

הרצאה 138

המאבק האנושי בין שאיפה לקרבה ופחד מפניה

ברוכים הבאים, ידידי היקרים. אני מברך פגישה זו וכל צעד ומאמץ שאתם עושים לקראת צמיחה והתפתחות. מי ייתן והרצאה זו תהיה אבן דרך נוספת בדרככם לעצמיות ולהגשמה עצמית.

המאבק הקשה ביותר עבור בני אדם הוא זה שבין שאיפתם להתגבר על בידוד ובידודות לבין הפחד הבו-זמני שלהם מקשר קרוב ואינטימי עם אדם אחר. לעתים קרובות, השאיפה והפחד זהים בעוצמתם, כך שאנשים נמשכים ונדחפים בכיוונים מנוגדים. דבר זה גורם למתח עצום. כאב הבידוד ידחף תמיד אנשים לנסות לברוח מפניו. כשמאמצים אלו נדמים כמצליחים, הפחד מקרבה גורם להם לסגת שוב ולהדוף את האחר. וכך המעגל ממשיך, כשבני האדם בונים תחילה מחסומים בינם לבין האחרים ואז הורסים אותם.

כל האנשים שמוצאים את עצמם בנתיב כגון זה מוכרחים במוקדם או במאוחר לראות את המאבק שלהם עצמם מנקודת מבט זו. כל ההפרעות, חוסר ההרמוניה והסבל שלהם יכולים להיות מתומצתים למכנה משותף פשוט, והוא המאבק בין השאיפה לקרבה לבין הפחד מפניה. ההרסנות שלכם והתעקשותכם על המשך ההיצמדות לשני הרגשות הללו הם המחסומים שמפרידים אתכם מאחרים.

היחסים שלכם עם אדם אחר יכולים להיות מוצלחים רק כשאתם מונעים ע"י הווייתכם הפנימית ביותר. אם היחסים נקבעים רק ע"י השכל והרצון החיצוניים, כישורים אלו אינם יכולים למצוא את האיזון העדין שבין האפשרות לבטא את עצמכם לבין קבלת הביטוי העצמי של האחר. כיוון שאי אפשר לקבוע שום כלל בנוגע לקצב של חילופין הדדיים אלו, המוח החיצוני אינו מסוגל להשפיע על האיזון. גם מחשבת-האגו אינה יכולה למצוא את האיזון בין עמידה על זכויותיכם לבין ויתור, בין נתינה לקבלה, או בין השתתפות אקטיבית ופסיבית. אין כל אפשרות להתוות מראש את האיזונים העדינים האלה. ועם זאת, השכל החיצון הוא כלי שמתווה מראש, קובע מראש וחושב באופן מכני; הוא קובע כללים וחוקים. כשלעצמו, הוא איננו אינטואיטיבי וגמיש מספיק כדי לפגוש כל רגע כפי שהוא מגיע ולהגיב אליו בהתאם. לשם תגובה גמישה כזו, יש צורך להפעיל את מרכז הווייתכם. אז היחסים עם האחר יכולים להיות ספונטאניים ומספקים הדדית.

כשאינכם במגע עם הווייתכם הפנימית ביותר, אינכם יכולים לתפקד כראוי במקומות שבהם החיים דורשים תגובות יצירתיות, ואף אינכם יכולים ליצור קשר עם ההוויה הפנימית ביותר של אדם אחר. אך זו היא, אחרי הכול, ההתקשרות האמיתית, הקרבה שמבטלת בידוד. ביטוי עצמי והתקשרות אינטימית זורמים עם נהר-החיים ומביאים שלוה דינאמית. כל דבר אחר הוא מתח, מאמץ ומשמעת קשה, ואינו מעביר את החופש העצום והשמחה שבאינטימיות.

כפי שאתם כבר יודעים, בני אדם מבוהלים מעצמם. הם עושים כל דבר אפשרי כדי להימנע מהתבוננות בעצמם. כשתתגברו על מידה מסוימת של קושי והתנגדות, תגלו שהפחדים שלכם לא היו מוצדקים. תחושו הקלה, יחד עם רגעים של חיות, בגלל שברגע מסוים אחד תצרו קשר עם הווייתכם הפנימית ביותר. כשמתחמקים מההוויה הפנימית הזו, קשר אמיתי עם אחרים אינו אפשרי. אתם יודעים גם, שהתחמקות יכולה להתקיים בצורות רבות. אם לא יצרתם קודם קשר עם העצמי האמיתי שלכם, לא תוכלו להרשות לעצמכם את החופש והעדר השליטה הדרושים כדי להגיב מבפנים.

