

הזדהות והתכוונות – הזדהות עם העצמי הרוחני כדי להתגבר על התכוונות שלילית.

Identification and Intentionality: Identification with the Spiritual Self to overcome Negative Intentionality.

(נמסרה ב- 19 נוב. 1971)

ברכות ושלומות לכל הנוכחים. הניחו לעוצמת הרוח לעורר אתכם, לחיות, ולהתגלות דרככם. אזי תחיו בעולם האמיתי ולחייכם תהיה משמעות. כל צעד שאתם צועדים בכיוון זה מחולל אנרגיה חדשה. אתם שרוצים בכנות רוצים לגלות מי אתם, והמוכנים להעלות קורבן את הוויתור על תבניות חשיבה ותגובה עתיקות והרסניות, אתם תגלו את האוצר הייחודי שבתוככם. אז תהפוך המילה קורבן לאבסורדית, שכן אינכם מוותרים על דבר על מנת להרוויח הכול.

בחודשים האחרונים נוצרה אנרגיה חדשה בעלת עוצמה תוצאת המאמץ של כל יחיד ושל הקבוצה כולה. חוללתם משהו שהוא אכן גדול מחיי האנוש המוכרים לכם. הדבר נראה בבירור לכל אלה הרוצים לראות ולהבחין. נחוצה עיקשות מכוונת לעורר עצמך, כדי שלא לראות את ההתקדמות היוצאת מן הכלל שלכם; תנועה חדשה בחייכם הפנימיים והחיצוניים, התחדשות של רגשות, ועומק של התנסויות חדשות. הפכתם למודעים באופן חד הרבה יותר לעצמכם, וכתוצאה מכך החיים נפתחים יותר ויותר. באופן דומה ניכרת זרימה חדשה גם בתוך חיי הקבוצה, כמו גם בדינאמיקה ובחוויות התחושה, בכנות הרגשות, וביחסים ביניכם שהפכו יותר אינטימיים. יתר כן, עוצמת הכוח הרוחני תוצאת ממאמצים, היא כה גדולה שאפילו הסקפטיים ביותר מביניכם מתחילים לראות שהסקפטיות שלהם, היא עצמה, הגנה שאימצו לעצמם. בנקודה זו תקפות הנתיב איננה עוד תיאוריה או פילוסופיה. היא הפכה למציאות ולחוויה שאינה מוטלת עוד בספק.

ככל שאתם הופכים ליותר ויותר מבחינים ומכווננים כתוצאה מהתפתחותכם המואצת, אתם יודעים כי מציאות הרוח היא גדולה בהרבה מאותם הדברים בהם אתם נוגעים ואותם רואים. האנרגיה הרוחנית (ספיריטואלית) שאתם מחוללים הופכת לתמידית Self-perpetuating. הדבר ניכר בחייכם האישיים ובקשרים שלכם עם אחרים. כמובן, שגם אחר שהתקדמתם מאד, עדיין אתם צריכים להתמודד עם ההגנות שלכם, השליליות שטרם הומסה, ההתנגדויות, העיוותים והחשיכה. וכך, אנו חייבים לחרוש קדימה בעבודתנו, לאפשר זמינות של כוח רוחני נוסף כדי להכחיד את ההיבטים השליליים באישיותכם: להסיר עוד מהלא מציאותי, עוד מהמסיכה. וכמו תמיד יש צורך להכיר קודם באספקטים אלה באופן מלא, ולקבלם, לפני שניתן לוותר עליהם. שכן בלתי אפשרי להניח למשהו שאינך מכיר שקיים בך, ואשר סירבת או הנך מסרב לבטא.

ושוב, אני רוצה למצוא את המכנה המשותף שרובכם נמצאים בו בזמן הזה. זה מתייחס רק לאלה מכם ההולכים בנתיב בכל המובנים, ועם כל הסיוע הזמין. עבור אלה מייד יתברר שאתם נמצאים עכשיו בנקודה הקריטית אודותיה אשוחח הערב. חלקכם אולי כבר עברו אותה בכמה צעדים, אחרים אולי עדיין נאבקים לאמתה (את הנקודה של מודעות עצמית אודותיה מדובר), אך הם חשים שהם עומדים לפתחה. אולם רוב חבריי נמצאים בדיוק בנקודה אודותיה אשוחח עכשיו.

אני רוצה לדבר על הצורך להיות מודע לכוונותיכם השליליות שעד עתה היו צפונות ועכשיו הן מודעות. בעבר אפשרי שקיבלתם את התיאוריה שגם לכם יש "אני/עצמי נמוך", שיש לכם הרבה מגרעות ופגמים באישיות. יתכן שאפילו ניצבתם בפניהם והתמודדתם אתם באופן כנה וקונסטרוקטיבי. אך אין הדבר זהה ל**איתור ההתכוונות השלילית**, למרות שישנו חיבור בין זה האחרון לבין פגמים באישיות, דימויים ותפיסות שגויות, ורגשות הרסניים.

