

האיוולת של צפייה לתוצאות במהלך היותינו בנתיב; הגשמה או דיכוי של הרצון התקף להיות נאהב

הרצאת הנתיב מס' 69 | 16 בספטמבר 1960

* **italic font** כשהשתמשתי בפונט זה, כך גם כתוב בהרצאה באנגלית.]

שלום רב, חבריי היקרים. ברכות לכל אחד מכם. מבורכת שעה זו. בשמחה, אנחנו חוזרים לעבוד איתכם בנתיב זה של הכרה עצמית. יהי רצון שהשנה הקרובה תקדם אתכם בכמה צעדים. מי יתן וכל אחד מכם ימצא הדרכה היכן שאתם זקוקים לה יותר מכל.

ראשית, אני רוצה לדון בנושא שכמה מחבריי די מבולבלים לגביו, כלומר התוצאות שהעבודה שלכם בנתיב זה אמורה להביא. רבים מהחברים שלי מאמינים במודע או מרגישים במעורפל שכאשר הם עבדו על עצמם כמה חודשים או שנים, לא אמורים היו להגיע אליהם יותר קשיים או בעיות בחיים. זה לגמרי לא ריאלי. זה פשוט לא כך. נכון, ביטויים חיצוניים מסוימים של הבעיות הפנימיות שלכם עשויים להיות מרוככים במידה מסוימת. עם זאת, זה שגוי למדוד את ההתקדמות שלכם לפי השאלה האם העליות והמורדות של חייכם ממשיכים להתבטא או לא.

הבה נבחן נושא זה ונשפוך מעט אור על הבלבול. חשוב לכולכם להבין מדוע דרך זו של מדידת ההתקדמות שלכם שגויה מאוד ועלולה להזיק ביותר.

כשאתם נולדים, אתם תמיד מביאים איתכם את הקונפליקטים הבסיסיים שלכם. עד שאתם מחליטים לעבוד בנתיב הזה של הכרה עצמית, בדרך כלל חלפו כמה עשורים בחייכם הנוכחיים, שבמהלכם הבעיות הללו השתרשו עמוק יותר בנושמתכם. אם כך, אתם נושאים איתכם את הבעיות הפנימיות שלכם לא רק במשך עשרות שנים בחיים האלה, אלא במשך מאות רבות לפני כן. זה טיפשי להניח שהיהו וההכרה השיטחיים, המעטים יחסית שעשיתם, יכולים להספיק כדי לפטור אתכם מהסערות המזדמנות של החיים. שכן אפילו הכרה בסיסית שהגיעה בזמן הקצר שהייתם בנתיב, עדיין היתה צריכה להיות קשורה לנטיות רבות שלא יכולתם להכיר. אתם עדיין בורים לגבי איך חייכם קשורים לתמונה הבסיסית של התינוק שבכם. לכן אתם עדיין תחת שליטה של הלא מודע שלכם, למרות שאולי התקדמתם היטב. בשום מקרה משך הזמן בלבד לא מצביע על מידת ההתקדמות שעשיתם. אנשים מסוימים עשויים לחפש ולעבוד עם רצון חיצוני חזק, אבל המגבלות הפנימיות הלא-מודעות שלהם חוסמות התקדמות אמיתית. עבורם כמה שנים של עבודה מסורה לכאורה יביאו תוצאות פחותות מאשר כמה חודשי עבודה לאדם שאינו מתנגד מבפנים.

כאשר הנפש מוכנה רק למחצה לאפשר לכם להתמודד עם עצמכם, איך אתם יכולים לצפות לשינוי אמיתי בחייכם? גם לאלה המוכנים יותר מכל, יש לרוב מגבלות פנימיות המאורגנות באופן לא מודע במאמץ מכוון למנוע תובנה אמיתית. אתם מרשים לעצמכם ללכת רחוק עד לכאן ולא רחוק יותר. לכן, איך יכול להיות שבאמצעות מאמץ שטחי יחסית, חייכם הפנימיים ישתנו עד כדי כך שבעיות חיצוניות תיפסקנה? למרות כמה תובנות, כל המשמעות של עולמו של הילד בתוך עצמכם היתה עדיין מוסתרת. חייכם לא היו יכולים להשתנות, כי התגובות הרגשיות שלכם עדיין מתפקדות פחות או יותר כפי שהן פעלו בעבר.

