

## חיבה-עצמית: התנאי למצב של אושר אוניברסאלי

שלום ידידי היקרים. ברכות לכל אחד מכם כאן ולכל ידידי שעובדים בנתיב להגשמה-עצמית ולשחרור. אצל רבים מכם חלה התקדמות. הערב אדבר על הדבר שרבים מכם זקוקים ביותר לשמוע בתקופה זו; האזינו באוזניים הפנימיות שלכם לא פחות מבאוזניים החיצוניות.

היקום בנוי כך שכל יצור ויצור מסוגל להיות במצב של אושר תמידי. אושר אינו רק אפשרות תיאורטית: הוא מצב ההווה הטבעי של האנושות. הוא החוק הטבעי. אינדיבידואל שלא נמצא במצב של אושר נמצא במצב לא טבעי, מופרע. חשוב מבחינתכם, ידידי, לתפוש את העובדה הזו ולהיווכח בה.

האושר שעליו אני מדבר אינו איזו הבטחה מעורפלת לעתיד בחיים האלה או לחיים בעולם כלשהו מעבר למצב הפיסי. האושר הזה אפשרי כאן ועכשיו, ברגע זה ממש. השגת האושר הזה אינה תלויה באיזה מבצע מסוכם או במצב של שלמות כלשהי, הזרה לצורת ההווה הנוכחית שלכם. השגתו לא תלויה באירועים חיצוניים או בכך שמהו צריך להיות אחרת. אנשים מאמינים שאילו הדבר הזה או ההוא היו אחרת, שום דבר לא היה עומד בדרכם אל האושר. אולם אושר מוחלט אפשרי מידית, כמו שאתם עכשיו.

האנושות יודעת באופן לא מודע שמצב של עונג עילאי הוא זכותו המולדת של כל אחד, ושכולם כל הזמן שואפים אליו. באם האינדיבידואל מסוגל או לא מסוגל לתפוש שהשאיפה הזו מכוונת לא נכון, לא משנה את עובדת קיומה. כשתלמדו לחפש בכיוון הנכון, תמצאו את מה שאתם שואפים אליו; ועתה אדון בשני היבטים של החיפוש הזה.

ההגעה אל מצב האושר שאדם שואף אליו במודע או שלא במודע תלויה ישירות ב[תחושת] ערך-עצמי [self-esteem], ביכולת לרחוש חיבה לעצמך. המשוואה מתאזנת תמיד: בה במידה שחיבה-עצמית קיימת, בדיוק באותה המידה יש גם אושר. כאשר החיבה-העצמית נעדרת, הנפש מנועה מלחוות את מצבה הטבעי. דבר זה מוביל בתורו ליכור מהכוחות האוניברסאליים ומקים מחסום שמונע מכם להיות חלק מהכוחות הקוסמיים, שהם האושר. לא משנה האם החוסר בחיבה-עצמית מבוסס על סיבות תקפות או לא תקפות. שתי הסיבות מציבות מכשולים שווים.

בחינה מחדשת של המושגים שלכם היא חלק מתהליך ההגשמה-העצמית, היות שלעתים קרובות אנשים רוחשים לעצמם אי-חיבה בגלל סיבות לא נכונות. הצבעתי כבר על כך שמנגנון פנימי עדין מווסת את תהליכי הנפש, כך שסיבות מוצדקות לאי-חיבה-עצמית, כשלא מזהים אותן במודע ומשלימים איתן, יוצרות אשמות כוזבות וסטנדרטים [קני-מידה] מוגזמים של שלמות. לפיכך, הפרת היושרה האישית היא תמיד הדבר שמונע מהאישיות לקבל את המגיע לה בדין, בין אם הפרת היושרה גורמת לאשמות כוזבות או לא. המנגנון הפנימי הזה הוא מדויק.

שום הונאה-עצמית או הכחשה מודעת לא יכולות לסלק את השפעותיה של אי-חיבה-עצמית. גם האדם המואר ביותר ממשיך להתעלם מחשיבותה של העובדה הזו. בעבודה שלנו יחד בעבר דנו בפרטים הרבים שפוגמים ביושרה, ולפיכך גם בכבוד-העצמי. כל נתיב להגשמה-עצמית חייב להתמודד עם תנועות-הנשמה ועם עמדות-הנשמה הסמויות והלא מודעות ביותר, משום שהשפעתן גדולה יותר ממה שרוב האינדיבידואלים חשים אפילו באופן קלוש.

