

הרצאה 176 התגברות על שליליות

ברכות ואיחולים לכל ידידי. הרצאה זו היא המשך של ההרצאה האחרונה, בה דנו בחשיבות השכל והתודעה, על כל הכוחות וההיבטים היצירתיים שלהם. דברנו גם על יצירה שלילית – תהליך שמתרחש אצל כל אדם. אם לא הייתם מעורבים ביצירה באופן שלילי, לא הייתם אנושיים, לא הייתם חיים על מישור זה של תודעה, שמבטא דרגת התפתחות מסויימת.

באופן כללי, בני אדם הנם חופשיים ברמה מסויימת, על כן הם יוצרים גם באופן בונה. אבל יצירה שלילית עדין נמשכת בנפש האנושית. משמעותה של עובדה זו היא שזה תפקיד האנושות על אדמה זו להתאמץ לצאת מהיצירה השלילית ולהיות יותר ויותר חופשיים מהמלכודות של השליליות. זה אינו קל, היות והקסם הכרוך בתהליך כלשהו של יצירה משתלט על האדם, והיא או הוא רוצה להמשיך ולשהות בו. כך, אדם נהיה מעורב בו זמנית במספר מעגלים מרושעים (vicious circles), ונראה כי קשה לשבור אותם.

זה התפקיד שלי לעזור לכם צעד אחר צעד להרפות את האחיזת של המעורבות השלילית שלכם בתהליכי יצירה מעוותים. אני אמשיך עם ההיבטים הייחודיים בהם הנתוב מעוניין במיוחד.

רבים מכם מתחילים למצוא בתוכם את האמת אודות השליליות שלכם, ואתם יכולים אפילו להכיר בכך שהשליליות שלכם היא מכוונת ולראות איך אתם דבקים בה. לכך שהגעתם לשלב זה יש משמעות עצומה. אין הבדל גדול יותר שניתן לאבחנה, בין בני אדם היודעים שהם יוצרים את גורלם במו ידם, שמודעים לכך שהם מייחלים להיות שליליים ללא תלות במידה בה זה לא רצוי ויחד עם זאת משמרים יחס זה, לבין אלו הבורים לעובדה זו. חובתנו של כל אחד שנמצא בנתיב המוביל בכנות למימוש האני הכולל, להגיע לתובנה אישית זאת. אחרת, הנתוב שאדם לוקח מוביל לאשליה ועוסק רק בהרהור תאורטי או אידאליזציה מנוכרת של הדברים, ולא כניסיון חיים אמיתי.

היות שאתם אנושיים ידידי, כל אחד מכם יוצר שליליות. עמדות ורגשות שליליים מחושבים שלכם, עליהם אינכם רוצים לוותר, הם יצירה. להאמין שהאומללות והסבל שלכם נגרמו על ידי אחרים או על ידי החיים זו שטות מוחלטת. זה חוסר שפיות להאמין שאומללות כלשהי יכולה לצמוח ממשוהו חיצוני שאינו העצמי.

יתכן שאתם יודעים זאת באופן תאורטי זמן רב מאוד, ואף שילמתם מס שפתיים לידעה זו. אבל, יש הבדל תהומי בין הסכמה אינטלקטואלית לבין תובנה בהירה שאתם באמת יוצרים שליליות, שהאומללות שאתם מְגַנְיִים ומתייחסים לזולת כאילו הוא אחראי עליה, נוצרה על ידי עמדות שליליות שמהן אתם נהנים למעשה ורוצים שימשכו. אם אתם מייחסים לחברה את התסכולים, חוסר ההגשמה והכאב שלכם, אתם טועים לחלוטין. אין משמעות הדבר שהמחלות שאתם רואים בחברה אינן קיימות באמת. הן קיימות. אבל הן לא היו יכולות להשפיע עליכם אלא אם כן הייתם תורמים למחלות אלו שאתם כה מגנים, באופן עמוק ובלתי מודע. אתם בהחלט עושים זאת על ידי השליליות שלכם, שאתם ממשיכים לבטא בחייכם הפרטיים.

