

תפישה, תגובה, ביטוי

שלום ידידי. האהבה והכוח האוניברסאליים הם חלק מכם ואתם חלק מהם. מי ייתן ותוכלו לגייס אותם יותר מכרגיל בשעה הקרובה, כדי להפיק תועלת אמיתית מן המילים, וכדי שהערב הזה יביא ברכה לנתיב העתידי שלכם על פני האדמה.

בהרצאה זו אשתדל להמשיך את הסדרה הנוכחית למען ידידי שעובדים בפועל בנתיב ההתמרה המסוים הזה, וגם כדי להגיע אל הידידים החדשים הרבים שמצאו את דרכם לכאן. יש לקוות שתוכלו [החדשים] לעקוב ולהפיק תועלת, למרות שחלק גדול מהחומר עשוי להיות מחוץ להקשרו בשבילכם.

מטרתו של כל יצור חי היא לשחרר את הרוח [spirit] הנצחית. רבים אולי לא מודעים למטרתם זו, אך אין בכך כדי לשנות את העובדה. הקרומים הקשיחים [encrustations] הם עול כבד, וכולם מרגישים את כובדם. כולכם כמהים אל הזוהר והקלילות של הרוח השוכנת עמוק בנבכי הקרומים, וכמהים לממש באמת את הזכות המולדת הזו. נתיב ההתמרה עוסק בפועל בהגשמת הכמיהה הזו. אחרי כל העבודה והחיפוש שהשקיעו ידידי, חלקם עומדים להגיע אל שתי נקודות מהותיות מבחינת המודעות-העצמית. הקשר הסיבתי בין שתי הנקודות מתגלה כאשר מבינים, מרגישים וחווים את מה שאני אומר כאן. אז אכן תדעו שהגעתם אל סף מהותי.

הרוח החיה שהינכם, ושלנצח מחכה [רוצה] להיפתח [unfold] ולחיות חיים יצירתיים ושמחים ומלאי תחושת רווחה, נעצרת ונבלמת על ידי רגשות מעובים/מרוכזים – רגשות עזים שאינכם חפצים לחוות. הרגשות עצמם, מעצם טבעם, הם לא אלה שיוצרים את הקרום הכבד והמעובה, אלא העובדה שאתם מכחישים את המציאות הזמנית של רגשות אלה בתוכם. מאסה כבדה זו היא המשא שאתם סוחבים לכל מקום. היא כולאת אתכם עד המידה המדויקת שבה אתם פוחדים להוציא את המאסה הזו החוצה ולתת לה להתגלות – ורק כך היא יכולה להתפוגג. על הפחד הזה מוכרחים להתגבר.

שום אדם שנולד אל תוך הסביבה המוגבלת והתנאים השוררים בספירת קיום זו אינו משוחרר ממצבור של רגשות שליליים חזקים. יש ייסורים חסרי תקווה, יש זעם אלים, יש הרגשה של חוסר אונים מוחלט – ראשית כלפי העולם שנדמה כמי שגורם לייסורים ולפיכך לזעם, ואחר כך כלפי העצמי משום שהאגו אינו יודע איך להתמודד עם הרגשות האלה. נדמה שהדרך לצאת מהמצב הקשה היא להכחיש את קיומם של רגשות כאלה. נדמה שזאת החלופה היחידה. אולם ככל שהרגשות הללו מוכחשים יותר, כך מתעצם כוחם; ומשום שאין כל דרך לאוורר את האמת באוויר הצח, כל אותם רגשות מאיימים נעשים עוד יותר גרנדיוזיים, מוגזמים, ולא מובנים נכונה; אז בהחלט נראה לאדם כאילו רגשותיו מובילים אותו אל תהום בלי תחתית.

כל אדם חדש בנתיב ההתמרה עשוי להתקשות להאמין לזה, משום שהוא או היא עוד לא פגשו את האלימות של הרגשות בהם אני דן. אולם מספר מידידי שעוסקים בפועל בעבודת הנתיב נעשו לאחרונה מודעים מאוד לרגשות מסוג זה. כמה מהגישות החדשות התחילו להניב תוצאות מועילות ביותר, כך שאפילו אלה שהיו הכי מנותקים – אחרי שנים של עבודה חרוצה – מתקרבים פתאום אל ספו של האזור המפחיד הזה בתוך עצמם. זו אכן התקדמות גדולה ומשמעותית, שבלעדיה אין כל אפשרות לחוות באופן אותנטי את העצמי האוניברסאלי. חלקכם אולי לא מודעים עדיין לרגשות האלה, אך אתם מתחילים לפחות לחוש ולחשוך בקיומם, ולחשוש מפניהם. חלק מכם אולי לא אזרו עדיין אומץ להוציא אותם החוצה כפי שעשו אחרים.

