

מבנה האישייות האנושית

לפני שניתן לקבל את העצמי ולשנותו לפי הצורך, יש קודם כל להבין אותו באופן יסודי. ועוד לפני שנוכל לנסות להבין, עלינו להכיר את המבנה הכללי של האישייות האנושית על שכבותיה וחלקיה השונים.

הרבה מאוד ידוע לנו כיום על מורכבותם הסבוכה של האזורים הלא מודעים, אשר לא פעם הולכים בכיוון הפוך לחלוטין לכוונות המודעות שלנו. גם בנושא זה יש סתירה. מצד אחד, הביטויים הגבוהים ביותר שלנו מגיעים ללא ספק מאזור לא מודע בעצמי ומקבלים ביטוי ספונטני, שלא פעם מפתיע אותנו לחלוטין. הגאון המדעי, האמן הדגול, ענק הרוח, הדחפים הנדיבים לאין שיעור של אנשים, כולם מגיעים כנראה מאזורים לא מודעים. לפתע פתאום הם מתבטאים – לא אחת כמוצרים מן-המוכן, וללא התערבות ההכרה המודעת.

מצד שני, חרף החשיבה והכוונה המודעות, שהן לרוב טובות, הגונות ולא אנוכיות, הדחפים הלא מודעים אינם כאלה. לפתע, כאשר איננו על המשמר, נטיות שפלות, לא נעימות ואפילו אכזריות יכולות להתגלות, לתדהמתו של הפרט, שמרגיש כי הן אינן תואמות את אופיו.

קיימות שתי אסכולות חשיבה בנוגע להכרה [mind] הלא מודעת. יש המאמינים שעיקרה הוא טוב, דגול, אלוהי אפילו. שלא נדרש אלא להתחבר אליה, והכל יהיה כשורה. יש האומרים שדי להטביע בה חשיבה מן הסוג הנכון, שאותה היא סופגת כמו ספוג, ובגלל טיבה האלוהי והיצירתי, היא תפיק את מה שהפרט זקוק לו.

מנגד יש הרואים את הלא מודע כהרסני, רע וטיפש בעיקרו, ועוין להגשמה האנושית. על האדם להילחם בו בעזרת ההיגיון, שהוא מודע. מכאן, הלא-מודע ההרסני מול ההכרה [mind] הבונה והמודעת.

אף לא אחת משתי קבוצות אלו לא תתבטא בבוטות שכזאת אך ביסודו של דבר, הגישה שלהם, היחס, ההתנהגות, שיטות העבודה שלהם והתגובות הרגשיות שלהם יתאימו לאחת משתי דעות חד-צדדיות אלו.

האמת היא ששתיהן צודקות. ההכרה [mind] המודעת של האדם מחונכת ומכוונת בדרך כלל לעשות, לחשוב, ואפילו להשתדל להרגיש בהתאם לאידיאלים הגבוהים ביותר. באמצעות משמעת עצמית ניתן להמשיך בכך – עד שמתעורר משבר; עד שהעמידה על המשמר חדלה לתפקד מסיבה זו או אחרת. החלק שהאדם מתבייש בו ומנסה להכחישו מקבל ביטוי חיצוני. מאחר שהוא לא נותן לעצמו בדרך כלל הזדמנות לחקור, להתמודד, להתייבב מול החלק הלא רצוי שבו - מתוך מחשבה ילדותית שמדיניות בת היענה הזו תמחה את קיומו [של החלק הלא רצוי] – האדם אינו יכול לגלות מה הוא באמת. הוא גם לא שם לב להשפעה האמיתית מאוד שיש לרגשות הלא רצויים, המודחקים והמדוכאים האלו עליו ועל סביבתו. הדחקה מנתקת מודעות, ולכן הוא מפסיק לראות את הקשר שבין הדחפים הלא רצויים שלו לבין תחושות הדיכאון, הניכור-העצמי ואי-הנוחות הרגשית, שגם הן לא רצויות באותה המידה. הוא גם לא שם לב שהוא מקרין אווירה שחייבת להרחיק ממנו את האחרים – באותה מידה של ודאות בטווח הארוך, כאילו ביטא בפועל את עמדותיו ההרסניות. יתר על כן, הוא לא יכול לגלות שמתחת לכל אותם רגשות לא רצויים קיימים כל הערכים הנעלים ביותר וההיבטים הבונים ביותר שניתן לייחל להם.

כפיית [סופר-אימפוזיציה] התנהגות נכונה אינה יכולה לשכנע את האדם שהוא טוב, נדיב ונעים מיסודו. ההליך היחיד שמאפשר לו את המודעות הזו הוא האומץ להתייבב תחילה מול הצד שבו, שהוא ההפך ממה שהאדם שואף להיות.

זו הסיבה לכך שמספר ניכר של אנשים משוכנעים ב"רוע" הטבוע באדם. כל מה שביכולתם לראות הוא את הכיסוי השטחי והלא אמיתי, שאינו יכול באמת להיקרא טוב; את הצד ההרסני והנסתר הזה, המתגלה כנגד רצון האדם ולעיתים קרובות ללא ידיעתו. אבל אחרים יודעים על צד זה, בעוד שהוא עצמו שם לב רק לתוצאות – ואז מרגיש שנעשה לו עוול.

אלו המשוכנעים שהאדם שפל מטבעו, מתגאים ב"ריאליזם" שלהם ומייחסים כל מעשה של גדולה, נדיבות, טוב לב ואהבה למניעים נסתרים, למטרות אנוכיות ולהעמדת פנים. עיוורון ובלבול כאלו ביחס להעמדת הפנים ולסופר-אימפוזיציה האמיתיים, הם תוצאה של מרירות אישית גדולה.

