

תנועה מתוך רגיעה - סבל הנגרם כתוצאה מחיבור כוח החיים למצבים שליליםMobility in Relaxation –Suffering through Attachment of the Life Force to Negative Situations.

הערת מתרגם: המילה MOBILITY כוונתה בדרך כלל ל"מוביליות", יכולת של תנועה, או של התנועעות, (של ניידות). MOVEMENT, מתיחס יותר לתנועה עצמה. לשתי המילים שימוש נרחב בטקסט המקור. בתרגום לעברית כדי לא לסרב ולחילופין לתת את התחושה הנכונה בעברית, אני משתמשת לחילופין במילים תנועה, יכולת תנועה, התנועעות, בהתאם לקונטקסט אבל גם לאופן שבו זה נשמע בעברית. RELAXATION – נע בין רגיעה, הרפייה, מנוחה, שלווה. אני מז'גלת (מלשון juggle) בין המילים בעברית שוב בהתאם לתחושת הקונטקסט של העברית. נ.ה.

The PLEASURE Principle – אני משתמשת לחילופין בעקרון ההנאה ועיקרון העונג לפי התחושה.

ברכות, חברי היקרים. ברכות לכל אחד מכם. יהא כוח ההבנה הטמון בברכות אלה לעזור לכם בהטמעת הרצאה זו, לא רק באמצעות יכולתכם להבין מבחוץ, אלא גם ביכולת הבנתכם מבפנים. כולכם התקדמתם במהלך שנה זו, כל אחד בדרכו; רובכם עשיתם זאת באופן משמעותי. לעתים קשה להעריך מבחוץ מה היא התקדמות אמיתית. לעתים ההתפתחות המשמעותית ביותר היא הקשה ביותר להבחנה בעיניהם של אחרים. הבנות ותפיסות נוספים שנרכשו על ידי כל אחד מכם מאפשרים לכם לפגוש את חייכם בדרך אחרת. אפילו אלה מביניכם אשר עדיין לא החלו בעבודה הממשית בנתיב זה, ודאי שצמחו באופן פנימי. אחרת לא הייתם כאן.

הרצאה זו היא ניסיון לאגד הבנה כוללת של החומרים שנלמדו עד כה, עם פריסתו של כיוון עתידי בעבודת הנתיב. אני מקווה שניסיון זה יצלח כך שתרכשו הבנה עוד יותר עמוקה של החומר שנלמד והופנם בעבודתכם האישית, כניסיון מוכח, ולא רק כהוראה תיאורטית. בו בזמן הרצאה זו תפתח בפניכם אופקים חדשים בנקודות מסוימות, ותשמע כמפת דרכים חדשה ללכת בעקבותיה.

היקום כולו חזור בחומר חיים רוטט. חומר זה מכיל כוחות כה אדירים שבני האדם אך החלו לגלותם, ובינתיים, באופן מעורפל ובדרגה מוגבלת. בין שזה כוח פיזי, כגון חשמלי או אטומי, ובין שזה כוח מנטאלי, אין זה משנה, שכן מדובר באותו הכוח, או בפנים שונות של אותו הכוח. כוח זה הוא בעל מסה אדירה, בעל ממשות שניתן לשלוט בה וליצוק אותה רק באמצעות התודעה.

תוצאת העיצוב/היציקה בממשות רבת כוח זו, הוא חומר בדרגות דחיסות שונות. זה משהו עדין/סובטילי יותר מחומר מסוים ומוגדר, ובעצם אלה החיים עצמם כפי שהם נפרשים עבור הפרט האחד. המדובר הוא בהתנסות/חוויה. המדובר הוא בתנאים, נסיבות, גורל, או יעוד אם תרצו. מה שלא תחו וביאלו תנאים שלא תמצאו את עצמכם, זהו החומר או התצורה, שהוא תוצאת האופן שבו המודעות מטביעה את עצמה על חומר החיים. ראו בכך סיכום מאד מאד קצר של כל מה שדיברתי אודותיו במשך השנים הללו. אני חוזר על זה בתמצית כאן כדי לאפשר למה שיבוא בהמשך להיות יותר מובן.

חומר החיים נמצא בתנועה מתמדת. הבה נעמיק מעט לתוך משמעות הדבר, לתוך השיטה והקצב של תנועה זו. אם תבינו זאת, בהחלט יש בידכם מפתח נוסף לחיכם.

