

## Förfalskade intryck av föräldrarna: deras orsak och bot

Välkomna, mina käraste, käraste vänner. Gud välsigne var och en av er. Välsignat är ert arbete, era tankar, era strävanden, era liv och även era misstag. För också dessa kan bli de stora nycklarna till friheten och verkligheten och kärleken.

Låt oss ännu en gång tala om kärlek. Låt oss komma ihåg att alla som är utan kärlek tynar bort. Den kärlek som du tar emot är inte den viktigaste; du behöver kärlekskraften i ditt hjärta, den utgör ditt andliga livsblod. Detta är drivkraften – i en god och frisk bemärkelse – som ger mening åt livet. Utan kärleksförmågan kommer ditt liv att vara tomt, meningslöst, ytligt.

Ni vet alla, och vissa av er kan vara mycket medvetna om, att du djupt inne i din själ törstar efter att vara älskad. När denna törst når din medvetenhet, förväxlas den ofta med din kapacitet att älska. Dessa skiljer sig dock helt. En människa kan ofta vara medveten om sitt behov att vara älskad och samtidigt är hjärtat tomt på kärlek. För ju större behovet är, desto troligare är det att du fortfarande är självpupptagen, tillbakadragen, rädd, orolig, bunden och blind för den andra personen. Ju mer orolig, underkastad och beroende du är, desto mindre kan du älska och öppna den inre kanalen som livet och kärlekskraften kan flöda genom och smörja din själ, så att säga. Utan denna kraft kan en inre torka inte förhindras. Denna torrhet i själen får dig att känna att ditt liv är meningslöst, oavsett hur värdiga dina aktiviteter är. Endast när denna kanal till kärleken rensas, kommer du att bli fri och uppfylla dina personliga behov.

Jag har visat er många sätt att rensa denna kanal. Dessa processer betraktas av vissa av er som att de innebär något annat än andlig utveckling; ni kallar det för ett psykologiskt arbete. Om och om gör ni misstaget att tro att det andliga och det psykologiska utgör två olika tillvägagångssätt. Om ni för närvarande glömmer dessa termer, kommer ni att förstå att utan att lösa så kallade psykologiska problem, kan man inte bli fullt kapabla att älska.

Låt oss nu närma oss kärleksförmågan från en ytterligare synvinkel, en som vi tidigare endast har berört på ett flyktigt sätt. Vi vet alla att barnets första intryck kommer från dess första omgivning, där föräldrarna eller deras substitut dominerar, vilket innefattar alla som spelar en viktig roll i barnets liv. Eftersom barnets förmåga att utvärdera är begränsad, är dess känslomässiga upplevelse som plockas upp från föräldrarna mycket förvrängd. I det grövsta fallet kan barnet

känslomässigt uppleva föräldrarna som antingen bra eller dåliga, starka eller svaga, beundransvärda eller avskyvärda. Men även om upplevelsen inte är så extrem, fokuserar barnet endast på vissa aspekter eller tendenser hos föräldrarna, medan resten av deras personlighet inte ens läggs märke till. Dessa begränsade intryck förfalskar bilden. Bilden du bär av dem kan, ofta omedvetet, stå helt i motsättning till din intellektuella syn eller uppfattning, men den påverkar likväl dina handlingar och styr dina reaktioner på livet, på andra och på dig själv. Den täpper också igen kanalen som gör det möjligt för dig att älska och uppleva andra i sin verklighet, medan du är centrerad i ditt eget verkliga jag, som utgör din verklighet.

Barnets fragmenterade intryck av verkligheten ger upphov till förvrängningar som påverkar hur du senare relaterar till andra och till dig själv. Du kan vara säker på att det finns ett samband mellan det mest problematiska området i ditt liv och din uppfattning av den ena eller båda föräldrarna eller någon annan i din tidiga omgivning. Ett visst intryck av en annan person eller andra personer präglas in i din själ, och du fortsätter att reagera på andra utifrån denna fragmentariska och förfalskade prägling.

Botemedlet består först av att bli medveten om vad du verkligen känner för alla familjemedlemmar eller andra som var viktiga för dig. Analysera detta känslomässiga intryck och jämför det med din intellektuella syn. Börja sedan överväga huruvida ditt intryck av dem kanske endast utgör en fragmenterad, begränsad aspekt av en hel person.

När du känner dig sårad eller arg på den ena eller båda föräldrarna, uppfattar du dem i din ilska som trevande, sårbara, blinda och bekymrade människor? Eller intar de en överdådig, konstig, fast och därför nästan omänsklig form i ditt känsloliv? Tycks de vara konstlade, robotliknande och sakna den mänskliga personlighetens komplexitet? Begrunda beteckningen människa och vad den egentligen innebär. Innebär inte den en mångfald av ofta motsägelsefulla aspekter? Kan en person vara – om dessa termer måste väljas – bra på ett sätt och dålig på ett annat? Kan han eller hon vara pålitlig på ett sätt och opålitlig på ett annat, både självisk och också osjälvisk?