בדיוק כשם שכתוצאה מהוצאת הרגשות החוצה אתם חווים נחשול גואה של חיים רוחניים חדשים, כך התוצאה של הימנעות מהתחומים המפחידים היא הרת אסון; היא משתקת את מיטב היכולות שלכם. אם אתם נמנעים מהרגשות האלה, אינכם יכולים לחיות באמת את ההיפתחות [unfoldment] האמיתית של הרוח הנצחית, החיה והנושמת שהינכם, שממנה זורם טוב בלתי מוגבל אל תוך הווייתכם כולה ואל כל חייכם. עצמי-הרוח [spirit-self] שלכם מחזיק בידו את כל הכוח. עצמי-הרוח אינו יכול לבוא לכלל ביטוי כל עוד נותר באורגניזם הפנימי חלק כלשהו שמפחיד אתכם, שמנוע מלהתבטא ושמחזק באופן קפוץ והדוק. כך החיים הופכים לחיקוי עלוב למה שהם יכלו להיות ולמה שהם אמורים להיות. רוב בני האדם חשים בכך; איכשהו הם יודעים שמה שהם חווים אינו יכול להיות כל מה שיש לחיים להציע, אולם מעטים ניחנו באומץ להודות בכך בפני עצמם ולפעול בנידון.

כאשר אתם מתקרבים אל סף המפגש עם הייסורים שלכם, עם כאב, עם חוסר תקווה ועם כעס אליים שמחוץ לשליטתכם לכאורה – וגם כשאתם נתקלים בפחד שלכם שהרגשות השליליים הללו לא ימוצו לעולם, ושלעולם לא תהיו מסוגלים לטפל בהם – אז עליכם להגיע להחלטה חיונית: להפעיל את ההיגיון שלכם בשאלה כולה, האם להכחיש את קיום הרגשות האלה או לפגוש בהם ולחוות אותם – להניח להם לצאת לאוויר הפתוח כדי ללמוד באופן בונה איך לטפל בהם מכאן והלאה. הדבר גם דורש מכם מידה של אמון בעולם שהינכם חלק ממנו, אמון שאין כל "רע" כשלעצמו. אם זה נכון כלל, כי אז הדבר נכון גם לגבי רגשות מעוותים והרסניים. ומכיוון שכך, אתם יכולים לחוות שזו המציאות רק כאשר אתם נותנים לעצמכם הזדמנות לעשות כן.

ההיגיון גם יאמר לכם, אחרי שתחשבו על זה, שמה שקיים בתוכם לא מתבטל בשום אופן רק משום שאתם לא מסתכלים עליו, רק משום שאתם מתנהגים כאילו הוא לא קיים ולכן חיים חיים של העמדת פנים מאומצת על חשבון כל אנרגיית החיות וכוח החיים. בלי האנרגיה הזו, עומק החוויה שאתם כמהים אליה לא יכול להיות שלכם – לא משנה במה תליתם את תקוותיכם. אתם אולי נוהרים אל תרופת פלא זו או אחרת, אל גישה רוחנית חדשה זו או אחרת, תמיד מתוך תקווה מעורפלת שהדבר יפתח את השער לחיים – החיים המלאים והחיוניים שאיכשהו אתם יודעים שאתם מחמיצים. כל הדברים הללו חייבים בסופו של דבר לאכזב אתכם, שכן הם התחמקויות שמקורן בתקווה שלא תיאלצו למוסס את המאסה הקשה של רגשות קפוצים ודחוסים של אלימות וכאב.

הבור ללא תחתית של הרגשות הכל כך מפחידים יתברר כדבר מוטעה רק אחרי שתגווחו מתוך החוויה של התנסות ברגשות. החוויה הזו מאיימת רק לפני שנכנסים אליה. אחרי שאתם מתגברים על ההיסוס וההסתיוגות ומרשים לעצמכם להיכנס לחוויה ולא משנה מה אתם מרגישים, היא לחלוטין לא תהיה מה שפחדתם שתהיה. תגלו שאתם יכולים לשלוט במבול הרגשות, רק משום שאתם מתנדבים מרצונכם לתת להם לצאת. לעומת זאת, אם הם מתפוצצים החוצה משום שהכחשתם ועצרתם אותם באופן מלאכותי במשך זמן רב מדי, אז לא ניתן לשלוט בהם משום שהתבטאותם אינה רצונית. לכן אתם זקוקים לבטא, להוציא החוצה את הרגשות שלכם מבחירה, מתי ולמשך כמה זמן שאתם רוצים, בידעה שפריקת העול הזו היא היא ישועתכם. לעשות זאת יותיר אתכם מרועננים ומחוזקים, ויותר אתם עצמכם משהייתם מעודכם.