כל מי שרכש מידה מסוימת של תובנה לגבי עצמו ולגבי החיים, לא יכול שלא לגלות בסופו של דבר את הטבע הגבוה, או את העצמי הגבוה שקיים באדם. ניתן גם לקרוא לזה העצמי האמיתי, שכן כאשר אדם נמצא במצבו הטבעי ביותר והבלתי מתגונן, כשהוא מתעלה מעל הבלבול והחרדה שלו, מעל המתח והיומרות שלו, הוא מתפקד מתוך מרכז הווייתו. במרכז פנימי זה נמצאות כל החוכמה, האמת, העוצמה והאהבה. לכן, העצמי האמיתי או הגבוה נקרא גם הניצוץ האלוהי שבאדם. כאן נמצא את אלוהים שבתוך האדם – כפי שנאמר בכתבי הקודש.

בכל שם שנקרה לזה, אין ספק שמקורו [של הניצוץ] באלוהים; שאצל כולם – לא רק אצל יחידים נבחרים – נמצא את האוצר הזה, גם אצל אלה שיכולים כרגע לבטא רק הרסנות. יצירת קשר עם המרכז הפנימי היא תוצאה בלתי נמנעת של נתיב ההתמרה ודומיו. היכן שיש כיסוי סמך מדי של דעות שגויות, תפיסות מוטעות ומגבלות – וכתוצאה מכך של רגשות הרסניים של פחד ושנאה – לא די להיות מודע לקיומו [של הניצוץ]. לפני שניתן ליצור איתו קשר, חובה עלינו לפזר את הערפל, ואת זה נוכל לעשות רק כאשר נזהה ממה עשוי הערפל; מהן הדעות המוטעות הספציפיות שמייצרות את העמדות והתחושות השליליות. חשוב להבין שתפיסות מוטעות ותחושות שליליות מכסות על העצמי הגבוה.

בדיוק כשם שכל בן אנוש הוא עצמי גבוה או עצמי אמיתי, כך ניתן לומר שכל בן אנוש גם הפך זמנית לעצמי נמוך (לאמיתו של דבר לא נכון לומר לא על העצמי הגבוה ולא על העצמי הנמוך שהם שייכים לאדם). האדם יכול שלא להיות מודע לשניהם באותה המידה. הצד הנפלא באמת של קיומו, כמו גם הכיסוי המלאכותי, המטיל משמעת על העצמי הנמוך כדי להעלימו כביכול, הופכים לא פעם את העצמי הנמוך לבלתי ניתן לגילוי. רק כאשר אדם נעשה מודע לקיום העצמי הנמוך ומבין את פעולתו, רק אז הוא יכול להמיס אותו בהדרגה, שכן רק אז הוא מגלה שהאנוכיות, ופגמים אחרים באופיו, אינם מספקים לו הגנה וגם אינם מביאים לו יתרון כלשהו אלא להפך. כאשר האדם הגיע בהתפתחות ההבנה שלו לנקודה שבה הבין כי במציאות, מה שמביא לו תועלת חייב להיות גם מה שמביא תועלת לאחרים, כשם שמה שפועל לרעת אחרים פועל גם לרעתו, הוא מתעלה מעל עולם הרושם החיצוני על אשליותיו. הוא חדל אז להיות אחוז דיבוק [כפייתיות] בכל הנוגע לפגמים ולחולשות שלו והם נושרים ממנו בהדרגה. אבל הדבר לא יכול להתרחש אם הוא רק מתאמץ משום שנאמר לו שכך נכון מבחינה מוסרית.

כדי להכיר את העצמי הנמוך, אדם חייב להיות מוכן לפגוש בו ללא האשמה-עצמית וללא דחייה-עצמית מוחלטת. הוא חייב לא לאבד פרופורציה, אלא להבין שקיום התכונות השפלות אינו מסלק את קיום הערכים הגבוהים שבו; עליו להיות מוכן לקבל את עצמו, כמו שהוא כרגע, לנסות להכיר את כל כולו, ללא התפנקות. עם גישה כזו יש לו סיכוי מצוין לחקור את כל הקיים בו, חבוי כגלוי, ובעקבות זאת לחדול ממנהגו לפגוע בעצמו ובאחרים. כשהעצמי הנמוך ירים ראש, האדם

יהיה מוכן לפגוש בו בכנות, ועל-ידי פיתוח מתמיד של הבנה למקורו, לחוליות החיבור שלו ולתגובות השרשרת [שהוא מעורר], העצמי הנמוך יאבד מכוחו – לא רק על פני השטח ולמען הרושם בעיני אחרים, אלא באמת, עמוק בתוך האדם, עד שהעצמי הנמוך יחדל להוליד אי שקט, נפרדות, כפייתיות, חוסר תקווה ודפוסי התנהגות בלתי רצויים.

ניתן אם כן לראות שהלא מודע מכיל את העצמי הגבוה ואת העצמי הנמוך גם יחד. העצמי הגבוה והעצמי הנמוך מתבטאים בהכרה [mind] המודעת של האדם גם כן. לא רק תכונות מוסריות ואתיות, או היפוכן, חלים על כל אחד מהם, אלא גם כל מיני היבטים אנושיים אחרים, כמו כישירויות, תבונה [אינטליגנציה], הישגים, בריאות, סיבולת, אנרגיה [מרץ], יופי – או היפוכם.