אבל הבה נניח שחלק מכם, בגלל תת- מודע גמיש ומוכן במיוחד, הגעתם להתמודד עם עצמכם בצורה מושלמת ככל האפשר מבחינה אנושית. מלכתחילה, עצם התהליך הזה של התמודדות עם עצמכם יכול להיות הדרגתי בלבד. אף אחד לא יוכל להתמודד עם כל מה שיש בפנים תוך זמן קצר. הבה נניח, זאת ועוד, שאדם הגיע לתפיסה כוללת מקיפה של עולם האשליה הפנימי. אפילו הכרה זו אינה מספיקה כדי לחולל שינוי מייד באופן שלא יכולה לקרות תקלה בדרכו של אותו אדם, שכן הכרה ושינוי אינם אותו דבר, למרות שהראשון הוא תנאי מוקדם לאחרון. אולי סוף סוף תזהו די בבירור עד כמה הרגשות שלכם מגיבים בצורה לא סבירה ולא מציאותית וזהו צעד גדול קדימה. עם זאת, באמצעות הַרְגָל ארוך, כוחות הנשמה שלכם מתאימים ומְכוּנִים לתפקד בכיוון אחד, כך שלוקח זמן רב והכרה מתמדת של התגובות הללו לפני שדפוס הַרְגָל חדש נוצר. כן, במידה מסוימת מתחולל שינוי הדרגתי מאוד על ידי הפקת תועלת מההכרה הַכְנָה המתמדת בהרגשות ילדותיות. זהו תהליך כל כך בריא ומשחרר שלפעמים עשוי להתרחש גם שינוי חיצוני. אבל השינוי האמיתי מתרחש בפנים, וזה מה שקובע.

שינוי פנימי מוצג בצורה הטובה ביותר על ידי השינויים בתגובות שלכם לצרות ולקשיים. זה מתחיל לקרות כאשר כל המחסומים הפנימיים בהתמודדות עם עצמכם נעלמו. לא נשאר בכם פחד להתמודד עם כל דבר שהוא. לכן, הצלחתם, במידה מסוימת, לשנות חלק מהתגובות הרגשיות שלכם. והיכן שהן עדיין לא השתנו, אתם רואים בבירור, ובכל התבוננות אתם משיגים הבנה עמוקה יותר מדוע אתם מגיבים בחוסר בשלות. אתם רואים בבהירות רבה יותר מה הן ההנחות השגויות ומה, בתיאוריה, התגובה הנכונה צריכה להיות, או שיום אחד תהיה. גם אז, החיים ממשיכים ועוטפים אתכם מדי פעם בעננים של החיים. אבל לעננים האלה כבר לא יהיה כוח לזרוק אתכם, להרגיז אתכם יתר על המידה, לגרום לכם לפחד ולדאוג.

בהדרגה, לאט לאט, תפסיקו לפחד מהזמנים (שאתם נמצאים) בצללים. ראשית, תיגשו לזמנים אלו ברוח של אומץ ובגישה מועילה כלפי מה שאתם יכולים ללמוד. ובכל פעם, כשתלמדו שיעור חשוב על עצמכם, תצוצו מהצל אל האור כאדם חזק וחופשי יותר, בן אדם מאושר יותר ושלו יותר. יגיע הזמן שמה שנחשב לקושי כבר לא יהיה בשבילכם כזה. רק כך תלמדו לשלוט בעצמכם ובחיים שלכם. אם הבעיות תיפסקנה, לעולם לא תוכלו באמת לאבד את הפחד מהן, כי ייתכן שהדאגה והחשד יישארו בתוכם, כך שיום אחד הם עלולים לחזור. אבל כשתשלטו בבעיות של החיים, לא יהיה בהן איום.

זו המציאות חברים שלי. לדמיין שרק בגלל שעשיתם כמות קטנה מהעבודה שצריך לעשות, בגלל שזיהיתם חלק קטן ממה שצריך להכיר בבעיות, במחלות, בדאגות, בחיכוכים ובקשיים אחרים זה פשוט יפסיק את זה, במילים עדינות, זה לא מציאותי וילדותי. הדרך היחידה שבה אתם יכולים למדוד את ההתקדמות שלכם היא לפי התגובות שלכם לבעיות שהחיים מביאים בהכרח, וגם לפי מה שאתם משיגים בכל פעם, כמה אתם גדלים לאחר כל תקלה, אם זה נוגע למשהו גדול וחשוב או לעניין די זניח שעם זאת, פעם היה בכוחו להרגיז אתכם בצורה לא פרופורציונלית. קנה המידה היחיד שלכם להתקדמות הוא התגובה שלכם ולא האם זמנים של תהפוכות עדיין ממשיכים להתקיים בחיכם.

לכן, קשה ביותר לאנשים אחרים, לא משנה כמה הם מכירים אתכם, לקבוע את ההתקדמות שלכם. לפעמים אפשר להבחין שאדם מגיב על "נפילות" בחיים בצורה שלווה ומועילה יותר מבעבר. אבל אפילו זה יכול להיות מטעה כי אנשים לעתים קרובות די ממולחים אפילו בהונאה של עצמם. הם מדכאים את התגובה האמיתית, בעוד שעל פני השטח שוררת שלווה כוזבת. רק מה שאתם באמת מרגישים יכול תמיד להיות קנה המידה. אישור חיצוני לא יכול להיות הגורם הקובע.

אם החוקים הקוסמיים נעשו כפי שאתם רוצים לדמיין אותם, כלומר הצרות האלה יפסיקו להגיע אליכם, איך יכולתם לדעת שאתם מעל לצרות, ששלטתם בצרות? הצרות יכולות להיפסק רק לאחר תקופה ארוכה, הולכים ופוחתים בהדרגה ככל שלומדים מזה, מבינים את הסיבה שלהן; קולטים איך גרמתם לזה, לא משנה כמה קלוש עשוי להיראות החיבור בהתחלה. ככל שההבנה שלכם גדלה, כל תקלה מאבדת יותר מהחושך ומהאימה שלה, ולפיכך אתם שולטים בתקלות שלכם, בעצמכם ובחייכם.