בנתיב האבולוציה של כל אחד, זהו סף הכרחי. מתברר שהוא מהווה נקודת מפנה בחייכם הפנימיים, שכן אתם עוברים מקיום מוגבל של העמדת-פנים רובוטית אל חיים שאתם חיים באמת, ושבהם עומדת לרשותם כמות גדלה והולכת של אנרגיית החיות של הווייתכם הפנימית ביותר ותבונתה היצירתית. כל עוד חסר לכם האומץ לחוות את כל מה שקיים בתוכם, בין אם אתם רוצים או לא רוצים את האחריות על מה שקיים שם, אינכם מתירים לעצמכם לגלות את אוצרותיכם הפנימיים ואת תושייתכם, את העוצמה ואת

העושר הגלומים ברגשות. באחריות למה שקיים בכס אינני מתכוון רק להודאה אינטלקטואלית, אלא לחוויה הרגשית הממשית ולביטוי הרצוני שלה. שכן אם אינכם פוגשים בתוכם את מה שמקפא ומשתק את רוחכם החיה, הרוח החיה אינה יכולה לרגש/להניע [move] אתכם ולחיות בכס. החיים נסחטים מתוכה אם אתם אנוסים לעצור את עצמכם בכל צורה שהיא. ברצוני לחזור ולהדגיש שלא משתמעת מכך התנהגות הרסנית ככל העולה על רוחכם. בחרו את האופן שבו אתם מבטאים זאת כך שאף אחד, כולל אתם עצמכם, לא יפגע מהתוצאה – תוך שאתם מכירים כל הזמן, בלי הצדקה-עצמית, בטבעו האי-רציונלי וההרסני של מה שזורם החוצה.

אל תתרחקו מן הנקודה שבה אתם אומרים "אני פוחד מהרגשות האלה". תחת זאת הישארו שם עד שתאזרו כוח לתת לרגשות לעלות אל פני השטח. זה הרבה יותר מוצלח מלהכחיש ולעזוב שוב את נקודת המודעות הזו היכן שאתם יודעים שאתם פוחדים מעצמכם. שכן אם אתם פוחדים מעצמכם ואינכם יודעים זאת, מצבכם גרוע לאין שיעור יותר מאשר אם אתם פוחדים מעצמכם ויודעים זאת. לפחד מעצמכם ולא לדעת זאת הופך אתכם למתים וגורם לכם להחמיץ את החיים. זה גורם לכם להצמיד את עצם הפחד הזה מעצמכם לשלל היבטים אחרים וחיצוניים שאין להם דבר וחצי דבר עם הפחד כפי שהוא קיים במצבו המקורי.

כשתאזרו אומץ לחוות את הכאב, הייסורים, הכעס, האלימות וחוסר האונים, תראו בבהירות שלא מדובר בבור ללא תחתית או סוף, ושבה לא מסתכמים חיי הרגש הפנימיים שלכם. תיווכחו שיש לזה סוף. הסוף מגיע כאשר האנרגיה החיה של כל הרגשות שרציתם להימנע מהם הופכת להרגשה חיונית וחיה של אהבה, שמחה ועונג.

אולם קיימת גם נקודת המודעות השנייה שציינתי, שגם איתה צריך להתמודד כדי להיות מסוגלים לחלוטין לאזור את האומץ הדרוש כדי לצלול אל תוך הרגשות מפחידים. בלעדי נקודת המודעות השנייה, במקרה הטוב, הניסיון שלכם לצלול לרגשות המפחידים יעשה בלב חצוי. לאחרונה, חלק מידידי כבר החלו לזהות, מדי פעם לפחות, את הנקודה השנייה. אולם מודעות מסוג זה נוהגת לגלוש חזרה אל תוך הלא מודע, ומשם צריך לשלוף אותה שוב ושוב. הנקודה השנייה היא זה שכתוצאה מכל האומללות והייסורים, בתוך הזעם המתפתח בעקבותיהם, החלטתם, עמוק בתוכם, להפנות עורף לחיים, לאהבה ולתשוקה לתרום תרומה חיובית לחיים.