במובן מסוים אם כן, המחפש יוכל למצוא את העצמי העליון רק אחרי שהתייצב באומץ מול העצמי הנמוך שלו. אך לעיתים תכופות הוא מפחד מזה ובורח מזה. שחרור אמיתי מתרחש רק כשהאדם חדל לפחד ולהתחמק מכל היבט והיבט בעצמי החבוי ביותר שלו.

העצמי הגבוה מכוסה על ידי העצמי הנמוך, והעצמי הנמוך מכוסה לעיתים קרובות בשכבה נוספת – אנחנו יכולים לקרוא לה עצמי המסכה, או עצמי כוזב או העצמי האידיאלי. כיסוי מתחזה זה לא נועד רק לאחרים, אלא גם להנאה עצמית.

יש הבדל עצום בין הגדולה, האהבה, החמלה, הנדיבות, חוסר האנוכיות, היצירתיות והחוכמה האמיתיים של האדם, לבין חזות חיצונית שמחקה את כל התכונות האלו. כל אדם רגיש ומודע מבחין מיד בהבדל, וגם אנשים שלא התעוררו קולטים זאת לא במודע אך בדיוק רב, ומגיבים למה שיש באמת, אם כי הם לא יודעים אולי מדוע הם מגיבים בדרך מסוימת, המנוגדת למה שנראה הולם. העצמי הגבוה הוא תופעה ספונטנית אמיתית. אין מאמץ, אין דרמה, אין תחושת הקרבה מזויפת אצל הנותן, כמו גם אצל המקבל, וגם אין תחושה שחובה על האדם לעשות, לומר, לחשוב או להרגיש באופן מסוים. עצמי המסכה הוא חיקוי של העצמי שקדם לו [העצמי הגבוה], מונע על ידי אשמה, בושה מחשיפה, רצון לציית לכללים ופחד מאי קבלה. עצמי המסכה פועל ומתבטא מתוך מטרות אנוכיות ומונע על ידי פחד. העצמי הגבוה או האמיתי עוסק באמת, במה שהוא לב העניין, ללא תחבולות, ללא מניעים מתחלפים, בלי התחזות או פחד. עוד ניכנס עמוק יותר להיבטים ולפרטים של עצמי המסכה, או העצמי האידיאלי, בשלב מאוחר יותר.

העצמי הנמוך של האדם הוא לא רק אנוכי, אכזר, מלא פגמים ומניעים לא כנים. הוא מעל לכל בור. הוא חסר מודעות, חזון, חוכמה. הוא שופט אך ורק על פי החיצוניות, על פי מסקנות שטחיות, הוא עושה הכללות כוזבות בדרך שטוחה, דו-מימדית ורדודה. לכן הוא חי באשליה, והדבר יכול לפעמים להשפיע על אחרים בדרך הרסנית ושלילית. הדבר משפיע מיידית, ישירות ותמיד על העצמי. לא רק בכך שאחרים מועדים לנקום אם הם מרגישים ניוזקים, כך שמעשה אנוכי המועיל לכאורה לאדם עצמו מתברר כמזיק מאוד בטווח הארוך, אלא גם בכך שהעצמי הנמוך כופה הצטמצמות ומגבלות לא הכרחיות, ותמיד מניע את האדם להמשיך בתבניות התנהגות לא מועילות ומזיקות. לדוגמה, אותו עצמי נמוך ונבער, לעתים קרובות מחמיץ הגשמה, נרתע מהרחבת היקף הביטוי העצמי של האדם ומהתנסויות יפהפיות, רק משום שנראה שמוסרי לסבול, להקריב – גם אם הקרבה כזו לא מועילה לאיש, בעוד שהגשמה תוכל להעשיר לא רק את העצמי, אלא גם אחרים. מעלה אמיתית אינה יכולה להיות נטולת סיבה, תבונה, תכליתיות.

שלושה צדדים מהותיים אלה בטבע האדם – העצמי הגבוה או האמיתי, העצמי הנמוך, ועצמי המסכה או העצמי האידיאלי – אינם אלא מבט כולל גולמי על המנגנון המורכב והסבוכ שהאדם הוא. האדם מורכב מרכיבים רבים. ריבוי זה הוא הסיבה לפוטנציאל העשיר שהאדם מייצג, אך הוא גם הסיבה לבלבול ולהיפוך; כשהחלקים השונים אינם פועלים יחד בהרמוניה כדי לסייע זה לזה ולהשלים זה את זה הדדית, התוצאה היא חוסר איזון והפרעות.

כל אימת שהשלם מורכב מכמה חלקים שאמורים לתפקד יחד כדי ליצור שלם פרודוקטיבי, ניתן לדבר על יחידה כזו כעל ארגון. אם החלקים הנחוצים אינם "מאורגנים" כראוי, השלם אינו מתפקד כמו שצריך. הבה נחשוב לדוגמה על חברה עסקית. בארגון מסוגו יש מנהלים שונים הממלאים כל אחד מטלה מסוימת, תחומי אחריות ספציפיים. אם אחד מהם עוזב, חובה להחליפו, אחרת הארגון לא יוכל לתפקד – או יתפקד בפחות יעילות. אם אחד או כמה מנהלים עובדים בחוסר יעילות, או בלי לשתף פעולה זה עם זה, הארגון, כשלם, סובל – ואף עלול לחדול מלהתקיים.