Barnet i dig uppfattar dock inte detta. För barnet är det antingen det ena eller det andra, men aldrig båda. Du uppfattar därför fortfarande inte din förälder människan i verkligheten. Du kanske med ditt intellekt mycket väl vet att människor kan vara både bra och dåliga, men känslomässigt kan du inte uppleva den här sanningen, särskilt inte när det gäller dina föräldrar. Din känslomässiga upplevelse är alltid en antingen/eller-upplevelse och därför är du inte i kontakt med den levande, dynamiska komplexiteten i den människa som stod dig närmast. Det är mycket viktigt för din egen skull att ditt intryck och din upplevelse av den här personen är så realistisk som möjligt.

Så länge du fortfarande lever med en förfalskning, kan du inte klippa banden som hindrar dig från att uppleva frihet och självständighet. Du hålls också tillbaka från att älska, från att hitta din sanna styrka. Åh, du kan ha lyckats mycket väl på många sätt, men där detta band inte löses upp genom att se dina föräldrars verklighet, kommer du att fortsätta att få problem som endast kan lösas genom att lösa upp denna knut.

Det första steget är att bli medveten om dina förvrängningar. Fråga dig själv: "Hur upplever jag mina föräldrar? Upplever jag dem som människor i sina motsägelsefullheter, sin blindhet, sina ofta motstridiga, blandade motiv?" Kanske den som du kan ha varit rädd för och hatade mest när du var barn, fortfarande finns inom dig som någon som är osårbar och som inte kan såras, bara för att han eller hon skadade din sårbarhet? Denna fantom skapar förödelse i era liv, mina vänner.

Efter att ha gjort revideringarna som utgör det andra steget, kan du bli en fri människa. Men hur äger dessa revideringar rum? Börja med att fråga dig: "Hur var de egentligen?" Försök att förstå dem i sitt fulla väsen. Förstå deras liv, deras inre och yttre kamp, deras egen barndom – från vad du än känner till om dem. Vad gjorde dem till vilka de var, vilka var deras egna smärtor, rädslor och frustrationer? Förstå dem så som en mogen människa försöker förstå en annan människa, med lika mycket obundenhet och objektivitet, och beakta så många aspekter av deras väsen som möjligt, inte bara de aspekter som olyckligtvis påverkade dig på ett särpräglat sätt. Att du endast ser vissa egenskaper och utelämnar andra på grund av att du inte påverkades av dem, avhumaniserar alltid den andra personen.

Även om du förhärligar en förälder, blir han eller hon fortfarande omänsklig av ditt överdrivna förhärligande. På grund av fragmenteringen av vad han eller hon verkligen är, blir din fasta och statiska syn monstruös. Den är inte levande, inte verklig. Allt vad du har upplevt utifrån dessa begränsade egenskaper hos dem, som för dig utgör hela personen, kan rent faktiskt vara sant. Men den större sanningen saknas. Ditt monster saknar hela människans totalitet. Du kan inte förstå dessa egenskaper som har skadat och påverkat dig såvida du inte ser personen i sin helhet. Förståelsen kommer att lösa upp den fortfarande dolda smärtan och ilskan, frigöra dig och rensa kanalen för att älska.

Ofta finns det ett motstånd mot att revidera dina bilder av dina föräldrar. Du kan känna dig illojal och skyldig om du upphör med att förhärliga en beundrad och dyrkad förälder. Du känner att det är din plikt som barn att fortsätta att göra så. Att inte förhärliga din förälder kan likställas med brist på respekt, förakt, harm eller hat – i ditt omedvetna sinne förstås. Inunder detta förhärligande kan det finnas rädsla och inunder rädslan kan det finnas hat. Att skydda dig från att se och möta detta hat kan innebära att du vidmakthåller det överdrivna förhärligandet, inte bara för att världen

tycks kräva det av dig, utan också för att du kanske behöver just den här föräldern – oavsett hur symboliskt och på vilket förskjutet sätt det än må vara – även nu.

Att vidmakthålla den förhärligade bilden av en förälder kan också vara ett tecken på att han eller hon kan ha varit källan till den enda kärleken, acceptansen och tryggheten du någonsin har känt. Att ge upp den förhärligade bilden av föräldern är för ditt omedvetna sinne därför likvärdigt med att förlora all den kärlek, acceptans och trygghet du någonsin har känt. Genom att sänka föräldrarnas värde, berövar du dig det enda värdet du äger. Inte undra på att det finns ett motstånd mot att revidera bilden av föräldrarna.