רק זמן ארוך יחסית של עבודה, צמיחה והתקדמות מהסוג הזה יפחיתו לאט לאט את הקשיים החיצוניים, עם משבר גדול שאולי עדיין מגיע מדי פעם. מיותר לציין שלא משבר כזה, ולא הטלטלות הקטנות המצטמצמות, ניתנים לכם בגלל שאתם בנתיב, או לא בנתיב. הם תוצאה של תגובות שגויות שלכם, אולי מהעבר, אבל מתבטאות רק בתקופה מאוחרת יותר. סיבה ותוצאה לא תמיד פועלות באופן מיידי, כפי שכולכם כבר יודעים. לעתים קרובות יש תגובה מאוחרת. באופן כללי, עם זאת, סיבה ותוצאה פועלות מהר יותר כאשר אדם נמצא בנתיב. לפעמים יכול לקרות שמישהו נתקל בתגובה מושהית מהעבר במלוא העוצמה, בדיוק בזמן שהוא מתחיל במלאכת החיפוש העצמי, או זמן קצר לאחר מכן. לפי אילו חוקים פועל אלמנט הזמן של סיבה ותוצאה, הוא נושא שונה ומאוד מסובך שלא ניכנס אליו כרגע. אני רק רוצה לציין שחוק זה אינו פועל לפי כללים אוניברסלים סטטיים, אלא לפי חוקי נפש אינדיבידואלים.

לכן, חברים שלי, כשאתם אומרים לעצמכם, "עבדתי כל כך קשה בנתיב הזה והבט, זה זה עדיין קורה לי", או כשאתם שופטים אחרים, זו תפיסה שגויה לחלוטין, שזקוקה באופן דרסטי לבדיקה מחודשת. אני די בטוח שכשאתם חושבים על דברי בצורה אובייקטיבית - ככל שאתם יודעים איך לעשות זאת - אתם תבינים שמה שאני אומר לכם חייב להיות האמת. זה לא יכול להיות אחרת ועדיין להיות הגיוני.

המילים האלה לא צריכות להרתיע אתכם, חברי. זה מובן שלעתים קרובות אתם מתחילים בנתיב של הכרה עצמית כי אתם עייפים מבעיות החיים ומקווים לשחרר את עצמכם מהן בדרך זו. עם זאת, האם אתם די כנים עם עצמכם כשאתם מצפים ששינויים גדולים יביאו לכם אושר מבחוץ, רק בגלל שעשיתם כמה מאמצים קטנים? האם זה לא נראה ריאלי יותר, ולכן אמין יותר, לצאת מנקודת הנחה ששינויים גדולים מבחוץ יכולים לבוא רק לאחר שחוללתם שינויים גדולים מבפנים? כדי להשיג זאת, המאמצים שלכם חייבים להיות קשורים ישירות לשינוי שאתם מייחלים לו. כדי לקבוע את היחס בין המאמץ לשינוי הרצוי, אתם צריכים כנות מקסימלית עם עצמכם. קל לרמות את העצמי על ידי העברת הדגש של המאמץ לכיוון אחר. למשל, אנשים מסוימים משקיעים מאמץ רב בעבודה כלשהי שהם עשויים לעשות עבור אחרים. אמנם זה טוב וראוי לשבח ומועד להניב גם פרי, אבל אין לזה שום קשר עם התמודדות עם העצמי. ייתכן גם שמישהו ישתמש במאמץ חיצוני רב על מנת להסוות את ההתנגדות הפנימית שלו. רק הרצון הפנימי להתמודד ולשנות את עצמו קובע את התוצאה. כדי לדעת למה הרצון הפנימי שלכם שואף, או לא שואף אליו, עליכם להיכנס למדיטציה עמוקה.

הרעיון שבגלל שהתחלתם לעבוד בנתיב, הקשיים שלכם ייפסקו, שגוי בדיוק כמו הרעיון שבגלל שאתם בנתיב, יבואו בדרככם קשיים נוספים. שתי השגיאות מיוצגות על ידי אסכולות חשיבה במישור האדמה שלכם. החיים בפני עצמם הם בית ספר. תוכנית הלימודים של בית ספר זה מורכבת מהביטויים החיצוניים של התנאים בחייכם הפנימיים. זה כולל את התנאים החיוביים והשליליים. לפעמים קשה יותר להטמיע ולספוג בצורה יעילה את התוצאות החיוביות של חייכם הפנימיים. קיומו של הצד

השלילי והשגוי בכם עלול למנוע מכם לקחת את החיים באופן מלא במיטבם, כמו גם בגרוע ביותר. השינוי הקצבי מביטוי חייוני חיובי לשלילי, וחוזר חלילה, לסירוגין במחזוריות, חל על כל בני האדם כאחד, בין אם הם נמצאים במסלול כלשהו רוחני, פסיכולוגי או אחר ובין אם לאו. כפי שאמרתי קודם, ההבדל היחיד בין שני סוגי האנשים האלה הוא שהאדם המחפש בכיוון הנכון ילמד לקבל גישה שונה הן לביטויים החיוביים והן לביטויים השליליים. רק כך המחפש ישלוט בהדרגה וישלוט בעצמי וגם בחיים. שליטה זו באה עם השגת חוויה עמוקה ומשמעותית יותר של החיים. השינויים המתמידים בין "טוב" ל"רע" יחשפו משמעות שתחסר לאדם שחי בבורות מבחינה זו. לפיכך, במידה שהוא או היא מתקדמים, המחפש והעובד בנתיב יחוו את מהות החיים במימד מלא יותר.

