

Frågor och svar och ytterligare kommentarer om lättja som ett symptom på självalienation

Välkomna, mina käraste vänner. Ni är alla välsignade. Välsignat är ert arbete, er uthållighet, era strävanden på denna väg.

Må fler och fler människor finna glädjen i den sanna självkonfrontationen, oavsett hur smärtsamt detta kan framstå som i början, för det finns inte någon större trygghet. Det finns i själva verket inte någon annan trygghet än detta att bli sitt verkliga jag. Detta kan inte åstadkommas på något annat sätt än genom att se och möta sina misstag och illusioner. Ditt lilla jag kan hindra den här strävan, det kan försöka blidka och förneka den. Ge inte efter för detta lilla jags röst som drar er i motsatt riktning från den sanna tryggheten och upplevelsen av livet som ni är ämnade att ha.

Jag lovade att den här kvällen skulle ägnas åt att svara på era frågor. Jag skulle först vilja lägga till några ord till mitt förra föredrag, om ämnet självalienation. Även om det finns mycket mer att säga om det, skulle jag bara vilja beröra en särskild sak.

Vi diskuterade vissa av självalienationens symtom, som till exempel: att inte relatera till dig själv och till andra som du och de är i era sanna jag, att inte uppleva dig själv i din sanna styrka, att inte identifiera dig med dig själv och din djupa inre verklighet, utan i stället med de lager som är lagda ovanpå din personlighet, att förlita sig på den allmänna åsikten i stället för på dina egna övertygelser, på falska lösningar och försvarsmekanismer som du mödosamt har arbetat upp under årens gång.

Så många människor hålls tillbaka från att leva av en trötthetskänsla och till och med apati. Detta kan få er att känna er arga och skyldiga över det som man vanligtvis skulle kallar för lättja. Även den är ett symptom, en av självalienationens många verkningar. Det antas generellt att lättja helt enkelt är en brist. Detta är dock en mycket ytlig analys. Lättja är inte en brist som kan befallas bort med ren vilja. Men du kommer att komma över den om du letar djupt och förstår dess sanna innebörd som en konsekvens av självalienation. För om du verkligen är förankrad i ditt väsens centrum, kommer du inte att vara lat. Du kommer inte att känna dig apatisk. Du kommer inte att

vilja förbli inaktiv. Du kommer att njuta av dina perioder av vila och avkoppling, men detta har ingenting att göra med lättja eller apati. Du kommer att gå in i livets fulla flöde och närma dig varje dag och varje aktivitet i en begestrad anda. Ju mer du är alienerad från dig själv, desto mindre är detta möjligt. Ju mindre du är alienerad från dig själv, desto mer kommer du att delta i och uppleva livet i sin fullhet. De nödvändiga energierna kommer ständigt att förnyas och fylla på sig själva.

Att förlora energi är inte en fråga om ålder – inte i verkligheten, mina vänner. Även om det är sant att en ung person har ett visst energiförråd som spenderar sig självt oavsett hur många hinder det finns, när denna energi väl har förbrukats, förhindrar självalienationen att den förnyas. Ni ser därmed de yttre manifestationerna och dömer dem – och antar att energin avtar med stigande ålder – snarare än att se den sanna bakomliggande orsaken. I den stund som ni tänker på detta sätt, begår ni ett misstag, mina vänner. Ett sådant felaktigt tänkande stänger en dörr. Ni tror på en illusion, en ytlig manifestation.

När ni förstår det förra föredraget i sin helhet – och detta kan ni bara göra genom att tillämpa det på er själva – då kommer ni att inse att det som ni ofta snabbt och ytligt dömer som ”ålderdom”, inte är något annat än en produkt av er självalienation.

Tvångsmässig överaktivitet kommer från samma rot som förlust av energi och är endast ovanpålagd. Det är kampen mot lättjan som ni ogillar. Ni vet inte hur man kämpar på ett konstruktivt sätt genom att förstå källan, så ni slåss mot ett av de många symptomen i stället för orsaken. Den här lösningen är naturligtvis bekymmersam. Tvångsmässig överaktivitet såväl som lättja och apati har samma identiska rot. Hos den överaktiva personen kommer man att återfinna en nostalgisk längtan efter att inte göra någonting.

Styrkan, energin och aptiten på livet kan endast fyllas på i centrumet av din individualitet, när du inte längre tror på förespeglningar och illusioner. Arbetet som ni gör på denna väg – förutsatt att man verkligen är villig – måste leda er till detta resultat, som är en så ständig glädje och gör livet verkligen meningsfullt och fruktbart. Först då kommer du att upptäcka den aktivitet som i sig är meningsfull för dig, så att du är ett med den. Först då kommer du att utveckla ditt öde.

