspekter av döden som innefattar det dagliga livet. Om du inte vet hur

man dör, kan du inte leva eftersom du inte kan förena motsatserna som utgör dualismen i din egen själ. Du kan därmed inte frigöra livskraften som ligger outnyttjad i det inre.

Undersök alltså även er tro, mina vänner. Var inte rädda för att inse att det också finns, oavsett i vilken grad, ett ovanpålagt intellektuellt lager som ni håller fast vid utifrån svaghet och rädsla. Ett sådant uppriktigt erkännande kommer att ge dig själva styrkan att bygga en genuin tilltro som också utgör en övertygelse och vetskap. Den kommer från en inre upplevelse av sanningarna som du hittills bara har vetat intellektuellt. Denna visshet kommer efter att du har lärt dig att hantera döden i fullaste bemärkelse. Så länge din förmåga att acceptera döden grundar sig i den ovanpålagda vetskapen om att livet går vidare och att döden är en illusion, är din tilltro byggd på sand. Men om du tar det stora, modiga steget för att möta din bristande övertygelse, din osäkerhet och din rädsla, och hanterar dessa genom att acceptera det okända, bygger du upp din styrka och gör plats för en sann övertygelse om och upplevelsen av den andliga sanningen. Då blir den en del av dig eftersom du då lär dig att leva. Livskraften frigörs och ett stort mått av din längtan efter lycksalighet uppfylls medan du fortfarande befinner dig på jorden.

Sök och du kommer att hitta ett område av ditt väsen som håller fast vid livet bara för att undvika döden. Denna motivation är negativ och negerar själva livskraften. Men om du möter, accepterar och hanterar döden, kommer din omfamning av livet att ha en positiv anda. Endast detta kan lösa dualitetens problem, eftersom dualiteten uppstår ur en negation.

Dualitetens problem måste så småningom angripas längs utvecklingens och växandets väg. För vissa kommer det att komma upp till ytan tidigare, för andra senare, men det måste komma för alla.

Var inte rädd för att vara illojal mot din tro när du möter den delen av den som har lagts ovanpå din dödsskräck. För endast då kan du verkligen bli stark, från att veta och acceptera den osäkerhet som döden innebär, på små sätt, varje dag. Den här styrkan kommer inte från ett undvikande eller från något negativt. Du kommer att veta att döden utgör en väsentlig del av livet. I den utsträckning som du växer i den här riktningen, kommer livskraften att flöda genom dig och ge dig en försmak av vad verklig lycka, högsta välbehag och sann trygghet är, även medan du fortfarande befinner dig i kroppen.

Många aspekter av det civiliserade livet står i vägen för den högsta lycksalighet som i viss grad skulle kunna uppnås även på jorden. De utgör ett direkt resultat av den inre dualiteten, som i sin tur kommer från oförmågan att dö. Det civiliserade livet ställer er ständigt inför alternativen av behag och obehag. Låt oss till exempel beakta ett arbete som inte alltid harmonierar med dina kreativa förmågor och din fallenhet och som därför inte harmonierar med ditt gillande eller

välbehag. Arbetets villkor, med alla dess ”måsten” som har sin grund i politiska, ekonomiska och samhälleliga faktorer, vilka återigen i sig är ett resultat av den inre dualiteten, nödvändiggör dessutom en kamp för att leva. Detta uppmuntrar trägenhet, drivkraft och tvångsmässighet. Dessa ställer dig dessutom ofta inför förpliktelser som kanske bara är nödvändiga inom ramen för ditt nuvarande liv på jorden. På dessa sätt skapas en verklighetsprincip som står i klar motsättning till längtan efter och uppfyllelsen av lyckan som skulle kunna vara din. Här har individuella inre problem kollektivt frambringat ett civilisationstillstånd som gör livet onödigt svårt. Er ofta obehagliga verklighet är således i många avseenden onödig och visar sig som en kollektiv manifestation av den inre dualiteten. Allteftersom varje person börjar möta detta inre problem, hjälper han eller hon till att förändra världen och dessa villkor, på aldrig så subtila men likväl avgörande sätt. Allteftersom du fokuserar på dessa problem inom dig, blir du förmögen att hantera den onödiga dualiteten på ett mycket sundare sätt. Samtidigt hjälper du också till att förändra den mer än nödvändigt kärva kollektiva verklighetsprincipen.