האדם שמתמודד עם מה שבתוכו מתחיל בכך להבין את החיים אחרת. אבל גם מי שלא, ילמד גם מהניסיון שהחיים מציעים. ייתכן שהמודעות למשמעות של חוויה זו תגיע רק מאוחר יותר, אולם היא עשויה להגיע במצטבר, כביכול. עבור שני הסוגים (האדם המתמודד וזה שלא) העלויות והירידות נחוצות באותה מידה. הם חלק מחוק סיבה ותוצאה החל על כל היצורים כאחד. לפיכך, כל תיאוריה המכריזה שמאמץ קטן של עבודה רוחנית ופסיכולוגית יפטור אתכם ממורדות החיים או יביא לכם יותר קשיים ממה שאחרת היו לכם, שגויות לחלוטין.

כשתשיגו בהירות בנושא הזה, כבר לא תרגישו שזה אי-צדק שלאנשים לא מפותחים ואנוכיים יש חיים קלים. אתם תבינו שהם רק עוברים תקופה- שעלולה להיות ארוכה הפעם – של ביטוי חייוני חיובי. גם לא תרגישו שזה אי-צדק שאתם, או אחרים שנמצאים בנתיב, נאלצים לעבור קשיים, או ש"הנתיב לא עובד" למרות ש"כל כך התאמצו".

לא, חברים שלי, אין לכם יותר או פחות קשיים כי אתם בנתיב עכשיו. הקשיים שאתם נתקלים בהם כעת הם פרי של מה שזרעתם לפני זמן מה, עם נטיות שעדיין חיות בתוכם, בין אם אתם מודעים לחלוטין למשמעותן מרחיקת הלכת או לא. אבל, בה במידה שאתם מודעים למשמעותם, הקשיים יהיו קלים יותר להתמודדות, יטופלו בצורה יעילה יותר ויתחזקו במקום להיחלש.

אני חוזר, חברי, מאוד הכרחי שתעדכנו את השקפותיכם, במודע או לא מודע, בנושא זה. תתקנו אותם על פי האמת, ולא על פי משאלת לב. אתם תובעים באופן לא מודע מקסימום שינוי חיובי בתמורה למינימום מאמץ בהתמודדות עם עצמכם ובנכונות לשנות ולוותר על נטיות ותגובות פנימיות מיושנות, מזיקות. כשתהיו מודעים לדרישה הלא הוגנת הזו תפנו לאלוהים, ותשנו אותה, תשימו לב שהעזרה שאלוהים נותן לכם בלמצוא את עצמכם תמיד עולה על המאמצים שלכם, ברגע שאתם באמת וללא תנאי מחליטים על כך. אבל המאמצים שלכם חייבים להיות מכל הלב ולהתעלות.

אם הקשיים בחייכם מגיעים לשיא זמן קצר לאחר שהתחלתם לעבוד בנתיב הזה, זה לא קרה כי זה עתה התחלתם. הבעיות היו עולות בכל מקרה. הנפש שלכם שהיא הרבה יותר יודעת ורואה רחוק יותר מהמיניד המודע שלכם, ידעה שנקודת השיא הזו היתה צפויה להתרחש בקרוב. הידע בנפש שלכם הוביל אתכם להיות בנתיב כזה בזמן כזה, כדי להיות מצויד יותר להתמודד עם השיא של הסטיות שלכם, שבאו לבסוף לידי ביטוי בגלוי. בחרתם לחפש כי הצורך הפנימי משך אתכם לכיוון הזה וניסה להעביר לכם "חפשו עכשיו. היו בנתיב לגלות מה כל זה אומר, כדי שבבוא הזמן תוכלו להשתמש בידע שלכם בצורה המועילה ביותר, במקום להימשך עמוק יותר לתוך ייאוש".

בנתיב של חיפוש עצמי לומדים לא רק להתמודד טוב יותר עם קשיים, אלא גם עם זמנים מאושרים. האדם שעדיין נמצא בחושך ובבורות לגבי עובדות הקיום האנושי ומשמעות החיים, יכול להתמודד עם ההתרחשויות הטובות לא טוב יותר מאלו ההפוכים לו. שניהם זקוקים לחוכמה, לבגרות ולידע הרוחני שנותן את התמריץ האמיתי לידע עצמי, כך שניתן יהיה לבצע את החיפוש שלכם בצורה מועילה.

האם יש שאלות בנושא זה?