Av samma skäl kan det finnas ett motsvarande intresse i att hålla fast vid en hatad bild. Varför skulle man vilja göra det? Den kan utgöra ditt självaste skydd mot dig själv. Om föräldern förblir dålig i dina ögon, då upphävs förringandet och smärtan som han eller hon har åsamkat dig, så att säga. Du är rädd för – felaktigt förstås – att om du accepterar föräldrarnas mänsklighet och därför släpper taget om ditt insisterande på att smärtan som åsamkades dig var särdeles orättvis, så kommer ditt eget värde att minska. Det finns även andra sätt att hålla fast vid hatet; de behöver upptäckas och upplevas av var och en av er i ert individuella arbete.

Det är så mycket lättare för barnet i dig att ha allting välordnat. En verklighet som är rörlig och motsägelsefull, för vilken det inte finns några fasta regler, är något som barnet i dig helst inte hanterar. Det kan därför tyckas mycket lättare att hålla fast vid de fasta intrycken där varje person passar in i en nisch. Varje intryck blir då en statisk bild som ger dig en viss överklig känsla av ordning och trygghet. Du tror att du vet var du befinner dig. Priset som man betalar för denna vanskliga ordning och trygghet är dock så mycket högre än vad ni nu ens kan försöka skatta.

När du börjar revidera dina intryck av människor i din tidiga omgivning för att du vill se dem med en mogen inställning och förstå dem i sin verklighet, kan du upptäcka en viss rädsla för och motstånd mot att göra det. Fokusera på detta och inse dess innebörd. Förstå att motståndet utgör själva tecknet på att det här finns en djup och viktig nyckel till ditt liv och många av dess problem som du antagligen aldrig trodde skulle kunna ha några samband alls. Först efter att du kan komma till rätta med ditt motstånd genom att stärka och befästa din vilja och genom att i bön och meditation be om att se sanningen om dina föräldrar, kommer ditt motstånd gradvis att försvagas. Det finns inget bättre sätt att be än att använda nuvarande motstånd och blockeringar på ett mycket specifikt sätt.

Psykologiskt arbete är helt enkelt att ta reda på sanningen om dig själv och andra. Jag har många gånger påpekat att man inte kan se sanningen i andra om man inte ser sanningen i sig själv. Vid vissa stadier på denna väg behöver man dock också, efter att ett visst mått av sanning om sig själv

har förts till medvetandet, närma sig sanningen från andra sidan. Den andra sidan utgör önskan om att se sanningen om andra, dina föräldrar och syskon, till exempel. Detta är ett annat sätt att vinna mer sanning om dig själv. Önskan om att se sanningen om andra – deras liv och personligheter i sin fulla vidd – kommer att ge dig insikt och förståelse vad gäller ditt eget liv och allting som styr dig, förlamar dig och försätter dig i konflikt även nu. Att denna förståelse utgör förutsättningen för att dessa ofruktbara mönster ska komma till sitt slut behöver knappast sägas.

Din nästa tanke kan mycket väl vara: Detta är lättare sagt än gjort. Bortsett från ditt eget motstånd, kanske du inte har den nödvändiga informationen och kunskapen om föräldrarna eller föräldrasubstituten för att revidera din bild. De kanske är döda och även om de fortfarande lever och du kan kontakta dem, kanske det finns vissa saker som du omöjligen kan diskutera med dem. Så hur kan man revidera sin bild och korrigera sina förfalskade intryck? Om du verkligen vill göra det, kommer du att lyckas; detta kan ni vara säkra på. Du kanske upptäcker ett sätt att lära dig mer om dem, med en helt ny inställning. Du kanske söker efter en kontakt som kommer att avslöja en viss information om deras liv och andra aspekter av deras personligheter som du aldrig har sett eller vetat om, så att de blir mer mänskliga för dig. Efter att du i viss grad har frigjort dig från det gamla bandet, kanske du så småningom förmår dig att kommunicera, i en anda av sanning, med en familjemedlem som fortfarande är livet och som du kanske aldrig har övervägt att kommunicera med. Genom att försöka förstå deras problem, kommer dina egna smärtor ofrånkomligen att minska. Först kan du dock behöva bli medveten om att det finns en smärta.

Hur gör man om föräldrarna inte längre är i livet? Ofta kan det finnas någon som fortfarande står dig nära och som kanske har en annan synvinkel för att göra bilden mer fullständig för dig, till och med genom att lägga till sin egen, men annorlunda, förvrängning till hela bilden. Det kan vara ett syskon, en annan släkting eller en vän. Men utöver detta behöver du fortfarande ett annat tillvägagångssätt, så att du får modet att ta de nödvändiga stegen. Detta tillvägagångssätt består av den uppriktiga viljan att veta, manifesterad i bön, till vilken svaret kommer. Guds vägar är så underbara. Om du är villig att *vilja* förstå vad som gjorde dem till vad de var och vad som var deras motivation för mycket som du aldrig kunde förstå, kommer en förståelse att komma till dig på de mest mirakulösa sätt. Även om det absolut inte finns någon kvar som kände dem, kommer du att dra dig till minnes händelser som du aldrig tidigare hade utvärderat i ett sant ljus. Du kanske erinrar dig vissa aspekter av deras liv som du fick berättat för dig, men som du bortsåg från och som gick förbi din uppfattningsförmåga. Helt plötsligt kommer dessa händelser att få en ny innebörd som gör det möjligt för dig att utvärdera deras personligheter på ett annat sätt, med en fristående människas obundenhet och objektivitet gentemot en annan människa. När du påbörjar den här processen, kommer hela din utblick gradvis att förändras. Dina upplevelsers fakta kommer inte att avlägsnas, men upplevelsen kommer att få en annan innebörd och därigenom göra dig fri.

