

Bön och meditation – Herrens bön

Välkomna. Jag kommer med Guds välsignelser till er, mina kära vänner.

Mina kära vänner, idag skulle jag vilja tala om *bön* och *meditation*. Hur skiljer sig dessa från varandra? Många människor är inte helt klara över det. Det handlar alltid om att enas om vad termerna betyder. Jag skulle vilja göra följande distinktion: Bön är ett förberedande steg till meditation. Att be handlar om att tänka, att meditera är att be med känsla, det tar själskrafterna i anspråk snarare än tankekrafterna. För att komma till det andra och ytterligare steget, behövs det en viss disciplin och koncentration som man lär sig genom att be. De flesta människor är inte vana vid att vara andligt och mentalt aktiva; det går dock inte att gå in i en meditation om man inte först har lärt sig det förberedande koncentrationstillståndet.

Den som har passerat denna första port behöver framför allt insikten att ingenting kan uppnås utan disciplin, regelbundet arbete och den bästa viljan att ge varje dag en viss tid för att komma närmare Gud, att befria de ofta vilande och dolda själskrafterna och finna kontakten med de gudomliga energistrålarna. Detta kan bara ske genom självdisciplin och regelbunden träning, företrädesvis alltid vid samma tid på dagen. Det är dock inte möjligt att upprätta en regel som gäller för alla utan undantag. För vissa kan ett mer spontant sätt vara bättre, men bara när inte någon dag utesluts trots denna spontanitet och endast tiden och platsen varierar. I allmänhet är regelbundenhet fördelaktigt.

Människor har svårt att koncentrera sig. Gång på gång har mina vänner i början upplevt att deras tankar vandrar, att något alldagligt kommer i vägen. De blir då så bestörta att de inte kan ta upp tråden igen. Det är, som jag ofta har sagt, viktigt att inte låta dessa avbrott störa er och att inte bli förvirrad och handfallen. Begär inte för mycket av er själva på en gång, utan fortsätt träningen på ett lugnt och avslappnat sätt. Efter en tid kommer ni att lyckas uppnå en viss kontinuitet och koncentration. Detta är att be. Glöm inte, som människor ofta gör, att be Gud om hjälp, om och om igen. Ni vet inte hur mycket detta tjänar er. Varför säger ni inte: "Hjälp mig att lära mig att be eller meditera på ett sant sätt." När som helst, när ni är förvirrade, be om hjälp. Även här gäller orden: "Knacka, och dörren ska öppnas."

Att koncentrera sig i bön är fördelaktigt inte bara som en träning, utan också för att varje tanke skapar en form. Med börens tankar skapas former och "tankebönen" aktiverar på så sätt gynnsamma energier även innan man har lärt sig "känslbönen", eller meditation. Tankeformer kan dock, även om de inte har känslöformernas makt, inte desto mindre uppenbara sin egen storhet när de kommer från ett fullt hjärta, utan självbedrägeri och har sitt upphov i en uppriktig viljekraft.

Detta är det första steget på detta specifika stycke av vägen: Den rena tankekraften genom att koncentrera sig i bön, samt frigörelsen av känslöströmmarna, som gör att anden lösgörs något. Detta är då meditation.

När man väl i viss grad har lärt sig att koncentrera sig i bön och utöva en regelbunden självdisciplin för detta syfte, kan man stöta på problemet att bli alltför mekanisk. Nu när du har kommit så långt, märker du att du kämpar för att inte falla in i den motsatta ytterligheten där disciplinen blir överdriven och bönen blir en boja. Tiden har då kommit för dig att lära dig att ta in bönen i själens djupare lager.

Även här finns det användbara verktyg. Bönen sker, som jag nämnde, i tänkandets domän. Den kommer härifrån [pekar på huvudet], medan meditationen kommer härifrån [pekar på bröstet], det jag kallar människans andliga fält. I solar plexus finns en persons hela andliga bild inristad. De som frigör känslorna här och på så sätt bestämmer när och hur kontakten med Gud upprättas, bemästrar i viss grad sig själva genom att övervinna sina inre hinder.

Nu kanske ni frågar hur man skulle kunna gå in i den här vibrationen. Jag säger: Alla inre strömmar som leds in i fel kanaler skapar hinder. Allting som ligger oidentifierat och jäser i det undermedvetna utgör ett hinder. Varhelst du har svårigheter i att ställa in dig på vibrationen, varhelst du känner ett motstånd, kan du vara säker på att det finns oidentifierade överträdelser av lagarna i din själ. Självisikt, självanalys och att gräva fram dessa strömmar är de enda medlen och att göra detta är inte möjligt utan yttre vägledning, hjälp och anvisningar.