אותו העיקרון חל גם על אישיותו הפנימית של האדם. אצל האדם הממוצע, לא כל היכולות הפנימיות פועלות כשורה, לא כפי שהיו אמורות לתפקד. כתוצאה מכך, דרגת המודעות שלו נמוכה מיכולתו האמיתית והוא רק חצי חי – לא פעם הרבה פחות מזה. אם כל החלקים בארגון הפנימי פועלים יחד בהרמוניה, הם מחזקים זה את זה והמודעות עולה בהתאם. פירוש הדבר הגבהה שלא תתואר בחוויה, במלאות החיים, בשימוש הממשי בנכסים הכלולים באישיות, ובהרחקת קו הגבול של המגבלות האנושיות במידה שלא תאומן.

פילוסופיה, דת, מדע, כולם מחלקים לתת-חלוקות משלהם את כוליות האישיות האנושית. כל האנשים החושבים יודעים שהאדם אינו רק יצור פיסי ותו לא. לדוגמה, בדתות המערב יש תת-חלוקות של האדם לגוף, נשמה ורוח. דתות המזרח מניחות שהאדם מצויד בכמה "גופים סמויים" ומקצות "גוף" ספציפי, מחומר מעודן יותר מאשר החומר הפיסי, לאותו חלק באינדיבידואל שחושב; לחלק שמרגיש; לחלק שמפעיל כוח-רצון.

שתי הגישות הרוחניות מסכימות על קיומו של עצמי גבוה או עצמי אמיתי באדם. יש גם סיעות בפסיכולוגיה המודרנית המניחות את קיומו של מרכז פנימי, יצירתי. להגיע אליו, ליצור איתו קשר, זו נחשבת המטרה העליונה.

לעתים קרובות הפסיכולוגיה מחלקת את האדם – בנוסף לחלוקה להכרה [mind] מודעת ולא-מודעת – לתת-חלוקות: עצמי אינסטינקטואלי, המונע בעיקר על ידי דחפים עיוורים וגולמיים; עצמי מודע, רצוני [willing] ופועל [acting] – האגו; ומצפון [conscience], שאותו מורישות לאדם המשפחה, החברה וסביבתו האישית. כל זה נכון עד מאוד, אך בכליות האדם יש הרבה הרבה יותר.

יהיו הגישה או הטרמינולוגיה אשר יהיו, ברור שכל החלקים השונים של האינדיבידואל חייבים להתכוון לאותו הכיוון, להיות מונעים על ידי היגיון זהה, על מנת לשרות בהרמוניה ובאינטגרציה. כאשר, למשל, המעשים והחשיבה המודעים של אדם פונים לכיוון אחד בעוד שברגשותיו החבוים הוא מייחל למשהו הפוך מכל וכל, הוא חלוק בתוך עצמו, הוא קרוע. הדבר מטיל עליו משא ומתח כבדים, שבסופו של דבר פוגמים בבריאותו. היות שהוא מרגיש במלחמה עם עצמו, הוא לא יכול שלא להיות במלחמה עם העולם, כמו גם עם אחרים; הוא לא יכול בשום אופן להרגיש בבית בחייו, מכיוון שאינו חש בנוח עם עצמו. המטרה לגרום לאדם להיות שלם הוליסטי, מאוחד עם עצמו, צריכה להיות המטרה העיקרית של כל הדתות. זו כמובן גם המטרה של הפסיכולוגיה הרגילה.

דבר אחד ברור: כאשר קיים בו איחוד, האדם נמצא בקשר עם העצמי הגבוה או האמיתי שלו, והוא מונע ונשלט על ידו. שכבות הכיסוי הנוספות, שאינן מתואמות עם חוכמה עליונה זו, נושרות. מסך הערפל העשוי מאשליה וחוסר הבנה מורם. העצמי האמיתי הוא אוטונומי; אין לו כל אפשרות להיות חלוק עם עצמו. השכבות הנוספות, שהתהוו בעקבות אי הבנה ובורות, אינן יודעות על קיומו השקט. הן מסלפות את מסריו. העצמי הגבוה או האמיתי מונע על ידי חזון

בטווח הגדול והרחב ביותר שאפשר; העצמי הנמוך רואה רק את הנושא [העניין] המייד, לא משנה עד כמה מטעה יכול הדבר להיות.

לפעמים, בנושאים מסוימים, היעד עשוי להיות זהה. שניהם, העצמי הגבוה והעצמי הנמוך רוצים את אותה התוצאה. אולם הדבר קורה מסיבות וממניעים שונים לחלוטין, ומלווה ברגשות שונים לחלוטין. לעתים קרובות בלתי אפשרי לשנות באופן מידי את המניעים של העצמי הנמוך, אך הדבר החשוב מכל הוא שהאדם יהיה מודע לנוכחות העצמי הנמוך במלוא החרירות, כמו גם לנוכחות מניעים מן העצמי האמיתי. קבלה עצמית וכוונת עצמית כאלה מאחדים [integrate] את האישיות עוד הרבה לפני שמניעים נמוכים יכולים להיעלם באמת ובתמים. מצב זה של מודעות עצמית ושל קבלה עצמית של האדם את מה שהוא, ברוח מציאותית, הוא מהותי ל[מעשה ה]איחוד.