עובדה חשובה בפסיכולוגיה האנושית היא שמה שאנשים יראים מפניו, זה מה שהם רוצים בו באופן תת מודע. הנתיב כולו בנוי על עובדת חיים נכונה זו. רבים מכם ניצבים עכשיו באמת פנים אל פנים מול גישה שלילית בסיסית כנגד החיים: גישה המבטאת היעדר תשוקה לתת, לאהוב, לתרום, להושיט יד, לקבל, או לחיות בטוב ובפריון. אפשרי שהדבר נשמע לחלוטין בלתי מתקבל על הדעת, של הדעת המודעת, המייחלת ללא פחות מכל, או המירב, מכל הסיפוקים העולים על הדעת. אולם ישנו החלק הזה האחר של הנשמה, בפנינה חבויה של התודעה psyche, האומר בדיוק את ההיפך. אותו חלק רוצה לשנוא, רוצה להיות זדוני, למנוע – גם אם זה גורם לסבל ולמחסור/שלילה.

הכרה בחלק זה של הנשמה הוא בעל חשיבות עצומה. אין זה בהכרח חלק הארי של העצמי. למעשה, אפשרי שרק חלק קטן יחסית של המודעות נעול בשליליות, שעה שהחלק המשמעותי יותר נאבק עבור ההיפך. אין זה משנה כמה זעיר באופן יחסי הוא החלק הזה ביחס להיבטים המשוחררים החיוביים של העצמי, הוא, **החלק השלילי**, הינו בעל **כוח מגנטי** על חייו של האינדיבידואל, **משום שהוא איננו מוכר/מובחן באופן מודע**.

כאשר המודעות בדבר ההתכוונות השלילית צצה על פני השטח, מנצנצת בתוכם ההכרה עד כמה חזקה האחיזה שיש לגישה הרסנית זו עליכם. למרות הידיעה עד כמה מחריבה וחסרת תועלת היא, עדיין אתם מוצאים עצמכם לא מסוגלים, או לא רוצים, לזנוח אותה. יידרש מאמץ עצום להתגבר על ההתנגדות לפני שתוכלו לקבל ולהכיר בתוכם באמת זו ה"משקשקת" (מלשון שוק)/ גורמת לשוק בתחילתה, אודות חייכם. כעובדה, הרבה מן ההתנגדות שאתם פוגשים בעצמכם, ובחבריכם, מבוססת בדיוק על הסירוב להכיר בקיום הרס ושליליות נואלים שכאלה בתוך עצמכם.

אך כשבסופו של דבר כשאתם אכן רואים זאת, זו ברכה. אז אתם יכולים להתמודד עם שלילת החיים. ישנן מספר "סיבות" (אם ניתן לקרוא לזה כך) לשליליות, שלהן אתם כבר מודעים למדי. אף על פי כן יתכן שאינכם יכולים לזוז משם. אולם המפתח קיים בעצם העובדה שאתם יודעים שאתם **הנכם** הרוצים בידוד, בדידות, היעדר אהבה, שנאה, זדון. ואז במקום להאשים איזה גורל שירד עליכם התמימים, יש בידכם מפתח למציאת החוליה הבאה בשרשרת האכולוציה שלכם.

בנקודה זו חשוב לעשות הבחנה ברורה בין שליליות, להתכוונות שלילית. שליליות מכילה שדה רחב של רגשות הכוללים אשמה, עוינות, עיוותי מציאות, קנאה, גאווה, כעס, וזאת רק כדי לציין אחדים. אך כאשר אנו מדברים על התכוונות שלילית, אנו מתכוונים במפורש ל**כוונה להיאחז במצב של שלילת החיים ושלילת העצמי**. המילה הפשוטה כוונה מצביעה על כך שהעצמי הוא אחראי ועושה בחירה מכוונת לעשות, לבצע, ולהיות באופן מסוים. עכשיו, אפילו שאתם מודים/לוקחים על עצמכם (own up) את גישותיכם ההרסניות, האכזריות, הברוטליות, אתם תמיד מייצרים את הרושם שכאילו אינכם מסוגלים אלא להיות כפי שהנכם. אולם כאשר אתם חושפים את התכוונותכם השלילית, אינכם יכולים עוד לרמות את עצמכם שהשליליות פשוט "קורית" לכם. אתם חייבים במוקדם או במאוחר להתייצב מול העובדה שחייכם הם תוצאת בחירותיכם. ובחירה, מרמזת על האפשרות של אימוץ גישה אחרת. במילים אחרות, אתם יכולים לגלות ברמה העמוקה, שאתם **חופשיים**. אפילו גבולותיכם

הצרים עכשיו, הם תוצאת בחירה חופשית של מסלול שאתם הולכים בו, ותמשיכו ללכת בו עד שתחליטו לשנותו.