זהו בדיוק סוג השליליות שהופך את האומץ לחוות את הרגשות ההרסניים לסיכון כה גבוה. שכן כל עוד העובדה היא שאינכם רוצים לאהוב – לתת מעצמכם את הטוב ביותר, לסלוח ולשכוח את הרע שהחיים הפילו עליכם לכאורה – שאינכם רוצים להסתכן ולתת מעצמכם בנדיבות ברמה העמוקה ביותר שאפשר, היכן ששום הונאה לא יכולה להתקיים, כל עוד זה כך, לא יכול להיות ביטחון [safety] בשום דבר שאתם עושים. להסתתר מעצמכם יהיה לא בטוח בדיוק כמו לבטא את מה שקיים בכס. המפתח לביטחון ולכל שאר משאבי החיים הוא אהבה. כל עוד אתם ממאנים לסלוח ורוצים לנטור טינה לחיים – ולפיכך לאנשים ולאירועים שקורים הן בתוך עצמכם והן מבחוץ – אתם תיסגרו בפני כל הטוב שרוצה לזרום מכם אל העולם ומן העולם אליכם.

כל עוד השליליות הזו קיימת, אי אפשר לאזור לחלוטין את האומץ להתמודד עם רגשות הרסניים, האומץ לחוות ולבטא אותם. לפיכך יש לעבוד לסירוגין, ולעתים גם בד בבד, על שתי נקודות אלה של מודעות-עצמית. הקשר הסיבתי בין שתי הנקודות חייב להתבהר ולהיות מובן. ככל שתהיו יותר מודעים לשלילה ולטינה שבתוכם ותהיו מסוגלים להכיר בקיומן, כך תבינו לעומק את הקשר הסיבתי בין שתי הנקודות. אינכם רוצים לתת מעצמכם דבר ברמה עמוקה וסודית זו של קיומכם הפנימי. כלפי חוץ זה עשוי בהחלט להסתתר מאחורי דפוסים שנראים כהפך הגמור. אולם הכנעה מזויפת זו לעולם לא תוכל להחליף

נתינה עצמית פנימית אמיתית. למעשה, נתינה אמיתית אינה יודעת שום ביטול-עצמי, שום קדוש מעונה, שום יחס לא-צודק מהעולם. הייתי אפילו אומר שדפוס מסוג זה מצביע על חוסר נתינה בוטה כשמדובר ברגשות אמיתיים. כן, בעיקרון אתם אולי מוכנים לתת משהו, אבל רק כאשר הכל מסודר בדיוק לפי הפירוט שקבעתם. הפירוט הזה מבוסס לעתים קרובות על בורות גמורה באשר לחוקיות הכרוכה בקשרים האנושיים [human interchange], בורות באשר לתנאים הקיימים שיצרתם בעצמכם ואשר הופכים את הציפיות לקשרים מושלמים לבלתי אפשריות מבחינה הגיונית. אולם גם בלי קשר לבורות, אותו מקח וממכר מהוסס, יחד עם היד הקפוצה שלא נותנת אמון בכל המהלכים הנדיבים והספונטניים של הנשמה, אלה סוגרים בדיוק את אותה הדלת שאתם שונאים לראות סגורה.

היות שאינכם רוצים להעניק לחיים, איך יכולים החיים להעניק לכם? כך אתם רצים במעגלים שהופכים למעגל קסמים שלילי, כי ככל שהחיים מעניקים לכם פחות כתוצאה מאי הנתינה שלכם, כך גוברת בכם הטינה, וכך אתם מסרבים עוד יותר לתת מעצמכם, ואתם מסתגרים יותר בתוך עצמכם והכעס שלכם גובר ונעשה אליים יותר עקב התסכול המתמשך. הכעס הזה מפחיד אתכם, אז אתם מרסנים אותו, וכך זה נמשך ונמשך – עד לשבירת המעגל.