קשה להאמין באמת זו כאשר אתם בתחילתו של הנתוב הזה. אבל כאשר אתם מעורבים בנתוב באופן רציני, עליכם להגיע למצב של ראייה שכך פני הדברים. לעולם אינכם קורבנות תמימים, והחברה אינה אלא סכום או תוצר של התפוקה והיצירה השלילית הקבועה שלכם ושל רבים אחרים. תובנה זו מכאיבה תחילה וגם גורמת הלם, אך רק כל עוד אתם ממאנים לוותר על השליליות. אם אתם לא תוותרו עליה אתם באמת זקוקים לאשליה שאחרים אחראים לכך (לתסכולים לכאב ולחוסר ההגשמה שלכם). אתם מקווים להגיע לאושר נשגב מבלי לפגוש בתוכם את ההיבט, שמונע את ההגשמה של אושר נשגב. אתם מקווים להיות בני אדם הנותנים יחס של השלמה וכבוד אמיתיים לעצמם, מבלי לוותר על מה שבאמת פוגם בשלמותכם. כך אתם

חיים באשליה שאחרים עושים את זה לכם, ואז אתם יכולים להאשים אותם בכך שהפכו אתכם לקורבן. זה אחד המשחקים השכיחים והמפורסמים של העמדת פנים שנחשף על ידי רבים מכם בצורות שונות. עם נטישת כוונות רמיה ואשליות אלו, אתם נוכחים בכוח היצירה שלכם – הפועל באופן קבוע, יתכן שעדין בעיקר באופן שלילי – וזה שחרור וגילוי נפלא, כפי שהיה זה הלם תחילה. הייתי רוצה לדון בצעדים השונים בהם תינקטו בדרככם החוצה ממבוכת האשליה והיצירה השלילית שלכם, בה הנכם לכודים ללא רחם ובאופן שנראה כבלתי ניתן לפתרון.

מובן מאלי **הצעד הראשון** הוא, שעליכם למצוא, להחליט, להכיר, לקבל ולהתבונן במה ששייך לכם - עמדות שליליות, רגשות הרסניים, שקרים חבויים, כוונה לשקר והתנגדות זדונית ומביסת חיים לרגשות טובים. כל אלו הם דוגמאות של יצירה שלילית. אלה מכם שעובדים באופן מאוד אישי ודינמי לכיוון הצמיחה שלכם, באו במגע מסויים עם התוצר השלילי המכוון הזה. אבל חשוב שתהיו מודעים עוד יותר, ותהיו צופים יותר אובייקטיביים של זה. זה מה שכולל הצעד הראשון.

הצעד השני הוא שעמוק בפנים, תחקרו בצורה מפורטת את רגשותיכם ותגובותיכם לתוצר שלילי זה, והכוונה לה התכוונתם ואיתה שקלתם. אז תראו שאתם מחבבים את היצירה השלילית, מוצאים בכך סוג של תענוג, ואינכם מעוניינים לוותר על כך. ההיבטים המענגים של יצירה, חלים גם על יצירה שלילית. הכרחי באופן מוחלט שתרגישו זאת ותודו בכך. גם אם אתם מבינים במונחים כלליים ומעורפלים שזה הרסני ושגוי, אתם עדין שבויים בעונג המעוות של היצירה השלילית שלכם. חיוני שתכירו בכך. אחרת לא תוכלו לצמוח אל מחוץ לסבל, ולא תוכלו להגיע לעצמי הרוחני אליו אתם כמהים.

הצעד השלישי הוא לעבור בשקדנות ובדייקנות דרך התוצאות המסתעפות מהיצירה השלילית שלכם, בלי להתעלם מפרט, תוצאה או תופעת לוואי כלשהם. ההמחשה וההבנה המדויקות של התוצאות המזיקות לכם ולאחרים צריכה להיעשות מאוד ברורה. זה לא יקרה אם תרגיעו את תחושת האשמה בגין היצירה השלילית, על ידי הספור שאתם פוגעים רק בעצמכם. עליכם לראות שאינכם יכולים לפגוע בעצמכם מבלי שתפגעו גם באחרים, ובאותה מידה, כאשר אינכם יכולים לפגוע באחרים מבלי לפגוע בעצמכם. לא מדובר בחוק עונשין או בסמכות נקמנית למעלה בשמיים. זה כך היות שאתם הינכם הכל, אנחנו היננו הכל, הם הינם הכל, כל אחד הוא האני הכולל האחד. כך שמה שקורה לכם חייב לקרות לכל אחד אחר, ולהיפך. אין להעלות על הדעת שדבר משפיע עליכם לרעה אינו משפיע גם על האחרים. שנה עצמית, למשל, תמיד מבטאת גם חוסר יכולת לאהוב, או אפילו צורך כפייתי לשנוא אחרים. זו רק דוגמא אחת.