לדעת (mind) המודעת כוונות לשליליות שכאלה נראות מנוגדים לכל הגיון. אך היו בטוחים, ההתכוונות השלילית אכן קיימת. להודות ולעסוק בעובדה הזאת האופן נרחב ועמוק דורש מאבק ניכר, מאמץ, וסבלנות, כמו גם התגברות מבפנים על ההתנגדות. אינני מדבר על רמיזה הכרתית מעורפלת מדי פעם שנזנחת תוך זמן קצר. לעסוק באמת בכוונות השליליות שלכם הוא משבר מרכזי בחיים ומסמן שינוי בסיסי. אין זה משהו שניתן להגיע אליו ולעבור אותו בקלות.

בואו נתבונן עתה בכמה שלבים והתפתחויות בסיסיים בתהליך שינוי (transition) זה. יכולתם לצאת לנתיב שכזה ללא כל מודעות לכוונות השליליות העיקשות שלכם. כפי שאמרתי קודם, אילו הציבו בפניכם עובדה זו ממילא לא הייתם מאמינים, ובודאי לא מרגישים ומבחינים בה בתוכם. אולי הייתם ערים למספר פגמים וגישות הרסניות, לכמה התנהגויות ותחושות נירוטיות, אך אינני יכול להדגיש די שאין זה כלל דומה למצב של להיות מודעים **להתכוונותכם** השלילית.

כאשר עבודת הנתיב שלכם מתקדמת היטב ואתם רוכשים תובנה עמוקה וכנה יותר לתוך עצמכם, אתם מסוגלים לקבל יותר מתחושותיכם הטובות והכואבות. אתם רוכשים כוח ואובייקטיביות. על ידי התחייבותכם המחודשת לחזור ולהביט שוב ושוב בפני האמת שבכם, מתעוררות האנרגיות הספיריטואליות הטהורות ביותר, ואתם סופסוף מגיעים לגילוי השלילה המכוונת שלכם ביחס לכל הדברים הטובים בחיים. תגלו שככל שאתם מתוסכלים יותר מכך שלא השגתם את מה שאתם כה בלהט מתאוים לו, כך גדולה יותר הכוונה השלילית ופחותה נטייתכם לעסוק בכך. מתאם/קורלציה זה הוא חשוב ביותר. אותו הדבר בקשר לספקות: ככל שאתם חוששים יותר שמא מה שהנכם רוצים יתגשם, כך יש לכם פחות אמון בחיים, וכך אתם פחות מחוברים לרצון השלילי שלכם עצמכם.

הקשה ביותר הוא להודות בכך שהעצמי בוחר במכוון מסלול של הכחשה, זדון, שנאה, אפילו במחיר של סבל. אך ברגע שההודאה נעשתה הדלת נפתחת אל החופש, אפילו לפני שאתם ממש מוכנים לצעוד דרכה. אף אם זה לפני שהעצמי מוכן לעשות בחירה חדשה, עצם זמינותם של דרך אחרת, גישה אחרת לחיים, אפשרות להשקעה מחדש של האנרגיות והמשאבים שלכם, מביאה תקווה - - לא תקווה שקרית, אלא ציפייה ריאלית.

אתם תולים כל כך הרבה, ידידי, על תקוות שקריות - כל כך הרבה! אתם למעשה משקיעים את האנרגיות המעולות ביותר שלכם אל תוך פתרונות נירוטיים המבוססים על תקוות שווא או פשוט אשליות. אבל קיימת תקווה אמיתית, ריאלית, וניתנת להגשמה: תקווה שאיננה נידונה מראש להסתיים באכזבות והתפקחויות כואבות. תקווה זו גדלה לאט אבל בטוח אל תוך מציאות נראית ועובדות. תוצאתה בסיפוק עצמי והגשמה של הטוב ביותר בתוכם, מה שמאפשר גישה לכל מה שלחיים יש להציע. רק חישובו על כל הפוטנציאל שהחיים מציעים. הוא אינסופי, והוא שלכם, לבקשתכם.

אולם, ככל שחשוב לגלות את קיום ההתכוונות השלילית, מודעות לה אין פירושה וויתור עליה. אלה מכם שהגיעו עד הלום יודעים עד כמה זה נכון. אפשרי להכיר באופן מלא ולהודות בשליליות, ובאותה עת לא להיות כלל מוכנים ונכונים לוותר עליה. קורה לעיתים שההכרה בגישה הרסנית או מעוותת מסירים אותה באופן אוטומטי, אך אין זה תמיד כך. שוב ושוב מוכח, בתהליך עבודתו של כל אחד כמעט, שלמרות הידיעה עד כמה חסרת הגיון והרסנית היא ההתכוונות השלילית, נדרשת יותר מהכרה לפני שהמיינד, הרצון, והכוונה ניתנים לשינוי.