Bortsett från detta kan man inte fastställa några allmänna regler. Det varierar för varje person. Du behöver finna platsen inom dig där du känner vibrationerna. Man kan inte förvänta sig att detta sker omedelbart och varje gång. Ibland kan det hända att andliga influenser lyfter en människa till högre vibrationer även när de inre hindren fortfarande är närvarande i själen, men dessa influenser är sällsynta. En person bör inte undvika problemet genom att säga: "Jag är inte alltid förmögen att vara inställd; jag måste vara i rätt sinnesstämning för det." Men "att vara inställd" bör inte längre styras av din sinnesstämning. Du behöver själv styra din förmåga att ställa in dig och detta är inte möjligt om du inte systematiskt odlar din ande och din utveckling. Du behöver bli din egen

mästare, inte bemästras av din sinnesstämning och vara beroende av den för den slags kontakt med Gud som tränger igenom hela ditt väsen. Detta är syftet med denna väg, detta är målet, vilket dock inte kan förväntas uppnås omedelbart. På denna väg kommer du att nå dithän att du själv avgör när de rena krafterna är redo att röra sig fritt inom dig. Detta mål kan endast uppnås genom att följa en långsam, mödosam väg. Be om hjälp även i detta avseende. Kristus kommer att hjälpa er på ett mycket specifikt sätt. Den som vänder sig till honom får hjälp, för han har lovat er det.

Det finns flera verktyg för att frigöra själskrafterna: För vissa kan det vara till hjälp att erinra sig den senaste gången de kände en stark vibration som förde dem i kontakt med Gud. Kanske kan de genom att frammana den i sin föreställning återuppleva den känslomässigt. Andra kan lättare hitta kontakten med hjälp av ett specifikt avsnitt ur Bibeln, en viss bön eller andlig lag. Verktygen kan variera och var och en av er behöver personligen utforska er individuella kontaktpunkt. Bäst av allt är en seger över dig själv, en inblick i jaget som är verklig, fullständig och helhjärtad. När du övervinner ett motstånd öppnar du dig för Guds vilja och sanning. En sådan seger frigör många krafter och ger upphov till en underbar vibration som leder till meditation, även om den i början inte kan uppnås varje dag. En annan gång ska jag tala mer om själsbönen eller meditation.

Idag skulle jag vilja uppfylla löftet som jag gav för en tid sedan att dela ännu en tolkning av, eller meditation över, *Herrens bön*, med er.

Jag talade en gång tidigare om innebörden av denna bön och sättet att meditera över den. Det finns så många möjligheter och sätt. Då talade jag i allmänna ordalag. I kväll vill jag belysa den på ett annat sätt och visa er hur ni kan meditera över bönen – det kan lätt ta en timme – och i den finna vadhelst ni behöver när som helst, för allting inryms i den. Jag ska visa er hur bönen kan tillämpas på ett mycket personligt sätt och hur den kan lösa alla era problem.¹

FADER VÅR. När ni tänker på innebörden av dessa ord, föreställer ni er förmodligen Gud som alla varelsers fader. Men när du säger orden mycket intimt för dig själv, försök att meditera mycket specifikt över hur Guds faderskap gäller även för de människor som du inte tycker om, eller inte bryr dig om, som du känner motstånd mot, eller som du bara råkar vara i disharmoni med. Det behöver inte alltid vara en känsla av hat; det räcker att vara irriterad på någon. Gå in i din stillhet och begrunda att dessa människor är Guds barn. Att kalla dig själv Guds barn är bara berättigat när du tillåter att de människor som tar fram obehagliga känslor hos dig också är Guds barn, precis som du. När du lyckas med det, kommer din inställning, och därför också dina känslor, att genomgå en subtil förändring och du blir mer avslappnad och fri.

¹ I detta föredrag har den gamla översättningen av Herrens bön använts (1917 års kyrkobibel), pga att denna i vissa avseenden harmonierar bättre med den engelska texten. Övers. anm.

Att göra detta kan vara svårt i början och ge upphov till motstånd, eftersom dina känslor inte alltid är villiga att förändras. Närhelst det finns starka negativa känslor av något slag, måste det finnas en hård inre knut. Ta ett sådant motstånd som en signal som talar om för dig hur viktigt det är att lösa upp den inre knuten. Om du hyser negativa känslor, måste någonting inom dig vara olöst, oavsett hur fel den andra personen kan ha. Efter den insikten infinner sig viljan att räta ut det som felar inom dig samt villigheten att tillåta nya insikter och inspirationer eller ny undervisning. Då kommer praktiska medel också att ges till dig för att befria dig från det oupplösta, negativa tillståndet. Be om det, vill det – och plötsligt, när du mediterar över den djupa innebörden av dessa ord och hur de kan tillämpas i ditt liv, kommer ett stort tryck att lyfta från ditt bröst; du kommer att känna det som om du hade befriats från en börda.