מה שקובע הגשמה-עצמית ושחרור הוא החלטה החופשית של האינדיבידואל לאמץ לעצמו חוקים וסטנדרטים טבעיים ואוניברסאליים, ולקחת על עצמו את מלוא האחריות על החלטה זו. פירוש הדבר להיות נאמן לחוקים הטבעיים שפועלים בחיים ובתוך האינדיבידואל – להבדיל משמירת אמונים לערכים שקיבלתם בירושה ולסטנדרטים ולקודים תרבותיים מולבשים מבחוץ. מצב תודעה משוחרר מסוג זה שונה דראסטית ממצב תודעה שמאמץ אוטומטית דעות וסטנדרטים בלי לשאול שאלות. האוטומטיות שמאפשרת לרוב האנשים לקבל תנאי חוקי חיים כמובן מאליו מונעת מן העצמי את האוטונומיה שלו. האוטונומיות הזו היא נפוצה מאוד ומשפיעה על יותר תחומים בחיכם ובאישיותכם משאתם יכולים לשער ידידי.

שוחחנו על השפעות של דימויי המון ורשמי המון [mass images and mass impressions]; רובכם חושבים על הנושאים הגולמיים [crass] שאנשים מפותחים מתחילים לשאול ולתהות לגביהם, אך איש מכם אינו מודע לנושאים בתוך עצמו

שדורשים גישה רעננה וחדשה. כשאתם מקבלים כמובן מאליו כל חוק שאינו חוק חיים אוניברסאלי, אתם סוגרים את הדלת אל היקום.

לעתים קרובות, האנשים המרדניים ביותר הם אלה שספוגים הכי הרבה בדעות ההמון ובמגבלות כוזבות, ומחשיבים אותן לחוקי חיים בלתי נמנעים. הם אולי לא היו מתמרדים כל כך כנגד החיים אילולי היו מאמינים שעליהם להרכין ראש בפני דברים בלתי נמנעים.

טראגי לראות כמה בזבוז וקשיים לא הכרחיים קיימים בגלל שמירת אמונים לחוקים לא טבעיים. ההבדלים בין חוקים טבעיים למנהגים חברתיים הם לעתים תכופות מובהקים למדי. לפעמים החוקים הטבעיים והלא טבעיים דומים כל כך, עד שהם נראים זהים. אך יש הבדל תהומי בשאלה האם אדם נשמע לסטנדרטים מצפוניים מתוך בחירה-עצמית שנעשית ברוח חופשית, או האם הוא פועל מתוך צייתנות עיוורת. המילים אולי נשמעות אותו הדבר, אולם טעמים של התהליכים הנפשיים, האקלים והעמדה הפנימית שלהם, אלה שונים לחלוטין. כאשר החוק הטבעי שונה מהחוק האנושי, ההבדל מתחדד אף יותר. אלה שמונעים מעצמם את החוויה של לגלות באופן ספונטאני, עצמאי, ומתוך אחריות-עצמית, קונספציות שבאמצעותן אדם יכול לנהל חיים משמעותיים, אנשים אלה אינם פועלים רק מעצלות או מפחד. תמיד מדובר בהפרת היושרה [העצמית]. כל עוד אדם חושב שהפחד מהווה מכשול לאחריות-עצמית בהתנהלות הפנימית שלו, הפחד לא ייעלם. אך כשאדם מתחיל לראות שהיושרה האישית שלו מושפעת מסירובו לחפש תשובות באופן עצמאי, אזי ההגינות הפנימית שלו והרצון להיות דובר-אמת מספקים לו לעתים תכופות את התמריץ שהיה חסר.

כעת, מדוע היושרה נפגמת כאשר האינדיבידואל מסרב להגיע למסקנות אוטונומיות באשר לכללי החיים? להתייחס למגבלות ולחוקים כאל מובן מאליו, ובאופן עיוור, זהו תמיד עניין של פחדנות. חוסר אומץ גורם לאינדיבידואל לחזור כמו תוכי על קודים מוסריים שהועברו מדורות קודמים. אנשים עשויים לקבל חוקים שהורישו להם הדורות הקודמים בגלל פחד מן ההשלכות אם יעזו לשאול שאלות, הפחד מקונפליקט עם הדעות של אנשים אחרים. אחרי שאדם בוחן בכנות את מניעיו, הוא לא יכול שלא לראות שאופורטוניזם כפשוטו ממלא תפקיד דומיננטי ברמה הרגשית. כדי להשיג את אישורם של אחרים או את התפעלותם, אדם מוותר בקלות על איזו אמת מרתיעה שהוא אינו חפץ לנקוב בשמה.