זו אינה תאוריה, אתם תגלו את האמת שבכך רק כאשר תעבדו דרך הצעדים האלו.

הצעד השלישי מורכב גם מכך שתראו שהתענוג שאתם מפיקים מהיצירה השלילית שלכם לעולם אינו שווה את המחיר המופרז שאתם משלמים עבורו, משום שכל מה שאתם הכי מגנים בעצמכם ובנסיון החיים שלכם, הוא תוצאה ישירה של היצירה שלילית שלכם. אתם מקריבים שמחה, שלום, הערכה עצמית, בטחון פנימי, התרחבות וצמיחה, תענוג בכל הרמות של ההווה שלכם וקיום חסר פחד ובעל משמעות. כל זה ואף יותר מכך לעולם לא יהיה שווה את התענוג הסוטה שאתם מפיקים מהיצירה השלילית שלכם.

ראו איך היצירה השלילית שלכם משפיעה על אחרים. חלק עמוק בתוכם יודע זאת די באופן מדויק, ובצדק מרגיש אשם על כך, גורם לכם לשנוא ולהעניש את עצמכם ושודד מעצמכם את שביעות הרצון האמיתית של החיים. אתם תיווכחו שחיים ללא אשמה יכולים להתקיים רק כשמוותרים על היצירה השלילית. אפילו התשוקה הכנה והרצינית לעשות זאת תביא הקלה. קיים היבט אחר של הצעד השלישי, והוא, להושיט יד להבנה שלמעשה אין צורך לוותר על חווית העונג הנלווית להיותכם בעלי רגשות ועמדות הרסניים. למעשה אותו עונג יותמר ליצירה חיובית, שמאפשרת להתרחב בשמחה וללא אשמה, בלי לשלם את המחיר הכבד שאתם משלמים עכשיו בגין היצירה השלילית והקרבת חייכם – וזו אינה הגזמה. עבודה

מדוייקת דרך סיבה ותוצאה, וראית תוצאות וחיבורים, זה מה שמאפשר את הרצון לוותר על השליליות. לא די בכך שתהיו מודעים להיותכם הרסניים באופן מכוון. יש להודות שאתם לא רוצים לוותר על כך. עליכם לראות מה המחיר שאתם משלמים. בעשותכם כך, תחוו חיבור לסיבה של יצירתכם השלילית והתוצאה שיש לכך עליכם. יש לייסד גשר זה. ראו בבהירות מה הופך אתכם להכי אומללים: החרדות, הדאגות, חוסר החיבה שלכם כלפי עצמכם, חוסר הבטחון, חוסר שביעות הרצון מהחיים, התסכולים, תחושת הבזבז של עצמכם ושל חייכם, הכאב, הפגיעה, כל אלו הם תוצאות ישירות של העמדות שלכם, שהן בכוונה שליליות.