התנועה הקוסמית המחלחלת בכל מה שיש היא תערובת של תנועה והרפיה. המפתח של תנועה המשולבת בהרפיה הוא המפתח לעולם. זהו מצב ההוויה, או העיקרון המאחד של ההוויה. תפיסות שגויות הן לבדן מובילות לשניות/דואליות וקונפליקט. הדואליות או העיוות של העיקרון המאחד של תנועה מתוך הרפיה מובילה לתפיסות השגויות שלהלן: מצד אחד הרפיה נתפסת כהיעדר- תנועה או סטגנציה/"קפיאה על השמרים", ומצד שני תנועה נתפסת כמאמץ מתוח. חשוב מאד להבין זאת מכיוון שתפיסות שגויות אלו הן הסיבה למצבה המעיק של האנושות.

כל התפיסות השגויות כפי שתמצאו אותן במהלך עבודתכם האישי הן תוצרים של דואליות זו: "הרפיה יכולה להתרחש רק באי תנועה, שהיא פסיביות, קפיאה על השמרים, בניגוד לתנועה שהיא מאבק להשיג, מתוחה, חרדה, "סטפנית". לכאורה נראה כאילו חייבים לבחור בין שתי אפשרויות אלו. בכל פעם שאלה הברירות (האלטרנטיבות) המתקיימות, חייב להתקיים מאבק, שכן מאבק הוא תוצאה ישירה של קונפליקט. זה המקום בו נחוצה התעלות מעל הדואליות, וחיבור אל העיקרון המאחד. מיותר לומר שהדבר אמור לגבי כל רמות האישיות. איני יכול להדגיש עד כמה דבריי אלה אינם כלל וכלל שיחות פילוסופיות, אלא תמרורי דרך מעשיים ביותר לחיכם המידיים, ידידי. לעולם אל תתעלמו/תחמיצו עובדה זו.

הבה נתחיל לראות, בדיוק כאן ועכשיו, את האמת שבעניין. כאשר אתם בוחנים את התפיסות השגויות והדימויים, כפי שהם מתגלים לאורך עבודתכם בנתיב, ואתם מתבוננים בתפיסות שגויות אלה בעומק הנדרש, אינכם יכולים שלא לגלות שהן כולן נופלות לתוך הפיצול עליו אני מדבר. אפילו מתוך גישה אינטלקטואלית פשוטה, תגלו בקלות, שהעיוות של (המושגים) תנועה והרפיה היא הדואליות הראשונית המונחת בבסיס כל התפיסות השגויות, שתוצאתה ראיית שתי ברירות בלבד שהן בלתי מספקות באופן שווה. תפיסה שגויה ראשונית זו מעוותת את הקצב ההרמוני של התנועה הקוסמית.

תחוו אמת זו ביתר דינאמיות ובאופן אישי כאשר תקשיבו לתנועות הנפש שלכם, לביטויים, הנביעות/קילוחים הפנימיים שלכם עצמכם. אם תתבוננו בשקט מה נובע מתעצמות הנפש/הכוחות ה(פ)סיכיים psychic forces שלכם עצמכם, תגלו את עיוות התנועה במקום בו אתם "קופאים" stagnate / "נכנסים לסטגנציה", משום ש"אי-תנועה" נדמית כה מפתח. נדמה שזהו המצב חסר המאמץ שהנפש כה כמהה אליו. או: שתנועה/פעילות נדמית כה הכרחית משום שאינכם רוצים להיות בסטגנציה, ואז האשמה דוחקת בכם לתוך פעילות/תנועה מאומצת ומתוחה יתר על המידה. יתכן שאפילו לא תהיו מסוגלים לשים את האצבע על הדבר עבורו אתם נאבקים כל כך. כאשר תתבוננו ותבחנו את מצב הנביעה ה"פ)סיכית" שלכם תוכלו להצביע בבירור על דיכוטומיה מסויימת זו.

זה מאד חשוב משום שמרגע שאתם מסוגלים להכיר בכלבול ובעיוות של הכוחות הקוסמיים האישיים שלכם, תוכלו באמצעות הודאה זו, קבלה זו, באמצעות הראייה והמודעות, לאט לאט אבל בטוח, להתקרב ל"יישור"/"ליישוב" של חוסר איזון זה שבתנועה. ככל שאתם מתקדמים בהצבה – מחדש/רה-אוריינטציה, של המושגים שהיו עד עכשיו לא מודעים, ועכשיו הם מודעים, כמו גם של הערכים, ההבנה של החיים, ושל עצמכם, היחס שלכם לחיים, ולעצמכם, תנועת הנפש מתחילה להשתלב בהרמוניה עם הזרימה הקוסמית הגדולה. יכולת התנועה מתוך הרפיה/רגיעה מתגשמת יותר ויותר.