Det finns ingen människa som inte använder förespeglningar på någon nivå. Vi har utförligt gått in på detta i många av de tidigare föredragen och i ert privata arbete. Det är nu viktigt att ni kopplar samman förespeglandet med självalienation och med alla dess konsekvenser. Upptäck där du låtsas på ett subtilt sätt, för detta är den enda nyckeln till att bli medveten om ditt verkliga jag.

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

FRÅGA: Jag kommer att be om en privat session för att fråga hur jag ska förbättra mina tillkortakommanden med sikte på att bli värdig en återförening med min man som gick bort den 5 april 1960. Jag ber dig med hela mitt hjärta inför en sådan privat session att kontakta min man på andra sidan och göra det möjligt för honom att bidra med sina mycket speciella önskemål och instruktioner vad gäller mitt växande. Jag ber av hela mitt hjärta att inte bara få en allmän anvisning, utan också specifika riktlinjer anpassade till de begränsningar som en människa har som fortfarande hålls nere av den fysiska kroppen. Jag har knappt gjort några framsteg, utöver att inse mina tillkortakommanden och skulle vara tacksam för indikationer på ytterligare tillkortakommanden som jag ännu inte har kommit till insikt om.

SVAR: Mitt kära barn, jag kan gärna kontakta din make. Men låt mig berätta något som jag kan se så tydligt. Var inte så febril. Tro inte att dina ansträngningar, lofvärda och tillrädliga som de är, är beroende av att du finner din make igen. Så är det inte! Om det vore så, skulle skaparen som skapade världen på detta sätt verkligen ha varit grym. Du kan tryggt vila i vissheten om skapelsens kärlek. Du tror på Guds kärlek, eller hur?

KOMMENTAR: Jag kan inte övervinna den upproriska känslan av att Gud tog min man.

SVAR: Ja, min kära, men ser du inte att på grund av den här oförmågan att acceptera, är du så febril och tvångsmässig. Utan upproret, skulle du inte behöva piska dig själv så mycket. Ingen kan utvecklas på ett sant sätt i ett sådant sinness tillstånd, oavsett hur mycket de försöker. Om din drivkraft att utvecklas grundar sig i en rädsla för att inte träffa din make igen, eller att inte vara tillräckligt bra, utgör själva rädslan en produkt av ditt bittra, oresonliga upprore. Och på en sådan grund är ett växande i själva verket inte möjligt. Du bör därför först arbeta med själva upproret och den åtföljande hetsiga iveren.

Du gör upproret och hetsen till din drivkraft för att växa. Dessa osunda, självdestruktiva känslor behöver försvinna innan du kan börja stiga uppåt. Vad du först behöver lära dig är alltså att acceptera verkligheten. Om du skulle acceptera världen mer, skulle du acceptera dig själv mer. Och om du skulle acceptera dig själv mer, skulle du ha mer tillit till livet, till livskraften, till Gud, till den visdom och kärlek som skapelsen är. Men din brist på acceptans gör dig blind, självcentrerad och rädd. Endast när du lär dig acceptans, kan du uppnå det inre avslappnade tillståndet som i så hög grad saknas. Detta innebär inte att du inte ska sträva efter att utvecklas. Detta utgör i själva verket den utveckling som du väldigt gärna vill uppnå. Varje steg på utvecklingens väg kräver olika fokus och olika ämnen att hantera. Det kan inte vara tal om att utvecklas vidare för dig om du inte behärskar detta steg nu. Vem kan åstadkomma någonting alls,

även den mest obetydliga jordiska saken, i det hetsiga, rädda tillståndet som du befinner dig i och som är ett resultat av ditt uppror!

Jag säger detta till dig i sanning: Även om du inte skulle arbeta med dig själv alls, men uppnå ingenting mer än att släppa taget om din hets och ditt uppror, skulle det leda dig längre än allt sökande efter dina brister och all självanklagelse utan att släppa taget om själva situationen som gör en sådan självanklagelse nödvändig för dig. Skräcken inom dig, som du inte kan släppa, utgör just detta uppror och den bristande acceptansen av livet – och därför också av döden. Om du tar in bara detta och ingenting annat just nu, kommer du att befria dig så mycket. Och tro mig, din återförening med din make beror inte på vad du gör eller inte gör. Detta är allt jag kan säga till dig just nu. I övrigt tar jag gärna kontakt med din make och kommer att låta dig veta.