בצעד השני אתם עדין נפרדים מהתוצאות. אתם עשויים לראות שהסיבה היא ההרסנות שלכם ולהודות בכך, אבל אינכם רואים עדין את החיבור עם כל מה שאתם מגנים בחייכם. החיבור בין סבה ותוצאה עדיין חסר. כל עוד קשר מחבר זה לא נוסד, אינכם יכולים באמת לרצות לוותר על השליליות. עליכם לראות את המחיר הכבד שאתם משלמים, על מנת שתהיה לכם מוטיבציה אמיתית לוותר על זה. לא די בוותר בגלל שאתם חייבים, ביודעכם שבדרך כלשהיא זה שגוי או מזיק לכם ולאחרים. ערפול מסוג זה לא יביא לתוצאות הרצויות. יש לייסד את החיבור המיוחד, ויתכן שזה יותר קל יותר מאשר לגמור את צעד אחד או שתיים. קשה ביותר להשיג את צעד מספר שתיים: להיות מודע באופן מלא ליצירתכם השלילית שנוצרה באמצעות העמדות ההרסניות שבחרתם. יש הבדל של עולם ומלואו בין מצב מודעות כזה לזה שקדם לו, כאשר השלכתם החוצה את האומללות שלכם, האשמתם את העולם, האשמתם אחרים, ולא ראיתם את הסיבה בתוכם. כך, צעד מספר שתיים הוא בעל החשיבות הנוקבת ביותר. משמעותו היא לדעת את כוחכם, את העצמי שלכם. בהתאם למידה שתראו בתוכם את הצורה השלילית של תהליך היצירה, בה במידה תזכו ברמז אודות מה שביכולתכם לעשות על מנת להפיק חוויות חיים יפות. צעד שתיים עשוי להיות הקשה ביותר להשגה, הוא בהחלט מכוון את השינויים הקצוניים ביותר בתפיסה העצמית ובתפיסה של תהליכי החיים. אבל לעבוד דרך צעד שלוש חשוב באותה מידה, היות ובהעדרו חסרה ההנעה לשינוי.

בכל מקרה, צעד שלוש אינו מבטא אפילו מחצית מקושי של צעד שתיים, ואינו מעורר התנגדות רבה כמוהו. כאשר אתם מתחילים לגלות קסם ביצירה בדרך חיובית במדה שווה לזה שהיכרתם בשלילית, אלא שהפעם הוא (הקסם) לא ניפגם על ידי סבל, אשמה, פחד והאשמה עצמית, העולם נפתח בפניכם עם אור ויופי כזה שמעבר למלים. אתם תטעמו את החופש של להיות בוראים של חיים כבחירתכם.

כדי להקל על הגילוי של הקשר המחבר בין הקסם החיובי לבין יצירה, תצטרכו להכיר בשליליות וההרסנות הגלויה שלא הופרעה תחת חזות (facades) מסוגים שונים. במשך שנים רבות דנו ועבדנו על העמדות הפנים, ההגנות, המשחקים והתחבולות, הדימויים העצמיים האידיאלים, הצורות הייחודיות של הכחשה שאתם מחפשים כדי להסתיר את ההרסנות שלכם. כל המסכות הללו הן צביעות. הן תמיד מציגות את ההיפך ממה שאתם דוחים ואינכם מחבבים בעצמכם. הסוואות אלו הן לאין שיעור יותר בוגדניות ומזיקות מאשר ההרסנות עצמה. סוף סוף אתם מתעמתים עם ההרסנות העירומה, אתם מתעמתים עם אמת בתוכם, שנותנת לכם אפשרות לבחירה ישרה של הכיוון שלכם בעתיד. אבל כאשר אתם עדיין מעורבים בהסוואות תפקידים ומשחקים, אינכם יכולים להגיע לליבה של הפרעה שלכם. הסבל שלכם נהיה גרוע יותר, אתם מנוכרים לסיבה למצבכם, ולכן אתם מרגישים במדה רבה יותר בלתי מחוברים וחסרי תקווה.

על מנת להיחבא מאחרים – ובראש וראשונה מעצמכם – אתם מפיקים משהו שנדמה כהיפוכו של מה שאתם רוצים להסתיר. התפקיד הופך להיות כמו טבע שני, אבל אין לו כל קשר אליכם. זה רק הרגל שאינכם יכולים להשיל כל עוד אינכם מעוניינים לראות מה מסתתר מאחוריו. יש חשיבות מיוחדת שתתפכחו מהאשליות המתייחסות לדימויים שאתם משליכים לתוך העולם ושאתם מנסים במאמצים רבים לשכנע את עצמכם במידת הכנות שבהם. יש לחשוף את המלאכותיות של התפקיד שהתמכרתם לו. הוא תמיד נתפס