Försök också på ett annat sätt: Bortse från allting som stör dig hos de andra människorna och visualisera deras fullkomlighet. Försök att se hur och var den gudomliga gnistan manifesteras genom dem. Kom alltid ihåg, den som söker, den finner. Du kommer att upptäcka kvaliteter hos dem som tydligt indikerar deras högre jag och berättigar dem att bli betraktade som Guds barn.

Det är så viktigt att dra en linje som separerar det högre och det lägre jaget, för att precisera vad som tillhör vart och ett. Det högre jaget är evigt, odödligt och är av Gud. Det lägre jaget är timligt och inte av den sanna verkligheten. Gör detta inte bara med andra. Börja med dig själv. För när du kan särskilja dem i dig själv, blir det inte längre så svårt att älska din nästa och det blir mycket lättare för dig att erkänna någon du inte gillar som din bror eller syster. Du låter då ditt högre jag förenas med din nästas högre jag. Allt detta inryms i de första två orden i bönen: Fader vår.

SOM ÄR I HIMLEN. Himlen finns inom er, inte utanför. Sök den därför inom dig, finn din egen fullkomlighet, som redan existerar även om den kan vara beslöjad och övertäckt. Och sök himlen, sök Gud i din nästas själ, även den du avvisar. För bara så kan du finna Gud, evig och levande.

HELGAT VARDE DITT NAMN. Du helgar Faderns namn genom att försöka famna hans lagar och uppfylla dem. För det finns en andlig lag för varje slags situation i livet. När du är förvirrad av problemen i ditt liv, betyder det att du inte har funnit den lämpliga andliga lagen. När du säger ”Helgat varde ditt namn”, ställ den inre frågan: ”Var finns mina svårigheter, vilka är mina problem? Jag överträder uppenbarligen en andlig lag, även om det bara är omedvetet, men jag vill inte längre göra det.” Be Gud hjälpa dig att förstå vilken lag du överträder. Be honom om ett svar och du kommer att lära dig att upprätta en personlig kontakt genom vilken du verkligen helgar hans namn. För när du ser på dina problem i sanning, med ärlighet i ditt hjärta, kommer du också att få svaret. Det kanske inte kommer i samma ögonblick, men om du är vaken och öppen, kommer livet att ge dig svaret.

TILLKOMME DITT RIKE. När du helgar Guds namn genom att följa alla andliga lagar, för du också hans rike nära dig. För det finns inom dig. Ni tänker alltid, om ni alls tänker på det, att Guds rike finns någonstans där ute, att det kommer att sänkas ner till er jord och att allt ni behöver göra är att gå dit Guds rike har manifesterat sig och gå in där. Detta är de vanliga diffusa idéerna om Guds rike, falska tankeformer som ni upprättar i er fantasi. Guds rike måste skapas inom er och detta kan endast ske när ni framgångsrikt går igenom denna skolning, genom att lära känna och tillämpa de andliga lagarna.

SKE DIN VILJA. Jag behöver inte säga mycket om detta, eftersom jag har gjort det så många gånger tidigare. Men jag vill återigen betona hur svårt det är för de flesta människor att tillämpa dessa ord på den personliga nivån. Ni hävdar att ni inte vet vad Guds vilja är och att ni skulle följa den om ni bara visste vad den var. Jag har sagt till er, att den som strävar efter att komma i kontakt med Guds värld för att få reda på vad Guds vilja är, och då för att ovillkorligen uppfylla den, även medan man fortfarande är tveksam, kommer att få svaret. Och snarare än att försöka komma på hur Guds vilja kan uppfyllas när du känner dig osäker, vänd dig till de områden där du inte behöver ett svar, för svaret kommer att vara uppenbart när du väl börjar tänka.

Alla kan vara helt säkra på att det måste vara Guds vilja att följa fullkommandets väg, på vilket sätt den än erbjuder sig för dig. Du kan vara helt säker på att det måste vara Guds vilja att du möter dig själv i ärlighet i stället för att välja det bekvämare sättet att trycka undan det som skapar oro eller beskylla andra och omständigheter för att undvika nödvändigheten av att söka efter bristen inom dig.

Kontemplera över vad som orsakar ditt inre motstånd och du kan vara säker på att när du känner dig disharmonisk, har du överträtt en gudomlig lag. En annan människas misstag eller fel kan aldrig ge dig disharmoniska känslor om det inte finns något som inte står rätt till även hos dig. Ditt svar måste vara att du på något sätt misslyckades med att uppfylla Guds vilja.