Nu skulle jag vilja beröra en annan konflikt och förvirring. Under detta arbetes gång kan ni ha blivit starkt medvetna om längtan efter lycka, kärlek, uppfyllelse eller – för att uttrycka det i de ord jag använde i kväll – högsta välbehag. Ni har upptäckt att mycket av den längtan kommer från er otillfredsställelse som barn, som nu uppträder som ett överdrivet begär. Ni lär er att skilja mellan den sunda önskan om mogen kärlek och det trängande barnsliga behovet av att vara älskad. Med hjälp av denna medvetenhet gör ni er i viss utsträckning fria från detta trängande behov. Det är likväl nödvändigt för er att också förstå ursprunget till det överdrivna kravet. Behovet kommer från ett diffust minne inbäddat i anden.

Nu kanske ni undrar: ”Om den här önskan har ett andligt ursprung, varför är den då osund?” En del av svaret är att det är omöjligt att tillfredsställa sådana överdrivna förväntningar på denna jord, givet den verklighet som mänskligheten har skapat. Det räcker inte heller med att säga att barnsliga begär är ensidiga, medan den mogna kärleken är villig att ge och älska lika fullt som man önskar att ta emot. Hos den vuxna blandas det barnsliga begäret subtilt samman med den mogna kärleksförmågan och individens rättfärdigande förblir således att: ”Om jag bara kunde hitta en sådan fullständigt tillfredsställande kärlek, skulle jag vara villig att ge mitt allt.” Detta stämmer ofta. Men svaret ligger ännu djupare.

Skillnaden mellan det omogna begäret och trängande behovet å ena sidan och den mogna önskan om kärlek och högsta välbehag å andra sidan, avgörs inte av känslans intensitet, utan av tidsaspekten och den rådande illusionen av jaget kontra den andra. Tillfredsställelsen av en instinkt eller uppfyllelsen av en önskan kan ofta framkalla en konflikt på grund av att den samtidigt kan visa sig vara skadlig för en annan person. Den kan göra dig självisk. Du känner således att du behöver välja mellan att njuta och att vara osjälvisk, som båda utgör en del av det

gudomliga syftet. Hur kan man hantera denna dualitet? Ni kommer kanske ihåg ett föredrag som jag nyligen gav om den stora övergången i den mänskliga utvecklingen.* I det föredraget visade jag er illusionen om jaget kontra den andra. Det finns inte något sådant som en sann upplevelse av lyckalighet på bekostnad av någon annan. Insikten om den här sanningen kommer endast att infinna sig när man fortsätter på denna väg, genom alla steg jag leder er.

Denna vidare syn uppnås även genom att reflektera kring tidsaspekten. En omedelbar tillfredsställelse – barnets sätt – ställer ofta ens egen njutning mot den andras. Med en vidgad syn upphör emellertid detta att vara sant. Ju mer mogen man är, desto bättre kommer man kan koppla samman orsak och verkan även om de inte ligger nära varandra. Tiden är en produkt av en illusorisk värld och tidsspännet mellan orsak och verkan gör därför en stor skillnad i er förståelse och utvärdering av saker och ting. Ju mer en person mognar andligt och emotionellt, desto mer växer man ut ur de illusoriska aspekterna. Även om man fortfarande befinner sig i tiden, börjar en sådan person förnimma tidens illusoriska karaktär. I praktiken visar sig detta i förmågan att se orsak och verkan även om de inte följer direkt efter varandra. När de faktiskt följer nära inpå varandra, börjar även ett mycket litet barn att uppfatta sambandet och lära sig av det. Växandeprocessen bestäms därför också av förmågan att koppla samman orsak och verkan även när de ligger åtskilda i tiden.