הדבר מיושם גם הרמה הפיזית של הקיום. כשתבוננו בנביעה של החשיבה שלכם, הרגש, התגובות, ותזהו שם את אותו חוסר איזון, תבחינו כיצד חוסר איזון זה משפיע גם על גופכם הפיזי. מאחר והעיקרון של החיים עצמם הוא ההרמוניה בין תנועה ורגיעה, תופעת המוות היא בוודאות חוסר ההבנה של עיקרון זה, כך ששוב מתעוררת דואליות. כאשר אי הבנה זו הרחיקה לכת, תוך שהיא משפיעה על יותר ויותר היבטים של ההווה, תופעת המוות מתרחשת ברמות החיצוניות. אבל, היכן שנוצר איזון, החיים נמשכים והמוות הוא דבר לא אפשרי.

הרמות הפיזיות החיצוניות עוקבות באופן אוטומטי אחר תיקון חוסר האיזון הפסיכולוגי. אין זה אומר שאינכם יכולים לסייע גם מבחוץ-פנימה על ידי טיפוח ולימוד מבחוץ של אמנות התנועה ברגיעה. על ידי שתעבדו על זה מבפנים אל החוץ, ומהחוץ פנימה, התהליך יואץ וההרמוניה תושג ביתר מהירות. חשוב מאד שתעבדו על זה ידידי.

כוח החיים הדינאמי הוא עקרון נמרץ במיוחד. רגיעה דינאמית וחיונית זו נגישה למודעות האנושית במיוחד ביחסי האהבה שבין שני המינים. כאשר המאבק או הכמיהה שלכם לחוויה זו מחוברת לנסיבות שליליות, אין מנוס מקושי ותסכול.

לעתים קרובות נשאלת השאלה מדוע קיימים בעולם הרס, מחלה, מלחמה ואכזריות. התשובות הניתנות לכך הן לעתים תכופות לא די מובנות, ואפילו כאשר הן מובנות במידת מה, משהו חסר שם. אני חושב שמרבית חבריי מוכנים לעת הזאת להבין זאת ברמה היותר עמוקה. אמרתי פעמים רבות שמושגים מוטעים מובילים למאבק, וזה בהחלט נכון. אך ישנו דבר נוסף אשר בלעדיו שום תפיסה שגויה ללא קשר לעד כמה תהיה off the mark (לא לעניין? נבדלת?) לא הייתה יכולה לצבור כוח. וזה הדבר: השליליות לכשעצמה, בדומה לגישה ההרסנית, יש לה השפעה הרבה פחות הרסנית, מאשר להרסנות המחוברת ומעורבת עם עקרון החיים החיובי. זה מה שגורם לגילויים מסוימים במישור העולם הארצי הזה להיות חמורים וקשים במיוחד. במילים אחרות, כאשר כוח חיובי מתערבב בשליליות או בגישה הרסנית, צירוף זה יוצר רוע. ולכן, הרסנות אמיתית איננה רק עיוות של האמת ושל כוחות היקום הקונסטרוקטיביים, אלא עיוות מועצם בהיותו חדור בעוצמת עקרון החיים וכוחו הקונסטרוקטיבי של עיקרון החיים. אילו כוח החיים החיובי לא היה מעורב, ומנוצל בשגגה, אזי הרוע וההרס היו מאד קצרי מועד.

הדרך הטובה ביותר, ידידי, בה תוכלו ליישם הרצאה זו ולהפיק ממנה יותר מאשר עקרון מעורפל ואבסטרקטי היא בכך שתביטו בעצמכם מנקודת המבט הבאה: כולכם שנמצאים בדרך זו גיליתם מכאובים מסוימים שסבלתם כילדים. חלקכם החלו כבר לתפוס, ולו במעט, כי ברגע בו הכאיבו לכם התרחש תהליך מסוים. העיקרון הארוטי, או עקרון העונג, "הושמו" בשירות כאבכם, סבלכם. כל הרגשות שעלו מתוך הכאב המקורי, בהתאם לאופי ולטמפרמנט, אף הם עורבבו עם עקרון העונג. צירוף זה הוא הגורם את כל הקשיים האישיים, וכל הנסיבות הלא רצויות.