שאלה: באנליזה מוצלחת, שמסתכמת כמעט כמו עבודה זו, קורה לעתים קרובות שאדם נרפא מכיב או ממחלה גופנית אחרת. כמו כן, בעיות רגשיות אחרות עשויות להתבהר. נישואים רעים עשויים להפוך לטובים, וכן הלאה. אם כך, אם אחד באמת עבד, הדברים האלה קורים.

תשובה: אה כן. לא אמרתי שזה לא קורה. למעשה כמה שינויים צריכים לקרות. אמרתי די ברור שאם אתם מצליחים לחולל שינוי פנימי, שינוי חיצוני חייב להתרחש. מה שאני רוצה להעביר הוא שיש רעיון מוטעה בחוגים רבים בעלי נטייה מטפיזית. המדד שלהם להתקדמות רוחנית הוא האם מתרחשות תקלות בחייכם או לא. בוודאי שאתם יכולים לפתור בעיות לאורך הדרך, אבל זה לא אומר שלא תבואנה בעיות נוספות. אני מנסה לגרום לכם להבין שלא ניתן לקבוע את ערך העבודה או את ערך המאמצים שלכם, על ידי העובדה שצרות, מחלות או קשיים אחרים עדיין ניקרים בדרככם. זה לא הקריטריון. הקריטריון הוא איך אתם מגיבים לבעיות.

שאלה: אפשר להוסיף משהו? אני חושב שיכולות להיות בעיות ישנות שנשארות. אם זה מה שקורה, זה בהחלט סימן שלא חל שינוי גדול. מצד שני, אולי תיפתרנה מספר בעיות ישנות ואז עלולות לבוא בעיות חדשות. זה לא אומר שלא הושגה התקדמות.

תשובה: זה נכון, בהחלט. ייתכן שלבעיות החדשות יש קשר עקיף עם בעיות ישנות שזוהו ושונו במידה מסוימת, אך ייתכן שהשפעותיהן, במגוון אינסופי, לא התגלו.

שאלה: האם יש קשר בין מחלה לבין המידה שבה אתה מוותר על הרצון העצמי שלך?

תשובה: כמובן שיש קשר בין בריאות משופרת לבין שחרור המתח הפנימי שהרצון העצמי מייצר. כל סטייה מייצרת מתח פנימי, בין אם זה רצון עצמי או כל מסקנה שגויה אחרת או נטייה מוטעית. אבל לפעמים הסטיות והמתחים כל כך שורשיים עד שלא ניתן להעלותם למודעות במלוא היקפם, לפחות לא לגמרי בגלגול הזה. הם עשויים להיות מושרשים מדי וייתכן שידקקו לעבודה מתמשכת לאחר תוחלת חיים זו. כל מה שניתן לסיים ולהביא לידי מימוש, נשאר כנכס שלכם. עדיף להתקדם בהדרגות מאשר לוותר בייאוש, לומר, "אני לא יכול לעשות הכל בחיים האלה." זה גם לא נכון לומר, "יש לי זמן מאוחר יותר, אז אני לא צריך להתעסק בזה עכשיו." ככל שהנטייה המזיקה עמוקה יותר, כך היא הופכת קשה יותר. אפשר גם להעלות על הדעת שמפיגים את המתח הפנימי למקסימום, אבל הביטוי החיצוני כבר התקדם רחוק מכדי להקל על המחלה בכללותה. במקרה כזה, מחלה עלולה להישאר, אבל הסבל, הפיזי והנפשי, יקטן ביחס להתקדמות הפנימית. זה מה שניסיתי להעביר לכם בדברי בנושא זה.

בהחלט ייתכן שתתקדמו בצורה הטובה ביותר שניתן לצפות, שהרצון הפנימי שלכם מתפקד בצורה היעילה ביותר, כך שאתם מתמודדים עם עצמכם במלואכם ואז

מִשְׁתַּנִּים. ובכל זאת, מחלה או צרות אחרות עלולות לקרא בדרככם יום אחד, בדיוק כפי שזה עלה בגורלם של אנשים אחרים. ייתכן שזה תוצר של בעיה כל כך שורשית עד שעדיין לא הייתה לכם הזדמנות לבחון את זה. אבל תהיה לכם הזדמנות לעשות זאת כאשר הביטוי של המחלה או הצרה מתרחשים.

כעת, חבריי, נפנה לנושא אחר לגמרי.

הנושא השני שאני רוצה לדון בו הערב קשור לרצונות היצירתיים והלגיטימיים שלעתים קרובות מדוכאים ולבעיות שזה גורם. בהרצאה האחרונה, לפני שהפסקנו לקראת הקיץ, הצגתי את הרעיונות הכלליים. עכשיו אני רוצה לתת כמה פרטים שהם אוניברסליים וחלים, לפחות במידה מסוימת, על כולם.

הרצון להיות נאהב קיים בכל נפש אנושית. הרצון הזה כשלעצמו הוא לא רק לגיטימי ובריא, אלא הוא גם בדרכו שלו יצירתי, או שהוא מוביל להיות יצירתי. שכן חוסר האהבה יכול להוביל לשיתוק של כוחות היצירה של הנשמה. על מנת להגשים את כמיהתה של הנשמה להיות נאהבת, האדם בוחר לעתים קרובות בדרך לא נכונה. כל עוד לא ניתן להתמודד עם זה לאור התבונה והמציאות, זו [הדרך הלא נכונה] מתפקדת בצורה שלא השיגה את מטרתה ולכן יוצרת תסכולים. עכשיו, מדוע הרצון הזה הוא לעתים קרובות כל כך לא מודע? תחילה נבחן את הסיבה.