Just nu behöver du dock vara medveten om vad du känner, hur du upplever dina föräldrar och hur du har sårats, även om du på ytan kan upprätta ett sken av att vara oberörd. Önskan om att se sanningen behöver odlas. Fastställ först huruvida du inombords önskar dig sanningen eller inte. Så länge du avvisar en sanning – vilken sanning som helst – kommer du att vara en slav under förvirring och överklighet. Du behöver inte forcera frågan, men ditt motstånd kommer på ett organiskt sätt att försvagas, förutsatt att du inte fortsätter att trycka undan frågan. Om du kan erkänna för dig själv att du vill vidmakthålla en förfalskad bild och att du inte önskar veta sanningen, kommer resten av sig självt.

Om du säger ”Jag kan inte ta reda på det”, fråga dig själv om du egentligen inte menar ”Jag vill inte”. Även om du tror att du inte kan, gör dig helt öppen för önskan om att förstå sanningen. Utan sanning kan det inte finnas kärlek. Och utan kärlek kan det inte finnas sanning.

Prova detta nya tillvägagångssätt och era liv, era problem, era relationer kommer att få en ny mening, mina vänner.

Finns det några frågor kring detta ämne?

FRÅGA: När föräldrar ger barnet en överklig, eller kanske verklig, känsla av att vara avvisat, så känner sig barnet inte värdigt att vara älskat och upprättar därför ett mönster där det avvisar sig självt. Hur arbetar man sig igenom detta, även om man ser sina föräldrar i verkligheten?

SVAR: Det sker naturligt och av sig självt. I samma stund som du förstår dina föräldrar, kommer känslan av att vara avvisad att försvinna, även om de *var* grymma mot dig. När du förstår vad som gjorde dem grymma, kommer du att se det som deras problem och du kommer – kanske för första gången i sanning och i verkligheten – att veta att detta inte hade något att göra med ditt eget värde. Hittills vet du bara det i ditt intellekt; känslomässigt kommer du att känna dig ovärdig så länge du känner att dina föräldrar avvisade dig på grund av din ovärdighet. På grund av den här känslan av att vara ovärdig, är du oförmögen att upprätta konstruktiva mönster som ger dig anledning att känna dig trygg i dig själv nu. De destruktiva mönstren bekräftar ständigt din ovärdighet. Du kan således inte komma ut ur dem förrän den grundläggande förståelsen av att dina föräldrars verkliga eller inbillade avvisande av dig inte hade något att göra med att din värdighet uppnås.

I barnets uppfattning är föräldrarna mäktiga övermänniskor. Det faller inte barnet in att de är människor som trevar för att lösa sina egna problem och kämpar med sin egen villrådighet i livet. När den här sanningen inses genom en verklig inre förståelse, måste känslan av att de avvisade dig försvinna. Det kan ofta ha hänt i ditt liv att du först kände dig avvisad eller förringad och att

du senare, genom olika omständigheter, blev medveten om vissa faktorer i den situationen som du tidigare hade blundat för. I den stund som du insåg dessa faktorer betydelse, kände du dig inte längre avvisad. Du förstod att de inte hade något med dig och ditt värde att göra. Alla fakta förblev desamma, men du tolkade dem inte längre på samma personliga, självförminskande sätt.

Det är precis likadant med dina föräldrar. I den stund som du upplever dem i deras levande verklighet – med sina brister, helt visst, men vars dynamik du nu förstår – måste intrycket och reaktionen förändras inom dig. Detta innebär inte att du måste förstå dem fullt ut eller veta allting om dem. Det gör man aldrig, inte ens om människor som man står nära. Men med din nya förståelse förstör du den begränsade, rigida, robotliknande bilden i vilken du upplever dem känslomässigt. De blir då levande. Du kommer att förstå åtminstone vissa av deras svårigheter. Du ser att de inte kunde ha agerat på något annat sätt, med tanke på vilka de var vid den tiden – precis som du inte kunde ha agerat annorlunda tidigare, även om du kanske nu inser dina brister. När du har denna förståelse, kommer deras ursprungliga avvisande inte längre att få dig att avvisa dig själv.