För att lära sig detta, behöver man koppla samman tidigare och nuvarande orsaker och verkningar. Ni lär er detta oavsett i ert arbete på denna väg. Men ni behöver också odla tålmod när det gäller det nuvarande. Om din instinktiva drivkraft mot en önskeuppfyllelse stör någon annans lycka, eller om du av andra orsaker inte kan erhålla den tillfredsställelse du längtar efter, kan du odla detta vidare synsätt. Avlägsna omedelbarheten från önskan som i sig är sund och du kommer att börja se lagen ta sin naturliga gång och upptäcka att du kan lyfta dig ut ur tiden åtminstone till viss del. Det svåra valet mellan lycka och osjälviskhet existerar således endast i den relativa tidsaspekten.

När din längtan efter lycka inte omedelbart uppfylls, framstår även detta som en slags död. Det kan ofta kännas som ett dystert elände och i denna bemärkelse se ut som döden för dig. När du ger upp den omedelbara tillfredsställelsen, men behåller inställningen där du i princip fortsätter att hålla önskan vid liv om att få det du söker, använder du det sunda sättet att hantera döden. Att ge upp önskan i sig är i själva verket att acceptera döden på ett osunt sätt. Allteftersom du blir starkare på ett sunt sätt, kommer du ofrånkomligen att uppleva att du till slut erhåller det du önskar. Du kan inte undgå att bli medveten om den faktiska fysiska dödens illusion, inte genom ett intellektuellt ovanpålagt lager, utan genom styrkan som kommer från att klara av att dö varje dag, lite i taget, och konfrontera det på det sunda sättet. När du väl har övervunnit den här konflikten, öppnar sig vägen mot den verkliga styrkan att leva, som ligger i styrkan att dö.

Finns det några frågor om detta ämne?

FRÅGA: Kan du visa oss hur vi kan närma oss detta ämne i vår vardag och i detta arbete? Hur kan vi lära oss att avlägsna tiden?

SVAR: Detta är ett missförstånd. Ni kan inte avlägsna tiden så länge ni lever på jorden. Ni kan bara utveckla en annan förståelse, en vidare syn. Orsak och verkan rör sig närmare varandra och därmed minskar tidens illusoriska karaktär i er varseblivning. Ni börjar förnimma någonting bortom tiden.

Det bästa praktiska sättet att börja närma sig detta, är den process som ni använder i detta arbete. Ni började alla arbeta på denna väg med övertygelsen om att så många missöden i era liv orsakades av andra människors brister eller ett ovänligt öde. Allteftersom ni fortskred, fann ni, inte som en teori, utan som ett faktum, hur era egna reaktioner eller inställningar var ansvariga för sådana händelser. Detta kom till er som en underbar uppenbarelse. Ni kanske ännu inte har lika mycket framgång inom andra områden i era liv, men ni har börjat och ni kan nu koppla samman orsak och verkan. Ni var inte i stånd att göra detta tidigare, eftersom orsak och verkan inte låg nära varandra. En noggrann undersökning har dock uppenbarat sambandet. Ju fler problem man upptäcker och därmed löser, desto mer börjar man förnimma tidens illusoriska natur.

I detta avseende har ni således en ny arbetsuppgift och ju mer ni arbetar med den, desto mer rör ni er automatiskt mot att börja förnimma en annan dimension bakom tiden. Jag vill inte använda ordet evighet. Denna andra dimension bakom tiden är fortfarande inte den slutgiltiga, för bakom den finns det fortfarande något annat och bortom det finns det ytterligare något annat, för vilket det inte finns några ord till mitt förfogande.

När det gäller det praktiska sättet att lära sig att möta döden i sitt dagliga liv, är det så givet att jag knappast behöver gå in på det. Arbeta först i riktning mot att känna igen och bli medveten om den grundläggande strömmen som utgör din längtan efter högsta välbehag, såväl som din uppfattning om döden i alla dess fasetter. Detta är inte alltför svårt; det handlar om att fokusera din uppmärksamhet. Genom att titta på dina olika sinnesstämningar, känslor, rädslor, din oro och ångest – som alla representerar en form av personlig död – kommer du att se hur du verkligen reagerar på döden. Ta reda på vilket av de två felaktiga sätten att hantera döden som du använder dig av i ditt känslomässiga svar. Lär dig att bli medveten om allting som du drar dig undan inför; tryck inte undan den här rädslan.