מכלול הנשמות הרבות המאכלסות את כדור הארץ והסך הכול שהם יוצרים, מהווים את מכלול המאבק של המין האנושי. כאשר תיווכחו, לאחר שנהייתם מודעים לתהליך, כמה אנשים, ללא קשר לפעולתם החיצונית, יכולים לחוות את עיקרון ההנאה רק בפנטזיות של אכזריות, תבינו שזהו בפועל גרעין המלחמה - ושורש האכזריות בכללותה. הבנה זו לא צריכה לגרום לכם לרגש אשם. להיפך, היא צריכה להביא לכם הארה, לשחרר אתכם, ולהרשות לתהליכים הפנימיים שלכם להתמיר. שכן זהו **כאב** שלא בא לידי שימוש נכון, ולא הובן נכון, שגרם למצב זה. אכזריות ללא עיקרון ההנאה מעולם לא יכולה הייתה לצבור עוצמה אמיתית. היעדר מודעות לצירוף זה של אכזריות והנאה בשום

אופן איננו מקל על ההשפעה שיש לו על סך כל אקלים בנביעה האנושי. on the overall climate
of humanity's emanation.

אם חוויתם התאכזרות, בין שמעשה האכזריות היה עובדה ממשית ובין שהיה זה יציר דמיונכם, עקרון ההנאה שלכם מחובר לאכזריות ומתפקד במידה מסוימת בהקשר לאכזריות. לעתים האשם והבושה הם כה חזקים שכל חיי הפנטזיה מודחקים, אך לעתים הם מודעים. מודעות לכך חייבת להתהוות ולהיות מובנת מנקודת המבט הרחבה, שכן אם זה באמת יובן, גם האשמה וגם הבושה יוסרו. ככל שההבנה תגדל, עיקרון ההנאה יגיב בהדרגה לאירועים חיוביים.

הצירוף של עקרון ההנאה ואכזריות יכול להתקיים באופן או אקטיבי או באופן פסיבי. כלומר ההנאה מושגת או אל ידי גרימת אכזריות ו על ידי ספיגת אכזריות –שניהם. חיבורה של חווית העונג למצב שבו היא מתפקדת הכי בעוצמה בחיבור עם אכזריות, יוצר הימנעות מאהבה, מגבילה אותה, וגורמת לחווייה הממשית של אהבה להיות בלתי אפשרית. האהבה מתקיימת רק כהשתוקקות שלא ניתן לשמר אותה, או להגשים אותה. בנסיבות אלה האהבה אינה החוויה המפתה והמענגת שהייתה יכולה להיות לחלק אחר של האישיות. הכמיהה לתענוג שבאהבה והבורות בקשר לעובדה שהאדם בעצם דוחה את ההתנסות הממשית באהבה משום שהוא חרד מפני החיבור של עיקרון ההנאה לשליליות, יוצר לעתים קרובות ייאוש עמוק. ייאוש זה יכול להיות מובן ולזכות להקלה מיידית רק כאשר עובדה מסוימת זו הובנה באופן עמוק.

במקרים פחות קיצוניים, כאשר הילד לא חווה כל כך הרבה אכזריות ישירה, אלא תחושה עמומה של דחייה או אי קבלה, עיקרון ההנאה יחבר עצמו לחוויה דומה, כך שלמרות ההשתוקקות המודעת לקבלה, זרם ההנאה יופעל בהקשר לדחייה. יש הרבה דרגות ווריאציות לעניין זה. ישנם מצבים בהם הילד חווה קבלה חלקית ודחייה חלקית. אזי, עיקרון ההנאה מתחבר לאמביוולנטיות זהה. מצב זה יוצר קונפליקט במערכות יחסים ממשיות.

המצב הראשון, הקיצוני, של חיבור אכזריות לעיקרון ההנאה ולעיקרון החיים - - שהם אותו דבר - יגרמו למערכות יחסים להיות כה מסוכנות ומתעתעות, שלעתים תועדף הימנעות מוחלטת. או שאתם מוצאים את זה כה מפחיד שאתם מתבלבלים לגמרי. אתם מרגישים בלתי כשירים להגשים אהבה. אתם כה מלאי מעצורים בגלל הבושה בתשוקה, בין שהיא לנהוג באכזריות, או לסבול אכזריות, שאתם אוסרים על עצמכם כל ספונטאניות, נסוגים מפני כל רגש ומשתקים כל רגש.