מדוע הפחד מהעצמי והפחד מיצירת קשר עם אחרים הוא כה גדול? באופן בסיסי, הפחד נובע מהמטרות ההרסניות של אנשים, ובאופן ספציפי, מרצונכם לסרב להתמסרות לחיים. במהלך עבודתכם בנתיב זה או בדומיו, רבים מידידי פגשו עמדה מסוג זה בדיוק עמוק בתוך עצמם. אם כל האנשים היו מוכנים באמת להעניק את מי שהנם, הן את הפוטנציאל שלהם והן את העצמי הממומש זה מכבר, אם הם היו מציעים ברצון את המיטב שלהם לחיים ורואים באופן מכוון את מטרתם בכך, הם לא היו יכולים להימצא בקונפליקט עם עצמם או עם החיים. כיוון שלכל אחד מכם יש כל כך הרבה נכסים נפלאים שמהם אתם מתעלמים או שאותם אתם מזהים רק במעורפל. וגם כשאתם אכן חשים בהם, לא עולה בדעתכם להציע נכסים אלו לחיים. ברגע שתעשו זאת באופן מכוון, משהו יהיה מוכרח להתחיל לקרות. תנועה פנימית גדולה תתרחש, ממנה לא תהיה לכם כל סיבה לחשוש, כיוון שהיא תתרחש בהכרח מתוך הרמוניה וסדר יפהפיים.

אתם כפרטים יכולים להשתנות מהיותכם יצורים מבודדים השומרים על נכסיהם לעצמם, לעתים משאירים אותם לגמרי ללא שימוש, מבלי להתכוון לעולם להעניק נכסים אלו

לטובת החיים וההתפתחות האנושית, פרט אולי בדרך מעורפלת. ברגע שתשתנו ותקדישו באופן מכוון את המיטב שבכם לחיים, השינוי בתוככם ובחויית החיים החיצונית שלכם יהיה כה עז עד שמילים לא יוכלו לתאר. מה שהיה קשה, מאמץ, מפחיד, עגום, מתוח ובודד יהפוך להיות קל, מנציח-את-עצמו, רגוע, בטוח ובהיר. תרגישו תחושה עמוקה של אחדות עם העולם, עם אחרים, עם תהליך הבריאה כולו.

עד ששינוי זה יתרחש, תהיו מוכרחים להישאר לנצח במערבולת של השתוקקות וחשש מאותו הדבר עצמו. וזהו באמת עינוי. לעתים אתם משתוקקים יותר; בפעמים אחרות אתם חוששים יותר. התוצאה תהיה בעייתית, כואבת ומלאה קונפליקט, בגלל שאתם מושכים ודוחפים בכיוונים מנוגדים. ברגע שתשנו את עמדתכם בדרך שתיארת זה עתה, הכול יבוא על מקומו באופן אוטומטי. זהו המפתח האמיתי. המאבק של השתוקקות לקרבה עם אחרים וחשש מפניה, כמו גם של השתוקקות לקשר אינטימי עם העצמי הפנימי ביותר של האדם וחשש מפניו, אינו יכול להיות מיושב באמצעות החלטה לוותר על אחת משתי האפשרויות של קרבה או נפרדות. דבר זה לא יוכל להצליח לעולם. ניתן לפתור זאת רק אם מוותרים על מטרות שליליות והרסניות, ומציעים לחיים בשמחה את המיטב של מי שהנכם. רק אז תוכלו לחוות שאין כל מה לחשוש מפני החיים פרט לחשש מפני ההרסנות שלכם עצמכם. כשמוותרים על הרסנות זו, מוצאים את המפתח לחיים.

הקדישו מספר דקות בכל יום למחשבות כגון אלו:

"כל מה שהנני כבר, ברצוני להקדיש לחיים. אני רוצה באופן מכוון שהחיים יעשו שימוש במיטב של מה שיש לי ושל מי שהנני. ייתכן שאינני בטוח ברגע זה כיצד יוכל הדבר להתרחש, וגם אם יש לי רעיונות בנוגע לכך, אאפשר לאינטליגנציה ולחוכמה הרחבות יותר שמצויות עמוק בתוכי להדריך אותי. אניח לחיים עצמם להחליט כיצד חילופין פוריים יוכלו להתרחש בינם לבני. כיוון שכל מה שאני נותן לחיים, קיבלתי מהם, וברצוני להחזיר זאת למאגר הקוסמי הגדול בכדי להוסיף ולהיטיב עם אחרים. דבר זה, בתורו, יעשיר באופן בלתי נמנע את חיי שלי, בדיוק באותה המידה שבה אעניק מרצוני לחיים: כיוון שלאמתו של דבר, החיים ואני הננו אחד.