För en viss person kan disharmoniska känslor uttrycka sig som ett allmänt religiöst tvivel som i slutändan är kopplat till personliga problem; för andra kan orsakerna mer direkt ha en personlig karaktär. Men närhelst det finns en känsla av tyngd, ilska, motstånd, rädsla, någon disharmoni, kan du känna att något inom dig inte är helt som det ska, för annars skulle det inte kunna finnas så mycket mörker i vissa av dina livssituationer. Om du helhjärtat strävar efter svaret, även om det tar lång tid att få reda på det, kommer du förr eller senare att få det. När du ber om svaret för att uppfylla Guds vilja, måste det komma. Var inte rädd för det, för Guds vilja är alltid vis och kärleksfull och leder till lycka, även om övergången utgör en kamp. Fråga dig då: "Är jag verkligen villig att göra Guds vilja även om jag i början inte gillar det?" Jag har gett er ett helt föredrag om detta ämne och ni kan använda det i samband med detta.

SÅSOM I HIMMELEN, SÅ OCK PÅ JORDEN. Vad betyder detta? Vad är himlen? Vad är jorden? Är det inte lite tanklöst av er människor att uttala en bön om att Guds vilja ska ske i himlen, som i vissa människors sinnen finns någonstans där ute? Om himlen vore där ute, skulle era böner då behövas om att Guds vilja sker där? Skulle ni kunna utöva en sådan påverkan där? Absolut inte. Ni kan förstås i viss grad göra det på jorden i det att ni, genom att vara på fullkommandets väg, genom det inflytande och ljus ni sprider, arbetar för Guds rike i era medmänniskor.

Himlen finns inom dig. Den är din ande i sin fullkomlighet som väntar på att det lägre jagets murar ska brytas igenom. Guden inom dig ska uttryckas i varje detalj i ditt andliga såväl som i ditt jordiska liv. I vilken utsträckning är detta redan en verklighet i ditt liv? I vilken utsträckning tränger Gud ännu inte igenom ditt väsen, dina handlingar, dina tankar och dina känslor? Försök till exempel att föreställa er detta: Om du blev uppmanad att avstå från något som du håller fast vid i tron att det är Guds vilja – det kan bara vara en åsikt – skulle du vara villig att släppa det och överväga att det kanske inte är så? Eller skulle du hellre övertyga dig om det motsatta, bara för att du vill ha det så?

Försök att sätta fingret på inom vilket område av ditt liv som du har den här inställningen. Möt sedan dig själv i ärlighet. Vad är viktigast för dig: sanningen eller en övertygelse som du har hållit fast vid av en eller annan anledning? Om din övertygelse är riktig, tror du inte att Gud kommer att bekräfta den? Men först måste det finnas en villighet att släppa taget. Närhelst du känner en rigiditet som stramar åt, även om din åsikt är riktig, förhindrar du det himmelska riket att manifesteras inom dig. Där du har fel, kan sanningen å andra sidan inte tränga igenom. När tankeformerna är falska, kan Guds rike inte komma till dig.

VÅRT DAGLIGA BRÖD GIV OSS IDAG. Även detta upprepas ofta mekaniskt, utan att någon betydelse fästs vid det. Människor antar, även om de inte formulerar tanken tydligt, att detta att tjäna sitt dagliga bröd inte har någonting med Gud att göra. Men jag säger verkligen till er, mina kära vänner, ni kan inte göra någonting som är gott som inte är välsignat av Gud. Utan Gud lyckas ingenting, oavsett hur mycket du försöker upprepade gånger. En person som har haft en viss andlig skolning kan urskilja mycket exakt när han eller hon tänker tillbaka på sitt liv, vad som hade Guds välsignelse och vad som inte hade det. ”Hur känns skillnaden? Var misslyckas jag hela tiden? På vilka områden har jag alltid problem? Vad är den sanna orsaken till det? Vad gjorde jag för fel? I vilket avseende har jag fel inställning?” Tänk över detta och överlämna dig till Gud, helt och hållet.

Var redo att låta dig vägledas för att erhålla både ditt jordiska och ditt andliga bröd. Det andliga brödet är så försummat. Ni tror att det är mindre viktigt än det materiella brödet. Nej, mina kära vänner, det andliga brödet är viktigare, mycket viktigare. Du behöver först göra mödan att få den andliga näringen: önska den. Detta är inkörsporten genom vilken alla jordiska problem kommer att lösas, och inte tvärtom. Den som längtar efter det andliga brödet har redan nått ett visst stadium på denna väg.

FÖRLÅT OSS VÅRA SKULDER. Bönen säger ”förlåt oss”, inte mig ensam. Detta inbegriper alla människor, även de som har skadat dig och som du kanske inte helt kan förlåta. Om du ärligt önskar att Gud kan förlåta dem, då befrias du från en mörk andlig form inom dig, som drar till sig skadliga energier och mörka influenser. Tänk på vad dessa ord innehåller: Gud bör inte förlåta enbart dig och dem du älskar, utan också dem du fortfarande kan ha negativa känslor för. Ofta är du inte ens klar över din egen skuld. Människor tenderar att frambringa falska, osunda, överdrivna skuldkänslor som inte är berättigade.