ידידי היקרים, זהו עיקרון חשוב ביותר להבנה. הוא נכון לאנושות בכללותה, כפי שהוא נכון לפרט האחד. בכללותו הוא עדיין לא הובן דיו משום שהפסיכולוגיה והרוחנית המדעית טרם התמזגו במידה מספקת. הפסיכולוגיה עשתה ניסיונות מסוימים לתפוס את העניין, והוא הובן במידת מה, אך המשמעות הרחבה שלו במונחים של התרבות האנושית וגורלה, או האבולוציה שלה, איננו מובן. האנושות איננה מוכנה עדיין להבין עובדת חיים זאת.

אבולוציה ידידי, משמעותה שכל יחיד, מתוך התהליך של התמודדות אישית והגשמה עצמית, ישנה בהדרגה את האוריינטציה (התכוונות) הפנימית של עיקרון ההנאה. ואז כתגובה ספונטאנית, יותר ויותר פרטים/בני אדם יגיבו לאירועים, מצבים, ותנאים חיוביים.

כולכם יודעים ששינוי פנימי מסוג זה איננו ניתן לרצייה ישירה cannot be willed directly. הביטוי הישיר של רצונכם החיצון your outer will, יכול וחייב ללכת בכיוון של לקיים ולתחזק נתיב מעין

זה, המגביר את היכולת להבין ולטפח את הרצון והאומץ להביט בעצמי, למצוא, ולהתגבר על ההתנגדות הפנימית. וכשאתם עושים זאת, כאשר אתם משתמשים ברצון ובכישורי האגו שלכם באופן הקונסטרוקטיבי הזה, השינוי האמיתי מתרחש. כפי שאחדים מכם כבר החלו לחוות, זה קורה כאילו אין לזה כל קשר למאמץ שהושקע, כאילו זה תוצר לוואי, התפתחות בלתי קשורה. זה הדבר האמיתי! זה האופן שבו התקדמות וגדילה מתרחשים.

בהדרגה, דרך תהליך הגדילה, פרט אחד אחר השני מכווננים/מכיילים מחדש את תנועות וכוחות הנפש/נשמה soul. אזי ביטויה של התנועה הקוסמית בתוך הנפש psyche, יחבר עצמו אך ורק לתנאים ונסיבות חיוביים. תחושות חיוביות ומענגות לא ינבעו עוד מנסיבות שליליות. עכשיו אתם רגילים לאלה האחרונים, ולכן אתם מדחיקים ומדכאים את השילוב של רגשות הנאה עם אירועים שליליים.

במקום להדחיק זאת, להכחיש זאת, ולהסב את המבט מזה, עליכם לעמוד מול זה. כאשר אתם מתכווננים בזה, מבינים את זה, ללא אשמה או בושה, הנכם חייבים ללמוד במהלך הגדילה שכל חוסר שלמות/כל פגם צריך להתקבל ולהיות מובן, בטרם ניתן לשנותו. כך שבמידה שתצליחו להתבונן בפניו ולהבין את הקונפליקט שלכם, עיקרון ההנאה/עונג יתחיל לזרום בערוצים אחרים. בעוד זה קורה תנועתיות/"מוביליות" תתקיים ללא מתח וחרדה, ורגיעה תתקיים ללא סטגנציה.

כולכם ידידי, מנסים למצוא את החיבור הפנימי המסוים בין זרם העונג ומצב שלילי/נגטיבי. כשתגלו את החיבור הזה בתוך עוצמות הנפש שלכם במונחים ספציפיים, תדעו ותבינו לחלוטין אותם היבטים חיצוניים של בעיותיכם. הקלה זו של הבנה מעמיקה יכולה להגיע רק כשתמצאו את האומץ להביט בפני החיבור הזה. ככל שתהיו מסוגלים לנסח באופן בהיר ומדויק את החיבור בין כוחות חיוביים ושליליים, תראו בבירור את התמונה המדויקת של חוסר הסיפוק/הגשמה שלכם. תראו מדוע אתם שומרים עצמכם חבויים מעצמכם ומהחיים, למה נסוגתם מהרגשות שלכם עצמכם, למה אתם מדחיקים ולמה אתם עומדים על המשמר כנגד הכוחות הספונטאניים והיצירתיים ביותר שבתוככם. תראו למה אתם חוסמים את הרגשות שלכם, לעתים במידה עצומה של כאב, ואחר כך מנסים לעשות רציונליזציות, ולדחוק אותם (את הרגשות נ.ה.) הצידה בהסברים. אפילו אמיתות פסיכולוגיות אופנתיות עכשוויות משמשות להסוואת את התהליך הזה ידידי.