שחרור העצמי האמיתי הוא בלתי אפשרי כל עוד שולטים בנפש תנאים עוינים לאמת. בכל פעם שאדם חוזר כהד על דעות מן-המוכן – בין אם הוא מודע לכך או לא – מתרחשת הפרה אופורטוניסטית של היושרה האישית שלו. זה לא אומר שדעת הרוב היא שגויה. התצפיות האלה תקפות באותה המידה לדעות מרדניות של קבוצת שוליים. מוטיבציה עיוורת, בלי בדיקה, ומסולפת על ידי רגשות, דבר שכלפי חוץ נראה כמו קריאת תיגר אמיצה, עשויה להיות נגועה בפחד ובאופורטוניזם.

ההתעצלות לא לשקול היטב נושא כלשהו, לעולם אינה עצלות ותו לא. היא תמיד נגועה בפחדנות, בקונפורמיזם כלפי קבוצת אנשים ספציפית שהאינדיבידואל מאמין שהוא או היא זקוקים לה נואשות ואינם יכולים להרשות לעצמם לקומם. פיתוי מיוחד מחזק את הנטייה לזנוח חקירה עצמאית ויצירת קונספציות משל עצמך בהרמוניה עם חוקי החיים הטבעיים; העולם כולו מכריז שהקודים החברתיים הם טובים וצודקים, בעוד החוקים הטבעיים הטבועים בהווייתו של האדם זוכים לעתים קרובות להתעלמות, ואנשים שמצייתים לחוקי בני אדם זוכים לכבוד ויקר על טובם וצדיקותם. שבחים כאלה הם מפתים. נראה שהם פועלים כמו מזור לפצעים של ספק-עצמי ושל אי-חיבה-עצמית, אולם תרופה זו מטפלת רק בסימפטום, לעולם לא בשורש הבעיה. כאשר הסיבות האמיתיות לחוסר החיבה-העצמית נעלמות, האומץ להיות אתה עצמך גדל באותה הפרופורציה. פעמים רבות, הסיבה האמיתית לחוסר חיבה-עצמית היא, בחלקה לפחות, הפחדנות שגורמת לנו לבגוד באמת למען הנוחיות שבקבלת אישור מאחרים. התרופה כביכול והרעל הם לעתים קרובות זהים.

כשאנשים מתחילים לגבש את השאלות שעליהם לשאול, מתחילים לחקור לעומק ולהגיע למודעות אמיתית, נקיטת פעולה היא לא הדבר החשוב ביותר אז. הדבר החשוב ביותר הוא ידיעה.

אתם עשויים עדיין להתקשות לפעול, משום שטרם צברתם די אומץ לכך. אבל אתם במצב של אמת לגבי עצמכם, כבר לא בהונאה-עצמית ובלי מודעות. התקרבתם לעצמי, התקרבתם לאמת האוניברסאלית, התקרבתם למקור כל האושר וההגשמה. ידיעת חוק האבולוציה הטבעי, אפילו כשאינכם מסוגלים לחיות לפיו עדיין, מבססת חופש ואמירת אמת באקלים הפנימי של הנפש. ידיעה, לפיכך, שמשפיעה מיידית על מצב העונג והאושר של ההווה המפותחת, היא העיקר. שכן אתם חייבים לכבד ולחבב את עצמכם עד המידה שבה חדלתם לייפות [gloss over] ולקבל 1 כמובן מאליו את אותם היבטים "מובנים-מאליהם" של החיים. הידיעה מכוננת חיבה-עצמית, והחיבה-העצמית מכוננת את היכולת ליטול חלק באושר האוניברסאלי, שהוא המצב הטבעי.