Din fråga är viktig. Det enda sättet att läka detta självavvisande i ett visst stadium i din utveckling, är dock i slutänden att veta utan en skugga av tvivel att det aldrig var *du* som avvisades. Skadorna som åsamkades dig, på grund av deras blindhet, oansvarighet och oupptäckta kraftfulla strömmar av frustration och smärta, hade absolut ingenting att göra med dig, utan var ett resultat av deras trevande, patetiska, mänskliga kamp för att leva, som, när den betraktas ur den mänskliga utvecklingens större perspektiv, ser så tapper ut. Förstår du?

FRÅGA: Jag förstår. Men när ett barn har ställt in sig i detta självavvisande mönster och har levt sitt liv på detta sätt, är han förvriden och förvrängd och älskar avvisandet snarare än kärleken. Enbart det faktum att man får insikt om sina föräldrar kommer inte att lösa denna slags konflikt.

SVAR: Jag säger inte att detta är det enda svaret. Det finns aldrig bara en lösning. Ni har lärt er många andra aspekter av arbetet på denna väg som är lika viktiga – och de behöver alla erfaras. Om ett självavvisande kan botas genom andra insikter och destruktiva mönster ändras till konstruktiva mönster, är det så mycket bättre. Jag säger dock fortfarande att sanningens förvrängning påverkar dig och att den därför bör åtgärdas. Detta ämne är mycket viktigt för just detta problem som du anger. I den stund som du upplever de viktiga människorna i din tidiga omgivning i sin mänskliga verklighet, behöver du inte längre utöva ett självavvisande. Du var bunden till det bara för att barnet i dig trodde att det inte fanns något annat. Men i den stund som du uppfattar att du inte avvisades på grund av att du var ovärdig, behöver du inte längre omhulda ditt självavvisande. Förstår du?

FRÅGESTÄLLARE: Jag ska försöka.

SVAR: Ja, du måste försöka. Saken är den att det ofta finns ett så starkt motstånd mot att känna till verkligheten i detta avseende. Ditt ”detta skulle inte hjälpa mitt problem” är en form av motstånd och innebär i praktiken att säga ”Jag har ingen möjlighet att få en förståelse för mina föräldrar”. Jag säger dig, även om du nu inte tror att det kommer att hjälpa dig i ett visst problem, närma dig det i en anda av sanning. Säg i dina böner: ”Även om jag inte förstår varför det kommer att hjälpa mig, vill jag bara se sanningen så långt jag har förmåga till.” Om du arbetar mot att förstå och få insikt om ditt motstånd mot att avlägsna den här muren, kommer du snart själv att se vad det kommer att göra för dig. Du behöver inte ens förstå intellektuellt hur detta skulle kunna förändra ditt självavvisande. Bara närma dig det från en anda av sanning – sanningen om människorna som råkar ha varit dina föräldrar.

FRÅGA: Skulle du kunna förklara den psykologiska aspekten av det fjärde budordet?

SVAR: Ja. Som vanligt finns det många tolkningsnivåer, men jag antar att du tog upp detta i samband med vårt ämne. Det fjärde budordet missförstås så ofta och mycket skada har kommit från dessa missförstånd och ytliga tolkningar. Forcering och skuld gör i detta fall kärlek och heder till ett tvång som förstör en verklig förståelse och följaktligen verklig kärlek och heder. Du kan inte respektera och älska när nästan alla du ser, i din blindhet, kanske inte förtjänar en sådan kärlek och respekt. När du pressar undan de tidiga intrycken av föräldrarna och lägger en konstlad, tvångsmässig kärlek och heder ovanpå, befinner du dig ännu längre bort från en sann kärlek och respekt. Den verkliga innebörden är emellertid precis vad jag har sagt. Se sanningen. När du gör det, respekterar du det grundläggande mänskliga livet i alla, oavsett deras många förvillelser och blindheter.

FRÅGA: Men hur lång tid kommer det att ta för mänskligheten att uppnå det fjärde budordets verkliga innebörd? Vi behöver vanligtvis lära oss under en hel livstid för att rätta till sådana misstag eller förvrängningar.

SVAR: Hur lång tid kommer det att ta för människor att rätta till sanningens förvrängningar, inte bara just denna, utan vilken annan gudomlig sanning som helst som har nått mänskligheten? Alla sanningar kan vara förvrängda, det vet ni. När mänskligheten har gjort tillräckliga framsteg i sin utveckling, kommer detta inte längre att ske. För att komma dithän, behöver misstaget inses och lösas upp. Den egna medvetenheten måste öka och då kommer förvrängningarna att försvinna lite i taget. Du verkar tro att förvrängningarna behöver försvinna innan man kan utveckla en medvetenhet. Det är precis tvärtom: förvrängningarna finns på grund av en relativt låga



medvetenhetsnivå. Som sådana inrymmer förvrängningarna i sig lösningen, för utan dem skulle ni inte börja uppfatta sanningen. Jag har sagt detta så ofta och jag säger det igen.