KOMMENTAR: Tack.

SVAR: Förstår du vad jag sa?

KOMMENTAR: Kanske. Jag är inte helt säker.

FRÅGA: I mitt sökande efter mitt verkliga jag, när och hur känner jag att jag verkligen fullt ut har kontaktat det?

SVAR: Innan du kan känna det, kommer du först att bli fullständigt medveten om en falskhet, oavsett hur subtil den är, en förespegling av inte bara hur du önskar framstå i andras ögon, utan av hela ditt sätt att närma sig livet. Ditt sätt att fungera vilar ofta på en subtil förespegling. När du väl är medveten om det, är du mycket närmare att förverkliga ditt verkliga jag än du kanske tror, förutsatt att du inte blir fast i denna svåra fas. Om du då fattar det inre beslutet att göra dig av med en sådan förespegling och tar vad som först tycks vara en enorm risk, måste du så småningom finna ditt verkliga jag. Endast genom att ta steget in i det synbarliga intet utan dessa förespeglingar, endast genom att ge upp deras falska trygghet, har du en chans att finna sanningen – det vill säga ditt verkliga jag. Endast efter att du har riskerat otryggheten utan förespeglingar, finner du verklig trygghet i ditt verkliga jag. Du behöver fatta beslutet att ta risken att leva på dina egna kvaliteter, snarare än på förespeglade kvaliteter. Du behöver till att börja med se att förespeglingen finns, att du försöker erhålla något särskilt genom förespeglingen. Och sedan behöver du vara villig att ge upp det som du vill erhålla genom förespeglingen om du inte kan få det enbart genom dina kvaliteter. Chanserna är att endast efter att du har gett upp förespeglingen och vad du nu tror att du inte kan få utan förespegling, kommer du att finna ditt verkliga jag.

En ny styrka kommer att infinna sig med förmågan att ge upp, en ny kraft och trygghet kommer att växa inom dig. Du kommer för första gången att börja uppleva dig själv som inte längre hjälplös. Närhelst du finner ett problem som stör dig, fastställ huruvida du känner dig hjälplös. Om du gör det, vet du nu från allt som har sagts om ämnet, att här finns det en kärna av självalienation, oförmåga att ge upp, en förespegling som i detta fall inte fungerar. När du väl har funnit och fullt ut insett hur du har bidragit till denna negativa situation, har du nått fram till en känsla av det verkliga jaget. När du byter inre riktning genom att inte längre känna dig beroende av andra, av omständigheter, utan faktiskt förstår dina egna orsaker och tar problemet tillbaka till dig själv – även denna negativa upptäckt kommer att ge dig upplevelsen av verklighet, därmed av det verkliga jaget.

Det är här som det största motståndet uppbringas. Du går igenom stora smärtor för att övertyga dig själv och andra om att den här situationen är annorlunda. Även om du teoretiskt sett kan vara övertygad om att ingen är ett hjälplöst offer, att ni alla skapar ert eget liv och öde, finns det likväl alltid en reservation i ditt sinne vad gäller ditt speciella problem. Och här går du långt för att bevisa att ditt problem är annorlunda, att det inte har något med dig att göra. När du väl ändrar riktning och ger upp motståndet mot att se hur du skapade den här situationen – inte ensam, inte utan andra som också bidrar, och inte av dålighet, utan av okunnighet, förvrängda begrepp och kortsynta försvar – när du verkligen väl ser detta – även långt innan de destruktiva omständigheterna har förändrats – finner du i denna fulla bekräftelse och upplevelse ditt verkliga jag. Du känner en ny styrka. Svarar det på din fråga?

FRÅGA: Ja. Du nämnde förespegling. Är det enbart förespeglingar som skymmer den verkliga frågan?

SVAR: Inte enbart, men i mycket stor utsträckning. Det finns vissa subtila förespeglingar hos varje enskild person. Alla sitter på falska lösningar och en idealiserad självbild. Båda har sin grund i en form av förespegling. Definiera tydligt den här förespeglingen och du har funnit en viktig nyckel till ditt verkliga jag. Att rationalisera är också en förespegling, till exempel. Kan ni förstå det?

FRÅGA: I formen av en motivation?

SVAR: Ja. Och i formen av att använda en sanning och flytta den verkliga frågan till en annan punkt. Sanningen som du lutar dig mot kan i sig vara giltig, men du kan använda den som ett styvt skydd för någonting annat. Och på så sätt blir den en förespegling.