ההיבט השני שברצוני לדון בו הוא ההתעלות על העכשיו [transcending the now]. לא משנה היכן אתם עומדים ידידי, לא משנה מה מצבכם הנוכחי או הנסיבות שלכם כרגע, לא משנה איך אתם מרגישים; אם אתם מתייצבים ביסודיות מול העכשיו בלי לברוח ממנו, אזי העכשיו מניב שפע של אנרגיה יפהפייה, חומר חיים ושמחה. בעכשיו ניתן למצוא חדווה ואושר, שלווה ודירבון, ותחושה עמוקה של תכלית, שיעניקו משמעות לכל מעשיכם – מבפנים ומבחוץ. עונג עילאי טמון בכל שבריר חיים, בתנאי שאינכם נמלטים ממנו – בורחים אולי על ידי שאתם דוחפים את עצמכם להיות משהו, שכרגע, אתם לא. לא משנה מהו מצב הרוח החולף שלכם, אם אתם מרגישים מנוכרים לעצמכם, אם אתם מרגישים מנותקים, חרדים, מדוכאים, חסרי תקווה או משועממים; ברגע זה ממש קיים, דרך מצב הרוח שלכם, הגרעין שלכם, העכשיו שלכם. אם אתם מתייצבים מול העכשיו הזה, חווים את מצב הרוח הנוכחי שלכם, לא משנה מהו, ומתגברים [transcend] עליו, לא תיאלצו להמתין לאיזה עתיד רחוק, לאיזה מצב הוויה אחר, לאיזו שלמות. אתם שרויים בתוך כוח החיים ובתוך חומר החיים של העכשיו המידי שלכם. אתם שרויים באושר, בזרם נע של צמיחה אבולוציונית. ברמה עמוקה וסמויה, וחסויה בדרך כלל, אינכם יכולים שלא לחבב את עצמכם. לעתים קרובות נראה כי זהו הדבר הקשה ביותר לאדם לעשות, ועם זאת גם הקל ביותר.

לא משנה כמה פעמים שמעתם אולי מילים דומות לאלה, ההרגלים שלכם מושרשים עמוק משתי בחינות: ראשית, התגובה האוטומטית שלכם היא לקבל דברים כמובן מאליו בלי חקירה ודרישה; שנית, אתם בורחים ממצב הרוח שקיים כרגע. בשני הדברים המטרה שלכם היא להימנע מקשר עם עצמכם.

שני הדברים, להיות נאמנים לחוקים הטבעיים ולהתעלות על העכשיו שלכם, שניהם נחוצים כדי להיות במרכז החי של העצמי האמיתי שלכם, היכן שכל הטוב קיים בעוצמה ללא גבול, לעולם ועד. עוצמה זו ממתינה שתתעוררו למציאותה. עמוק במרכז עצמכם החוכמה כולה זמינה לכם כל הזמן. במרכז הזה, חיי העד מתבטאים ברגע זה ממש.

כל אחד מכם יופתע לראות את הרשימה של כל הדברים שאתם מקבלים עדיין כמובן מאליו. אתם מקבלים בעיוורון, כדבר בלתי נמנע, הרבה חוקים ומצוות שאינם, בשום אופן, טבעיים. בחנו את עצמכם מנקודת מבט זו. תיפטרו מהרבה מאוד רעיונות שהאמנתם שאי אפשר לוותר עליהם; תגלו את החוקים הטבעיים ותמצאו את האומץ לשמור להם אמונים. אומץ חדש ויושרה חדשה ייוולדו בכם.

הצורך להידמות לאחרים אינו ההפך מן הצורך להיות מיוחדים ומוצלחים מאחרים. אלה הם שני הצדדים של אותה המטבע בעולם הדואלי. באותה המידה שאתם פשוט קונפורמיסטים שלוקחים כמובן מאליו את מה שאחרים אומרים, כך אתם מאמינים בחוקים שאינם טבעיים – במפורש ובמשתמע – אתם מאמינים בחוקים שאינם טבעיים ובעובדות שאינן מחויבות המציאות. אתם אנוסים להוכיח את מיוחדותכם ולהציב את עצמכם מעל, במקום של גאווה. הפחדנות שמזינה את הקונפורמיזם היא זהה לגאווה שמזינה את ההתנשאות. את שתיהן אפשר להשיל רק כאשר אדם אמיץ דיו כדי לפקפק בדברים שהם לכאורה "הכרח המציאות" ועניו דיו כדי לא להצטרך להיות מוצלח יותר מאחרים. זהו החופש שפותח את השער אל העצמי האמיתי. הוא פותח את השער אל היקום.

עם אומץ וענווה קל לאדם לשאול את עצמו מה הוא מרגיש, היכן הוא נמצא, מדוע הוא מגיב כפי שהוא מגיב ומדוע התגובה קיימת מלכתחילה, במקום להשאיר את הכל באקלים מבלבל, עמום ומעורפל. הערפל מנכר אתכם מן המרכז החי של הוויית העונג, ומן החיים כמצב טבעי של חדווה, חוכמה וטוב נצחי. עמימות, יחד עם לא להסתכל על הגאווה והפחדנות שלך, מונעים מכם להגיע לחיים הטבעיים. כל רגע, לפיכך, יכול להפוך להיות שלכם רק כשקיימים בכם אומץ וענווה. האומץ לפקפק בקודים העוברים מדור לדור, האומץ להסתכל על כל אמת שהיא בתוך העצמי, והענווה לא להיות חייב להרגיש מיוחד ואולי, אם נחוץ, למענה של האמת, לוותר גם על אישור מאחרים.