נסו לזהות את שני הגורמים עליהם דיברתי.

קודם כל גלו את העיוות הסמוי אך המובחן של העיקרון המאחד של תנועה ורגיעה. היכן יש בכם תנועה ומתח. היכן יש בכם רגיעה וסטגנציה, חוסר יכולת לתנועה. בחנו זאת במערך המנטאלי שלכם, ברגשות שלכם, וגם בגופכם.

שנית, גלו באיזה היבטים עיקרון החיים והעונג מחובר למצב נגטיבי. באיזו מידה זה מתגלה—אולי בפנטזיות שלכם—ואיך זה מונע מכם ביטוי עצמי, איחוד, התנסויות, ומצב נעדר פחד של הגשמה עצמית עם נפש קרובה.

האם ישנן שאלות?

שאלה: הייתי רוצה להבין באופן מוחשי יותר אודות החיבור בין כוחות האהבה והנסיבות, למשל, של אכזריות. למשל במקרה של ילדים שמרגישים דחויים על ידי אמם. האם החיבור הזה אומר שהאדם

איננו מסוגל לחוות עונג מבלי לחוות גם נקמה - מעין משאלה סדיסטית כנגד האם? זה קורה אולי רק בפנטזיה, לעולם לא במציאות, ואז הבן אדם אינו מודע לכך שכן הזוג מייצג את אמו?

תשובה: כן, זה יכול להיות בדיוק כך. או שיכול גם לקרות שהעונג יחווה רק בהקשר לדחייה נוספת, או בהקשר לדחייה קלה, או בתחושת הפחד שדחייה עלולה להתרחש.

שאלה: אבל הם לא חוו עונג כשנדחו.

תשובה: בודאי שלא. אבל הילד משתמש בעיקרון העונג כדי לגרום לאירוע השלילי, או לסבל, להיות נסבל יותר. זה קורה באופן לא מודע, ללא כוונה, וכמעט באופן אוטומטי. למרות שזה נעשה שלא בכוונה, עיקרון העונג מצטרף ומשתלב עם המצב השלילי. הדרך היחידה שבה ניתן לקבוע זאת היא על ידי חקירת עולם הפנטזיה. זה האופן שבו החיבור נוצר. הרפלקסים האוטומטיים משתלבים לתוך סיטואציה שמשלבת את זרם העונג האינהרנטי/הטבעי, הפנימי, עם אירוע מכאיב.

שאלה: והילד רוצה לשחזר את הדחייה?

תשובה: כמובן שלא באופן מודע. אף אחד לא באמת רוצה להידחות. הצרה היא שאנשים באופן מודע רוצים להתקבל ולהיות נאהבים, אבל באופן לא מודע הם לא מסוגלים להיענות למצב שהוא לגמרי מקבל ורצוי/יתרונני. במקרים כאלה עיקרון העונג כבר תועל לערוץ הנגטיבי, וניתן לעשות לו תיעול מחדש רק באמצעות מודעות והבנה. טבעו של הקונפליקט הזה הוא בכך שעקרון העונג מתפקד בו באופן שאנשים היו רוצים הכי פחות. אי אפשר לומר שאדם רוצה באופן לא מודע להידחות, אבל הרפלקס כבר נוצר בזמן שבו אופן התפקוד הזה עשה את החיים יותר נסבלים עבור הילד. האם אתם מבינים זאת?

תשובה: אני לא ממש מבין איך ניתן בכלל לחוות הנאה כשמישהו מרגיש דחוי, אלא באופן של נקמה. את זה אני יכול להבין.