Ur ett andligt perspektiv, som är vår utsiktspunkt, har en enda person som vinner en inre sanning i detta arbetes bemärkelse, ett oändligt mycket större inflytande på hela den kosmiska utvecklingen än vad miljontals människor har som misstar sig. Detta kan låta som ett otroligt uttalande, ändå är det fullständigt sant, mina vänner.

FRÅGA: Bara en kommentar i samband med vår väns fråga om hur lång tid det kommer att ta. Jag har bott med barn i ett grannskap där jag såg brottsbenägna föräldrar, som var fallna eller druckna, ändå hyste barnen en vördnad för dem, genom acceptans och förståelse. Och jag har sett barn från välskötta hem som var bortskämda, men som inte hade en sådan förståelse.

SVAR: Detta är naturligtvis möjligt. En i övrigt brottsbenägen förälder kan ha en speciell kvalitet för att ge barnet något som det behöver. Barnet kan också ha blivit född fri från just detta problem, så att det på ett organiskt och naturligt sätt uppfattar sanningen. Det finns inte här någon förvrängning. Men det är också möjligt att en sådan vördnad är osund och falsk. Om den grundar sig i rädsla, skuld eller i att vilja vara till lags för att bli skyddad, då har det ingenting att göra med den sanna förståelsen vi pratar om.

Börja inte genom att försöka älska och hedra det som tycks vara omöjligt för er nu. Börja genom att helt enkelt vilja förstå. Resten sköter sig självt. En sådan förståelse kan ofta komma mycket senare i livet. Sedan, efter att en förståelse har uppnåtts, kommer stinget av rädsla, bitterhet, självförnekelse och självavvisande att försvinna. Och detta utgör den verkliga heder och kärlek som en människa kan ha för någon annan, oavsett hur mycket brister den andra personen kan ha.

FRÅGA: Jag har en fråga från en vän som inte är här. Behovet av ett falskt skydd har sitt ursprung i att en bild skapas. Kan detta behov fortfarande kvarstå efter att bilden har lösts upp och därigenom bidra till att en ny bild skapas?

SVAR: Det kan förstås hända; detta är vad som ofta sker vid en felaktig eller otillräcklig psykologisk behandling. Vissa nivåer nås och vissa mönster löses upp, men man går inte djupare. Man lämnar det som anses vara tillräckligt och därför kan roten, som förblir ingrodd, skapa ett annat destruktivt mönster eller en bild. Det är därför alltid en fråga om det riktiga förfarandet: att sakta men säkert komma till rötterna på nästa nivå. Då kommer naturligtvis mönstret att hejdas och förhindras att det någonsin återuppstår; då kan ett konstruktivt, realistiskt mönster upprättas och kärlekskanalen kan öppnas. Det finns inte längre något behov av försvar; individen är öppen för livet, för att leva, för att älska.

FRÅGA: Skulle du kunna kommentera Herrens bön, särskilt orden ”Ske din vilja, såsom i himlen så ock på jorden”? Kan du berätta för oss vad ”på jorden” och ”i himlen” betyder?

SVAR: Jorden och himlen är inte geografiska beskrivningar av livet här och nu, inte heller av livet i tillvaron härefter. De betecknar nivåer i din personlighet, vilka automatiskt inbegriper livets alla tillstånd – det fysiska såväl som det icke-fysiska. Symbolen för jorden kan tolkas på många sätt: Jorden kan vara ditt yttre liv, det materiella livet, det fysiska livet, fysiska handlingar och yttre fakta; kort sagt, allt synligt. Jorden är synlig för er, medan himlen är osynlig.

Himmelsymbolen utgör alltså allt det som inte kan ses eller uppfattas med de yttre sinnen. Den innebär dina inre handlingar och reaktioner, dina tankar och känslor, dina motiv, din själ och ande. Den innebär den psykologiska, emotionella och andliga nivån av ditt väsen – nivåerna som inte kan ses. Du kan i det yttre handla på rätt sätt, men i det inre kan motiven vara själviska, fåfänga, oförlåtande och feiga. Man kan anpassa sig till kyrkans, samhällets och den allmänna åsiktens alla regler och föreskrifter och vara felfri i sitt uppträdande, men vad som pågår i själen kan i hög grad stå i motsättning till den gudomliga lagen. Denna plats är himlen, det inre riket som Kristus talade om.

Om du i ditt inre är ren, öppen och uppfyller Guds vilja, kanske ibland på bekostnad av ett yttre godkännande från samhället, är du sann mot dig själv. Då har du integriteten, modet och ödmjukheten att stå upp för vad du verkligen tror och gör Guds vilja. Om du ber om detta i din bön, fullt medveten om att detta kan vara vad Gud önskar av dig, då gör du Guds vilja i himlen och automatiskt också på jorden.