Den inre processen fungerar på följande sätt: Du drar dig för att erkänna din skuld där den är berättigad och där du skulle kunna känna en sund och konstruktiv ånger som aldrig skulle tynga dig eller göra dig nedslagen. När du ber Gud om förlåtelse med denna sunda ånger och verkligen vill förändras, kommer du att känna att du är förlåten och befriad och veta att en börda har lyfts från dina axlar. Detta sker när viljan att förändras och att genomföra den goda intentionen är uppriktig och uthållig.

Men ofta konfronteras inte den verkliga skulden, dels för att du i din självbelåtenhet vill se dig som bättre än du är, dels för att det krävs en alltför stor möda för att åstadkomma en inre förändring. Djupt inom dig vet du att detta inte kan ske på en dag; det kan inte heller ske utan ansträngning. Den andliga kärnan sänder ut signaler som sporrar dig att komma till insikt om din skuld, men ditt lägre jag blandar sig in med sitt högmod och sin lättja, så du tar ofta på dig en skuld som inte är äkta. Det är som om ni sa: ”Se, jag ångrar, jag erkänner, men jag är faktiskt egentligen inte skyldig här.” Detta är naturligtvis omedvetna processer och de behöver tas fram i dagsljuset. Detta är skillnaden mellan falsk skuld och sann ånger.

Erfarenheten hos alla människor som går den andliga vägen har alltid varit att de som kommer till insikt om sin verkliga skuld förlorar automatiskt inte bara alla falska skuldkomplex som tynger dem, utan känner sig omedelbart lättade och rofyllda, eftersom *sanningen alltid för med sig befrielse*. Att bli vidöppen och vara villig att övervinna motståndet är en kamp. Människor är därför rädda för att erkänna den verkliga skulden och frambringar därför snarare i sitt omedvetna alla möjliga överkliga skuldkänslor, som antingen inte alls är giltiga eller som övertäcker brister som de inte vill se för att de ännu inte är redo att acceptera sig själva som de är, i sin tillfälliga

ofullkomlighet. Skuldkomplex är överkliga och leder därför aldrig till befrielse. De skapar onda cirklar, de leder till tyngd, sorgsenhet, medan sanningen alltid befriar, oavsett hur obehaglig den först kan kännas.

Undersök ditt eget jag i detta avseende. Endast de som tränger igenom alla lager av villfarelse och tingens sken, kommer att nå den verkliga skulden. De kommer att upptäcka på vilket sätt de har överträtt en eller flera andliga lagar, i handling eller i känslomässiga reaktioner. Först då är det möjligt att be Gud om förlåtelse, vilket inbegriper att be om hjälp och bli visad hur man ska förändras. Bara den som på så sätt är befriad i sitt inre kan förlåta andra helt och hållet. Du kan inte förvänta dig förlåtelse om du inte är helt redo att förlåta andra. Och den som har upplevt, förstått och känt Guds förlåtelse bör också kunna förlåta sig själv. Och detta leder till nästa rad:

SÅSOM OCK VI FÖRLÅTA DEM OSS SKYLDIGA ÄRO. Hur många människor uttalar inte denna bön, men de har inte den minsta avsikt att verkligen förlåta. Även här förekommer ofta ett självbedrägeri. Medan det kanske inte finns något hat kvar, finns det fortfarande bitterhet. Om du inte har befriat dig från detta, kan du inte vara tillräckligt fri för att ha andliga upplevelser. Det är så svårt för er att uppnå en fullständig förlåtelse, eftersom ni saknar förståelsen för den andra människan. Be därför om denna förståelse, be om insikten som saknas i detta avseende. Om ni verkligen vill ha den och inte vältrar er i bitterheten, som ni så ofta gör, kommer allt detta att ges till er.

Ni människor vill inte förstå att ni inte kan göra det på egen hand. Ni behöver hjälp. Detta är anledningen till att den här meningen utgör en del av bönen. För om det vore möjligt att göra det enbart med er egen vilja, skulle ni inte behöva be om det. Ni ber inte om att ni ska kunna förflytta er från den ena platsen till den andra; om ni har friska lemmar kan ni göra det på egen hand. Men ni behöver hjälp för att verkligen kunna förlåta. Och ni behöver hjälp för att möta er själva i total ärlighet och känna er själva utan er mask. Och ni behöver hjälp för att möta ert motstånd och för att åstadkomma den inre förändringen. Så be om det.

Även detta behöver konfronteras: "Förlåter jag verkligen alla människor från djupet av mitt hjärta?" När du tydligt ser att du ännu inte helt kan göra detta ensam, kan du be om hjälp. Och inse att det är en börda för dig att inte förlåta, det gör dig olycklig och blockerar ljuset och friheten du önskar. Att inte förlåta skadar dig mer än det skadar dem som du inte kan förlåta.