כשאני מונע מהחיים, אני מונע מעצמי. כשאני מונע מאחרים, אני מונע מעצמי. כל מה שהנני כבר, ברצוני להניח לו לזרום אל החיים. וכל דבר נוסף בי שיכול להיות לעזר, מחכה עדיין להפוך לתוצאות ממשיות, אני מבקש, אני מחליט ואני משתוקק שיימסר לשימוש בונה, כך שיעשיר את האווירה סביבי".

אם הייתם חושבים מחשבות כאלו במכוון ומתוך כוונה עמוקה, בעיות היו נפתרות מעצמן, כאב היה נפסק, פתרונות היו מופיעים באופן, גם לבעיות שעד כה נדמו כבלתי פתירות. אוכל להבטיח לכם, ידידי, שהבטחה זו, כמו כל יתר ההבטחות שהבטחתי אי פעם, תתגשם ותתברר כאמת.

מצד שני, אם כשתבטאו מלים אלו תרגישו אי נוחות פנימית, זרם-לא (no-current) או התנגדות, אז תדעו מה אחראי לכאב שאתם מרגישים בבידוד שלכם ולכאב כשאתם יוצרים קשר עם אחרים. שניהם מוכרחים להיות זהים. במידה שבה אתם סובלים מבידוד, באותה המידה יחסי-גומלין מוכרחים להיות בעייתיים ומכאיבים עבורכם. המפתח טמון בתשוקה להעניק לחיים את מה שכבר הנכם ואת כל הדברים הנוספים שאתם עדיין יכולים להיות. כשאתם הולכים בעקבות תשוקה זו, אתם משחררים באופן אוטומטי ומביאים לידי תוצאות ממשיות פוטנציאלים חבויים נוספים על מה שיש ביכולתכם לדמיין ברגע זה, בעודכם מצויים עדיין בבדידותכם הכואבת.

כדי להיות בהרמוניה עם החיים, קראו תחילה באופן מכוון לכוחות שבתוככם. הידיעה שכוחות אלו קיימים, אפילו לפני שחוויתם אותם באופן מלא, בהכרח תפעיל אותם בכל דרך בונה שבה תבחרו, בתנאי שהצהרתם באופן מכוון שאתם אכן מקבלים את מציאותם.

הגישה השנייה להשגת הרמוניה גדולה זו עם היקום, עם העצמי האמיתי שלכם ועם אחרים, היא טיפוח עמדה פנימית כוללת שעולה בקנה אחד עם הכוחות הגבוהים יותר בגרעין הווייתכם. עמדה תואמת שכזו משמעה קונסטרוקטיביות מוחלטת בכל המאמצים, בכל התשוקות ובכל המטרות. אם תתייחסו לכל מצב בכנות מוחלטת, במקום בדרך השטחית הרגילה שבה אתם מתייחסים למצבי חיים, מטרות הרסניות לא מודעות בהכרח ייזנחו. הקדשת תשומת לב שטחית בלבד לעצמי כפי שהוא מתגלה במצבי חיים גורמת לכם להתעלם מהעובדה, שלעתים קרובות אתם לוקחים כמובנת מאליה מטרה חיובית כללית שהנה משנית בלבד, בעוד שהמטרה הראשונית של האישיות היא למעשה הרסנית. הכיסוי

על המטרה ההרסנית והחזקה יותר עשוי להיות מתוחכם, אך אף על פי כן יש לו השפעה רבה. באמצעות מפגש מלא עם כל נושא שמופיע והקדשת מלוא תשומת הלב לכל היבט שלו, כולל מהם הרגשות והמשאלות האמיתיים שלכם, תגלו מהי עמדתכם באמת וכיצד היא תוכל להיות בונה, כנה והוגנת יותר. אם תטפחו גישה כזו, אזי האני החיצוני שלכם יהיה תואם לכוחות האלוהיים שבתוכם.

יש כאלו שמטפחים רק אחת משתי גישות אלו. חלק מתרכזים רק בהפעלה של הכוחות החבויים; אחרים מתרכזים במפגש עם עצמם ועם ההרסנות החיצונית שלהם במטרה להפחית אותה. לשתי הגישות יש ערך רב, אך אם מיישמים את האחת ללא השנייה, התוצאות בהכרח תהיינה מוגבלות. כל כך קל להתעלם ממה שנמצא באמת: במקרה הראשון, מתעלמים מן השליליות; בגישה השנייה, חוסר מודעות לפוטנציאלים החיוביים מגביל את הסיכויים למימושם. הדרך היעילה ביותר היא ליישם את שתי הגישות. אם מטפחים את שתיהן, ואם בו זמנית אתם משתוקקים באמת לתרום לחיים בכל דרך אפשרית את כל הטוב שנמצא בכם, תחזו בפעולתו של כוח עצום בתוכם. תחוו באמת את השלווה, הביטחון והחיות שמוכרחים להגיע כאשר מפעילים את ההווה הפנימית של האדם.