FRÅGA: När jag började arbeta med dig kände jag mig mycket rädd. Sedan en dag var jag rädd för att jag inte längre var rädd. När jag har den känslan, känner jag hopp. Nu har jag inte den känslan och jag vet inte vad jag är rädd för. Varför kan jag fortfarande inte släppa taget med alla igenkännanden jag har gjort och förändra mönstret inom mig?

SVAR: Saken är den, min son, din rädsla grundar sig i förändringen i sig, att ge upp barndomens kryckor. Detta är i sig ett mycket mänskligt och universellt stadium att gå igenom på denna väg. I ditt fall är, som du vet, själva din försvarsmekanism detta att förbli ett barn. Din rädsla är en del av det hjälplösa spädbarnet som du känner att du behöver bevara för att vara trygg. Att ge upp att vara ett hjälplöst, räddhågat spädbarn innebär för dig att människor inte längre kommer att skydda dig och det är därför svårt att riskera förändringen. Du vill inte stå på egna ben. Du vill fortsätta att använda kryckorna som en gång tycktes vara så trygga. Så nu är du delad. En del av dig vill förändras, en annan del är rädd för det. Det kan ta ett litet ytterligare ett tag tills du övertygar den negerande delen att bli följsam och växa med resten av dig. Denna del går in i en sista kamp mot att släppa alla gamla, föråldrade försvar.

FRÅGA: Alltså, jag håller redan på att bli en pina för mediet i mina personliga arbetsessioner, i mitt prat om de vidskepelse jag har. Under lång tid var jag inte medveten om dessa vidskepelse, men helt plötsligt har de kommit till ytan igen. Och jag blir trött på mig själv på det här sättet. Jag vill inte fortsätta med att bara upprepa mig som en trasig grammofonskiva.

SVAR: Om detta stör dig och du har ett starkt behov av att diskutera det, är det nödvändigt, för annars kommer du inte att bli klar med det. Du bör inte hålla tillbaka dina diskussioner med viljan och intellektet. När det finns ett starkt behov, finns det en inre anledning och nödvändighet.

FRÅGA: Du brukade ge mig hemuppgifter. Kan du ge mig något nu?

SVAR: Det finns faser på denna väg när den bästa hemuppgiften är att gå igenom din senaste arbetsession. Försök att tillämpa den och observera dig själv, dina reaktioner och känslor ur detta perspektiv. Försök att observera dina känslor och se vad de verkligen säger. Översätt dina känslor. Detta är alltid den allra bästa hemuppgiften.

KOMMENTAR: Tack så mycket.

FRÅGA: Vad gäller självalienation: Säg att en ung flicka har en bild av hur hon skulle vilja vara som vuxen, som är ovanpålagd. Sedan, allteftersom tiden går, växer hon verkligen in i den här idealiska bilden. Sedan, när man arbetar på denna väg, vet man inte längre vad som är denna ideala bild och vad som är det verkliga jaget. Det finns en förvirring för att en del av en själv har

vuxit in i den här idealiska bilden, så det är väldigt svårt att skilja mellan det verkliga jaget och det ovanpålagda jaget.

SVAR: Det är inte nödvändigt att man närmar sig detta avgörande genom att fråga sig vad som är vad, för så länge du ställer den frågan, är ditt verkliga jag inte i närheten. När det väl visar sig, kommer det inte att finnas något tvivel. En av dess enastående egenskaper är absolut visshet. När jag säger absolut visshet, gäller detta förstås inte för livet. Många människor har en felaktig föreställning om vad mognad är, eftersom de tror att om de vore mogna, skulle de alltid vara säkra. Detta är förstås inte sant, för livet är inte alltid tryggt och säkert. Den mogna personen kommer att acceptera livets osäkerhet och hantera den. Den omogna personen gör inte det. Det viktiga vad gäller ditt fall är vad du vill, tänker, känner, liksom hur du upplever andra och dig själv, begrepp, idéer och övertygelser. Det är här som du kommer att ha visshet – inte nödvändigtvis att din upplevelse är riktig, utan att den verkligen är du. Innan du har nått detta tillstånd, besvara dig inte med att med ditt intellekt skilja mellan det verkliga jaget och det ovanpålagda jaget. Det handlar om att känna och uppleva dig själv i relation till andra, till världen, till livet och till dig själv. Fråga snarare dig själv: ”Varför känner jag på det här sättet? Varför vill jag det jag vill? Vilken fruktbar effekt har det på andra och på mig själv? Vilken ofruktbar eller till och med destruktiv effekt har det på andra och mig själv? Om det inte är äkta, vilka är de destruktiva effekterna?” Fråga dig själv vilka motivationerna är bakom den här idealiska bilden, som kanske mycket väl utgör din idealiserade självbild.