LED OSS I VÅR FRESTELSE. Jag upprepar för de vänner som nyligen anslutit sig till vår krets: Det som vanligtvis sägs är "Och inled oss icke i frestelse". Dessa ord ger upphov till missuppfattningar och kan vålla skada. För Gud leder er inte in i frestelse. Meningen betyder snarare att du ska be att Gud kan leda dig när frestelsen kommer till dig; att be att Gud kan

vägleda dig så att du kan motstå den, att du har styrkan och seendet att bli segerrik. Om detta är vad du visualiserar, då kan du även säga ”Inled oss icke i frestelse”. Orden spelar inte så stor roll såvida de inte förvirrar tankarna.

Vad är då frestelse? Frestelsen finns inom dig. Den kommer inte utifrån. Och även om den kom utifrån, skulle du inte ge efter för den om det inte fanns någonting hos dig som var mottagligt för den. Skulle du till exempel kunna bli frestad att begå ett mord? Säkerligen inte. Men du kan bli frestad att ge efter för dina brister, vilka de än är. Det är därför viktigt att inse att du kan frestas, och på vilket sätt. Du behöver känna till dina brister. Lista alla dina brister, så att du kommer ihåg dem. Och be återigen om styrka och hjälp, för du kan inte övervinna bristerna på egen hand. Bara i den tanken ligger frestelsen.

Ingen djävul, ingen Satan skulle kunna komma åt dig om du inte hade någonting hos dig som svarade. När ni ber att Gud ska hålla Satan borta från er, gör ni därför ett misstag. För inom dig, i ditt lägre jag, i skorpan som omsluter ditt fullkomliga jag, finns fröet genom vilket du kan ledas in i frestelse. De mörka krafterna tjänar som instrument för att dra ut det, för att ta fram det i ditt medvetande så att du kan bekämpa det. Om det onda fröet låg vilande, om det inte hade någon möjlighet att komma till uttryck, skulle du inte komma ett steg närmare fullkomlighet, till sann lyckosalighet.

UTAN FRÄLS OSS IFRÅN ONDO. Även här gäller samma sanning. Ondskan finns inom er. Om den bara existerade utanför, skulle den inte kunna röra er. Ta in den här tanken i er bön. Be Kristus att hjälpa dig att övervinna frestelsen, så att *du* kan befria *dig själv* från det onda. Endast du själv kan göra det, med hjälp av Gud och med hjälp av Kristus vilket han har lovat dig. Försök det med hans hjälp. Försök inte att göra det ensam; du är inte tillräckligt stark. Du behöver viljekraften, du behöver oupphörligt anstränga dig, men din makt ensam är lika otillräcklig som Guds, Kristus eller någon andes hjälp skulle vara utan din vilja att frigöra dig själv. Du behöver både din egen viljekraft och Guds hjälp. Man måste närma sig problemet från båda håll: Gör ditt eget arbete och du måste be om andlig hjälp, om och om igen.

TY RIKET ÄR DITT. Guds rike finns inom er. Det ska tillhöra Gud och ingen annan.

MAKTEN. Endast Guds makt renar, levererar och klargör sanningen. Den gör er i stånd att älska, att förstå. Den leder er till lycka och lyfter er från allt det mörka och ofullkomliga som har belastat er genom så många livstider och tar er till:

HÄRLIGHETEN, som man bara kan uppnå genom att följa Guds vilja.

Jag skulle kunna säga många fler saker om denna vackraste av alla böner, som inrymmer allt – ja, allt – som ni behöver för era liv, men det finns inte tillräckligt med tid nu. Jag har gett er några ledtrådar och det vore bra om var och en av er som hör eller läser dessa ord skulle tänka över dem i sin tysta stund. Kanske kommer du då att få ytterligare tankar och känslor kring hur de kan tillämpas mycket personligt i ditt liv. Detta utgör då *levande bön*, när innebörden av varje ord utvidgas, allteftersom tolkningarna blir klarare för dig och du ser hur du redan tillämpar bödens essens inom vissa områden i ditt liv och ännu inte inom andra.

Om ni försöker leva på det här sättet måste ni bli lyckliga, mina kära vänner, och så småningom kommer alla problem att försvinna. Det är sant, de finns där i början, men de utgör den nödvändiga medicinen. Du kommer att i allt högre grad bemästra dig själv och följaktligen bemästra livet, i stället för att bli bemästrad av livet. Ställ frågan: ”Hur lycklig är jag?” Du kan vara säker på att i den utsträckning som du är lycklig, kan du också göra en annan eller flera människor lyckliga. Och vet också att i den utsträckning som du saknar lycka, kan du inte göra andra lika lyckliga som du en dag kommer att göra om du fortsätter att följa denna uppåtgående väg. En inre granskning vad gäller din egen lycka är en enkel liten måttstock eller barometer med vilken du kan mäta hur mycket lycka du har förmåga att ge. Om du är fylld av önskan om att göra andra lyckliga, då kommer Gud att ge dig möjligheten och det är på det här sättet du blir välsignad med den sanna lyckan.