יש כמה סיבות לקושי זה. כמה מהחששות העיקריים הנם: הפחד מפני הבלתי נודע, הפחד להיפגע או להיות מושפל, הפחד והסירוב לחוות כאבי עבר והווה. גישה שלילית מתפקדת כהגנה כנגד רגשות אמיתיים. ההיאחזות ברצון שלילי היא גם תוצאת הסירוב לקחת אחריות אישית, לעסוק במה שהוא פחות מנסיבות אידיאליות. המקור לשלילת חיים זו הוא בילדות. בהווה זו עיקשותכם לכפות על "הוריקם הרעים" להיות "הורים טובים", מתוך אשמה ותוך שימוש באומללותכם כנשק נגדם. התכוונות שלילית היא גם אמצעי להעניש את החיים באופן כללי. אפשרי שחלקכם כבר חקר בשפע, אימת, ועבד על רגשות, תגובות וגישות אלה, ובכל זאת אתם עדיין מתעקשים לאחוז בהם. מדוע?

לעתים זו דרכו של הילד לשמר את עצמיותו. אם התנגדותו הפנימית של הילד לוותר על כוונה זו איננה נשמרת, האישיות מרגישה מאוימת: הילד משווה וויתור על ההתנגדות עם כניעה, עם וויתור על האינדיבידואליות שלו. רבים מכם מודעים לכך ויודעים את חוסר הטעם של דבקות בעמדה שפעם הייתה תקפה, אך בתוך הווה אין לה עוד תוקף, ויתר על כן היא הרסנית בו בעליל.

לאלו מכם שטרם הגיעו לגילוי העצמי זה ישמע בלתי נתפס שאדם יודה בגישה חסרת הגיון, בזבזנית, שאיננה מביאה אלא לתוצאות בלתי רצויות, ועדיין יתעקש לאחוז בה. מדוע הסירוב הטיפשי הזה מתקיים למרות שאתם יודעים שהוא מסב לכם ולאחרים כאב? הוא גורם לכם להפסיד את האפשרות לחיות במלאות ושמחה, וגורם לכם לאשמה והענשה עצמית. חייבת להיות סיבה רבת עוצמה ומרחיקת לכת מעבר לכל הגורמים שהוזכרו עד כה, נכונים לכשעצמם ככל שיהיו. רבים מכם תקועים בנקודה זו וזקוקים לעזרה כדי להתקדם מעבר לה.

מה באמת מונע מבעדכם לומר: "אינני רוצה לשנוא, אני רוצה לאהוב. אינני רוצה עוד למנוע, אני רוצה לתת ממיטבי לעולם. אינני זקוק לזדון/ ל"דווקא" שלי, ובאמת רוצה לוותר עליו. אני רוצה להושיט את עצמי, לתת לחיים, ולקבל במידה שווה את המיטב שיש לחיים להציע." אני מקווה שהרצאה זו תקדם אתכם בהבנת התנגדות זו.

כדי לעסוק בצוואר בקבוק זה, יש להתמקד בשלב הזהות. עם איזה חלק בתוכם אתם מזדהים? הזדהות מסוג זה איננה נבחרת על ידי האגו המודע. שוב, זה משהו שצריך להתגלות על ידי המוח המתבונן *your observing mind*. באיזה אופן אתם מחוברים עם החלקים השונים של הווייתכם?

למשל, אם אתם מזדהים לחלוטין עם האגו - החלק המודע, הרוצה, הפועל שלכם, הרי שאוטומטית אין אפשרות להביא לשינוי מעבר למחוז/אזור השליטה *the province* של האגו. שינוי פנימי של הגישות והרגשות העמוקים ביותר אינם יכולים להתרחש על ידי הפונקציות המוגבלות של האגו. יש צורך להזדהות עם אספקט הרבה יותר עמוק, רחב, ואפקטיבי של העצמי כדי בכלל להאמין באפשרות של שינוי שכזה. כל שינוי עמוק מגיע על ידי כך שהאגו מחייב את עצמו ברצון לשינוי, ובאמון שהוא ישים בתהליכים שיבצע העצמי- הרוחני- הלא- רצוני, כדי לחולל את השינוי. אם אין הזדהות עם העצמי הרוחני, האמון הנדרש והאקלים הנדרש, של ציפייה חיובית ללא לחץ, אינם יכולים להתקיים. ואם הם אינם מתקיימים, האדם אינו מסוגל אפילו לרצות אותם, שכן המשוכנעות בכישלון תזמן את חוסר האונים של האגו, באופן יותר מדי לא נעים. וכך, יהיה עדיף לאגו המוגבל לומר "אני לא רוצה" מאשר "אני לא יכול".