ידידי, כל רגע מציע לכם עושר, שלמות, מלאות, לא משנה היכן אתם, לא משנה מהו מצבכם. כשאתם מוצאים את עצמכם במצב לא ממוזל, דעו שאתם נמצאים במעבר, תחת לחץ רק להגיע למצב אחר. אינכם יכולים לגדול כשכל מה שאתם שואפים אליו הוא רק להתרחק מהמקום שאתם נמצאים בו עכשיו. שאיפה כזו היא טעות, חוסר הבנה המבוסס על הכחשת מה שיש עכשיו. כשיש הודאה מלאה בהווה, גאווה ופחדנות נשרות ללא מאמץ.

פחדנות, בציטנות ובקונפורמיזם שלה, בשלילת-העצמי שלה ובהכחשת האמת, באופורטוניזם שלה ובבגידתה במציאות הקוסמית, נובעת מגאווה. להרפות מן הצורך באישור מאחרים דורש ענווה. האומץ הדרוש לכך יכול להיות מושג רק כאשר קיימת ענווה. לא תבגדו בעצמי האמיתי שלכם, לא תחללו אותו יותר כשתרפו מן הצורך לקבל הערצה, הצורך להתבלט באופן כלשהו.

עתה ידידי, האם יש שאלות?

שאלה: אתה מדבר על האנשים שרוצים להיות מוצלחים יותר מאחרים, שרוצים להיות מיוחדים. אבל מה עם אלה שמרגישים פחות מוצלחים מאחרים?

תשובה: זוהי אותה הדואליות, שני הצדדים של אותו המטבע. אנשים שבאמת מרגישים בעלי ערך, לעולם לא צריכים להוכיח שהם מוצלחים יותר מאחרים. רק אלה שמפקפקים בערכם [העצמי] זקוקים לכך. פתחתי את ההרצאה באמירה שחיבה-עצמית היא המפתח למצב האושר. הנה לכם מעגל הקסמים השלילי: ככל שאתם בוגדים יותר בעצמכם, כך אתם אוהבים [מחבבים] את עצמכם פחות, וגדול יותר הצורך שלכם לקבל אישורים [מאחרים] כדי להרגיע את הספקות-העצמיים. ככל שאתם משתדלים חזק יותר לגרום לאחרים לתת לכם את מה שאתם עצמכם יכולים לספק ביעילות, כך אתם נדחפים ביתר-שאת לבגוד באמת שלכם.

אדם יכול להימלט ממעגל הקסמים השלילי רק על ידי עבודה בנתיב הגילוי-העצמי. כל רגע של חוסר נחת מתפוצץ מרוב תשובות עבורכם. אם אתם מחפשים את התשובות אתם מתעלים מעל העכשיו וחווים את האמת של היקום, שכל שבריר של חיים הוא אושר אינסופי.

שאלה: אני שואל בשביל מישהו אחר, שאני רוצה לעזור לו...

תשובה: ברמות הללו אדם אינו יכול לעזור לאחרים, חוץ מלהראות להם דרך, וגם אז תמיד, רק בתנאי שהם מסכימים. לרוע המזל, רוב האנשים יעשו הכל, ילכו לכל מקום, רק כדי לא להתבונן בעצמי. בדיקה-עצמית קפדנית מפחידה אותם, והם עושים הכל כדי להימנע ממנה.

כאשר ישות מוכנה להסתכל להיכן שההסתכלות תניב תשובות אמיתיות, עזרה חייבת להגיע. אך איש לא יכול לעזור לאדם אחר להיות בתוך הרגע, מה שמניח מראש את קיומה של תשוקה מוחלטת וראשונית, "אני רוצה להסתכל על האמת בתוכי". בנתיב ההתמרה, כל מי שאומר את המילים האלה מדי יום, ובייחוד ברגעים של אי-שביעות-רצון ותלישות, יחוה תוצאות מדהימות. "על מה עכשיו אני לא רוצה להסתכל"? כשאנדיבידואל מעלה את השאלה הזו, התשובות ינבעו ויגיעו בפרופורציה מלאה לכנות המשאלה ולחוזקה. אחרת אין תשובה ידידית.