FRÅGA: Befinner sig en brottsling, särskilt en vanemässig sådan, nödvändigtvis i ett lågt andligt utvecklingstillstånd?

SVAR: Jag är mycket försiktig med generaliseringar. Kanske, eller det kan också vara fråga om en ojämn utveckling: en del av personen kan ha utvecklats i viss grad och en annan har stagnerat i en oproportionerlig omfattning. Om en sådan oproportionerlig eftersläpning uppstår, behöver den åtföljande inre friktionen ett utlopp. Ibland tar sådana utlopp formen av samhällsfientliga handlingar. Kriminaliteten blir då ett utlopp för att lindra det inre trycket.

FRÅGA: Befinner sig medlemmarna i samma familj alltid på samma nivå?

SVAR: Åh nej, inte alls! I en och samma mänskliga familj kan du ha medlemmar av väldigt olika andliga familjer.

FRÅGA: Varför är det så att alla andliga lärare förr i tiden talar om synd i stället för sjukdom eller neuros?

SVAR: Jo, mina vänner, på grund av att det inte gör någon skillnad. Det är samma sak. Se bara tillbaka i historien och ni kommer att se hur människor föraktade den sjuka personen lika mycket som syndaren. Sjuka människor blev utfrysade. Det är först rätt nyligen som detta har förändrats. Det är först sedan den förändringen ägde rum som det har blivit viktigt att inte betona synd och ondska lika mycket, för att motverka förakt och arrogans. Fram till bara mycket nyligen, betraktades sinnessjuka människor på samma sätt som brottslingar. Och det kan ta ytterligare lite tid innan människor upphör med att se ner på andra för att de är plågade, sjuka, neurotiska, andligt mindre utvecklade. Detta handlar alltså om mänsklighetens allmänna utveckling och dess synsätt, och inte om semantik. Det handlar om att döma och förakta andra snarare än att förstå, älska och hjälpa. Även om sjukdom och synd är samma sak, kommer den som har en begränsad perception att se ner på båda, medan den som har en högre perceptionsförmåga kommer att förstå och hjälpa och inte känna sig överlägsen. Synd och sjukdom är samma sak, men vad som räknas är hur man reagerar på dem, inte vilket ord man använder. Oavsett vilket ord du använder, blir det förvrängt om din inre perception är begränsad. Och när din inre perception når sin högsta potential, i enlighet med din egen förmåga, då kommer ordet inte att missbrukas. Eller snarare, oberoende vilket ord du använder, kommer känslan att vara rätt.

FRÅGA: Kan du ge oss förslag för att tolka drömmar?

SVAR: Jag ger dem ständigt, men låt mig bara säga några ord här, eftersom frågan har kommit upp. En av de farligaste sakerna i drömtolkning är generaliseringar. Akta er för det. Använd alltid de personliga, subjektiva associationerna – vad du tänker, känner och upplever i samband med händelser i drömmar. Tendensen att fly från olösta problem, från konflikter, från den delen av dig som har blivit kvar i illusion och omognad, får ibland människor att läsa in en hög andlig innebörd i drömmar, som kanske, men behöver inte, stämma. Man objektifierar snarare än sonderar drömmen vad gäller dess subjektiva innebörd. Var försiktiga med detta, mina vänner. En dröm innehåller alltid ett speciellt budskap till dig från din egen själ. Att hitta detta budskap är oändligt mycket mer konstruktivt än att leta efter ett tröstande, trevligt budskap från utanför dig själv.

Er rädsla för att se och möta er själva får er att vända er bort från de konstruktiva budskapen som din själ levererar till dig hela tiden. Och ni vägrar att läsa dessa budskap. Inte bara för att de inte alltid är lätta att läsa – det kan ta tid, ansträngning, tålmod och en hel del verklig inre vilja, liksom hjälp från andra som är kvalificerade att hjälpa – utan också för att ni tycker om att höra trevliga, angenäma saker. När ni förnimmer en mycket mer konstruktiv och fruktbar kärleksröst som ibland säger saker som för tillfället inte är så trevliga, blir ni så blinda att ni inte ens uppfattar kärleken. Ni är blinda för den för att ni djupt inom er förknippar kärlek med det som är behagligt och lätt – och detta är olyckligtvis inte alltid sanningen. En fruktbar kärlek behöver ibland

kritisera. Oavsett om detta kommer från en annan person eller era egna drömmar, är er reaktion på båda ofta densamma. Ni vänder er bort från det.