מחסום נוסף בפני הרצון להוסיף לחיים בכל כוח הווייתכם הוא התפיסה השגויה החרוטה בלבכם, לפיה אם תוסיפו לחיים, אתם תחסירו מעצמכם. ולהפך, אתם מאמינים בטעות שרק כשאתם חוטפים ודואגים באופן בלבדי לטובתכם הפעוטה, רק אז אתם יכולים להעשיר את עצמכם ולספק את הנאתכם ומשאלותיכם. בדיוק במקומות שבהם אמונה זו קיימת בחייכם, שם אתם פוגשים קושי ותסכול, בגלל שהאמונה המוטעית גורמת לכם לפעול, לחשוב ולהרגיש בדרך שמזיקה לחיים, לאחרים ולפיכך באופן בלתי נמנע לעצמכם. כיוון שאינכם מודעים לעוצמת האמונה המוטעית שלכם, ויתרה מכך, אינכם מודעים אפילו להיותה מוטעית, אינכם מבינים מדוע מאמצים אינם מצליחים. אתם הופכים למעורבים יותר ויותר בבלבול ובתגובות שרשרת שליליות, שאת טבען ומשמעותן אינכם יכולים להבין.

שום דבר אינו יכול להיות רחוק יותר מן האמת מאשר האמונה שטובתכם מנוגדת לזו של האחר. לפיכך אני ממליץ על מדיטציה עמוקה שבה תנסו תחילה לקבוע באיזה מובן ובאיזו מידה אתם מחזיקים באמונה מוטעית זו. ברגע שתהיו מודעים לגמרי למידה שבה אמונה זו שולטת בכם ברמת-האגו, אני ממליץ שתחשבו על דברים אלו ותנסו להבין אותם ברמה שמחזיקה בהשקפה האמיתית המנוגדת. התייצבו מול תפיסה אנוכית זו עם הידע העמוק יותר, שרק באמצעות השאיפה להוסיף לחיים תוכלו לחוות ששום הנאה שתוכלו להעלות בדעתכם אינה צריכה להישלל מכם. אז, נפשכם כולה תהיה מונעת באופן בונה; ההנאה הגבוהה ביותר תהיה מוכרחה להתגלות לכם, בגלל שתהיו מופעלים ומונעים באופן בונה, ולא באמצעות אנוכיות או כל עמדה הרסנית אחרת. בידוד והעמדה של "אני לעומת האחר", יוחלפו ב- "אני והאחר".

כאשר נפשכם תהיה מונעת ע"י "אני והאחר", לא יהיה עוד כל קונפליקט בין נתינה וקבלה. לא יהיה עוד כל סירוב להוסיף לחיים; כתוצאה מכך, עצב עמוק וסבל, בידוד וקונפליקט, אשמה ותסכול יהיו מוכרחים להיפסק. אז אנשים לא יצטרכו לעבור דרך המאבק האיום שממנו הם סובלים כשהם מבודדים, רוצים להתקרב לאחרים ועם זאת, ברגע שהם מצליחים, מרחיקים אותם. ובאותו הרגע שבו אנשים מסירים מחסומים בגלל שכאב הבידוד הופך לבלתי נסבל, הם כבר מציבים מחסומים חדשים בגלל שהפחד מפני קרבה משתלט עליהם. הפחד מגיע מתוך האמונה השלילית הכוזבת שעליהם לשמור על עצמם אם אינם רוצים להיות מושמדים. ואנשים מחזיקים באמונה כוזבת זו בנוגע לטבע שוחר הרע של החיים רק במידה שבה המטרות הפנימיות שלהם עצמם, לפחות בחלקן, הן הרסניות ושחרות רע. מעגל קסמים שלילי זה, בין הרוע של החיים לבין הצורך של האדם להתייצב כנגד החיים, יכול להיפסק רק כשהאדם רוצה לתרום לחיים בנדיבות. אז, ורק אז, האדם יגלה שהחיים הנם מיטיבים בדיוק כמו העצמי הפנימי ביותר שלו – לא פחות ולא יותר.

הפחד מפני איחוד, מפגש, התקרבות ומגע אינטימי מתקיים כל עוד נפשו של האדם מונעת באופן שלילי. במקרה כזה האיחוד מוכרח להיות מפחיד ומופיעה השאלה של "אני לעומת האחר". כל עוד מעמקי הנפש שלכם עצמכם מפחידים אתכם – והם יפחידו כל עוד אתם מאמצים מטרות הרסניות, שליליות – ביטוי עצמי חופשי הוא מסוכן, מגע עם אחרים הוא מסוכן, והתמסרות עצמית של האדם לברכה שבאיחוד חייבת להימנע באופן נואש, בגלל שהיא מאיימת להסיר שליטה. ללא שליטה זו, מטרותיכם ההרסניות עלולות לקחת פיקוד ולאיים בהשמדה. ויתור על שליטה מוכרח להיראות כמוות, כמו הוויתור על עצמיות וביטחון, כל עוד מטרות הרסניות מתמידות ומעסיקות את הנפש. לפיכך, על מנת לשמור על האינדיבידואליות שלכם, נראה שהדרך הנגישה היחידה היא להקים מחסומים סביב העצמי.