הרצון של הילד לאהבה הוא בלתי מוגבל, אבל הוא גורם לתחושה שתשוקה כזו לאהבה בלעדית וחסרת גבולות היא שגויה; לכן הילד מרגיש אשם על כך. נכון שאהבה בלעדית וחסרת גבולות היא לא מציאותית, הרצון שלה לא בוגר. המסקנה השגויה של זה נעוצה בחשיבה שהרצון לאהבה בפני עצמו הוא שגוי. המסקנה הנכונה תהיה להרגיש, "סוג האהבה שרציתי עד כה הוא שגוי; זה לא יכול להיות. אבל יש לי זכות להשתוקק להיות נאהב. זה יכול לקרות בתנאי שאני מצידי אלמד לאהוב בצורה הנכונה והבוגרת.

לכן, אי ההבנה הראשונה מהבחינה הזו היא שהכמיהה להיות נאהב היא משהו שצריך להתבייש בו. לפיכך קבורים הגעגועים. מכיוון שהם קבורים, נוצרות תוצאות והשלכות מצערות רבות.

אולי תחשבו, "אצלי, הכמיהה הזו בכלל לא קבורה. אני מודע לזה לגמרי". אולי אתם אכן מודעים לכמיהה במידה מסוימת. אבל למרות זאת, אתם מודעים רק חלקית לעצב הפנימי, לכמיהה הבלתי ממומשת ולמאבק שלכם בפנים לכסות על העצב ולהילחם על תחליף לאהבה שחסרה לכם. הקרב שוחק אתכם, והוא גורם לתגובות שמביסות את הסוף הממשי שאתם רוצים להשיג. כל אחד מכם, בדרכו שלו, צריך לראות איך זה חל עליו, איך והיכן אתם יכולים לקשר את הקונפליקטים שלכם עם המאבק האוניברסלי הזה.

למרות הבושה שלכם על הכמיהה לאהבה וההדחקה שלה לאחר מכן, אינכם יכול להשתיק לחלוטין את הקול הזועק הזה. הקול קיים, אבל הוא יכול לבטא את עצמו רק בצורה פתלתלה וערמומית, שאחראית לכך שלא תקבלו את האהבה שאתם מייחלים לה. אבל אתם עדיין לא יודעים את זה. עמוק בפנים אתם מאמינים, "זה שגוי עבורי לחפש להיות נאהב. אין לי זכות להיות נאהב, אני לא ראוי לזה. בגלל זה אני לא מקבל את זה". אבל הקול שאף פעם אי אפשר להשתיק, ממשיך להילחם בדרכו השגויה, עם עצם הגישה שבוודאי תהפוך אתכם לפחות חביבים. לו הייתם מוותרים על הדרך

השגויה הזו של חיפוש, הייתם מבינים שאפשר לאהוב את העצמי האמיתי שאתם וגם יאהבו. המעגל הזדוני היה נשבר.

עכשיו, מה זו הדרך השגויה הזו? אתם מחליפים את הרצון שלכם להיות נאהבים ברצון לקבל אישור, להצטיין, להיות טובים יותר מאחרים, להרשים אנשים, להיות חשובים. איכשהו זה נראה פחות מביש. כך אתם עוברים את החיים כל הזמן על ידי הוכחה של עצמכם. התחליף יכול ללוש צורות שונות אחרות. ייתכן שאנשים יצטרכו להסכים איתכם, ללכת בעקבותיכם, או אולי תצטרכו להוכיח להם שאתם מסכימים איתם, שאתם מתאימים עצמיכם לדעת הקהל או לדעתם של אנשים מסוימים, או מה שאתם חושבים שדעתם היא - וזה לא תמיד אותו הדבר. כל אלה ורבים אחרים הם רק תחליפים לכמיהה שלכם להיות נאהבים.

הנטייה התכופה ללכת בתלם, להיות "הילד הצייתן", היא חלק מהקונפליקט הזה. כל הנושא של גיבוש דעות משלנו- שבדקנו אותן בעבר - הוא חלק מהקונפליקט הזה. לאנשים רבים יש מעט מכל אחת מהנטיית הללו שמתבטאות בסביבות מסוימות, ונטיית אחרות הנמצאות בקידמת הבמה עם סוגים אחרים של אנשים. יש עוד הרבה נטיית חלופיות לכמיהה להיות נאהב, אבל אני לא יכול למנות את כולם.

בתוך עצמכם המצב נראה כך: אתם לא מודעים לרצון המקורי. אתם, בהתחלה, אפילו לא מודעים לרצון של התחליף, המאבק להוכיח את עצמכם. במוקדם או במאוחר, במהלך העבודה הזו, אתם חייבים להיות מודעים לכך שהנטייה המתמדת הזו להילחם עבור אישור קיימת בכם. עדיין אינכם מודעים את מה זה מכסה. אלה מהחברים שלי שהגיעו למודעות הספציפית הזו, או שעומדים להגיע אליה בקרוב, ימצאו את זה שימושי מאוד להבין מה עומד מאחורי כל זה. האילוץ להוכיח משהו קיים אצל כולם, רק המידה משתנה.