מחזור שלילי [negative cycle] מסוג זה הופך את הזוהר החיוני של האנרגיה והרגשות שלכם למאסה קשויה, הדוקה וצפופה, שבתוכה נמקה כביכול הרוח שלכם. כמובן שלא באמת. הרוח לא יכולה לכמוש ולעולם לא תוכל, היות שהיא כוח נצחי וחי. אולם היא לא יכולה להתגלות לכם, ואתם נאלצים להישאר נפרדים ממנה, כל עוד העמדה השלילית נותרת בעינה. ניתן להתחבר אל הרוח רק כאשר אתם רואים את השלילה ונעשים כנים וענווים די הצורך לבטא בקול את מה שקיים בכם באמת: "אני לא רוצה לתת שום דבר מעצמי. בכל פעם שאני מרגיש מאוים מדחייה, מביקורת, מסיכול הרצונות המידיים שלי, מיד אני שולל מהחיים את אנרגיית החיות שלי, את הרצון הטוב שלי, את השתתפותי ברוח חיובית. אני רוצה להישאר נפרד, לשמור על הכעס והטינה שלי". כאשר תהיו מסוגלים להכיר בזה, בו ברגע תדעו שזוהי העמדה שבגללה יש סיכון כה גבוה בהתמודדות עם הזעם והייסורים.

הזעם והייסורים נראים בהכרח אינסופיים כל עוד אינכם מוכנים לוותר על העמדה השלילית כלפי החיים, עמדה שבה אתם חובקים את הטינה ומשתמשים במשחקים לא כנים של "סובלים" כבנשק נגד אחרים כדי להפיל עליהם את האשמה. אולם ברגע שאתם מוכנים לתת מעצמכם את הטוב ביותר באמת, אולי רק בעיקרון בהתחלה, עוד לפני שאתם מסוגלים לכך בפועל, הרוח העליונה תעזור לכם להפוך זאת למציאות ולא יישאר זכר לפחד שלכם מבור ללא תחתית של שליליות והרסנות.

ייתכן שזו אחת הסיבות מדוע בנתיב כמו זה לא יכולות להיות סכנות, משום שתוך כדי ההתמודדות עם האמת הזמנית השלילית, אתם לומדים גם לקרוא לכוחותיה של הרוח הקוסמית האינסופית שבכם. ואתם לומדים בעזרתה להיות נותנים וחיוביים; להסתכן ולהשקיע מעצמכם; להיות נדיבים ולהרשות לעצמכם להרגיש, גם אם אין כל ערבות שזה יצא כמו שצריך. שכן זו הדרך היחידה בה יכולים הכוח והגמישות/עמידות שלכם לצמוח, עד ששום דבר לא יוכל להוציא אתכם משלוותכם.

שילוב שתי נקודות המודעות האלה הוא מפתח ידידי. אלה מכם שקרובים לנקודה זו, או שכבר זיהו כמה דברים במובן זה, יכולים עתה להמשיך. בשעת מדיטציה אמרו לעצמכם: "אני משקיע בחיי את הטוב ביותר שיש לי. לא אמנע את עצמי [מאחרים] בשום דבר. אני רוצה לתרום להתגלות [unfoldment] של תוכנית האבולוציה הקוסמית עם כל היכולות שבידיי – אלה שכבר מבוטאים, אבל אולי לא משמשים באופן זה, ואלה שעודם רדומים בתוכי. אני רוצה לתרום, ורק כאדם מוגשם ושמח ביותר אוכל לעשות כן – לעולם לא כאדם סובל.

השליליות שלכם היא הגנה ידידי. היא נולדת מחוסר הבנת הדואליות באופן טראגי, חוסר הבנה לדיכוטומיה המשתוללת בספרה הארצית, העוסקת לעתים כה קרובות בשאלת האו/או. במקרה הנוכחי, אתם מאמינים שמה שעומד לשאלה הוא האושר שלכם מול אושרו של האחר. אתם מרגישים בחשאי שהנתינה לאחרים תרושש אתכם, תציב אתכם בעמדת נחיתות כלשהי, בעוד שלחטוף את מה שאתם רוצים ולמנוע את עצמכם [מאחרים] יגדיל את יתרונכם. אמונה זו נמצאת שם תמיד, מתחת, חצי-מודעת או לגמרי לא מודעת. היא יוצרת קונפליקט נוראי.

כשתבחנו בקור רוח את האי-רציונליות של השלילה שלכם, של עיקשותכם ההרסנית להישאר נפרדים ובלתי-נותנים, אין ספק שתתחילו לראות שהדיכוטומיה הלא מציאותית הזו נוכחת בעמדה שלכם. כשתוציאו אותה החוצה תוכלו לתקן אותה. לאט לאט תחדשו [recondition, תעשו התניות חדשות] את התפיסות שלכם, את התגובות הרגשיות שלכם, את הידיעה הפנימית העמוקה אודות החיים וטיבם. אז תדעו שככל שאתם מאושרים יותר, כך אתם תורמים יותר לאחרים.