נדמה שרק זה ישמור על העצמי ללא פגע. הטרגדיה הטבועה בכך היא שכל עוד מטרות הרסניות מתקיימות בנפש, בידוד נותן לאדם תחושה של זהות ונדמה כשומר על האינדיבידואליות שלו. ועם זאת, רק בהקשר שלילי אובדן שליטה מוביל למוות או לאיבוד כוח ביחס לעצמכם. בסופו של דבר, נוצרת ע"י קונפליקט זה הפרעה נפשית.

אך כשהנפש שלכם לא מאמינה יותר ב"אני לעומת האחר", אלא ב-"אני והאחר", וכאשר לפיכך אתם נותנים את מה שיש לכם ואת מה שהנכם לחיים, אז לא תחששו מאובדן שליטה בגלל שאובדן של שליטת-אגו יוביל לשליטה רבה יותר במובן טוב, מלא ובריא יותר. כשהנפש חיובית ובונה לגמרי, האישיות יכולה לבטוח בביטויים הספונטאניים, הלא-בדוקים והחופשיים שלה. היא יכולה להתמסר לכוחות הפנימיים, כך שאחדות חיה וזורמת תתקיים בין העצמי לבין כוח החיים. דבר זה נראה כמו פעולה שמוותרת על שליטה ישירה. אך באמצעות פעולה זו מופעלים כוחות בונים נוספים עמוק בלב העצמי; הם הופכים את העצמי ליותר ויותר נאות ונותנים לו יותר שליטה על החיים כך שיוכל לקבוע את גורלו הוא בדרך הטובה ביותר האפשרית.

אחיזה חזקה והיצמדות לעצמי הן חיוניות כשיש שליליות בנפש. אחרת, לא רק שהמטרות ההרסניות ייחשפו בפני העצמי ואחרים, אלא שהאדם מפחד שישתלטו ויתגלו בפעולות הרסניות. לכן, שליטה נדמית כחיונית, שליטה שמונעת איחוד, מונעת ביטוי עצמי חופשי וחיים רגועים, מלאי שמחה. ככל שהשליטה הדוקה יותר, כך רבה יותר הסכנה שתנועה פנימית כוזבת זו תהפוך לבלתי נסבלת, עד שהנפש המותשת תאבד את עצמה בתהליך של ניכור עצמי מתרחב. דבר זה מסביר את הפרדוקס לכאורה, לפיו ויתור על שליטה מוביל לשליטה טובה יותר, בעוד שהיצמדות הדוקה לשליטה מוכרחה לבסוף להוביל לאובדן שליטה. כל האמיתות הרוחניות הגדולות נדמות במבט שטחי ככוללות סתירה פנימית. על מנת לתפוס את האחדות שמאחורי סתירות כאלו, עליכם להקשיב מתוך הווייתכם הפנימית ולא לנסות להבין בעזרת שכלכם בלבד. הדרך הטובה ביותר לאמת הצהרות כאלה היא כשחיים את האמת שבהן – ודבר זה יכול להיעשות רק באמצעות השלמת הצעדים בנתיב שלכם.

רבים מכם, ידידי, קרובים למדי לסף זה, למעבר כה חשוב זה שבו אתם עוזבים את החיים המבודדים של אנוכיות ותאוותנות. אתם דורשים את המרב מאחרים, ובו זמנית מפחדים שאחרים לא רק שלא ייענו לדרישותיכם, אלא גם שהם יידרשו מכם את מה שאתם מאמינים שמסוכן לתת. כשאדם נמצא עדיין במצב זה, הוא מוכרח להיות מוטרד מאד. אבל הסף שיש לעבור ממצב מנוכר זה אל המצב הרמוני החדש המתואר בהרצאה זו הוא כה קרוב וכה קל לחצייה.