הבה ניקח את הדוגמה הבאה: הישג בתחום הומניטארי יכול לנבוע הן מהעצמי הגבוה והן מהעצמי הנמוך. העצמי הגבוה רוצה לממש את ההישג לצורך הגברת אושרם של אחרים ושל העצמי. האחד אינו שולל את האחר. אין הסתייגויות הנובעות מן האמונה השגויה הרווחת שהצלחה ושביעות רצון של האגו היא עוולה. לכן אין רגשות אשמה או הסתייגויות לגבי השאיפה אל היעד. זרם שקט של רצון ביעד ופתיחות אליו זורם אל תוך האטמוספירה. בו בזמן, העצמי הנמוך יכול לשאוף אל אותו היעד, אך מתוך רצון להרשים אחרים, להמעיט בערכם ולגבור עליהם, בפרט אלו שהאדם חש מהם זלזול. כשלעצמו, זהו מניע הרסני, אך הבה נניח שהאדם אינו יכול עדיין לוותר על מניעים כאלה. בתוך עצמו לא נמצאה לו הבנה מספקת למציאות ולאמת כדי להמיס את התשוקות האלה עד תומן. אם עובדה זו גורמת לו אשמה ומעוררת את הרעיון שאין הוא ראוי ליעד, יתעורר קונפליקט חריף בנשמתו של אדם זה. הוא ינסה לסלק בכוח את המניעים העיקשים והשליליים, אבל יצליח רק לדחוק אותם מתחת לפני השטח, שם הם נשארים, חזקים מתמיד בשל חוסר פיקוח. מאידך, אם האדם מודע לתחושות אלו ושומר על שלוה, הוא יתפוס שהן אינן הופכות אותו לפושע. הוא לא פועל בשום דרך הרסנית. הוא מתייבב באומץ מול העובדה שגם לו יש עצמי נמוך, על יעדיו הילדותיים, ושהדבר כלל אינו שולל את המניעים הגבוהים והבוניים של היעד עצמו. מודעות כזו לא יכולה שלא להחליש בסופו של דבר את עוצמת המניעים של העצמי הנמוך. הם פחות נחוצים, גם אם מקורם האמיתי נותר מעורפל. גישה ישרת לב והגיונית כזו כלפי העצמי מובילה את האדם להבין ביתר זריזות את המקורות של כל התכונות הטובות בעצמי הנמוך.

מודעות עצמית מגבשת את העצמי האמיתי במידה כה גדולה עד שמסריו נעשים מובנים לאדם. בכל פעם שהאדם נתקף אי שביעות רצון, חרדה, אי-שקט או רגשות שליליים אחרים, עליו לחקור בכוונה תחילה את משמעותם הפנימית ואת חשיבותם האמיתית של רגשותיו. אם יצלול עמוק לתוך עצמו ויבקש תשובה, עד מהרה הוא יתחיל להבין איך סטה מן הנתיב שהוכן עבורו על ידי העצמי האמיתי שלו. המסר האמיתי [מהעצמי הגבוה] עשוי להיות: "פנה לתוכי פנימה, מצא אותי ושחרר את כל נכסי הטבעיים. אני דורך במקום ולא מממש את עצמי. בגלל זה אני לא מאושר". המסר הלא מובן כהלכה שפרשנותו מסולפת עשוי להיות: "אני כל כך גרוע, לא צודק ולא מספיק טוב שאין לי כל תקנה. אני כל כך לא מושלם שאין לי כל תקווה". כל כישלון אנושי מועצם בהפרזה [על ידי האדם], אם לא כלפי חוץ ברמת החשיבה, הרי שבתגובות רגשיות כלפי עצמו, המתבטאות בהגנות שהציב כדי למנוע ביקורת מהעצמי או מאחרים.

העצמי האמיתי לא שוגה לעולם. הוא אינו שועה לכללים עיוורים וקשיחים. הוא אינדיבידואלי ביותר ותמיד מוביל למימוש, להגשמה ולתוצאות מועילות לכל הנוגעים בדבר, בלי לגרום נזק לאיש. המוח החיצוני הקטן והמוגבל עומד תכופות מול חלופות שיש בהן משהו טוב מצד אחד, אך גרוע מצד אחר; שלטובת האחד, אך לרעת האחר. מרכז הווייתו הפנימי של אדם –

שהוא מציאות חייו ונמצא עמוק בפנים ופתוח בפני כל אחד – מתגבר [transcends] על האשליה וביטוייה וחודר לאמת האולטימטיבית, שם לא קיימים קונפליקטים מסוג זה. הדבר נכון הן לגבי תחומים רגילים ביותר והן לגדולות ולחשובות שבשאלות החיים.

הצהרה כזו יכולה להישמע נועזת, או אפילו "לא מציאותית" ודמיונית. היסקים ונימוקים אינטלקטואליים לא יוכיחו כלום לכאן או לכאן, אולם כל מי שהולך בנתיב ההתמרה מקבל הזדמנות לוודא את אמיתות האמירות האלה. כאשר העצמי הגבוה מתבטא, הכל נכון עמוקות, מכל נקודת מבט, לכל הנוגעים בדבר. הוא לא מותיר אחריו זכר לספק או להרגשה לא נוחה.

הסיבה שבגללה ניתן להחליף בין העצמי הגבוה לעצמי האמיתי היא זו, שהעצמי האמיתי הוא החלק היחיד באדם שהוא נצחי, אמיתי, ואינו ניתן להכחדה. כל שאר הביטויים של האדם הם ארעיים, ולפיכך לא אמתיים.

בשל בורותו, האדם לא שועה למסר מן העצמי האמיתי ולא מבין אותו. האדם אפילו לא מודע לעובדה שיש לו אפשרות לקבל הדרכה מיכולת פנימית בתוכו המביאה אליו את כל מה שהוא צריך ורוצה. הזנחה ובורות אלו יוצרות בהשפעתן עוד ועוד תסבוכת ובלבול, ומקשות עליו יותר ויותר להיחלץ מן המבוך שנוצר עקב ההתעלמות המתמשכת, אותם עיוורון וחירשות מכוונים כמעט.