ברמה שטחית, מתקיים במדויק המצב ההפוך: "אינני רוצה" מוכחש על ידי "איני יכול". ברמה יותר עמוקה וסובטילית (חבויה/עדינה) זה מתהפך, פשוט משום שהאגו איננו רוצה להודות במגבלותיו, ועדיין העצמי לא מצא את הדרך להזדהות עם הרוח.

הזדהות יכולה להתקיים באופן מאד חיובי וקונסטרוקטיבי או באופן מאד שלילי, מכשיל, והרסני. ההבדל איננו נקבע על ידי הזדהותכם עם האחד או האחר מבין היבטי האישיות - - כאילו שהאחד טוב והאחר רע. הזדהות עם כל אחד מן ההיבטים שלכם (הפנים שלכם) יכולה להיות רצויה, בריאה, פורייה, או להיפך. למשל, אתם יכולים לחשוב, "איך יתכן שהזדהות עם העצמי הגבוה תהיה הרסנית?" או להיפך, "איך זה יכול להיות רצוי להזדהות עם האני הנמוך? אני אומר זה יכול להיות גם זה וגם זה.

אם אתם מזדהים עם האני הגבוה או עם רוחכם, מבלי להיות באמת מודעים לעצמי הנמוך, למסיכה העצמית, להגנות שלכם, ל"טריקים" הלא ישרים שלכם dishonest devices, ולהתכוונות השלילית שלכם, אזי ההזדהות שלכם עם העצמי הגבוה, הופכת לדרך מילוט ואשליה. בנסיבות אלו זאת איננה כלל חוויה כנה ואמיתית. זה יותר כמו להעלות מס שפתיים לפילוסופיה שאתם מאמינים בה ברמה לגמרי אינטלקטואלית. זה מאד יפה לדעת שאתם מניפסטציה (גישום) אלוהי, שיש לו בפוטנציאל עוצמה בלתי מוגבלת לשנות את עצמו ואת חייו, שאתם רוח היקום עצמו בתצורה נגלית. זו אמת. אולם זו רק חצי אמת כאשר סוג ההזדהות זה פוסח על אותו חלק בכם שזקוק להסתכלותכם המובחנת, ולתשומת לבכם הכנה.

באותו האופן, הזדהות עם העצמי הנמוך יכולה להיות רצויה או בלתי רצויה. אולי הטוב ביותר יהיה לנסח זאת כך: דבר אחד הוא להזדהות עם העצמי הנמוך או העצמי המסיכה, ודבר אחר הוא להתבונן בהם ולזהות אותם. כאשר אתם מזדהים עם העצמי הנמוך אתם חושבים שזה כל מה שיש בכם. כאשר אתם מזדהים אותו, מתבוננים בו, מקבלים אותו, מתמודדים איתו, אינכם מאמינים שזה כל מה שיש בכם. אילו זה היה כך לא הייתם יכולים לזהות, להתבונן, להעריך, לנתח ולשנות אותו. שכן החלק בתוככם שכל כך מתבונן, הוא בודאי יותר אחראי/בתפקיד מנהיגותי, יש לו יותר עוצמה, הוא יותר אקטיבי ויותר אמיתי מאשר החלק הנצפה, המוערך והמשתנה. ברגע שאתם מזדהים משהו, טוב, רע, או לא מובחן, **החלק המזוהה** הוא יותר **אתם** מאשר כל מה שזוהה על ידו, יהא אשר יהא. במילים אחרות, הצופה הוא יותר אמיתי ובשליטה in charge, מאשר הנצפה. זה ההבדל העצום בין לזהות משהו, לבין להיות מזוהה אתו.

מרגע שזוהו המסיכה, העצמי הנמוך, או ההתכוונות השלילית והמשחקים הלא ישרים, יש מקום לרגשות אמיתיים, כולל כאב, להיחוות ביושר, ואין עוד צורך להכחיש את הכאב. וזאת משום שהאנרגיה שאיננה מושקעת עוד בהכחשה תביא אתכם אל האמת. וכאשר תוכלו באמת להרגיש את רגשותיכם, אז תוכלו להזדהות עם האני הספיריטואלי (הרוחני).