אם תוכלו לאפשר למילים אלו לא רק למלא את שכלכם, אלא גם את הווייתכם הפנימית, ואם תהיו כנים ברצונכם הטוב לגלות את האמת של "אני והאחר", תחוו כיצד החיים הופכים לבטוחים, קלים ומלאי שמחה כשאתם נפטרים מהצורך המדומה לדבוק במטרות שליליות. כשאתם רוצים להביס את החיים, את האחרים ואת עצמכם, מתוך איבה, אתם מונעים את המיטב שלכם מן החיים למען הביטחון והסיפוק המדומים של מטרותיכם השליליות. מטרות שליליות אלו צריכות להפוך למודעות עד כדי כך עד שהן כביכול ילטשו בכס את מבטן. רק אז תוכלו להבין בברור את חוסר התוחלת שבהן כך שהאישיות תיפטר מהן. לא תצטרכו עוד להילחם ולהכשיל את הדבר שאתם רוצים יותר מכל, כלומר את הסיפוק העמוק שבלהיות עצמכם בשלמות, שמשמעו גם להתקבל ע"י אדם אחר כפי שהנכם באמת, ללא מסכות והעמדות פנים, ללא מנגנונים מפרידים שבהם אתם עדיין סבורים שעליכם להשתמש. כשתיפטרו מהמסכות ומהמחסומים שהקמתם בהתלהבות כה רבה כל חייכם, תהיו חופשיים ותדעו שמה שהנכם הוא טוב. אך ידע זה יוכל להגיע אליכם רק כשתציעו לחיים את אותם הדברים שהנם כבר טובים בכם.

"אני לעומת האחר" הוא המאבק האנושי בשלמותו. פשוטו כמשמעו, אתם כפרטים אינכם יכולים להבין מילים אלו אלא אם כן התקדמתם במידה מסוימת בנתיב שמוביל עמוק לתוך עצמכם. אז תבינו את משמעותו. ככל שתלמדו להטמיע פנימה מילים אלו, כך תתקרבו לחצייה של סף זה. כל אחד מכם יכול לבצע את הצעד הראשון כעת במדיטציה פשוטה מאד:

"אני מחליט לוותר על הטעות של "אני לעומת האחר". לא קיים כל קונפליקט, למעשה, לכן אני יכול לתת את כולי. אינני רק מבקש עזרה ממעמקי פנימיותי, אלא אני מחליט לתת את המיטב שהנני לחיים, ללא פחד. כל פחד שעדיין מסתתר בתוכי הוא טעות, ואני מחליט לפטור עצמי מטעות זו ולמסור את עצמי לכוחות האלוהיים שאליהם אני פותח את עצמי לגמרי. אני שואף עמוקות להבין את האמת של "אני והאחרים הננו אחד", שמשמעו שאין

כל קונפליקט. לפיכך אני יכול לתת מעצמי את המיטב שהנני. אני מוסר את עצמי לכוחות גבוהים יותר אלו כך שנתניה עצמית זו תוכל להתרחש בהרמוניה, בתבונה, ללא מתח ומאמץ".

כל אחד שעושה מדיטציה כזו מגביר את הכוח, החיים, השלווה והאור בפנים. כל מאבק וכאב מוכרחים אז, במוקדם או במאוחר, להיפסק באותה המידה בדיוק שבה מרגישים וחיים עמדה זו. השתמשו במפתח זה, ידידי, וכל השאר יתווסף אליכם. זהו המפתח הגדול ביותר שרבים מכם מוכנים באמת להשתמש בו, בתנאי שתימנעו משימוש במילים מלאכותיות שחסרות כל משמעות פנימית. רבים מכם נמצאים כעת בנקודה שבה אתם יכולים להתכוון באמת למילים אלו וליזום עמדה חדשה זו. ואז החיים יתחילו עבורכם, יתחילו באמת.

הצעד הראשון עשוי להיות השימוש בנוסחה פשוטה, יפיפיה זו כעמדה כללית כלפי החיים. לאחר שתתנסו ותבחנו תחילה גישה בסיסית זו לחיים, תהיו מסוגלים ליישם אותה בבעיות ספציפיות. כשתתבוננו בה מקרוב, כל בעיה יכולה בסופו של דבר להיות מתומצתת למכנה המשותף הפשוט של פחד לתת מעצמכם ושל טיפוח עמדה שלילית, הרסנית או לכל הפחות מתכחשת כלפי החיים. זו הסיבה לכך שנתקלתם בבעיה, וכל עוד עמדה זו שוררת, הבעיה הספציפית מוכרחה להימשך. אינכם יכולים להתמודד עם מצבי חיים מסוימים בדיוק בגלל שאתם עוצרים את עצמכם ובגלל שאתם מאמינים ב-"אני לעומת האחר". התוצאות הן שדרך סדרה של תגובות שרשרת שליליות אתם למעשה נפגעים באמת, כך שנראה כאילו המסקנה של "מדובר בי לעומת האחר" הייתה נכונה. ככל שאתם דבקים בהנחה זו, כך אתם מוכרחים להפוך למרומים יותר בתחומים הבעייתיים.