בעיניכם כטוב, בדרך זו או אחרת, אפילו אם זו רק העמדת פנים שאתם קורבן. אבל אתם חייבים לנתח את זה באופן מדויק ולהבין לפרטיו, על מנת לראות שאין הוא כלל מה שאתם מתיימרים שהוא. הוא (התפקיד) לעולם אינו טוב. לעולם אינכם כה חפים, כפי שהאחרים אינם כה מרושעים. אבל, מצד שני, בה במידה, אינכם כה רעים ובלתי מקובלים באופן חסר תקנה, כפי שאתם בינתיים מאמינים שהינכם מתחת לתפקיד. התפקיד מעביר מסר הפוך, לא רק את מה שאתם בפועל, אלא גם מה שאתם חושבים שאתם. יחד עם זאת העמדת הפנים שבתפקיד, מכילה את אותם ההיבטים שאתם כה עסוקים בהסוואתם. אם אתם מתחבאים תחת התפקיד של להיות נרדף על ידי השנאה וההאשמות הבלתי מוצדקות של אחרים, בתפקיד זה עצמו שוכנת השנאה. החזית, או התפקיד במהותו, אינו שונה לעולם ממה שהוא מסווה. העמדת פנים שאתה קרוב מכילה יחס של שנאה, של שנאת אחרים. זו רק דוגמא אחת. המשחק עצמו צריך להחשף לא רק על מנת לגלות מה הוא מסתיר, אלא גם כדי לחשוף את ההיבטים האמיתיים שלו ומה המשמעות האמיתית שלהם. האנרגיה של יצירה שלילית מעורבת באופן מלא בתצוגה של הדימויים. אני מציע שתקדישו עכשיו זמן על מנת לזהות את התפקידים השונים בהם בחרתם. קראו בשם תפקידים אלו באמצעות משפטים פשוטים, שמתארים את המסר שהם אמורים להעביר. ראו אם אתם יכולים להבחין איך התפקיד שאמור להיות מלאכי למדי הוא הרסני כמו מה שהוא מסתיר תחתיו. למעשה, זה לא יכול היה להיות אחרת, היות שאינכם יכולים להחביא אנרגיה המורכבת מזרמים של הנפש, אינכם יכולים לשנות אותם על ידי העמדת פנים, גם אם תתאמצו להפוך את חייכם ל"חידון תנועות" (charade). התפקיד או המשחק שאתם מאמצים מתוך האשליה שתפקיד זה מרחיק את ההרסנות המכוונת שלכם הוא השכבה הראשונה שיש להתעמת איתה. אז אתם יכולים לנקוט בצעדים שפרשתי. לפעמים יש חפיפה בין הצעדים.

ככל שיש לכם יותר תובנה אודות המשחק שדינו הפסד, משחק שאתם משחקים עם החיים כאשר אתם דבקים בתפקיד המזויף שמכסה את עמדות ההרסניות, כן תהיה לכם יותר הנעה לוותר על כל זה. אתם תחזקו את הרצון שלכם. זה יוביל אתכם **לצעד הרביעי**, שהוא התהליך הממשי של יצירה מחדש של חומר של הנשמה. על ידי מדיטציה, תפילה, על ידי ניסוח מכוון של מחשבות אמת אודות כל הענין והטבעת חותמן (של המחשבות) בתוך החומר הפיזי ההרסני, יצירה מחדש מתחילה וממשיכה ככל שאתם יותר מיומנים. בהתחלה אתם צריכים לחזור ולגלות את רצונכם להיות שונאים, לא סולחים, מענישים, נוטרי טינה ופגועים. אתם תהיו מודעים לנסיונכם להגזים ולגרור פגיעות ישנות, להעניש אחרים די בכוונה בגין מה שההורים שלכם עשו לכם, או מה שאתם חושבים שהם עשו לכם, והיו מודעים לסרובכם לראות את כשלונותיהם של אחרים בדרך כלשהיא מלבד כפעולה מכוונת של שנאה נגדכם. אתם יכולים להתחיל ליצור מחדש רק כאשר תבחינו שאתם מפקימים תענוג בדגירה על כל זה בתוככם, מבלי לשנות את נקודת הראות וההתייחסות, או הרגשות שלכם. כאשר אתם רואים את הזיוף שבהעמדת הפנים שלכם, אתם יכולים אז להזכיר לעצמכם לרצות לראות מה מסתתר מתחת החזית הייחודית של אשמה וקורבנות, תהא התחפושת אשר תהא. תחושת הפגיעות שלכם מופיעה תחילה כאמיתית ונדרשת בדיקה מעמיקה יותר על מנת לגלות שהיא אינה אמיתית כלל וכלל. אלו הרגלים שטופחו. כך גם כל התפקידים שאתם משחקים. כל הכרה אובייקטיבית בהעמדת הפנים שלכם מאפשרת לכם לרצות להיות באמת עמוקה יותר, לעזוב את הזיופים ולפגוש את החיים עם עמדות ישרות ואמיתיות (מדובר בהעמדת הפנים של התפקיד שלכם והעמדת הפנים של הפגיעות המתמשכות שלכם כיסבה לרגשות השליליים שלכם כלפי אנשים וחוויות החיים). ביצוע של כוונה כזו וזימון הכוחות הגבוהים שלכם, יעזרו לכם בצעד הרביעי. חלק אחר של צעד מספר ארבע הוא לשאול שאלה מדוייקת אודות ההוויה הפנימית ביותר שלכם. **"איזה גישה עלי לנקוט על מנת לחיות את חיי ללא העמדת פנים? מה ההרגשה כשיוצרים דרכים טובות יותר של תגובה לנסיונות שהחיים**