Du kommer då att börja märka att du inte bara är rädd för det negativa, utan även för förändring, på grund av att det är okänt för dig. Detta är den stora striden mellan ett annat motsatspar. Det ena utgör den böljande anden som rör sig framåt, det andra utgör den förmodade tryggheten i det givna och välbekanta. Stagnationen utgör en förvrängning av varandets tidlösa aspekt.

Ni kanske säger att ni är medvetna om er längtan efter lycka liksom om er rädsla för det negativa. Nej, mina vänner, ingen av er är medveten om ens den minsta grad som dessa två strömmar förekommer i inom er. Det är så mycket som är "bortbetingat", om jag får använda det uttrycket. Detta arbete för medvetenheten om det som ni i grunden längtar efter och också vad ni är rädda för, in i ett klarare fokus. Allteftersom den här medvetenheten växer, kommer ni att förstå vad jag har pratat om.

FRÅGA: Jag förstår inte vad du menar med att säga att vår verklighet är negativ för oss, så att vi drar oss undan inför den.

SVAR: Där finns den fysiska döden och sjukdom, samt den materiella världen som ofrånkomligen förfaller. Där finns kamp och arbete för det dagliga uppehållet och förpliktelser som påförs er som ni kanske inte gillar. Livet förändras ständigt och för med sig förluster och okända faktorer som skapar oro inom er. Allt detta tycks blockera vägen mot tillfredsställelsen av er önskan om högsta välbehag. Ni gillar det inte, men det är er verklighet på detta utvecklingsstadium.

FRÅGA: Kan du förklara lite tydligare hur en sund acceptans skiljer sig från en osund acceptans, exempelvis hos en martyr?

SVAR: Det osunda sättet hänger framför allt samman med en defaitistisk anda. Som jag tidigare antydde, får själva rädslan för något dig att rusa in i det. Den undertryckta önskan om just det motsatta till vad du är rädd för, oavsett om det är oundvikligt eller inte, får dig att överge själva önskan. Det sunda sättet är att säga: "Ja, döden är ovälkommen. Jag vet verkligen inte vad som kommer att hända och därför gillar jag den inte. Men den är en del av livet och när den kommer i min väg, ska jag vara stark nog att acceptera den. Andra har gått igenom den och det kommer jag också att göra. Jag kommer att möta den i full medvetenhet om min osäkerhet. Jag är nu medveten om att jag fortfarande är rädd för den, men jag lär mig att acceptera det som inte kan undvikas och på så sätt kommer jag till slut att förlora min rädsla." Detta gäller även för alla andra negativa aspekter av livet och kan praktiseras varje dag. Det är mycket svårt att uttrycka i ord. Kanske hjälper det er att förstå genom att visualisera en själsrörelse som spänner och släpper taget. När du kämpar bort från något skrämmande, spänner du dig och drar dig undan. Att på ett spant sätt dra dig undan, pressar dig i själva verket in i det. Genom ditt mod, genom att ärligt möta jaget och ha en avslappnad inställning, frambringas den nödvändiga styrkan. Bristen på dessa egenskaper

kommer antingen att pressa in dig i det du är rädd för eller få dig att fly från det. Båda har samma resultat, nämligen negation.

FRÅGA: Vad är din inställning till asketen? Flyr han bort från det hela? Ser han verkligheten i vitögat eller undviker han den?

SVAR: I allmänhet försöker en asket köpa sig ut ur det som han är rädd för. Han försakar all njutning och all lycka genom självpåförda svårigheter. Han väljer med andra ord onödiga svårigheter på grund av att han är så rädd för en annan svårighet.

FRÅGA: Hur är det med den andliga asketen?

SVAR: Precis samma sak. Asketism är så ofta ett stort självbedrägeri och ett totalt förnekande av livskraften. Man är så rädd för dödsprincipen att livskraften helt förnekas. Det är ett mycket självdestruktivt och skadligt sätt att hantera döden.

FRÅGA: Hur förklarar du det högsta välbehag som springer ur att man bemästrar detta att övervinna och fullgöra de så kallade obehagliga problemen?