כפי שכבר ציינתי – ולא יהיה מנוס מלחזור ולהזכיר – הדרך שבה אדם חושב, מרגיש ומפעיל את רצונו קובעת את חייו, את כל הדפוסים שהוא יחזור ויחווה שוב ושוב – בקצרה, את גורלו. האדם הוא תולדת סך כל העמדות שלו, מושגיו, אמונותיו, רגשותיו. עמדות מורכבות ממשכבות, מרגשות ומהרצון. נכון באותה המידה גם שעמדות נקבעות על ידי מחשבות, רגשות והרצון. כפי שגם ציינתי, עמדות יכולות להתפצל לכיוונים מנוגדים. לאדם יכולה להיות דעה ברמה החיצונית, אך בתוך תוכו הוא עשוי גם לחשוב בדיוק את ההפך. אדם יכול לאהוב, וגם לשנוא, את אותו האדם. לא פעם, רק מערכת אחת בלבד של מחשבות או רגשות – ולפיכך של זרם-רצון – נמצאת במודעות. היות שלא רק הכיוונים המודעים של מחשבות, של רגשות ושל רצון מכריעים את חי האדם, אלא באותה המידה גם הצד החבוי, הרי שחיוני להעלות את הצד החבוי למודעות.

היום ידוע כי כל חפץ חומרי הוא אנרגיה. דרושה תובנה מדעית אדירה כדי להבין שרהיט פשוט, למשל, הוא תחנת כוח לסיפוק אנרגיה. העובדה שהאדם התעלם מכך עד לאחרונה לא שינתה את האמת.

אולי כך יקל עלינו להבין שמחשבות ורגשות, שכיווני הרצון ונביעתו מהווים גם הם אנרגיה עזה. חפצים דוממים הם אנרגיה מאובנת שיש לשחררה אם ברצוננו להפעילה. מחשבות, רגשות, רצון הם אנרגיה גמישה, עובדת ופעילה. לא אנרגיה מאובנת של חפצים דוממים, וגם לא האנרגיה הזורמת שמבטא האדם אינן נראות בעין בלתי מזוינת.

כאשר ההולכים בנתיב ההתמרה מבינים ביסודיות את משמעות ההצהרה הזו, הם משלימים בכך חלק חשוב מאוד מעבודת ההכנה. הם מבינים אז כי המושגים והרעיונות של אדם מעצבים את מחשבותיו ואת רגשותיו בהתאם, וכי הם אנרגיה אמיתית, חיונית ובעלת השפעה מוחשית. על מה הם משפיעים? אמרנו שאנרגיה זו מעצבת את גורל הפרט. אבל איך? מהו הדבר שיש לעצב?

הדבר חייב להיות מחומר כלשהו. בלי חומריות אין צורה. בלי צורה אין חיים. הצורה לא צריכה להיות נראית לעין האנושית, אך היא מוחשית בלי ספק. החיים שאדם חי, החוויות שנקרות על דרכו, התגובות שהוא מעורר בעצמו ובאחרים, אין ספק שאלה עובדות מוחשיות. מאחוריהן עומדת צורה שיצרה את החוויות. הצורה מתעצבת על ידי האנרגיות הנובעות מן האדם. הוא שולח נביעות אל תוך חומר החיים האופף וממלא אותו בהתאם למה שהוא, למה

שהוא חושב ומרגיש באמת, לא למה שהוא רוצה שאחרים, או העצמי המודע שלו, יאמינו שהוא חושב ומרגיש. אם מה שהוא חושב ומרגיש במודע גם הוא נכון, כפי שמה שהוא חושב ומרגיש בלא מודע הוא נכון, הקונפליקטים המעורבים האלה יתבטאו ויעצבו את חומר החיים. אולי בצורת קצר חשמלי המנטרל את שניהם, כך שמהיבט ספציפי דומה שדבר לא קורה לו. אם אחת המערכות חזקה מרעותה, הדבר יתבטא ויקבל צורה בחומר החיים.

בקצרה, האדם מעצב את חומר החיים בהתאם לאמונותיו, לא משנה אם אלה אמונות נכונות או כוזבות. אם רעיונותיו ואמונותיו תואמים את המציאות – והיות שהאמת והאושר הם אחד – האדם יחיה חיים מלאים, בריאים, מאושרים ועשירים. אם רעיונותיו ואמונותיו כוזבים, והיות שאין דבר שאינו באמת היכול להביא אושר, חיינו יתעצבו לצורות בלתי הרמוניות מאוד.

כשמדובר באמת, לא החזות החיצונית המוגבלת, שנמצאת מחוץ להקשרה היא הכוונה, אלא הפוטנציאל הטבוע בכל סוגיה. לדוגמה, נכון לומר שרוב בני האדם אינם מלאים ומרוצים. אך האין זו אמת שכך חייב להיות. אם אדם מאמין שזהו חוק בלתי נמנע של הקיום, הוא מאמץ אל חיקו כזב שנשפט על פי מראהו החיצוני. אם האדם אומר שזו עובדה שמקורה בעיוותים נפוצים מאוד, אך גם אומר שבחיים גלומות אפשרויות בלתי מוגבלות לכל הכיוונים, הוא מאמץ אל חיקו אמת.