העובדה המוזרה היא שאנשים עשויים להיות מודעים היטב לאמת ובעלי עמדה חיובית ובונה כלפי החיים בתחומים מסוימים. לפיכך הם מסופקים ושמחים בתחומים אלו, שבהם אין כל מאבק, כל קונפליקט, ושהם הכול מתקדם בקלות, בגלל שתגובות השרשרת החיוביות מנציחות את עצמן. באותו הזמן, בתחומים הבעייתיים שלהם, אנשים מגיבים לחיים בדרך שונה לגמרי – ועם זאת הם לעולם אינם מודעים להבדל בתגובות שלהם לחיים. הם אינם רואים שההשקפה שלהם היא הסיבה ל"מזלם הטוב" או ל"מזלם הרע", להגשמה או לתסכול שלהם. זוהי הסיבה לחשיבות העצומה של עימות עצמי וגילוי מה האדם חושב, מרגיש ועושה בפועל.

כשתגלו את ההבדל בעמדה שלכם כלפי היבטים שונים של חיים ותראו את ההבדל התואם של התגלות וחוויה בהם, יקל עליכם להחליף את העמדה "אני לעומת האחר" ב-"אני והאחר" בתחומים הבעייתיים. אז יהיה קל יותר לוותר על ההתנגדות להשתמש במפתח של הרצון הנלהב לתת מהמיטב שהנכם לחיים.

שאלה: האם תוכל להרחיב בנוגע לאופן שבו היצמדות לשליטה מובילה לאובדן שליטה?

תשובה: כשהקונפליקט קיים בגלל שאתם מאמינים ב-"אני לעומת האחר", שליטה חזקה מוכרחה להיות מופעלת. אתם אומרים אז, "אני מוכרח להיצמד לעצמי, אחרת אפגע". שליטה זו מבוססת על מסקנה מוטעית, נובעת מתפיסה דואלית של החיים, ולפיכך מוכרחה להיות שליטה מגבילה ומזיקה. היא כובלת את מיטב כישוריכם, ומונעת ממיטב כישוריכם של אחרים מלהגיע אליכם ולהשפיע עליכם. כשאתם משתמשים בשליטה כזו, המיטב שבכם אינו יכול לצאת ולהגיע לאחרים. המיטב שבאחרים אינו יכול להגיע אליכם.

השליטה במקרה זה היא חומה איתנה המורכבת מפחד ומהאמונה הדואלית לפיה בני אדם חייבים להגן על עצמם מפני החיים באמצעות מניעת המיטב שהנם והמיטב שביכולתם להיות. אמונה זו מקימה חומה בלתי חדירה של טעויות והגנות. ככל שהשליטה חזקה יותר, כך החומה גבוהה יותר, וכך האדם מנוכר יותר מהמיטב שבו ובאחרים, מכל מה שהנו אמיתי, ממשי, בונה, חי ומבורך. מאחורי החומה האדם סובל מהפרדה מהמיטב שבחיים, שכולל את המיטב של עצמו גם כן.

כשמשתמשים כל הזמן באנרגיה בדרך חסרת תוחלת, כגון הקמת חומות שחוסמות את המיטב שבחיים, מוכרח להגיע הרגע שבו תאבדו שליטה ולכן לא תהיו מסוגלים להתמודד עם החיים כפי שהם נפרשים בפניכם. אז לא תהיו מסוגלים לעשות שימוש בנכסים האישיים שלכם, בגלל שתהיו מפוחדים מדי מכדי למצוא אותם. מציאתם והיותכם מודעים להם מובילים לזרימה טבעית של איחוד שמאפשר לאחרים לחלוק אתכם בנכסיכם. זהו הטבע של כל דבר טוב. הטוב אינו יכול להתקיים בפני עצמו. הוא מוכרח לתקשר את עצמו לאחרים; הוא תמיד כולל אחרים. לכן, כשאתם מפחדים לכלול אחרים ולהיכלל בהם, אתם נאלצים להכחיש את המיטב שבכם. תוכלו לאשר זאת כשתזוהו תחושה קלה של חרדה ואי נוחות מעצם הרעיון של מתן אפשרות למיטב שבכם להתגלות. יש מנגנון שעוצר אותו, שגורם לכך

שנדמה שבטוח יותר להיות לא יצרני, עקר מהיבטים שמכוונים באופן טבעי לכלול אחרים ולהתאחד עם החיים. האירוניה היא, כמובן, שללא נכסים אלה אנשים אינם יכולים להיות ולהתמודד כראוי עם כל דבר שהם פוגשים. לכן, השליטה שחוסמת אנשים ומגינה עליהם מפני החיים מוכרחה להוביל לאובדן שליטה, לאי יכולת להתמודד, בכל אופן שהוא שבו זה עשוי להתבטא אצל כל אדם.