בתהליך שלכם להסרת התנאים הלא בריאים, שהם תוצר של אמונות כוזבות בעומק הנפש, אתם תיווכחו שההגשמה שלכם לא יכולה לפגוע באמת בהגשמה של אחרים – גם אם זה נראה כך בהתחלה. כשהולכים אל שורש כל הדברים, אין התנגשות בין ההגשמה שלכם לזו של אחרים – בדיוק להפך. כך שלא תצטרכו להיות בלתי-נותנים, וגם לא תצטרכו להרגיש אשמים שאתם רוצים להשיג לעצמכם הגשמה ואושר. עם הבנה זו, כל השליליות כולה חייבת להיעלם – אפילו בעומק האזורים והמקומות הסודיים ביותר בנפש. אז תוכלו להיפתח במלואכם, כי תהיו אתם עצמכם באופן משוחרר וחוסר פחד, ואתם תתרחבו אל תוך החיים ותיפתחו לקבל את מתנותיהם.

הדברים שאמרתי כאן קשורים מאוד להיבט חשוב של מערכות יחסים. יחסים הם מהות החיים עצמם. איש לא מסוגל להיות חיים פרודוקטיביים בלי חום ואהבה, בלי שיתוף אחרים והבנה הדדית. יחסים הם חלק מהמערך הפנימי של הרוח האוניברסאלית היצירתית. ליחסים יש היבטים מסוימים, בסיסיים מאוד, שחשוב להבין. קיים עיקרון משולש שחל על כל האלמנטים של כל מערכת יחסים וקובע את טיב היחסים. העיקרון הוא: תפישה, תגובה וביטוי. כשעיקרון משולש זה פועל בדרך של בריאות, אמת, הרמוניה ומציאות, אז היחסים חייבים להיות פוריים ושמחים. כאשר שלושה היבטים אלה של מערכות יחסים פועלים בדרך מעוותת, לא ריאליסטית ודיסהרמונית, היחסים לא יכולים בשום אופן להיות פוריים או משמחים.

כפי שאמרתי לכם פעמים רבות, אינכם מסוגלים בשום אופן ליחסים טובים עם אחרים אלא אם יש לכם יחסים טובים עם עצמכם קודם כל. לפיכך, עליכם ליישם את שלושת ההיבטים האלה קודם כל על עצמכם. איך אתם תופשים את עצמכם? איך אתם מגיבים למה שאתם תופשים [שקיים] בתוך עצמכם? ואיך אתם מבטאים את מה שאתם תופשים [שקיים] בתוך עצמכם? אם אתם לא במלחמה עם עצמכם, התפישה שלכם תהיה צלולה. אם אתם במלחמה עם עצמכם בכך שאתם דורשים להיות אחרת ממה שאתם עכשיו, אינכם יכולים לתפוש את עצמכם בצורה נכונה. לדוגמה, אם אינכם מוכנים, ולפיכך לא מסוגלים לכאורה, להשיל את הדימוי-העצמי האידיאלי שלכם, אם אתם מתעקשים לעמוד בדרישותיו הלא סבירות, כי אז התפישה העצמית שלכם חייבת להיות שגויה ומוגבלת. אם התפישה העצמית שלכם שגויה ומוגבלת, התגובה שלכם למה שאתם חייבת להיות מטרידה מאוד.

אלה מכם שנמצאים עכשיו קרוב מאוד אל סף ההרסנות הפנימית שלכם – אל הפחד והכאב והזעם, וכן אל הסירוב המכוון והקמצני [mean], אם כי אולי לא מודע, לתת מעצמכם לחיים ולאחרים – התגובה שלכם תהיה שלילית רק בגלל הטעות בתפישתכם-העצמית. אתם עשויים גם להתנגד לשקול מחדש את התפישה-העצמית הזו. אתם עוד נאבקים במה שקיים ומתעקשים להיות מה שאתם לא. כך אינכם

תופשים באופן אמיתי, והתגובה שלכם, שמקבלת ביטוי לא ישיר, חייבת להיות דיסהרמונית ומטרידה. אתם תמשיכו להתכחש למה שמנסה להביא את עצמו לידיעתכם, ואתם תצרו בתוכם עוד יותר פלגנות ולוחמה. צד אחד, צדה של הרוח, עושה ניסיון לחשוף את האמת שאי אפשר לקבלה, הצד האחר נלחם בו. הקרב הזה מחריף את כאב התגובה שלכם: הסכסוך עם עצמכם והזעם על העולם מחריפים אף יותר בעקבות זאת.