מביאים?" בתשובה לשאלה זו יתפתח משהו חדש. בתהליך זה של יצירה מחדש, יופיעו בקלות תגובות בריאות, עמידות, מתאימות ואמיתיות, מתוך טבעכם האמיתי, אותו אין צורך להסתיר. כאשר אתם יוצרים מחדש, נסחו את המשפטים שלכם בצורה מאוד תמציתית. הצהירו שמה שאתם עושים אינו עובד, למה זה לא עובד, ושברצונכם לפעול בדרך אחרת. אם מתכוונים למשפטים אלו באמת יש להם כוח יצירתי גדול. ניתן להתכוונן להם, ואכן תתכוונו להם, כאשר תבינו באופן מלא את הנזק שאתם עושים כאשר אתם נשארים בעמדות הישנות שלכם. אלו הם הצעדים של טיהור בדרך העמוקה והחיונית ביותר. לא ניתן לחשוב על טיהור מבלי לעבור ארבעה צעדים אלו. לא ניתן לחשוב על טיהור בלי לקבל עזרה פעילה. קשה מידי לעשות זאת לבד. זו אשליה מוחלטת לקוות, באופן מודע או בלתי מודע, שניתן להימנע, לפסוח או לטאטא את העימות עם ההיבטים האלו של ההויה שלכם, על ידי אמצעי קסם "רוחניים" כלשהם. הגשמה עצמית, מימוש עצמי, התכנסות למרכז הרוחני שלכם, או כל שם אחר בו ברצונכם להשתמש לצורך תאור מטרות חייכם, לא יתרחש אלא אם כן תתעמתו עם הצביעויות והשליליות העמוקים ביותר שבכם, והכוונה המחושבת שלכם להיות שלילים והרסניים, זדונים ושונאים, לעתים קרובות אפילו תוותרו על אושרכם רק כדי להעניש מישהו מעברכם. לראות זאת נראה תחילה כמכאיב, אבל יתברר שזה משהו. אלו מכם שעדיין לא גילו את עצמם, יגיעו לכך. אתם יכולים להתכוון לכך. לא תוכלו לאפשר לאושר להגיע לנשמתכם או לסלק את האשמה החודרת שאתם מבקשים לגרש בהסברים על ידי אשמות מזויפות, אלא אם כן תעברו את הצעדים הללו. **לא משנה עד כמה אתם מאמינים עכשיו שאחרים או שגחמות החיים מונעים מכם את מושא תשוקתכם, אתם עצמכם הנכם אלו שעושים זאת.** אתם תכניסו את מה שהחיים תמיד מוכנים להעניק לכם ביד רחבה, ברגע שתפנו מקום לכך (yours) בתוך התודעה והיצירה העצמית שלכם. רבים האנשים שרוצים להגיע לגבהים רוחניים אבל מטפחים אשליה לה אינם נותנים ביטוי, שניתן להימנע מלהתעמת עם מה שאני דן בו כאן. הם רצים ממקום למקום וכאשר הם פוגשים אמת