Era egna drömmar är kärleksbudskap, även om de ibland uppenbarar något för er som ni först inte vill känna till. Gör er besväret att dechiffrera dem, även om ni först vänder er bort och försöker glömma dem, försöker förminska deras innebörd på grund av deras synbarliga "nonsens", eller försöker läsa in ett mycket strålande, vackert, smickrande budskap i drömmen från andevärlden. Det sanna budskapet som kommer från din själ är upplysande snarare än smickrande. Detta slags budskap kommer från den verkliga andevärlden. Det pekar på vad som verkligen pågår inom dig, vad som är omedelbart.

Att besvara din fråga med regler och föreskrifter skulle vara omöjligt. Drömtolkning inrymmer mycket mer än så. Jag har gjort detta med mitt medium i en ständig träningsprocess genom åren. Frukterna av den träningen används ständigt och detta är det enda sättet att lära sig. Man kan inte lära sig något som är ständigt och levande genom att lära sig vissa regler, genom att höra vissa ord. Detta skulle bara vara vilseledande. Om du skulle be någon som talar ett främmande språk att berätta något om det så att du skulle kunna börja tala det språket, vad skulle kunna sägas som kan vara till hjälp för dig? Era drömmar är ett språk och att lära sig det tar lång tid. Innan du har lärt dig detta språk, behöver du en översättare. Sedan börjar du lite i taget att lära dig det själv, beroende på hur mycket talang du har för detta språk och hur mycket du anstränger dig.

FRÅGA: I vår senaste session ställdes en fråga av en av våra vänner, som inte är här i kväll, som du karakteriserade som stridslysten, men som du svarade på så fint. Den situationen uppstår gång på gång för mig i olika grader. Jag märker till exempel att jag ibland är otålig med människor som inte accepterar sanningen så som jag har funnit den. Och vissa av oss har, i våra diskussioner, visat samma slags otålighet. Jag undrar om du kan berätta för oss hur man ska hantera denna slags situation?

SVAR: Detta viktiga och allmängiltiga ämne kan endast hanteras genom att förstå följande: En sådan otålighet kan härröra från en mängd olika inre källor. En av dem är en förvrängning av den goda viljan. Med detta kommer den tvingande strömmens brännande behov. En annan anledning kan vara behovet att övertyga andra för att du själv kanske inte är riktigt övertygad. En ytterligare anledning kan vara känslan av, diffus och dold, att ens egen lycka är beroende av att alla andra är i sanning. En ytterligare anledning är en känsla av otillräcklighet när man inte kan nå eller övertyga en annan person. Dessa är de viktigaste underliggande orsakerna. Det är upp till den enskilde att ta reda på vilka och hur många av dessa orsaker som gör sig gällande. Endast en uppriktig inre sondering kommer att förse dig med svaret och kommer därmed inte bara att lätta spänningen, utan leda till ytterligare viktig insikt.

Ibland kommer du att märka att du är som mest otålig när en annan person inte förstår det som du själv inte förstod för bara en mycket kort tid sedan. Du kan ofta vara mycket mer tolerant kring en säker kunskap som du har haft djupt inom dig hela tiden. Din brådska att övertyga en annan person är ofta en återspeglning av din otålighet med dig själv. Din brist på acceptans av den här världens ofullkomlighet, med den långsamma process som består i att sträva, greppa, och drunkna, finns i stor utsträckning i kärnan av din otålighet.

För att hantera detta tillstånd, är det som alltid viktigt att inte tvinga bort sådana känslor och lura dig in i ett lugn som inte är äkta, utan erkänna alla känslor av press, otålighet, forcering, intolerans, brådska och lära av dem. Varför finns de här? Vad ligger bakom dem? Vad säger de om ett inre tillstånd som du kanske inte har insett fullt ut? Om du observerar när sådana tryck förekommer och när de inte gör de, och analyserar orsakerna till detta, kan du göra vissa fantastiska upptäckter om dig själv. Varför blir du störd av vissa problem och inte av andra?

FRÅGA: Är det inte ibland olika med olika människor? Jag menar att om man känner någon som tycker om en, då är man mer avslappnad, och omvänt?