SVAR: Det beror återigen på motivet och sättet som det görs på. Om det är genuint och sunt, har processen som jag har beskrivit levts. Eftersom dualiteten följer av en negation, kan man endast finna vägen ut ur dualiteten genom att inte längre negera, utan genom att möta det. Detta kommer då att visa enheten bakom dualiteten, och behag och smärta blir på så sätt ett. Men det finns också inbillade, ovanpålagda och därför osunda sätt att göra detta på, och dessa utgör illusioner.

FRÅGA: Förnekar inte det sunda tillståndet den obehagliga tonvikten?

SVAR: Nej, jag skulle säga att det är precis tvärtom. Döden upphör att existera, men detta sker på ett genuint sätt först efter att den har arbetats igenom, genom att möta det faktum att den fortfarande existerar för er. Genom att förneka den, kan du stöta på faran i att negera och undvika. Om man på ett konstlat sätt håller fast vid sin tro på slutresultatet, har det en helt motsatt effekt. Du kan inte förneka det som fortfarande existerar för dig.

FRÅGA: Är det livet *och* döden, eller livet *eller* döden?

SVAR: Det är livet *och* döden.

FRÅGA: Den skulle därför inte kunna vara obehaglig, annars skulle det vara livet *eller* döden. Döden måste alltså utgöra ett behag. Förnekar därför inte den sunda inställningen den obehagliga tonvikten?

SVAR: Låt oss inte förväxla slutresultatet med processen att nå fram till det. Många religiösa filosofier har lärt ut den här sanningen. Men slutresultatet har använts för att undvika att möta det som fortfarande tycks vara obehagligt, om inte annat av den anledningen att det är okänt. Innan du verkligen kan uppleva att döden är behag på ett sunt sätt, behöver du först gå igenom din egen förvrängning, där döden tycks vara dyster och skrämmande. Först efter att ha gått igenom detta, kommer du att nå insikten att livet och döden är ett, att behag och smärta är ett.

FRÅGA: Är det inte lika illusoriskt att tro att det dagliga livets problem och de krassa saker man stöter på är obehagliga? Är de inte behagliga för den som har bemästrat dem? Detta förnekar faktiskt därför den obehagliga principen, förutom i termer av en osund inställning.

SVAR: När du väl har uppnått detta tillstånd, kommer du att se att det är så. Men till dess att en person har kommit dit, skulle det vara farligt att försöka intala sig det. Alltför mycket av detta har redan gjorts. Man måste vara mycket försiktig, eftersom det alltid ligger så nära till hands att fly och bedra sig själv. Frestelsen är så stor på grund av att mänskligheten är rädd för att möta sanningen. Sanningen är aldrig obehaglig, men den kan ofta se ut att vara det i er tillfälliga verklighet och förvrängda syn. Människor behöver släppa taget om en sanning som de själva ännu inte har upptäckt och samtidigt möta osanningen som fortfarande lever i det inre. Du behöver undersöka illusionens mycket svåra avgrund, så länge den fortfarande utgör en avgrund för dig.

KOMMENTAR: Jag tänker att det har att göra med tolkningen av ordet ”förneka”. Om man menar att något inte existerar, då har man fel. Men om man med förnekande menar att något inte är verkligt, att det är en illusion, så är detta något annat.

SVAR: Ja, det är helt sant. Men ni förstår, det finns så många religioner som ursprungligen ägde den här sanningen när de lärde ut förnekandet av döden. På grund av benägenheten att uppnå resultatet genom genvägar, för att undvika det obehagliga i att möta den illusoriska avgrunden, klamrar sig dock mänskligheten fast vid sådana ord som ”det finns ingen död” och missbrukar dem. Resultatet är en ovanpålagd tro som omfamnas utifrån rädsla och svaghet. Så låt oss vara försiktiga och alltid ha i åtanke att det som verkar mest skrämmande – döden i alla dess aspekter – måste mötas innan den förnekar *sig själv*.

Detta var inte ett lätt föredrag, mina vänner. Det kommer ge er mycket att fundera kring och material för att gå vidare.

Var välsignade, var och en av er. Gudomlig styrka och kärlek omsluter er. Den här kärleken utgör en verklighet. Må ni känna den och bära den med er in i era liv. Var välsignade. Var i frid. Var i Gud!

* Föredrag nr 75

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.

2024-05-19