Och nu, mina kära vänner, jag är redo för era frågor.

FRÅGA: Är det i sin ordning för ett medium att tjäna sitt levebröd genom sin uppgift? Det råder olika meningar om det. Även om det är uppenbart att ett medium måste tjäna sitt uppehälle som alla andra – och om det gjordes på något annat sätt, kanske hon inte har tillräckligt med tid för att uppfylla sin uppgift som ofta är en mycket viktig sådan – ändå, olika andliga källor hävdar att detta inte borde ske. Så det finns ett problem här. Vad kan du säga oss om detta?

SVAR: Detta är vad jag måste säga: Om varje medium som fortfarande befinner sig i träning, visste att han eller hon också skulle kunna leva på den här uppgiften, det vill säga om en sådan person räknade med detta redan från början, skulle det finnas ännu mer nonsens och missbruk av den här gåvan än vad som redan finns. Frestelsen, även för en anständig person, full av god vilja, skulle vara för stor. Guds andar är därför mycket försiktiga kring detta ämne och det är vanligtvis bra för en människa att tänka att det inte på något sätt skulle leda till personlig vinning när de närmar sig den här uppgiften. Men jag lägger till detta: Ett medium bör ha gett sin tjänst gratis i minst tre till fem år innan han eller hon börjar göra den här uppgiften till sitt levebröd. Under åren av träning har Guds andevärld en möjlighet att observera huruvida personen verkligen passar för den här uppgiften. Om inte, kommer Guds andar att dra sig tillbaka oavsett. Pengar utgör, när allt

kommer omkring, endast ett av de många hinder som kan få människor att misslyckas. När en person dock visar sig vara kapabel att fullgöra en sådan uppgift, kommer pengar inte längre att utgöra ett hinder, det kommer inte att påverka personen eller befläcka arbetet. Så minst tre till fem år bör först passera.

Och när allting stämmer, när andevärlden inte drar sig tillbaka, då kommer vägledning att komma utifrån och det kommer att finnas tecken som indikerar att tiden har kommit att acceptera pengar. Det kommer att vara precis som det var i ett tidigare skede, när vägledningen föreslog att mediet nu kan kanalisera även för andra människor för att hjälpa dem. Även detta tog tid, beroende på personens framsteg. Olika slags ”grönt ljus” ges under träningens gång. Vissa människor behöver förstås inte tjäna sitt levebröd genom sin medialitet på grund av att de har tillräckligt utan det. Om inte, kommer Guds värld att se till att personen som befinner sig i träning har tillräckliga medel att leva på.

Att hävda att ett medium inte borde belönas genom att tjäna sitt uppehälle genom sin kanalisering är i princip förstås helt obefogat, efter att ha investerat lika mycket tid, ansträngning och energi i sitt yrke som någon annan yrkesperson – och ofta ännu mer. Lika obefogat skulle det vara att antyda att bara för att ett medium accepterar pengar, skulle kontakten hon har inte att vara med Guds andar, att hon måste vara en bedragare. Om man letar efter ett argument för att inte tro, kommer man alltid att hitta ett – du skulle hitta något annat om mediet inte accepterade några pengar. Även när det inte sker någon betalning, kan ett medium ändå ha kontakt med andar som inte på något sätt är förbundna med Guds andevärld. Egot, makt, fåfänga, högmod, törst efter beundran kan utgöra lika stora hinder. Så ni ser att frågan inte är så enkel. Sanningen kommer att bli uppenbar under träningsperioden och när allting stämmer, kommer ekonomisk kompensation att komma utan att det efterfrågas.

Träningsperioden på tre till fem år innebär dock inte enbart att utveckla förmågan att kanalisera, utan framför allt att koncentrera sig på att gå den andliga utvecklingsvägen i den bemärkelse som jag lär ut den. Om så är fallet, kommer kontakten alltid att vara under gudomligt beskydd, oberoende av yttre omständigheter.

Ett medium bör naturligtvis inte neka hjälp till någon som är fattig och inte har råd att betala. Men det vore inte rätt av någon som är villig att spendera pengar på andra saker – och ofta på mycket mindre viktiga saker – att förvänta sig av mediet att ge sin tid och tjänst gratis, såvida inte mediet fortfarande befinner sig i träning. Om ett medium hela tiden arbetar på den egna utvecklingens väg, då kommer vare sig materiellt egenintresse eller fåfänga eller något annat hinder att stå i vägen. Ingen kan förstås bedöma situationen utifrån, såvida inte han eller hon känner mediet mycket väl, men mediet självt och Gud kommer att veta sanningen. Och detta är vad som räknas.