FRÅGA: Har det i detta sammanhang inte en viss betydelse att de första sju orden i Första Moseboken, på hebreiska, innehåller orden ”himlen” och ”jorden” precis som i Herrens bön? En tolkning av ordet himmel, *hashomayim*, visar att det består av orden som betyder eld och vatten. Kan man knyta ihop detta?

SVAR: Ja. Den primitiva mänskligheten tog alltid allting bokstavligt och gör så fortfarande. Endast genom att utvecklas kommer mänskligheten att se den djupare innebörden som blir mycket mer meningsfull. Eldens innebörd är: livets eld, elden att leva, elden att älska, entusiasm, sund aktivitet, andlig strävan, mod, övertygelsen som man står upp för, styrkan som gör livet till ett meningsfullt äventyr. Vatten representerar känslorna: flödet, varandets tillstånd, en sund passivitet. Både den sunda aktiviteten – eld – och den sunda passiviteten – vatten – utgör reningsprocesser. Både eld och vatten kan vara renande processer och båda behövs för ett integrerat, friskt liv. Båda är krafter i universum som du hämtar eller tonar in i genom att upprätta

sanningen i din själ. Kombinationen av dessa två krafter för dig i harmoni med det tillstånd som skulle innebära himlen.

FRÅGA: Skulle du kunna prata om masochism?

SVAR: Detta har diskuterats i tidigare föredrag och har undersökts i vårt arbete. Om föredragen i sin helhet förstås och metoden i vårt arbete fullföljs, kommer du automatiskt att förstå den självavvisande tendensen som kallas masochism. För att kortfattat rekapitulera skulle jag säga att i vissa personlighetsstrukturer skapar ett självavvisande en mer aktiv masochistisk process. Ett självavvisande är i sig masochistiskt. Men det är en fråga om grader. Som jag tidigare har sagt, om känslan av att man är ovärdig är starkare än de motsvarande friska krafterna, kan en njutning i livet endast återfinnas i smärta. Jag menar fortfarande inte fysisk masochism; den kan manifesteras enbart på en psykisk nivå och aldrig fysiskt. När den manifesteras fysiskt är det ett mycket långtgående tillstånd.

Eftersom smärta genom avvisande tycks vara det enda säkra som man kan lita på, klamrar man sig fast vid det och vill inte ge upp det. En hälsosam njutning tycks vara hopplöst ouppnåelig. Masochism är med andra ord att man har gett upp. Om egot är för svagt för att bevisa att världen har fel, så att säga – om personen är oförmögen att hävda sin rätt att leva, älska och njuta – är resultatet masochism. Världen tycks förneka din rätt till din jagförnimmelse<sup>1</sup> och du ger efter, instämmer med världen och gör smärtan till ett behag på ett mycket felaktigt, osunt, självförgörande och livsförgörande sätt. Att ge efter och följa med strömmen, liksom att kämpa, är sunda processer, men båda kan förvrängas.

Många andra faktorer, alltför många för att titta på nu, är också närvarande. Den här kärnan kan dock alltid återfinnas. Till dess att den här kärnan kan upplevas genom ett omfattande inre sökande, snarare än att bara lyssna på mina ord som beskriver en idé, behöver många andra nivåer utforskas. På mer ytliga nivåer kommer du att upptäcka att självbestraffning beror på skuld. Självdestruktiviteten har sin grund i en viss oförmåga att hantera problem, eller den inre önskan om att inte ta itu med dem. Alla bildprocesser som vi har diskuterat och funnit är egentligen masochistiska processer, eftersom bilderna, vars mönster inrymmer en negativ grundsats som framkallar ett smärtsamt resultat, i sig är självdestruktiva. Om psyket på någon nivå låter sig behagas av det, då har vi med masochism att göra, oavsett hur omedveten man kan vara om njutningen eller tillfredsställelsen.

---

<sup>1</sup> Eng. selfhood, som också kan tolkas som självständighet. Övers. anm.

Det verkliga svaret kan aldrig återfinnas i begrepp, oavsett hur sanna de är. Sådana begrepp kan vara indikatorer som hjälper till att öppna vägen så att du själv kan uppleva sanningen, men detta är allt de kan vara. Det är därför som det så ofta, när frågor av detta slag ställs, finns en känsla av missmod och besvikelse över svaret. Man förväntar sig att svaret ska ge en befrielse – men inget svar kan någonsin ge en inre befrielse. Inre befrielse kan endast komma från att uppleva dessa ord som sanning – och detta kan endast ske genom att man steg för steg bryter sig igenom det inre motståndet. Din väg kommer alltid att leda dig precis till där du gör mest motstånd. Om du har modet att möta detta och hantera det, kan du i hög grad förkorta processen. Om du emellertid drar dig undan från att gå dit, kommer du ofrånkomligen att ta omvägar och måste komma tillbaka till platsen där det finns ett motstånd vid en senare tidpunkt. Kanske kommer motståndet då att ha gett med sig, eftersom den onödiga smärtan som du stöter på när du inte befinner dig i processen kommer att försvaga det.