חומר החיים הוא גמיש ועמיד. ההטבעות הנחקקות בו – שוב, בין אם אמיתיות או כוזבות – יכולות להיות עמוקות או קלות, בהתאם לעומק האמונה. אמונה חזקה ואמיתית לא נחוץ להמיס, אך אמונה שקרית מוכרחה בסופו של דבר להשתנות. היא מוכרחה משום שאי-אמת [כזב] תמיד מביס את עצמו לבסוף. אין צורך לקבל זאת כתיאוריה פילוסופית, אלא ניתן לראות זאת בחיים כל הזמן, במיוחד כשאדם מתוודע אל עצמו עמוקות, ולפיכך הוא מבין תהליכים נפשיים. אולם יש הבדל גדול מאוד האם האינדיבידואל מחכה עד שהוא ניסחף בזרם, עובר במים עכורים ובסערות-זעף שם אין לו שום שליטה על הזרם, עד שהוא נישא לבסוף אל מי ההבנה והחזון הצלולים, דרך תהליך ההתנסות; או האם הוא לוקח את גורלו בידיו ומתנדב להשתנות בטרם יאלץ לעבור את כל המהומה.

את זאת ניתן לעשות רק אחרי שההטבעות מרעיונות שווא סולקו והוחלפו ברעיונות אמת. יש להבין שאי אפשר לגרש תפיסות שגויות כל עוד אדם לא יודע מה הן.

הבה נחזור ונאמר פעם נוספת: מטרת נתיב ההתמרה היא ראשית לגלות את משמעותה של האומללות בכל צורה שהיא, מה הן התפיסות השגויות או רעיונות השווא שמסתתרים מאחוריה. עוד נדון ביתר פירוט איך הדבר נעשה, איך אנרגיות יכולות להעניק לאדם כוח מעבר לחלומותיו, הפועל לטובתו. בכוח זה ניתן להשתמש רק כאשר האדם נחלץ מקרומי העצמי הנמוך ועצמי המסכה, כאשר הוא מתפקד מתוך העצמי הגבוה.

אם לומר זאת בדרך אחרת, ניתן לומר שהסרת הטבעות כוזבות ממיסה את העצמי הנמוך ובו בזמן מוציאה לאור את טבעו האלוהי של האדם, ובכך משחררת אותו מכבליו.

ההולך בנתיב זה חייב להתנסות בכך שהאדם יוצר את גורלו שלו. הכרה באמת זו מחסלת אחת ולתמיד את שאלת הרצון החופשי מול גזירת הגורל. לכאורה, שני מושגים הנראים מנוגדים בתכלית זה לזה. במציאות, הם לא מנוגדים. הם תלויים זה בזה הדדית. הגורל הוא תוצאת הרצון החופשי. הרצון החופשי כולל חשיבה, רגשות, לעשות, להיות, לבחור את הרעיונות ולברור את האמונות שלפיהם אדם מגבש עמדות ודפוסי התנהגות.

השאלה בוודאי תועלה, שתינוק לא יכול להיות אחראי לנסיבות שלתוכן נולד. אך האם הוא לא יכול? אין בכוונתי להיכנס להרצאה בנקודה זו, אודות הישרדות הנשמה אחרי המוות והתקיימותה לפני הלידה, משום שהרצאה כזו תוכל להיות רק תיאוריה עכשיו. למלא אתכם

בתיאוריה לא בהכרח יועיל לעניינינו. אולם כשאתם מגלים בנתיב זה שהרבה ממה שחשבתם שהוא מכת גורל, נגרם למעשה מהרעיונות והאמונות שלכם, שבתורם היו אחראים לעמדות ולהתנהגות שלכם, אתם ראשית תחושו עמוקות, ואחר כך תדעו בלי צל של ספק, שסיבה ותוצאה, כחוק, קיימים בשרשרת אחת רצופה. אותו החוק פועל על פני תקופות זמן ארוכות כשם שהוא פועל בתוך גבולות הזמן שעדיין פתוחים להתבוננות מצדכם, אחרי שמיקדתם את מבטכם בחוליות החיבור שבין סיבה לתוצאה. עד עתה לא העליתם בדעתכם לעשות כן, לפיכך סיבה ותוצאה היו מנותקות. כתוצאה מכך, לא יכולתם לתפוש את התפקיד שאתם ממלאים בגורלכם. אחרי שווידאתם את חוליות החיבור במסגרת גלגול חיים זה שבו לא מעורבים שום כוחות מיסטיים אלא רק הפניית כושר ההתבוננות שלכם לתחום שהוזנח עתה, אתם יודעים עמוקות שאותו הסדר ואותה הרציפות קיימים בשרשרת אחת רצופה – שיכולה להיות נגישה או לא נגישה לידע המודע שלנו.

אנרגיה חיונית משתחררת כאשר אדם מוותר על רעיונות כוזבים ועל הנטל הרגשי כתוצאה מהם. אתם תחושו, תדעו, תרגישו, תטעמו ותחו את מהות היותכם בחיים ותדעו שהחיים הם רצף אחד. להניח את ההפך זו סתירה לא מתקבלת על הדעת ולא הגיונית בתכלית. החיים אינם יכולים להיות בעת ובעונה אחת העדר חיים. הם אינם יכולים להיות בלתי נאמנים [untrue to] לעצמם. הם יכולים רק להיראות כאלה, כתוצאה מאשליה בעיני המתבונן. החיים יכולים להיות רק חיים שחיים. כאשר תופשים וחווים זאת – כפי שחייב לקרות לבסוף – לא נותר יותר ספק באיכות הזו, שהחיים נאמנים לעצמם. זרם החיים הרציף בכל חלקיק חי ביקום, יהפוך לעובדה חווייתית. התשתית לשרשרת זו מבוססת על חוק הסיבה והתוצאה. הן הסיבה והן התוצאה מנוהלות על ידי התודעה. התודעה כוללת, בין שאר היבטיה, היגיון ורצון. לפיכך, התודעה יכולה להפעיל את הסיבה בעזרת הרצון, וכתוצאה מכך, להפעיל את התוצאה בחיים עצמם. הטעות שהאדם עושה כאן היא שלא פעם הוא מנסה להפעיל את התוצאה בעזרת הרצון, תוך התעלמות מקיומה של סיבה.