Ett medium som fullföljer denna slags träning går igenom en lärandeperiod som mycket liknar en doktor eller en lärare som går på ett universitet under många år. En läkare behandlar också patienter utan att få betalt, till exempel på ett sjukhus medan han eller hon fortfarande befinner sig i träning, tills expertisen är uppnådd som gör det möjligt för honom att tjäna ett anständigt uppehälle som läkare. Då, när han har förtjänat sin examen, kan han vara en ärlig, samvetsgrann och duktig doktor, även om han tjänar pengar på det. Om ett medium verkligen har förmågan att ge hjälp, skulle det vara absurt att tillskriva hennes tid och energi ett yrke som hon inte är tränad för, där hon inte skulle kunna vara till hjälp och som skulle förhindra henne att uppfylla den uppgift hon är bäst förberedd för. Det skulle vara som om en utmärkt tränad läkare bara bedriver läkekonst vid sidan av, utan att förväntas tjäna sitt uppehälle på det sättet och skulle därför behöva ta ett annat slags jobb bara för att tjäna sitt bröd.

Ett presumtivt medium bör därför vara berett på att arbeta under en ganska lång tid utan att få betalt. Guds värld kommer att ge hjälp och vägledning, så att personen under tiden kommer att bli försedd med det som är nödvändigt. Och när tiden kommer, hjälper Guds värld återigen till genom att långsamt dra tillbaka mediet från den sysselsättning som var nödvändig fram till dess.

Och de som utnyttjar mediets hjälp, tid och möda bör, som något naturligt, ha en önskan om att göra det möjligt för mediet att tjäna sitt uppehälle – envar i enlighet med sina medel. Detta skulle vara till nytta även för dem, i alla avseenden. Något måste vara fel med det egna tänkandet om man väcker tvivel kring mediet enbart på grund av detta, och då bör man granska sig själv och ompröva sin slutsats.

Alltså, ännu en gång: Träningsperioden bör ta minst tre till fem år, i vissa fall ännu längre. Det beror helt och hållet på den intensitet och noggrannhet som mediet bedriver sin andliga utveckling med. När tiden är mogen, då kommer som sagt yttre händelser att klargöra att ännu ett ”grönt ljus” har getts. Förstår du, min vän? [Ja, helt.]

FRÅGA: Du sa i dagens föredrag att när något verkligen tynger i bröstet, bör vi fråga oss vad som är fel inom oss. Men tyngden kan också komma till exempel från sorg?

SVAR: Det är möjligt. Men frågan är, vad för slags sorg? En sund sorg känns inte som en tung börda. Tvärtom lyfter den dig, den lösgör dig; jag kan nästan säga att trots sorgen sker något helt underbart djupt inombords. Det är nästan omöjligt att beskriva känslor i ord, någonsin, så försök bara att förstå och känn in vad jag menar, förnim skillnaden mellan bitterhetens stramhet och sorgen som lösgör själen. [Jag förstår precis vad du menar.]

Mina kära vänner, ta emot Guds välsignelse genom mina händer, genom mediets händer. Den här energin vill tränga in i er för att stärka er och lyfta upp er. Guds välsignelse når alla mina vänner, nära och avlägsna. Var i Gud.

Ursprungligen gett på tyska, översatt till engelska av Hedda Koehler och Judith och John Saly.

Redigerat av Judith och John Saly, 1996.

Översatt från engelskan av Magdalena Rosell, språkgranskat av Clifford Weinmann, 2024.

För mer information om hur du kan finna och delta i Pathwork-aktiviteter över hela världen, besök www.pathwork.org

Följande tillkännagivanden är avsedda som en vägledning kring användningen av namnet Pathwork® och detta föredragsmaterial.

Varumärke

Pathwork® är ett USA-registrerat varumärke som ägs av The International Pathwork Foundation (här kallad stiftelsen Pathwork) och inte får användas utan uttryckligt skriftligt tillstånd från denna stiftelse. Stiftelsen kan dock efter eget gottfinnande tillåta att andra organisationer eller personer, såsom exempelvis filialer och avdelningar, får använda varumärket Pathwork®.

Upphovsrätt

Upphovsrätten till Pathwork Guide materialet tillhör med ensamrätt stiftelsen Pathwork. Detta föredrag kan reproduceras i enlighet med stiftelsens varumärkes- och upphovsrättspolicy, men texten får inte ändras eller förkortas på något sätt. Inte heller får upphovsrättsmärket, varumärket eller eventuella andra tillkännagivanden tas bort. De som tar del av materialet får endast debiteras kostnaden för reproduktion och distribution.

Varje person eller organisation som använder stiftelsen Pathworks varumärke eller upphovsrättsskyddade material anses ha gått med på att följa stiftelsens varumärkes- och upphovsrättspolicy. Önskar du mer information om eller en kopia av denna policy, kontakta stiftelsen.

2024-04-21