כאשר מוותרים על התכוונות שלילית כבר אתם חווים את עצמכם כמשהו שהוא יותר מהעצמי הנמוך, שהאנרגיות שלו צריכות להיות מומסות בצורתן הנוכחית, להשתנות, ולהיתעל (להיות מתועלות) בדרך חדשה וטובה יותר. אך כאשר אתם שוב מאשררים את הסירוב הטיפשי להרפות מהרצון השלילי, זה משום שאתם מזדהים באופן מוחלט עם פן זה בעצמי שלכם. זה המצב למרות ההיבטים המפותחים שלכם ששם זה אולי כבר מזמן לא נכון. במילים אחרות, אין מצב מוחלט: אין זה נכון שאדם או שהוא מזוהה לחלוטין עם העצמי הנמוך או שהוא שבכלל כבר לא מזוהה איתו. כולכם תמיד צירופים. כמה מחלקי העצמי חופשיים ושם ניתן לחוש בהזדהות רוחנית עמוקה; ובו בזמן, היבטים שטרם זוהו בעצמי הנמוך, ורגשות שטרם הורגשו, יוצרים חלקית אקלים של שקיעה אל תוך העצמי הנמוך, בעוד העצמי חושש שמא זו המציאות היחידה שלו. הזדהות שלישית גם היא יכולה להתקיים,

וכעת עם האגו, שנתפס כפונקציה התקפה והאמינה היחידה. זה האופן שבו אנשים מפוצלים בהקשר להזדהות.

כאשר הזדהות סודית, אף אם חלקית, קיימת עם העצמי הנמוך, וויתור עליה נדמה כהשמדה עצמית לאותו חלק של העצמי שהוא הרסני, אכזר, שונא וזדוני, ולא עובר זמן רב עד אשר הוא נתפס כאני העצמי. השאר נדמה לא אמיתי - אולי אפילו מזויף. זה נראה כאמת במיוחד כאשר משתמשים בציפוי נוצץ אך מזויף לכסות על מציאות האני הנמוך. וויתור על שנאה, זדון, והתכוונות שלילית נראה כוויתור על עצם ההוויה. אי אפשר להסתכן בהשמדה עצמית ברורה שכזאת אפילו מול ההבטחה המנצנצת להגיע לכלל אושר וסיפוק כתוצאה מהקרבה זו. לכל היותר האושר הנצפה נדמה שהוא קיים למען אחרים שאינם אתם עצמכם המוכרים. מה התועלת באושר, סיפוק והנאה, כבוד עצמי, שפע, אם יכולים לחוות אותם רק אחרים ולא אתם עצמכם? תחושה או אקלים לא ברורים אלה המתקיימים בתוכם הם החלק שקשה ביותר להתגבר עליו, ואולי הם "ההתגברות השנייה" הקשה ביותר.

החלק הקשה הראשון הוא לבצע את ההתחייבות הראשונית לגלות את האמת על עצמכם. זה כולל התבוננות מנטאלית והודאה במחשבותיכם ורגשותיכם האמיתיים, חווית כל רגשותיכם, לקיחת אחריות עליהם בכל הרמות. אז אתם צריכים לענות לשאלה "כיצד אני מתיר את עצמי מהזדהות עם העצמי הנמוך שלי?"

כאשר אתם חווים את עצמכם כאמיתיים אך ורק בחלק הנמוך, במידה שזה נכון (לכל אחד), אינכם יכולים לוותר על האני הנמוך. הסירוב לעשות זאת הוא רצון חיים שהועתק ממקומו הנכון (או שהונח במקום לא נכון). אתם חיים באשליה כאילו מעבר להיבטים השליליים ביותר שלכם לא קיים שום דבר נוסף שהוא שלכם. אתם חשים אמיתיים ואנרגטיים רק כאשר נגלים שליליות והרסנות, ולא חשוב עד כמה הסביבה מפחיתה מכך curtains (בסלנג: "יורדת על זה") ומכריחה אתכם לחוות אנרגיה זו כאילו היא נמצאת רק בתוכם. תחושת המוות והשיתוק החיצוניים נדמים כאילו הם תוצאת "הוויתור" על הרוע; אבל כלל לא היה וויתור; וגם אין סיבה שיהיה. אותה אנרגיה יכולה להיות מומרת חזרה (מותמרת?) **reconverted** ברגע שהפסקתם להכחיש.

ידידי, הרשו לדבר הבא לשקוע בתודעתכם: התנגדותכם לוותר על מה שאתם שונאים ביותר בתוך עצמכם, היא תוצאת הזדהות לא נכונה. בנקודה זו רבים מכם מבולבלים בקשר לעצמכם. אינכם מבינים מדוע אינכם רוצים לזוז מהעמדה הפנימית הזו שהיא מאד נוחה אך גם מאד בלתי רצויה. אתם יודעים שעולם מופלא ממתין בחוץ. ואם אתם מכחישים עובדה זו אתם עושים זאת כדי להצדיק את עמדתכם: אם הכול בין כה כל כך עגום, אז אין שום דבר מוזר במצבכם. כה תכופות אתם גורמים לעצמכם להאמין שהעולם נורא וחסר משמעות. או, שאם לא זה המקרה, אז אינכם מסוגלים להביא לכך שאמונתכם בעולם טוב ויפה תגבר על התכוונותכם השלילית.