אודות עצמם שאינה עריבה לחיך, הם בורחים. הצורך המדומה לברוח מתגלה כמתעתע. אין צורך להימלט מעצמכם. כאשר אינכם מתעמתים או אינכם נוגעים בעמדות ההרסניות, אתם חיים בדו ערכיות מכאיבה. כל עוד ברצונכם להיות שליליים, לעולם לא תוכלו ללכת בכיוון אחד. כי קיים העצמי האמיתי התובע בקול את האמת המוחלטת ומושך לכיוון הנגדי (מהכיוון השלילי). איחוד של הכיוון הפנימי יכול להתרחש רק כאשר האישיות אמיתית ובונה באופן כן שלא חבויה בו הרסנות. האם אתם יכולים להבחין בכאב הכרוך בקריעה לגזרים שנוצרת על ידי ההליכה לשני כיוונים מנוגדים? מאבק זה יותר מכאיב, מבלבל, ומשתק מכל מה שמתרחש בנפש האנושית. על מנת להחזיר על כנה את ההויה שלכם מהזמן שקדם לחיים על פני האדמה הזו, לפני שנהייתם מעורבים ביצירה שלילית, ולחוות מחדש את עצמכם כהויה הנצחית שהיא מהותכם הסופית, עליכם לשקול ולהתנסות באפשרות של יצירה חיובית. **אז תראו שליצור באופן חיובי זה הרבה יותר טבעי וקל**, זה תהליך אורגני. יצירה שלילית ועמדות הרסניות הן מלאכותיות ודורשות תכנון, גם אם הן נדמות לכם יותר טבעיות היות ושעכשיו אתם כבר רגילים להן. **החיובי נטול מאמץ**. כלאחר יד, נראה לכם שמאמץ גדול נדרש כדי לזנוח את השלילי שהפך במדה כה רבה להיות הטבע השני שלכם. המאמץ נראה גדול מידי היות שאתם עדיין מאמינים שעל ידי כך שתוותרו על השליליות תבראו חיוביות שהינה משהו חדש לחלוטין. אם זה היה ככה, ליצור חיוביות זאת, אכן היה באמת כמעט בלתי אפשרי ברוב המקרים. אבל ברגע שתבינו שהיצירה החיובית היא כבר שם בתוכם, אלא שהיא ניסתרת, ושהיא יכולה להתגלות ולהיראות ברגע שתרשו זאת, נטישת השליליות הופכת להקלה ממשא כבד שמשך אתכם כלפי מטה כל חייכם ובמהלך גלגולי חיים רבים שקדמו להם. בזמן שאתם שונאים, לא נותנים אמון, רואים את הדברים בצורה עגומה, או מצפים לגרוע ביותר ובכך מונעים תוצאה רצויה, כבר קיימת בתוכם היכולת לאהוב, לתת אמון ולדעת שהחיים טובים וניתן להאמין בהם. כל זה ועוד כבר קיים בתוכם, וזקוק רק לרשות להגיה, כמו שהשמש יוצאת מבין