SVAR: Ja, givetvis. Det finns alltid en hel del ömsesidiga strömmar inblandade. I andra fall kan du vara mer avslappnad med någon som du inte känner något band till eller tillgivenhet för, än med någon som du känner dig nära. Det finns så många ömsesidiga underströmmar inblandade, men bara när du växer in i ditt verkliga jag, kommer du att förstå dem i sitt sanna ljus. Men man kan, som ni vet, inte växa in i sin egen jagförnimmelse om man inte är väldigt mycket medveten om betydelsen av sina egna känslomässiga reaktioner.

KOMMENTAR: I våra diskussioner berörs ofta ämnen som vi har stora svårigheter att definiera och uttrycka. Och känslor kommer på så sätt in och detta kan också medföra en viss brist på kontroll, på grund av att vi inte uttrycker dem.

SVAR: Ja, detta är helt sant. Oförmågan att uttrycka beror på svårigheten att kommunicera, vilket i sin tur är avhängigt att du kommer från ditt verkliga jag. Ju mer fjärrad du är från ditt verkliga jag, desto mindre kan du uttrycka dig själv, relatera och kommunicera med andra. Detta vet vi redan. Men det finns också det faktum att andlig upplevelse inte kan förmedlas i ord. Denna oförmåga skapar tryck och frustration. Ni kan inte hitta rätt ord eftersom andlig upplevelse inte längre handlar om ord, den fungerar på en annan nivå.

Minns ni föredraget som jag gav för en tid sedan om kommunikation och förening? [1] Lägg nu till mitt senaste föredrag om självalienation och ni kommer att upptäcka följande: Ju mer du

relaterar till ditt verkliga jag och identifierar dig med det, desto mer kommer du att kunna kommunicera till andra vad du upplever. Orden kommer inte att spela så stor roll, för i en sådan kommunikation är en annan nivå av ditt väsen verksamt. Du kommer att kunna förmedla genom att vara, genom din fulla livsupplevelse, och detta kommer att rikta sig till den andra personens verkliga jag. Orden blir då sekundära. De kommer inte längre att vara det enda sättet att kommunicera. Ju mer alienerad du är från dig själv, desto mer behöver du ord som det enda sättet att kommunicera. Men ju mer verklig du blir, desto mer känsla kommer helt naturligt och utan ansträngning att gå till den andra personen och således förmedla det du vill. Orden kommer då bara att utgöra en av kommunikationsförmågorna, i stället för den enda.

Ni kommer nu alltmer att förstå mitt insisterande på nödvändigheten av att låta era känslor komma till ytan. Om och när du till slut, trots allt motstånd och alla rationaliseringar, låter förträngda känslor nå din medvetenhet, kommer du att se att det första negativa flödet måste skingra sig genom att du förstår känslornas ursprung. Därefter kan de positiva känslorna som kommer från ditt verkliga jag följa.

Här är en annan koppling: Sambandet mellan föredraget om nödvändigheten att ta fram känslor och självalienation. När mycket av det tidigare materialet glöms bort och därmed inte kan kopplas ihop med det aktuella materialet, förloras så mycket förståelse.

Hur kan du kommunicera om dina känslor inte fungerar? Och hur kan dessa fungera om de negativa känslorna trängs undan och du spärrar av många av dina fruktbara, äkta känslor vars vägledning du behöver för att fullt ut kunna delta i livet, bakom en solid mur? De ovanpålagda positiva känslornas ytliga och konstlade natur, saknar verklig substans och är därför inte tillförlitliga. Man kan inte kommunicera inifrån om man inte har gått igenom den här processen.

FRÅGA: Du sa att när vi når tillståndet där vi hittar vårt verkliga jag, kommer vi att veta när vi ska använda aktivitet och passivitet, även handling och icke-handling. Skulle du kunna förtydliga detta?

SVAR: Jag tror, min kära vän, att detta redan är besvarat, inte bara av föredraget, om du förstår det bättre, utan också av de ytterligare orden jag talade i kväll. Jag vill inte upprepa alltför mycket. Jag kan här bara sammanfatta att när den emotionella nivån inte fungerar, främjar det en osäkerhet så att man ibland är för aktiv när man borde vara mer passiv, och omvänt. En harmonisk blandning av aktivitet och passivitet kan inte uppnås genom en intellektuell utvärdering eller att man lutar sig mot rigida regler. Intuitionen ensam följer det oupphörliga livsflödet.