כשאתם מצויים באחדות של ההוויה, אין כל או/או, כיוון שמדובר תמיד ב"אני והאחר", ואז אין כל קונפליקט בין נתינה וקבלה. לא יכול להיות כל קונפליקט של שליטה. אם אינכם מפחדים מנתינה, אתם יכולים לקבל באופן מלא; לעולם לא תוכלו להיות מרומים. כשאתם מפחדים מנתינה, אינכם יכולים להיות פתוחים לקבל. זה בלתי אפשרי. לכן אתם מרומים כל הזמן. המסקנה המוטעית מקבלת באופן זה חיזוק, כך שאתם תסגרו את עצמכם אפילו יותר. אך כשאתם מצויים באמת של איחוד, משתמשים בחופש שלכם כדי להציע את מה שהנכם לחיים, הדבר יגרום לכם לחוש לגמרי בנוח בנוגע לקבלה. תוכלו לזהות עובדה זו בקלות.

במידה המדויקת שבה אתם מפחדים לתת מעצמכם, באותה המידה אתם מוכרחים לחוש שלא בנוח כשאתם מקבלים, אף על פי שאתם כן רוצים לקבל. כך שבאופן סמוי אתם הודפים את מה שניתן לכם. למרות שהמטרה הילדותית, האנוכית שלכם היא לקבל ככל האפשר ולתת כמה שפחות, זה לא יכול לקרות – לא רק בגלל שאחרים מסרבים לעסוק לא הוגנת שכזו, אלא בגלל שאתם סוגרים את עצמכם בפניה. הנפש שלכם לא יכולה להגיב לאמת ולחוק הרוחני – ולכן אינה יכולה לפתוח את עצמה לקבל כשהיא מסרבת לתת. מדובר ביותר מאשמה, יותר מאשר הידע העמוק שלא מגיע לכם לקבל כשאתם מסרבים לתת, יותר מאשר כפרה על אשמה זו שגורמת לכם לסרב לקבל. זוהי משוואה מתמטית פשוטה, או חוק של פיזיקה. חוקים אלה לא יכולים להישבר; הם מכילים את הסדר של עצמם. זוהי שאלה של התאמה נפשית.

רק הנפש שמצויה באמת ולכן יכולה לתת את המיטב בנינוחות וללא כאב – ויש הבדל בין נתינה של מה שיש לאדם לבין נתינה של מה שהאדם הנו – רק היא תחוה את הביטחון והשמחה העצומים שבפעולה זו. באותו היחס בדיוק, אדם כזה יוכל כתוצאה מכך לקבל בנינוחות, ללא כאב ובשמחה, עד שההיבטים של נתינה וקבלה יהפכו באמת לאחד. כשלא יהיה כל מאמץ בנתינת עצמכם, לא יהיה כל מאמץ בקבלה ולכן לא יהיה כל תסכול. האדם לא ירגיש יותר מרומה כיוון שהוא לא מרמה את החיים ע"י מניעה מהם. לפיכך, שליטה הדוקה, חרדה, תהפוך למיותרת לגמרי.

השליטה שמונעת מכם לתת את המיטב שלכם בהכרח מונעת מכם גם להשתמש בעוצמות הטובות והגבוהות ביותר לטובתכם. עוצמות אלו נותרות ללא שימוש; הן מוסתרות במידה כזו שגורמת להתעלמות מעצם קיומן. אותו היבט של כל בני האדם, שרק הוא לבדו מסוגל להדריך אותם ולעורר בהם השראה, אינו יכול להפעיל את אותן עוצמות כל עוד אנשים נותרים במצב של היצמדות לשליטה חרדה.

אפרד מכם כעת בבקשה ובמשאלה ובתקווה שכל אחד מן הנמצאים כאן וכל מי שיקרא מילים אלו יעשה שימוש בנוסחה שנתתי לכם. השתמשו בה ככל שתוכלו. רצו באמת להשתמש בה! השפעתה תהיה מרפאה כל כך. היא תהפוך את מה שהנו קהה ועקר למעיין-חיים דינאמי. היא תשנה את מה שהנו חסר תקווה לתקווה זוהרת, מה שהנו מפחיד לביטחון ואמון עמוקים. היא תשנה את חייכם מהצטמצמות לאפשרויות בלתי מוגבלות. היא תשנה חשכה ובידוד לאור, איחוד, חברות, אינטימיות והידע שהנכם נאהבים כפי שאתם, בגלל שאתם אוהבים כפי שאתם. היא תשנה את מצבכם מבידוד וריקנות לשפע בכל מובן. ידידי, אלו אינן רק מילים או תיאוריות שאתם יכולים להאמין בהן במעורפל כמתכוונות לעתיד חוק. הן ברורות-אימות ע"י כל אחד מכם, בכל רגע שבו תבחרו לבחון את האמת שלהן.

היו בשלווה, היו בעצמכם, היו באלוהים!