Jag säger alltså återigen till er, mina vänner, undersök var du finner ett motstånd åtföljt av en önskan om att undvika att titta på det. Detta är just den punkt, just den tröskeln som du vid en eller annan tidpunkt måste passera innan du kan bli fri att rensa kärlekskanalen och leva ett fruktbart liv där du känner att du är till nytta och vet att din del är meningsfull. Endast genom att ta itu med det som du mest vill dra dig undan från, kommer du att hitta dörren bakom vilken svaret finns. Jag kan inte understryka detta tillräckligt.

FRÅGA: Jag har i samband med detta funnit att jag alltid har dragit mig undan från sex. Och jag har också upptäckt att jag känner att det är ett brott. När jag gick djupare, upptäckte jag att sex i själva verket är en njutning. Så jag märkte att för mig är det ett brott att njuta. Och på så sätt har jag hela tiden saboterat njutning och glädje. Även om jag nu ser detta och vet om det, vet jag inte vad jag ska göra med det. Kan du ge mig en ledtråd?

SVAR: Ja, min kära vän. Jag tror att nästa steg kommer att ge dig svaret på varför du har avvisat njutning. Du kommer då att upptäcka att du avvisar njutning på grund av att du avvisar dig själv. Jag upprepar att vetskapen ensam inte kommer att räcka, den behöver upplevas i dina känslor. Fortsättningen på detta arbete kommer till slut att ge dig denna medvetenhet.

Varför avvisar du då dig själv? Svaret kommer delvis att komma från insikter som du redan har gjort, som du sedan kommer att knyta ihop med den här nya förståelsen. Ditt avvisande av lycka, glädje, njutning, liv och kärlek är i verkligheten enbart ett avvisande av dig själv. Detta är precis vad jag diskuterade i kväll. Börja undersök vilka slags människor dina föräldrar var, liksom andra i din familj.

FRÅGA: När vi försöker kommunicera behöver vi förstås ta till ord, och såvida vi inte når fram till deras innebörd, går de förlorade. Ordet masochism användes. Tillsammans med det följer den motsatta termen sadism. Moderna psykologiska skolor använder snarare ordet "algolagnia" för att hänvisa till både sadism och masochism och kallar den ena för positiv, den andra för negativ. Hur ser du på detta?

SVAR: Detta är helt sant. Det ena kan inte finnas utan det andra. Båda utgör en enda ström av att åsamka smärta. Den så kallade sadistiska personen åsamkar andra smärta för att skydda jaget – ett falskt skydd givetvis. Ibland kan samma person märka att det går emot hans intresse att göra det. Han kan då komma i konflikt med sin omgivning eller han kan märka att det är till hans nackdel på grund av att han är rädd för att förlora personen som han behöver, vars kärlek och beskydd han vill ha. Han kommer därför att kasta om den här kraften som finns inom honom på grund av oförlösta negativa spänningar. Han kan inte med viljan helt enkelt avstå från den, något måste hända med den – antingen går den ut till en annan person eller så riktar han den mot sig själv. Den sadistiska och den masochistiska strömmen kan endast hejdas genom att den här kraften löses upp.

Dessa två krafter är alltså i verkligheten en och samma. Den enda skillnaden ligger i riktningen. I vilken riktning de används gör i slutänden mycket liten skillnad, för om du skadar någon annan måste du till slut skada dig själv. Och om du skadar dig själv måste du till slut skada någon annan. Det är så på grund av att den här strömmen uppstår ur blindhet och den måste göra dig blind. Eftersom strömmen har sin grund i en bristande förståelse, får den dig att förlora din egen förmåga att förstå. Den enda skillnaden ligger i tidsaspekten – vem som påverkas först. Den sekundära reaktionen blir då en försenad reaktion.

Psykologin har använt vissa termer för att beskriva detta åsamkande av smärta. Andligt sett är det helt sant att det finns den här strömmen av grymhet och oavsett vem den i första hand riktas mot, tar den till slut ut sin rätt gentemot alla berörda. Det är mycket kortsynt att tro att masochism indikerar ett bättre karaktärsdrag än sadism.

Jag välsignar var och en av er och alla mina andra vänner överallt. Må ni djupt i era hjärtan och sinnen uppfatta vad jag sa till er i kväll och må det ge er mod och styrka att passera den stängda dörren inom er, för att vinna ljus, trygghet, frihet och ett fruktbart liv. Detta finns där tillgängligt för er, så mycket närmare än ni tror. Allt ni behöver göra är att sträcka ut er hand och släppa taget om er gamla falska trygghet. Var i frid. Var i Gud!

Redigerat av Judith och John Saly, 1996.

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

För mer information om hur du kan finna och delta i Pathwork-aktiviteter över hela världen, besök [www.pathwork.org](http://www.pathwork.org)

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

#### Varumärke

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

#### Upphovsrätt

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

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

2024-05-19