חלק ניכר מהזעם, הכעס והכאב אינם שאלה של תנאי הילדות וחוסר האונים שבהם, אם כי ייתכן שזה מה שהפעיל את הדבר בחיים הנוכחיים. הרבה מהתגובה הכואבת נוצר משום שאתם נאבקים בעצמכם על איך שאתם, ואינכם מצליחים להיות מה שאתם רוצים להיות. כך, מה שאתם תופשים מחריף אף יותר את כעסכם וכאבכם. דבר זה אחראי במידה רבה מאוד לבור ללא תחתית לכאורה של הייאוש והזעם בהם עסקנו. כשאתם תופשים את עצמכם בדרך לא נכונה, ביטוי הדבר חייב להיות מעוות והרסני באותה המידה. אינכם יכולים לבטא את האמת של מה שאתם תופשים בתוכם היות שאינכם יודעים מהי האמת – אינכם רוצים לדעת. בתוך הבלבול הזה גדל חוסר האונים, והמתח הפנימי המצטבר מחפש מוצא. חיפוש שעירים לעזאזל שניתן להאשימם ברגשות ובתגובות הלא נעימים זו הדרך השכיחה. תמיד תוכלו למצוא שער עזאזל אם תחפשו בשבע עיניים. לפעמים לא צריך אפילו להתאמץ למצוא, שכן חוסר המושלמות של העולם מותאם היטב למשוך רגשות זועמים ומאוימים. כך, הביטוי הופך לביטוי של עוינות ודחייה.

אסכם בקצרה: תפישת העצמי באופן שגוי מובילה לתגובה שגויה והרסנית, ובנוסף גם לביטוי הרסני החוצה אל תוך העולם. דבר זה בתורו חייב להשפיע על כל מערכות היחסים. זה כל כך מובן מאליו שאין צורך להוסיף. היות שאתם מאשימים אחרים, הם חייבים להגיב באותה המטבע. היות שאינכם מוכנים להיות חיוביים ומעניקים, וגם אינכם רוצים להודות בכך כדי להגן על הדימוי-העצמי שלכם, אחרים ישקפו לכם את השליליות הזו. התגובה שלכם לשיקוף חייבת גם היא להיות שגויה, היות שאתם בוחרים לא להודות בשליליות שלכם, דבר שגורם לכם להרגיש שקיבלתם יחס לא הוגן. איך אם כן יכול מה שאתם מבטאים לאחרים להיות משהו אחר חוץ משלילי והרסני? יתר על כן, איך יכולה התפישה שלכם את האחרים להיות מדויקת כאשר התפישה-העצמית שלכם סוגרת את שדה הראייה בפני מה שקיים בתוכם ורוצה להפוך אחרים לשער לעזאזל? איך יכולה התפישה שלכם להיות נכונה לגבי כל דבר שהוא אם אינכם מוכנים לתפוש את עצמכם באופן נכון?

השילוש של תפישה, תגובה, ביטוי פועל אחרת לגמרי באמת ובחיים יצירתיים. אם התפישה נאמנה לאמת, כל התמונה משתנה. אינכם צריכים להיות דגם מושלם כבר מראש, אם אתם משתמשים בכך בצורה חיובית. תפישה אמיתית של מה שרחוק מלהיות מושלם בכך תעשה אתכם מסוגלים להכיר בכך בלי לאבד את שיווי המשקל הפנימי, בלי להפסיק לראות את העובדה שאתם רוח אלוהית שכל יכולותיה שלמות ללא פגם. כאשר אתם תופשים את עצמכם בצורה נכונה, באופן אוטומטי התגובה שלכם נעשית חיובית. שכן אז תרצו להיפטר מהשליליות ותחפשו דרך פורייה שאינה מכחישה את מה שיש, אלא מבססת את כל צעדיה הבאים על תפישה צלולה של העכשיו. ברוח זו, מה שבא לידי ביטוי חייב להיות חיובי לאין שיעור. מן העמדה הזו אתם רואים את הכל כפי שהוא ולאן הוא שייך באמת. אתם רואים את הטוב ואת הרע שבכם. אתם רואים את האמת בתוך עצמכם ואתם מקבלים אותה. לכן הביטוי שתתנו לכך יהיה נאמן לאמת. ההיפתחות [unfolment] של רגשות, של זרמים ושל ידע יצירתיים עד מאוד תיעשה יותר ויותר אפשרית.