כל עוד אינכם מבינים את מהות הכורח הזה, לאחר שווידאתם את קיומו בכם - אינכם יכולים לראות שום פתרון ולא תוכלו לוותר על המאבק הכפייתי. אבל בעזרת המילים הללו תחפשו בכיוון הנכון, כדי שלא רק תדעו באינטלקט שלכם שקיימת עצבות בגלל חוסר ההגשמה שלכם, אלא גם תרגישו זאת - טוב שכך. אז תבינו שהמאבק שלכם לאישור, להוכיח משהו או דבר-מה אחר, גורם לכם להיות מרוכזים בעצמכם, גאים, יהירים, נעלים או כנועים בצורה לא בריאה, מה שמחייב אתכם להיות נרגזים. כל המאבק הזה תורם מאוד לתוצאה השלילית של אנשים שלא אוהבים אתכם, בעוד שאתם יכולים להיות נאהבים, לו הייתם חופשיים מהשכבה הכוללנית של ההחלפה. אם הרשיתם לעצמכם להרגיש את הכמיהה המקורית, לא לפחד מהכביכול "השפלה" ו"החולשה" שהרצון הזה מציין, וגם לא לפחד להרגיש עצב פשוט שלעולם לא ישפיע באופן לא בריא על נשמתכם, תתרמו רבות למען ההגשמה שלכם. תבינו שלא שאתם פגומים מדי מכדי להיות נאהבים, אלא שהרובד החליפי שרקחתם באופן מלאכותי הוא הבעיה. אזי, לא תתפלשו ברחמים עצמיים מזיקים, אלא תגדלו מספיק כדי להשיל את הנטיות המונעות מכם לקבל את מה שאתם צריכים.

יתר על כן, תבינו שהמאבק שלכם חסר תועלת לחלוטין. שום דבר שהוא לא אותנטי יכול אי פעם להביא הצלחה. ושכבה הניכפית עליכם, המכסה משאלה מקורית, לעולם אינה אמיתית. גם אם תצליחו זמנית להשיג את מה שאתם נלחמים עליו - הערצה, אישור, מה שזה לא יהיה - זה ישאיר אתכם לא מרוצים ועם טעם מר. אתם מועדים להיות מאוכזבים, כי אתם לא יכולים לעולם להגיע לדרגה שאליה אתם שואפים להגיע, זה לא יכול להיות קבוע, ולא יכול לבוא מהרבה אנשים אחרים כפי

שאתם רוצים. אבל, מעל לכל, אתם לא יכולים להגשים כי זה לא מה שאתם באמת רוצים. לתסכול ולאומללות שלכם תמיד יש את הקונפליקט הזה בשורשים.

אתם נלחמים כאילו חייכם מונחים על כף המאזניים, בפנים אתם אכן כך. אתם צריכים לזהות את הקונפליקט הזה לפני שתוכלו למצוא את הרצון המקורי להיות נאהבים ואת העצב שלא אוהבים אתכם כמו שיכול היה להיות. תחשבו באיזו תדירות רבה זה קורה שהרגשות שלכם מגיבים בצורה לא פרופורציונלית כשמישהו לא מסכים איתכם. אבל אם אתם משוכנעים עמוקות שמישהו אוהב אתכם בכל ליבו וטוב הלב שלו, כשהוא מפגין זאת בחום ובעדינות, המחלוקת לא משנה. כל אחד מכם יוכל להיזכר במקרים כאלה. זה צריך לשמש הוכחה לכך שדברי מתייחסים גם אליכם.

לאחר שתזהו את הרגשות האלה בתוך עצמכם, תבינו שאתם נלחמים למען משהו שאתם לא באמת רוצים ושאתם אף פעם לא יכולים להגיע באופן יחסי לעוצמה הנואשת של המאבק שלכם. מיצאו באופן ספציפי כיצד המאבק הזה להוכיח משהו, או להוכיח את עצמכם, בדרך זו או אחרת, מוציא מכם את הגרוע ביותר. מה זה בדיוק? ההכרה תהיה פחות כואבת והרבה יותר משחררת ממה שאתם חושבים. כי אז תבינו את הסיבה שבגללה לא אהבו אתכם כפי שרציתם ותראו שזה לא בגלל שאתם כפי שאתם, ולא יכולים להימנע מכך. זה יעודד ויחזק אתכם, ולא להיפך.