FRÅGA: Jag förstår den delen, men delen om handling och icke-handling¹?

KOMMENTAR: Vad är det som är oklart kring det?

FRÅGA: Jo, ytligt sett ser de ut att vara samma sak för mig.

SVAR: Din själ kan vara i ett aktivt tillstånd och ändå inte utföra en yttre handling. Och du kan utföra en yttre handling, men din själ kan vara i passivt tillstånd. Aktivitet och passivitet manifesterar sig inte nödvändigtvis i det yttre. Men handlingar gör det.

FRÅGA: Men vad betyder icke-handling?

SVAR: Icke-handling betyder frånvaro av handling.

KOMMENTAR: Åh, nu förstår jag.

FRÅGA: När man uppnår det verkliga jaget som vi pratar om, har man en intuitiv kunskap inifrån. Man agerar i sanning utan rädsla. När man når detta, vet man plötsligt att det inte finns någon död, det finns ingen ondska, det finns ingen smärta, man accepterar det vi upplever som beror på vår egen otillräcklighet och våra egna rädslor. När man uppnår den känslan, finns fortfarande den mänskliga kroppen som man befinner sig i och den mänskliga rädslan som man känner igen. Man kan inte jaga bort den och säga att den inte finns där.

SVAR: Nej. Förvänta dig inte, min kära vän, att bli en övermänniska. Man behöver givetvis hantera livets svårigheter som uppkommer från att man befinner sig i materien. Jag sa precis tidigare, i ett annat sammanhang, att om du är ditt verkliga jag, så innebär inte det att du aldrig är osäker, rädd, frustrerad, att du aldrig är olycklig. Men du kan hantera den olyckliga känslan. Du kan förlika dig med den i verkligheten. Du kan acceptera den. Du kan acceptera en frustration. Ditt liv står inte på spel för att saker inte sker enligt din vilja. I ditt illusoriska tillstånd står det dock mycket mer på spel än avsaknaden av en önskeuppfyllelse. Ditt värde som person står på spel och därför upplever du livet på ett förvrängt sätt. Det är därför som frustrationen inte kan bäras av den som fortfarande är invecklad i omogenhet och falska lösningar.

När du väl är verklig, kommer ditt eget värde inte att blandas samman med dina problem. Visst kommer du ibland att vara frustrerad, osäker, ledsen. Om du aldrig vore ledsen, skulle du i själva verket inte vara ditt verkliga jag. Sorg är friskt; det är ett resultat av att känna och svara på

¹ Eng. "action" and inaction". Övers. amn.

aspekter av verkligheten. Men självömkan och depression är inte friskt. Leda är inte friskt. Livet är glädje och sorg, lycka och tragedi, uppfyllelse och frustration. Det verkliga jaget kan hantera båda, det falska jaget kan inte hantera någonda.

Varför är det lättare för så många människor att gå igenom en verklig tragedi bara för att brytas samman av sina inbillade små åkommor som kommer från deras förvrängningar och är kopplade till det lilla egot? Den sunda delen svarar på det verkliga livet, medan den osunda delen i er svarar på en illusion med en illusion. Men var aktsamma med att tro att er självömkan, bitterhet, meningslöshet på grund av ett ytligt sätt att leva – avsaknad av känslomässigt djup och att inte erkänna sina verkliga känslor – med dess åtföljande leda utgör sorg. Var klara över den mycket bestämda skillnaden mellan dessa helt motsatta känslor: sorg samt självömkan blandad med meningslöshet. När du undflyr sorg, förflyttas du in i ett ytligt sätt att leva med alla dess sidoeffekter.

Förvänta dig inte en omöjlighet av dig själv. Du lever i hög grad på jorden. Givetvis kommer du att vara otrygg, rädd, ledsen och olycklig ibland, men du kommer inte att känna dig otrygg, utsatt och osäker vad gäller dig själv. Detta är en skillnad. Lev livet fullt ut med allt vad det medför, utan att dra dig undan från dina känslor. Låt oss gärna gå in på det som är oklart kring detta vid vårt nästa möte.

Mina käraste vänner, var och en av er och alla era nära och kära och alla mina vänner som inte är närvarande här, gudomliga välsignelser går till var och en av er. Om ni bara visste att livets verkligheter, i lycka, i glädje, i ledsamhet och sorg, i tillfällig kamp och kris, alla är praktfulla och underbara. Lev livet fullt ut och du kommer att bli stark och hel.

Var i frid. Var välsignade. Var i Gud!

[1] Föredrag nr 80.

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