האופן שבו אתם קשורים וקפואים בעמדת הסרבנות לוותר על התכוונות שלילית הוא לא רק עיקש וזדוני. זה טיפשי מדי. אך העיקשות והזדוניות מקשיחים את עמדתכם, כך שהפחד מהשמדה עצמית שתקרה אם תוותרו על העצמי הנמוך, הופך לחזק יותר והשליליות מנצחת את עצמה. אתם חיים אז בעולם קטן הסוגר עליכם ושבו הגרוע ביותר שבכם הופך למציאות שלכם.

כיצד תמצאו את דרככם החוצה? הדבר הראשון לעשותו הוא לשאול את עצמכם: "האם זה באמת כל מה שהנני?" האם זה נכון שהמציאות שלי חדלה מלהתקיים כאשר אני מוותר על כוונתי ורצוני השליליים? האם זה כל המצוי בתוכי?" עצם העובדה שתעלו שאלות אלה בכנות כבר תיפתח דלת. אפילו לפני שהתשובות יגיעו - - והם בוודאי יציפו אתכם - - העובדה ששאלות אלה נשאלות תאפשר

לכם להגיע לשלב השני בתהליך זה, היכן שאתם מבינים שהחלק שמעלה את השאלות הללו, הוא כבר מעבר לזהות שהחזקתם בה עד עתה. כך אתם כבר בונים גשר חדש. משם והלאה לא יהיה כה קשה למצוא בתוכם את הקול העונה באופנים חדשים, מעבר לטווח המוגבל של העצמי הנמוך שעליו הורגלתם להגן בקנאות רבה כל כך.

צאו מעצמכם עם שאלות ניסוי, שאלות שתישאלנה עם רצון טוב, ואמון. זה הצעד הראשון למציאת הדרך החוצה מהכלא הפנימי של סבל מיותר. כאשר אתם עושים זאת, כבר אינכם מזוהים עם האני הנמוך שאינו יודע דבר מחוץ לקירות המגבילים ומסיק את זהותו, ואת המציאות שלו, מהיותו שלילי. במקום זה, אתם מגיעים לנקודה שבה אתם יכולים לזהות אותו מעמדת המשקיף. הזדהות עם המשקיף/ המתבונן הופכת אז לצעד המתרחק הראשון, ולהרחבה הראשונה מעבר לחוויית העצמי המוכרת.

נניח למשל שהתרגלתם לחוות את עצמכם כיהירים, קרים, ומלאי בוז. וויתור על גישה זו נדמית כמוות. אך מוות אל תוך מה? מוות אל תוך עצמכם האמיתי, היכן שמצויים הרגשות האמיתיים וההוויה האמיתית שלכם. אם אתם נכונים להרגיש את רגשותיכם ללא קשר לטבעם, תדעו מי אתם. אם אינכם מוכנים, אינכם יכולים אלא להישאר אותו "עצמי" קשה, קשיח, ומוגבל. זו הבחירה שלכם.

לא ניתן לטעון שברגע שתוותרו על התכוונותכם השלילית מיד תחוו אושר שמימי - - או אפילו ארצי. תחוו את רגשותיכם האמיתיים, חלקם כואבים למדי. אך הכאב יהיה "נוח" הרבה יותר לנשיאה, מאשר העמדה בה אתם אוהזים עכשיו. מעצם טבעם האמיתי (של הרגשות) הם ישאו אתכם לתוך מצבים חדשים וטובים יותר, כמו נהר החיים עצמו.

ההתחייבות לעולם חייבת להיות לאמת של העצמי - - מה שבאמת הוא מרגיש, חושב, והינו. כאשר התחייבות לעצמי היא המטרה, אינכם יכולים שלא לממש את עצמכם. תחוו עומקים חדשים של רגש. אפילו תקבלו בברכה את הכאב, שכן הוא אמיתי, וזורם, והוא לחלוטין אתם.

ייתכן שהתשובות הראשונות שתקבלו לשאלותיכם לא יגיעו עדיין מעצמכם העמוק והספיריטואלי. אפשרי שלא תחוו התגלויות קסומות, מראות, והשראות מיסטיות. התשובות הראשונות אולי יגיעו מהמינד המודע. יכולתכם לעצב אפשרויות ותשובות חדשות, ולהשתמש בידע האמת שכבר התמזג ברצון המודע שלכם, יחווה כבטוח ואמיתי ביותר. באותו הזמן הוא יעניק לכם מפתח חדש לשימוש בציוד העומד לרשותכם, בדרכים השונות מה"תלמים" המורגלים שלכם.