האדם יכול לבחור להיות עבד לכוחות, למחשבות, לרגשות ולרעיונות הלא מודעים שלו – ואז נראה כאילו נפל קורבן לנסיבות חיו. או שהוא יכול לבחור להתיישב בכיסא הנהג ולהתנדב לחקור את עצמו, להסיר סיבות שליליות, ואז להכניס ולפעולה סיבות חיוביות ורצויות. זו זכותו המולדת והפריבילגיה שלו.

בתחילת נתיב מסוג זה, כשהתהליך חדש לו וכשהוא נתקל בהיבטים חסרי כל היגיון בהכרתו [mind] הלא מודעת, המנסים לאסור עליו להתקדם, האדם זקוק לכוח רצון. חשוב שיבין שהרצון יכול לזרום הן מהעצמי הגבוה והן מהעצמי הנמוך. או במילים אחרות, יש רצון פנימי ויש רצון חיצוני.

הרצון החיצוני הוא סופר-אימפוזיציה [שכבת כסוי כפויה] מתוך חובה, מציית לכללים, נענה לתביעות אמיתיות או מדומיינות כדי להדוף משהו שלילי; הוא גם מתבסס לעתים קרובות על כפייתיות, שבתורה מבוססת על מגוון של עיוותים וחוסר איזונים שונים.

הרצון הפנימי מתפקד הודות להחלטה מכל הלב, פועל [wills] מתוך שכנוע פנימי, מחשבה עצמאית והבנה, מתוך חופש בחירה, בלי כפייה פנימית או חיצונית. הרצון לא מופעל על מנת להימנע ממהו שלילי, אלא למען תכלית חיובית – להשגת דבר מה חיובי. אי השגת תוצאות בו ברגע לא גורמת בהלה. רצון פנימי יכול להרשות לעצמו להתאזר בסבלנות ומסוגל לחיות בלי הפרעה ניכרת גם כשאנינו נוחל הצלחה. הוא יכול לשאת תסכול. רצון חיצוני לא יכול; הוא מאמין שייכחד בלי מילוי משאלותיו. כתוצאה מכך, רצון חיצוני נושא נטל, מתוח, חרד, חסר תועלת. רצון פנימי הוא רגוע וזורם בחופשיות. במבט מקרוב, התחושה היא שרצון חיצוני נובע מאזורי הראש; רצון פנימי מאזור מקלעת השמש.

אם תוכלו, לשם התחלה, לקבוע מנין נובע כוח הרצון שלכם ולהודות בזה, על ידי הקשבה עמוק פנימה, בלי לנסות לכפות שום דבר (רצון פנימי לא ניתן להכריח, רק ניתן להפעילו בשלווה), הרי שהשגתם גדולות ונצורות. הגעתם אל הנתיב הנכון בדרך לטיפוח מודעות-עצמית; היכולת לקבוע מה מתרחש בתוכם. הבה נניח שקבעתם שרצונכם הפנימי לוקה בחסר, אך בה בעת אתם רוצים מאוד ללכת בנתיב ההתמרה. התבוננות שקטה בחסרונו של רצון פנימי, תאפשר לכם להביע בשקט ובנחישות את תשוקתכם לראותו מתבטא. אם תנהגו כך בעקביות ואם לא תצפו לתגובה במתח ובחרדה, תגלו שמהו בתוכם נענה. ייתכן שתהיו מודעים אליו רק בשלב מאוחר יותר, אולי בהתחלה הוא ייראה כה טבעי, קורה כמעט בלי קשר ל-has מילה לא ברורה בהקשר זה] שלכם מבחינה זו.

הביעו משאלה בעדינות אך בנחישות, להיות בקשר עם העצמי הגבוה, לראותו מתבטא – ביחס לרצון פנימי, לחוכמה או להדרכה פנימיות, או לכל פן אחר של העצמי הגבוה – הוא לא יכול שלא להיענות. טיפוח התשוקה לכך על ידי ניסוח המחשבה במודע הוא תנאי מוקדם והכרחי להפעלת העצמי האמיתי. צריך להכניס את העצמי הגבוה ל"שימוש" כדי שיוכל להסיר את מה שמכסה אותו ומפריע לביטוי-עצמי מלא. אולי זה נשמע פרדוקסאלי, אך לא כך. ככל שתשימו את עצותי, כך תהיו יותר ויותר משוכנעים שהעצמי האמיתי הוא מציאות חיה, עומד לנצח הכן לשירותכם כשאתם מבקשים לראותו מתבטא.

אל תתווכחו על אמיתות האמירות האלה; נסו אותן. אם תעשו זאת ברוח ההוליסם, לא יהיה יותר מקום לויכוח. הקשר עם מרכז הווייתכם הפנימי והחיוני הוא מטרת החיים עצמם. דרגות מסוימות מאפשרות קשר כזה, והיכן שקיימות חסימות עיקריות והטבעות שליליות, עדיין אין אפשרות לקשר ישיר עם מרכז הווייתכם החי והפועם. אולם ניתן להכניס את העצמי האמיתי לפעולה על יד כינון קו ישיר, דרך העצמי הרצוני, להיכן שהעצמי האמיתי כבר חופשי. הכל אפשרי עם שחרורו.