הדבר חל על אלה שעוד לא התחילו לגלות את העומקים בתוך העצמי שצריכים להיבחן לאור המודעות. הדבר חל גם על אלה שעובדים במרץ בנתיב התמרה. גם להם עשויות להיות נקודות עיוורות. אולי הם מתעקשים להתעלם ממה שהכי נחוץ להתמודד איתו, תוך התרכזות-יתר בהיבטים שאיתם הם כבר התעמתו. אולי האמת שאדם מקפיד מדי להדגיש מאפשרת לו להסתיר היטב אמיתות אחרות שהוא לא מוכן [ready] לראות. לא משנה כמה צמיחה מתרחשת, אנשים אינם מנצלים באופן מלא רגעים בחייהם. הם מניחים לצרות לעמוד בלי בדיקה, מעדיפים להישאר על פני השטח, לעולם לא להגיע אל גרעין ההפרעה. אולי ההפרעה מתקבלת אצלם ברוח לא נכונה כהכרח בלתי נמנע והם מקבלים כמובן מאליו את מה שאינו מחויב המציאות.

כל רגע מכיל עושר בל יתואר ידידי. השכל [mind] האנושי לא בנוי אפילו במקצת לדמיין את הדבר. חשבו על מדע האטומים, שהראה כי החלקיק הקטן ביותר הידוע לנו ניחן בכוח להרוס אזורים עצומים של מגורי אדם ומיליוני חיי אנוש. אותו החלקיק ניחן גם בכוח להשפיע בדרכים חיוביות על חיי אדם, ובעוצמה השווה להרסנותו; העמדה שלכם קובעת את הכיוון שאליו פונה כוח זה. המין האנושי מתחיל להיות מודע לכוחו של הקטן ביותר; הקונספציה הזו היא חדשה ומשונה לחשיבה האנושית, שעד כה מדדה כוח במונחים של גודל, ובמילים אחרות, שדברים גדולים יכולים להניב כוח גדול ולדברים הקטנים יש מעט כוח. עם מדע האטומים חל מפנה מהפכני בכיוון, המאלץ את בני האדם להכיר בכך שכוח אינו עניין של גודל, אלא של איכות. עם הקונספט החדש הזה, האמת של מימד חדש מתחילה להיפתח.

בדיוק אותו הדבר קורה עם העכשיו של כל רגע. כל שבריר של זמן, של קיום, אוצר בתוכו כוח שעולה על כוחו של האטום. כוח רוחני זה עולה על כל דבר שמתבטא באופן פיסי. ניתן לנצל את שבריר החיים הזעיר ביותר אם בוחנים את ביטויי השליליים של גרעין הכוח ורואים שאותה האנרגיה יכולה לשמש גם באופן חיובי.

האנושות אינה מודעת לפוטנציאל הגלום בו. הוא מקצה כוח לנסיבות חיצוניות ולגורמים חומריים, לא לאנרגיה של העכשיו. האמת היא שכל עכשיו טעון בכוח חיים ללא גבול, אנרגיה שניתן לחלץ כאשר מוסרות החסימות אל העכשיו. מקדו את תשומת לבכם בעכשיו ותגלו תעצומות בלתי נתפסות של עושר וכוחות. רק הסימנים הראשונים כבר ידהימו אתכם. אינכם צריכים להמתין למחר. אפילו אינכם צריכים לחכות למצב קיום אחר. המחר הנחשק, או מצב-הקיום-האחר הנחשק, אלה יבואו כתוצאה מלפגוש את הרגע הזה באמת [meeting this moment in truth].

שאלה: נדמה שהביטוי "לראות את עצמך באמת" [seeing yourself in truth] איבד את משמעותו, משום שהרבה אנשים משתמשים בביטוי וטוענים שהם רואים את עצמם באמת – אבל אני יודע שהם לא. ביטויים משמשים פעמים רבות באופן שגורם להם לאבד את משמעותם האמיתית. האם תוכל להבהיר את העניין? האם זה מתייחס לתחומים בהם אנשים לא רוצים להתייבב מול האמת על עצמם?

תשובה: זהו לדאבוני גורלה של כל אמת בעולם בני האדם, והדבר לא מוגבל רק לביטוי האמת הרוחנית בשפה האנושית. השפה יכולה לשמש בקלות להסתרה, לנישול ולמרמה, כשאתם משתמשים במילים הנכונות אך מתחמקים מהנושאים האמיתיים. אף ביטוי, בשום שפה, אינו ערובה להימנעות מתחבולות ומהונאה-עצמית. רק כנות עמוקה מצד הרצון הפנימי להיות כנה עם העצמי יכולה למנוע עיוות. הנטייה האנושית לברוח מן העצמי דוחפת לשימוש מעורפל בשפה. אדם יכול לעשות הכללות על "האמת" בעודו מתחמק מאמיתות ספציפיות אודות עצמו. זוהי הדרך שבה אמיתה יכולה להפוך בסופו של דבר לקלישאה. משום כך אני חוזר ואומר בניסוחים שונים את אותן האמיתות במילים אחרות.