מחשבות כגון אלה אולי ייקחו בחשבון שלנסות התכוונות חיובית עשוי להיות מעניין ורצוי עבורכם. תוכלו תחילה לשחק בתיבנות מחשבות חדשות, שקילת אפשרויות ואלטרנטיבות אחרות באופן שבו אתם מכוונים את מנגנוני החשיבה שלכם. זוהי משימה מרגשת וכזאת שבאופן עקרוני איננה מחייבת אתכם לפעולה כלשהיא. משמעותה פשוט מתן מרחב חדש למיינד שהיה מאד מקובע. תמיד תוכלו להפעיל את זכותכם לחזור למצב הקודם, אינכם נכפים על ידי החיים ולא על ידי אחרים. זו תמיד הבחירה שלכם. ידיעה זו תפחית את הסיכון לכאורה בניסוי כיוון מחשבה אחר, והחשש מ"סופיותו". רק חיקרו כיצד זה מרגיש כשמתניעים התכוונות חיובית. ככל שאתם מאפשרים לעצמכם חירות חדשה זו, כך אתם בונים גשר נוסף להתרחבות העצמי. לאט לאט תהפכו לרגועים ותקשיבו לתוך עצמכם. תבחינו בקול הנמשך תדיר והנוכח תמיד של האמת ושל אלוהים. הוא יגבר בעצימות ותדירות עד אשר תכירו בכך שאתם הנכם כל מה שקיים. אין דבר שאינכם, ידידי. ייתכן שזה נשמע מאד רחוק מכם, אבל אין זה רחוק כפי שזה אולי נדמה עכשיו.

האם תוכלו לנסות ולעשות צעד זה לאחר ששמעתם הרצאה זו? אולי תוכלו למדוט ביחד, כקבוצה, ולעזור זה לזה בעשיית הצעד? יש לחזור עליו מספר פעמים, כמו ההתחייבות הראשונית למציאת האמת בתוכם. כל צעד קטן משחרר אנרגיה נוספת המקלה על הצעדים הבאים. תהליך כזה מסוגל לחולל אנרגיה ספיריטואלית עצומה אל תוך המדיטציה והמחויבות שלכם.

אתם שתעמידו עצמכם לרשות אפשרויות חדשות בתפיסה, בהבחנה, וביצירה של גישות פנימיות חדשות, תחוו את עושר היקום, את עושר המהות הפנימית ביותר שלו. פעולות חדשות וחוויות חיצוניות חדשות ינבעו ויזרמו מכך. אלו מכם הנשארים מוגבלים בתוך אפשרויותיכם הישנות, חייבים להישאר במצב חוסר שביעות רצון ללא קשר לעד כמה הנכם מפותחים ביחס לאחרים. אין עמידה על המקום. מי שעומד ללא תנועה כובל את עצמו. רק כשממשיכים להתרחב, באמת ניתן להפוך ולהיות עצמך.

כוח זהוב מרהיב רוצה לעשות את דרכו מבעד לעננים. העננים מתפזרים יותר ויותר. בה במידה שאתם לוקחים צעד, פשוט לקראת רצייה בו, העננים הופכים דקים יותר. בה במידה שאתם מתחבאים, מאחורי שליליות וספק, שהם ההגנה החזקה ביותר כנגד יציאה מהמאחז שלכם, שמש הזהב והעוצמה, אינה יכולה לחדור. אבל היא שם.

אל תאמינו שעליכם להפוך לאנשים אחרים. אתם הופכים לטוב ביותר שהנכם כבר. כשתהפכו לכך תכירו בכך. תיווכחו עד כמה זה מוכר, עד כמה זה מרגיש בטוח, עד כמה זה אתם! זה המיטב בכם. אינכם בוגדים במציאות שלכם, אינכם הופכים למשהו שעליכם להתבייש בו. נסו להאמין בכך. אלה שנמצאים כאן, שחררו מעט. תנו לאור להיכנס אליכם וקבלו את זה שהמציאות איננה עגמומית כל כך. זו אכן מציאות עתירת יופי. היקום מלא באהבה. אמת היא אהבה, ואהבה היא אמת. חירות רוחכם תימצא באמת ובאהבה. היו ברוכים, כולכם!

מה שקרה לאחר מכן לא ניתן להעברה למילים כתובות. זו הייתה חוויה מרגשת ביותר. נוצרה אנרגיה מאד חזקה שהניעה אחדים מחברינו לעשות את הצעד. זה הוביל לרגשות עזים ולבכי, אך סייענו זה לזה עם חיבה ואהבה באופן עמוק ואמיתי. הקבוצה כולה התרוממה אל מחוז חופשי ומשחרר יותר. למרבה הצער לא ניתן להעביר חוויות כאלה במילים. אך לפחות אנו רוצים שחברינו שלא נכחו ידעו מה אירע.

תרגמה : נילי 6.11.07

ההדגשים, הסוגריים הקטנים, ומתן מס' אופציות לתרגום כדי לנסות להגיע לדיוק, הם ביוזמתי. לא במקור.