עם יחס מאוחד כזה כלפי העצמי, במקום פילוג, היחס לאחרים חייב גם הוא להפוך לחיובי ופורה באותה המידה. הוא לא יכול להיות אחרת. אני חוזר פעם נוספת ידידי: בכל פעם שאתם מוצאים את

עצמכם במאבק, משהו ביחס שלכם אל עצמכם אינו מתואם עם ההיבט החיובי של עיקרון משולש זה. עצתי היא להכיר בעובדה זו ולשחרר, ואז לחפש את האמת בתוכם. היא תבוא אליכם. התשובות תמיד מגיעות אם אתם כנים ברצון שלכם לדעת ולפיכך אתם פתוחים כראוי לקבל.

אז, ורק אז, תהיו מסוגלים לפתח עיקרון משולש זהה כלפי הרוח האלוהית שבתוכם. אתם תתפשו אותה יותר ויותר. אתם תגיבו אליה, אך לא עם הפחד הישן. שכן כל עוד אתם פוחדים מהשלליות השוכנת בתוכם, אתם חייבים גם לפחד מהכוח השוכן בתוכם לחוות חוויות והיפתחות חיוביות. אתם תחדלו להגיב בפחד לכוח הגדול ביותר ביקום, שנמצא הישר בתוכם. אתם תהיו פתוחים לקראתו. אתם תבטאו אז את הכוח הזה, שכן אתם חלק חי ממנו ואתם הופכים יותר ויותר להיות חלק ממנו.

אני מסכם את עיקר הדברים: מן ההכרח להגיע לנקודה שאתם מזהים שיש בתוכם בור ללא תחתית של פחד מרגשות אלימים ובלתי נשלטים שאינם רוצים להתמודד איתם; ומן ההכרח להגיע לנקודה שאתם מודעים לרצון שלכם – לפחות בתחומים מסוימים – להישאר שליליים כלפי החיים וכלפי אחרים. כאשר תוותרו על הרצון להישאר שליליים ותחליפו אותו ברצון להיות חברותיים, חיוביים ומעניקים, הפחד מהעצמי ייעלם. או אז, העיקרון המשולש אשר חולש על מערכות יחסים ישתנה מהשלילי לחיובי. אתם תתפשו את עצמכם בצורה נכונה, אתם תגיבו באופן בונה למה שאתם תופשים, ואתם תבטאו זאת בדרך משמעותית.

מעט מעט, הדבר ישנה את כל חייכם. היכן שהחיים הם עכשיו דיסהרמוניים, מוגבלים, מתסכלים וקפוצי-יד [withholding], הם יפתחו בהדרגה ויתחילו להעניק לכם ביד רחבה. למותר לציין שאין זו נוסחה קלה ליישום. אף שהאמת בה היא פשוטה למדי, יישומה בפועל דורש השקעה ומחויבות מקסימליות מצדכם לאמת שבפנים, לאמת על חייכם, לרוח החיה של צמיחה מתמדת. דרושים זמן, כושר התמדה ותובנה נבונה ובוגרת לדינמיקה של הצמיחה. דרוש גישוש מתמשך אחר האיזון הנכון בין לתת לילד ההרסני, הנבער והאי-רציונאלי שבתוכם לבטא את עצמו, בלי ליפול לפח האמונה שהאמת שלו היא האמת בהא הידיעה, כך שתוכלו לכונן דו שיח אינטליגנטי עם אותו חלק באישיותכם המתנגד-לחיים.

מי ייתן והמילים האלה ירוממו אתכם ויפיחו בכם תקווה, אומץ וסיבולת מחודשת להמשיך הלאה בנתיב ההתמרה, כדי שתוכלו לפרוץ את חומת הפחד שלכם מהעצמי. אתם חייבים לצאת מנצחים, מטוהרים, מחוזקים ובמצב טוב, שכן חיי הרוח בטובם ובהגשמתם ללא הבחנה [undifferentiated] יהפכו יותר ויותר למציאות חייכם. היו מבורכים, היו בשלום, היו מה שאתם באמת ובתמים – הרוח החיה, הרוח האוניברסאלית החיה!

נערך על ידי ג'ודית וגיון סולי