אני רק יכול להוסיף כאן שאדם לא יכול להיות באמת האוניברסאלית, הכללית, האמת הדינאמית של החיים, אלא אם כן הוא נמצא באמת של עצמו; והדבר כולל את האמיתות שעדיין קשה לו להסתכל עליהן. אדם שמסרב להתמודד עם מה שנדמה כמו הדבר הקשה ביותר, לא נמצא במצב של אמיתיות. תמיד ישנם תחומים שהאדם מתנגד להסתכל עליהם, ואלה מספקים את ההזדמנויות להונאה-עצמית.

חינוי לומר לעצמך שוב ושוב: "אני רוצה להסתכל על הכל, אפילו על התחומים שבהם ההתנגדות שלי הכי חזקה". אז, ורק אז, יכולים כל הקשיים, כל החסימות שאי אפשר להתגבר עליהן לכאורה, להתמוסס, כך שהדברים יוכלו להסתדר כראוי בטבעיות וללא מאמץ, וחיים משמעותיים יוכלו להיבנות.

זרם החיים האוניברסאלי מביא הרמוניה למקום בו היתה דיסהרמוניה, משמעות למקום שהבזבז התקיים בו, הגשמה למקום שהתסכול היה קיים בו, עונג עילאי למקום שבו היו קיימים כאב ומחסור. אולם האומץ והענווה להיות באמת מוחלטת באשר לעצמי, אותם יש לטפח ולהזמין – מדי יום.

"אני לא פוחדת להסתכל על מה שלא יהיה, גם אם מדובר במשהו שאני לא רוצה לראות. אני מבקשת מן החוכמה ומן הכוח האלוהיים שבתוכי לעזור לי לראות את מה שאני הכי צריך/צריכה לראות, כדי שאוכל להשתנות כמו שאני צריך/צריכה להשתנות". הפכו זאת לתפילה היומית שלכם ובכך תשחררו את העצמי האמיתי מכבליו ותזכו באמת המבורכת של היקום.

שאלה: אני רוצה לשאול על חוויה מוזרה ומפחידה שלי מהזמן האחרון. כשאני מרגיש חופשי באופן מיוחד בעקבות הבהרות מסוימות, ומודע להרגשה של כוח חיים גואה בתוכי במהלך מדיטציה, יש לי תחושה כאילו אברי המין שלי הוסרו ממני. אני מרגיש תקווה חדשה, אך באותו הזמן יש גם פחד בתוך התקווה החדשה. מה תוכל לומר לי על זה?

תשובה: החוויה הזו היא ביטוי להתפתחות גדולה יותר משאתה מסוגל אולי להעריך כרגע. כתוצאה מן ההבנה והאמת הגדולות שרכשת, ומשינויים מסוימים בהווייתך הפנימית, שחררת כוח חיים שהיה עד עכשיו משותק. הדבר מעורר בך תקווה, היכן שהרגשת קודם חסר תקווה שתוכל ביום מן הימים לחוות חיות ועונג וחדווה. בו בזמן, כל זה הוציא לאור תפישה שגויה השוכנת עמוק בנפשך: שאם תשחרר את האנרגיה החיה שבגופך, אתה עלול להיות בסכנה, ובייחוד של אובדן אברי המין שלך. תפישה שגויה זו היא תופעה שכיחה, מה שלא משנה את איומה האמיתי עליך. הילד שבתוכך נשלט על ידי התפישה השגויה הזו, שאחראית לרבים מקשייך. מציאת מקור התפישה השגויה בתוך עצמך – לא כתיאוריה פסיכולוגית, אלא כהכרה אישית – תאפשר לך לראות בסופו של דבר שזוהי תפישה שגויה. כשאתה פוחד מהתקווה שנפתחת לך, זה משום שאתה עוד מאמין באיום: התפישה השגויה שלך אומרת שהתקווה לחיים חדשים מכילה בו בזמן גם סכנה. נראה שהקונפליקט שלך הוא כזה: "האם להישאר כפי שאני ולהפוך לבודד יותר ונפרד יותר, או האם עלי לנקוט פעולה ואולי להיכחד"? זהו המצב הפנימי שבו אתה מוצא את עצמך. המצב יכול להיפתר רק כאשר אתה מבין באמת שהתפישה השגויה היא תפישה שגויה. הכאב ייעלם, שכן הכאב נובע מן התפישה השגויה ומן הקונפליקט שהיא גוררת.