תשובה: אולי אתה יכול לדמיין - שכן רואים זאת יותר ויותר - שכאשר אנשים מרגישים יותר מדיי בטוחים שהם מתקבלים ואהובים, הם מאבדים את ניצוץ העניין. גם את זה מתרצים בטענה שזהו חוק בלתי נמנע שנגרם כתוצאה מהרגל או נסיבות אחרות. אבל זה לא צריך היה להיות כך לולא הגורמים ששוחחנו עליהם בהרצאה זו, שהניצוץ, העניין, הזרימה הדינאמית, מתקיימים רק כאשר יש מצב של היעדר ביטחון או היעדר שמחה. אתם רואים זאת לעתים קרובות. לעתים המצב השלילי מתגלה רק בפנטזיות. פנטזיות אלה, כאשר בוחנים אותן מקרוב, קשורות בצורה כזו או אחרת לסבל, השפלה, או עוינות. לכך קוראים אז מזוכיזם או סדיזם. עכשיו אתם מבין?

תשובה: כן, אני חושב שכן.

שאלה: מאחר וכל הילדים חווים דחייה, ומאחר ולא ניתן לספק את כל דרישותיהם של הילדים, מתי מגיע סוף לעניין הזה? זה תמיד מתחיל מחדש? בכל גלגול, ובכל מצב מחדש. (?)

תשובה: תוכל לראות שיש הבדלים בין בני האדם: חלקם מתפקדים במצב הרבה יותר בריא מאחרים, ועקרון העונג שלהם נענה ביתר עוצמה למצב חיובי. שם מתרחשת האבולוציה. כשמצב חיובי לחלוטין מתקיים ב(פ)סייכי / בנפש, אין עוד צורך בגלגולים. האבולוציה מתרחשת אז במישורים אחרים.

במידה מסוימת לכל בן אנוש יש שליליות, ושליליות זו מופעלת, מקבלת כוח, ומוזנת, על ידי כוח החיים. אך קיימות דרגות, והם והוכחה ברורה לתהליך האבולוציוני.

בקצה האחד קיימים בני אדם אשר אינם מסוגלים כלל ליחסים ישירים עם אדם אחר, החיים לחלוטין בפנטזיות המחוברות לגמרי לחוויות שליליות. בקצה האחר קיימים אלו אשר במהלך התבגרותם, חיברו פנטזיה ומציאות באופן החיובי והרצוי ביותר. חיבור זה של פנטזיה ומציאות איננו אומר הדחקה של חיי הפנטזיה, אלא התגברות אמיתית עליה, מתוך ההבנה שהמציאות רצויה יותר ומהנה יותר, בדיוק כפי שנסיבות חיוביות הנן. בין שני קטבים אלה, מתקיימות דרגות רבות. ניתן לראות את התהליך האבולוציוני.

שאלה: האם תנועתיות ומתח, רגיעה וסטגנציה, מתמעטים כאשר אתה מעתיק את עקרון ההנאה מהשלילי?

תשובה: כמובן, הם פועלים ביחסי גומלין. הנכם יכולים לראות כיצד האינטראקציה עובדת: במידה בה מתקיים צירוף או חיבור בין עקרון החיים וההנאה לבין מצב שלילי, מתח חייב להתקיים, חרדה חייבת להתקיים. במידה שבה חרדה ומתח קיימים, חוסר תנועה נדמית כהקלה מבורכת מפני המאמץ והעייפות להילחם באני העצמי. כאשר "קצר" (חשמלי) מונע את החוויה האמיתית של עיקרון העונג, זו לכשעצמה סטגנציה. זאת "אי-תנועה" /היעדר תנועה כאשר היקום כולו נמצא בתנועה מתמדת מרהיבה. (אבל) כאשר אתם יוצרים את אותה תנועה קוסמית בנפשכם, אתם נמצאים בהרמוניה עם כוחות היקום.

שאלה: זו ההבנה הבהירה ביותר שאי פעם קיבלתי למה שקרה לי בחיבור בין שליליות לעקרון ההנאה. הייתי חייב ליצר לכך התנגדות. אולם עכשיו בראותי זאת בבהירות בה אני רואה, בהכירי בדיוק כיצד זה פועל, מה אני עושה עכשיו?