העננים. אתם תראו שאפשר להרגיש את הזרם החיובי התחתי הזה. בו זמנית אתם תחו את השמחה העמוקה שמחלחלת לכלל ההויה של כל אדם שחוה את התגלית הזו. כאשר אנחנו אומרים **שאלוהים** הוא בתוכם, אנחנו מתכוונים בדיוק לכך. לא רק שבכל רגע במהלכו אתם זקוקים לה, זמינה לכם המודעות הגדולה עם החוכמה האינסופית ובעלת הטבע האישי ביותר, לא רק שיש שם יכולות של כוח יצירה ואנרגיה, רגשות של שמחה עילאית, אושר ותענוג נשגב שזמינים לכם בכל הרמות, אלא גם, ישר מתחת, בדיוק במקום בו אתם חולים עם השלילה שלכם, שוכנים "חיים ותיקים" חדשים, שבהם כל התגובות לכל האפשרויות הן ברורות, חזקות, משביעות רצון לחלוטין והולמות לכל מצב. גמישות ויצירתיות של התגובה כבר קיימות עכשיו, מאחורי התפקיד המזויף של העמדת פנים, מעבר לאחיזה של הרסנות. מתחת למוות השורר כלפי חוץ, קיימת רוח חיים מבעבעת כבר עכשיו. תחילה זה ינצנץ מבעד, רק לרגעים. בסופו של ענין זה יתבטא כאקלימכם הפנימי היציב. לפני שתוכלו לחיות בתוך אקלים יציב זה, עליכם לעבור דרך שני שלבים בסיסיים שעניינם השליליות שהאנושות עדין מעורבת בה. רוב בני האדם מוצאים את עצמם עדין בשלב הראשון של שליליות. שלב זה הוא השלב של ליזום שליליות. השלב השני הוא להגיב לשליליות. בשלב הראשון יש לכם תגובה אוטומטית למצבים עם הדפוס ההרסני שאמצתם אחרי כמה חוויות טראומטיות בשלב המוקדם של חייכם. אתם משמרים תגובות שליליות שבילדותכם לא יכולתם להימנע מאשר ליצור אותם, ואשר אז, בנסיבות דאז, הגנו על חייכם. אבל כאשר אותן התגובות חוזרות במצבים בשלב מאוחר יותר, כאשר אין יותר סיבות להשתמש בהם, אז תגובות אלו אינן רק נאורוטיות, אלא הן גם יוזמות שליליות, תוך התעלמות מהשאלה האם האנשים האחרים המעורבים מתנהגים באופן דומה להוריקם, או לא. ארבעה הצעדים שהסברתי בהרצאה זו נועדו כולם לסייע לכם להתמודד עם השלב הראשון. השלב השני עוסק רק בתגובה שלילית. כאשר אנשים שחררו את עצמם מליזום שליליות, וזה ברור להם, התגובות שלהם הן חיוביות כאשר אחרים אינם מגיבים באופן שלילי כלפיהם. אבל שליליות עדין מתלקחת כתגובה, כתוצאה מתגובותם שליליות של אחרים. אתם יכולים לאמר שזה טבעי לחלוטין, ובענין זה, על כל דבר ניתן לאמר שהוא "טבעי לחלוטין". אבל זה עדיין לא המצב המטוהר. אין זה המצב של אמת. להגיב בדרך זו לשליליות של אחרים זו עדין פעולה המבוססת על אשליה. **יש דרך טובה יותר להגיב.** למרות שהאדם האחר יכול באמת לפרוק עליכם כמות גדולה של עוינות בלתי מוצדקת, זו אשליה לפחוד מזה ולהפעיל את ההגנות השליליות שלכם. הרבה יותר מתאים שתסמכו על עצמכם כפי שאתם ללא נסיגה, בלי שתהפכו הגנתיים בדרך כלשהי, בלי שתהפכו להרסניים ברגשותיכם. אין צורך לראות את החיים עגומים וחסרי תקווה רק בגלל שמישהו התנהג בצורה הרסנית כלפיכם. לכן, התגובה השלילית הזו צריכה גם היא להייתיישר, אבל זה יכול להיעשות רק אחרי שליליות יזומה הושמדה. רוב המין האנושי עדין בשלב הראשון. כאשר הדבר הקלוש ביותר פועל כנגד המרקם שלכם, בכל עת שאתם חווים רמה כלשהי של תסכול, אתם נוטים להפעיל את התגובות השליליות המקוריות שלכם. אתם עושים זאת במקרים רבים גם כאמצעי זהירות, שמא תחו תסכול, עיכוב, ביקורת, או את השליליות של אחרים.

אני חושב שרובכם יכולים לחוש בחשיבות של הרצאה זו, במיוחד כאשר אתם משתמשים בה תוך התייחסות לחייכם, במקום להתייחס אליה כאל דיון תאורטי לחלוטין. אז היא תוכיח את עצמה כבעלת משמעות חיונית בהתפתחות האישית שלכם.

היו מבורכים.

המילים אהבה וכוח מקבלות משמעות חזקה יותר לגבי כל הנוכחים כאן.