שאלה: באשר ללחיות בעכשיו ולראות מה יש בו, גיליתי שאני זקוק תמיד לאישורים מהסביבה. זה גרם לי להיות מודע לכך שאני כמעט אף פעם לא חי בלי להיות מודע לעצמי [במובן הרע של המילה]: מודע לאיך אני נראה ונשמע וזז, וגם השיער, הבגדים וכולי]. הכל תמיד מכוון להשגת אישור מהסביבה. אני חי כדי להיות מה שהייתי רוצה להיות, לא מה שאני. האם תוכל לעזור לי בזה?

תשובה: הצורך באישור מהסביבה מבוסס על הספק שאתה נחשב, שערכיך המולדים הם די והותר. אתה חושש שדעותיך אינן תקפות, לכן אתה זקוק לחיזוק או לאישור מאחרים. כל צורך לא-אמיתי הוא בעל אופי ממכר; ככל שאדם זקוק יותר

לצרכים אלה כך מתחזקת חתירתו הלא-בריאה אליהם והאדם מתרחק אף יותר מן המקור הפנימי של כל הפתרונות; וגם כן, ככל שהאדם מתרגל למשהו, כך הוא חושב שהוא זקוק לו יותר.

כשאתה נכנס לתוך הרגע הזה, שאל את עצמך איזה אישור ספציפי אתה רוצה. אחרי כן שאל את עצמך איפה אתה לא בטוח [במשהו]. חובה לחשוף את חוסר הביטחון שבבסיסה של האמת הנוכחית שלך. תגלה אז את קיומו של אופורטוניזם פחדני בכל פעם שאתה נרתע מן האמת שלך בהתייחס לאמת האוניברסאלית. אופורטוניזם זה, המבוסס על פחד, עשוי בקלות ללבוש כסות של מרדנות כביכול.

גילוי זה כבר מהווה את השכבה הראשונה של הרגע הזה. ידיעת הדבר מאפשרת לך לעבור אל השכבה הבאה, שהיא חקר הספק שזקוק כמדומה לאישור הסביבה. היכן אתה אולי זונח את החוק הטבעי, ואפילו לא רוצה לדעת שזנחת אותו, כדי לא להסתכן בהתנגדות למה שאתה חושש שהעולם מצפה ממך? האם אתה מבין?

שאלה: כן, אני סבור שאני מבין את העניין. עכשיו. נניח שהספקות שלי והצורך באישור הסביבה קשורים לגבריות שלי. איך זה חל על מה שאמרת על החוק הטבעי לעומת היענות לצפיות של האנשים סביבי?

תשובה: אתה זונח את החוק הטבעי כשאינך בוטח בטבעם המיטיב של רגשותיך. אתה מתנתק מהם. עמוק בתוכך יש מנגנון שאומר, "לא, אני לא ממשיך מכאן הלאה. הנחתי לעצמי ללכת עד כמה שהלכתי כי זה מענג, אבל אני לא מוכן להסתכן ולתת לטבע המלא שלי לעשות את שלו עד הסוף". בחלקו, אתה נוהג כך בגלל החשש מגינוי העולם, ובחלקו בגלל תפישה שגויה שדומה לזו של ידידנו ששאל את השאלה האחרונה. הפחד שלך לא עד כדי כך חזק, אבל אתה מרגיש מאוים מרגשות טבעיים בתוך עצמך ואתה שומר על נאמנות לעולם, שכביכול אומר שאדם לא צריך לבטוח ברגשות כאלה. אתה מתכחש לכוחות האוניברסאליים בתוכך. אתה רוצה "ללכת על בטוח".

חשבו עמוקות על הדברים האלה ידידי. נסו ליישם את מה שלמדתם. גשו אל עצמכם עם אומץ וענווה ומשהו ייפתח בתוכם. מבוע שופע של כוח מופלא, אהבתו וחוכמתו של היקום יועמדו אז לרשותכם. היו מבורכים יקירי, הרגישו את האהבה ואת האמת שנמצאים כאן תמיד. היו בשלום, היו באלוהים!

נערך על ידי ג'ודית וג'ון סולי