תשובה : חשוב ביותר שתהיה מודע למצב השלילי המסוים אליו מגיב עקרון ההנאה שלך. מודעות זו חייבת להיות לא רק אינטלקטואלית, אלא גם מורגשת ונחווית. אתה חייב להסיר את המגבלות ולהרשות את כניסתה ככזאת למודעות שלך. הכר בכך שלהרשות לדבר כזה להיכנס למודעות איננו שיפוט הרסני; אין זה סופך. זה לא מטביע אותך כאבוד, כפי שהנך מאמין בתת מודע, אלא בדיוק ההיפך מכך. זוהי התחלה חדשה והדרך החוצה משיפוטיות הורסת שאתה חשבת בשגגה שיש להחיל עליך. כאשר אתה תרשה לניסוח מדויק ביותר של אותה הכרזה בהירה (של המצב השלילי וההנאה. נה.) לחדור לתוך החוויה הרגשית שלך, כאשר תחוה באומץ כיצד הרפלקסים האוטומטיים "משולבים לתוך המהלך השלילי" are geared to the negative , וביודעך שכך אין זה צריך להיות, ואף לא יישאר, ובתשוקתך השקטה והרוגעת לגדול, אינך יכול אלא להתקדם.

בהקשר זה אני רוצה להוסיף נקודה נוספת, לא רק עבורך אלא באופן כללי. שימושי מאד ידיתי להבחין בין שתי תגובות שכיחות לקונפליקט זה. שתיהן לרוב בלתי מודעות. האחת היא הכחשה גורפת כך ששום מודעות, אפילו בפנטזיה, אינה קיימת. דבר זה קורה בגלל פחד, אשמה, בושה, ואמונה שאתם איומים ונוראים בגלל זה. השנייה היא של אלו שמודעים לחלוטין לפנטזיות שלהם, אך אין להם היכולת לחוות את עקרון ההנאה בשום אופן אחר, בין שיש להם או אין להם יחסים עם אחרים. דבר זה קורה כאשר מין ואהבה מופרדים, או שמופרדים ארוס ואהבה, או ארוס וסקס. במקרים כאלה, מתקיימת התנגדות חצי מודעת לוותר על חיי הפנטזיה וזאת מתוך הפחד, שעם הוויתור, ההנאה תאבד לחלוטין. במקרה שכזה קשה לאדם להעלות על דעתו שהעיקרון הטהור,

הבריא, של עונג מתגלה באופן כל כך הרבה יותר יפה ומספק כאשר חיובי נוצק בחיובי. (((יש כנראה שגיאת דפוס – melds (מוכרז) במקום molds (נוצק/מתעצב) (((. מדמיינים אז שמצב זה יהיה דל ומשעמם. זאת המסקנה כיוון שהיחסים האמיתיים בחיים הממשיים, במקרים שכאלה, לעולם אינם יכולים להיות מספקים כמו הפנטזיה. לכן, האדם משער שוויתור על הפנטזיה, פירושו וויתור על הנאה. והאדם אינו רוצה להיפרד מהנאתו/עינוגו.

חשוב לבחין איזו משתי ההתנגדויות מתאימה לכם קודם. האם זו ההכחשה של הקשר בין הרפלקס האוטומטי של ההנאה לבין מצב שלילי? או האם זו ההיצמדות למורכבות כולה מתוך החשש שתצטרכו "להסתדר" ללא הנאה. שתי ההתנגדויות הן תוצאה של תפיסות שגויות. ההתנגדויות הספציפיות האלה יוצרות בלבול בתנועות: או של תנועה מתוך מתח במאבק להתרחק ממה שקיים בהווה – ומכאן מאמץ, מתח, פחד—או סירוב להשתנות, מתוך פחד להפסיד במהלך --- ומכאן, סגנון/קיפאון.

כפי שאמרתי בפתחה של ההרצאה, כל דיכוטומיה, כל דואליות, יכולים להצטמצם אל תוך המכנה המשותף הפשוט של תנועה זו חצויה הבסיס. כשתראו זאת תמצאו זאת מועיל למדיי.

אין כל ספק יקירי שכל אחד מכם שבאמת מעוניין, ימצא יותר ויותר את היופי, השלווה, החיים הדינאמיים, הביטחון פנימי, שמתקיימים בהגשמה העצמית שכבר התחלתם לטפח. מכאן תחוו רגעי חיים בהווה הנצחי שלכם, במקום להתאמץ לברוח ממנו. כל "עכשיו" צריך לספק לכם תשובות. אם תזכרו עובדה פשוטה זו במדיטציות שלכם, בגישתכם לעצמכם, המדיטציות שלכם יתנו יותר פרי ככל שתמידו. מה שיש לכם לצפות לו בזמן שיבוא יהיה אפילו יותר משחרר ממה שכבר התחלתם לחוות.

היו ברוכים, היו שלווה, היו באלוהים.