לסיכום: עמוק בפנים אתם מאמינים שאתם לא אוהבים, וזה מה שאתם כל כך מפחדים לפגוש: שאתם מציבים התנגדות הדוקה נגד כניסה עמוקה יותר לתוך הנשמה שלכם. זה נראה לכם הבושה האולטימטיבית שאתם רוצים אהבה מלכתחילה, ושאינכם יכולים להשיג אותה, שזה מה שאתם מאמינים. הרבה יותר קל להתמודד עם חסרונות מאשר לגלות את השכנוע הלא מודע שאתם חושקים באהבה אבל לא נאהבים בצורה ובמידה של המשאלה שלכם. הנפש שלכם יודעת היטב להבחין בין אהבה בריאה, בוגרת לבין "אהבה" לא בריאה, לא בוגרת, תלותית וחלשה שאינה אהבה אמיתית באופן שבו נפשכם כמהה אליה. הנפש מפחיתה את ערכה של האחרונה, אבל לא מבינה שאתם הופכים את זה לבלתי אפשרי לקבל את האהבה הבוגרת לה אתם מייחלים, על ידי שימוש בפתרון הכוזב של תחליפים.

הבושה הזו כל כך גדולה, שלעתים קרובות היא התהום האמיתית שאתם נרתעים ממנה. היא אחראית לכל כך הרבה מהקונפליקטים וההתנגדויות שלכם, כמו גם לפגמים השונים שלכם. יחד עם זאת, לצעוד אל התהום הזו בקרוב יתברר כמשחרר, מרענן ומרגש, לאחר שתתגברו על הפחד והבושה הראשוניים שלכם.

אתם מבינים, הרצון להיות נאהב, כשלעצמו, הוא יצירתי לחלוטין, אם מסירים ממנו את הבלעדיות והחד-צדדיות הילדותית. רק הדרך שבה אתם מתעסקים בהגשמת הרצון הזה היא לא מציאותית, לא בריאה ומזיקה, לא הרצון עצמו.

האם יש שאלות בשלב זה?

שאלה: האם כעת תוכל לתאר את הדרך הנכונה לעשות זאת?

תשובה: כן. הצעד הראשון הוא להיות מודע לכך שהרצון הזה קיים בכם, ובאיזו מידה. עליכם להיות מודעים לחלוטין באיזו מידה אתם לא מרוצים מהבחינה הזו. אתם גם צריכים להיות מודעים לחלוטין לתחליף. עליכם לחוות את הרגשות שנלחמים כל הזמן לקבל אישור. עליכם להיות מודעים לכורח להוכיח את מה שאתם רוצים להוכיח

בכל מקרה נתון. כאשר אתם מגיעים למודעות העצמית הזו, לא רק פעמים ספורות, אלא יכולים לראות איך כל מכלול הרגשות הזה פועל בתוכם כל הזמן, אתם יכולים להתחיל להתמודד עם זה. אבל תחילה יש לחוות במלואם את התגובות היומיומיות, הדרכים הקטנות והעדינות הרבות שבהן הרגשות שלכם מבטאים את עצמם. התרכזו ב"הוכחה" זו בסקירה היומית ובתצפיות העצמיות שלכם. יש לבחון, לנתח, ולהביא למודעות יותר ויותר. תופתעו עד כמה גדול ומעבר למצופה היקף הקונפליקט הזה. בכל פעם שתבחינו בתגובות אלו בתוכם, תבינו קצת יותר טוב מה עומד מאחוריהן. אתם תשאלו את עצמכם למה כל כך חשוב לכם להוכיח את עצמכם בצורה כזו או אחרת. למה זה צריך להיות כל כך חשוב שאנשים מעריצים את האינטליגנציה שלכם, או את ההצלחה שלכם, או מה שזה לא יהיה שאתם מתכוונים להוכיח. אתם גם תזהו את הנטייה הקטנה והעדינה השואפת ללכת בתלם עם אחרים; תגלו את החולשה הגלומה במגמה זו ותתחילו להבין את הסיבה לה. כל מה שצריך לחקור ולחוות ברגשות שלכם. אתה תמצאו בהכרח מאחורי כל החזות הזו את הרצון שלכם להיות נאהבים.

אולי לא בהכרח תחפצו באהבתם של האנשים שאתם רוצים אישור מהם; ייתכן שאין אובייקט אהבה ספציפי בחייכם. אבל הרצון להיות נאהב באופן בוגר ובצורה נכונה מתעקש להישאר בכם, מוצנע במאבק שלכם לאישור, להוכיח את עצמכם, להרשים את העולם. אז תבינו בשביל מה אתם נלחמים באמת. וזה, בגדול, השלב החשוב הראשון בתחום זה של התפתחות וצמיחה. אני לא יכול להדגיש מספיק שלידע האינטלקטואלי של כל זה אין כלל משמעות. עליכם לחוות את הרגשות שלכם בכיוון הזה, צעד אחר צעד.

במהלך התהליך הזה תלמדו לשחרר את זרם המאבק להוכיח את עצמכם. הרגשות שלכם ילמדו לוותר על המאבק הפנימי חסר התועלת והמתיש בו אתם מתמכרים לתחביב שלא מביא לכם אלא צרות. באותה מידה שתשחררו את המאבק הזה, תחוו שחרור וכוח חדש. אתם תרגישו שהישלתם עול מעיק שאינכם צריכים עוד לשאת.

ככל שהמאבק שלכם להוכיח את עצמכם פוחת, אתה מכינים את הדרך לאהבה אמיתית ובוגרת. המיינד המתבגר שלכם יגרום לכם להבין שהסוג היחיד של אהבה שהוא אכן אהבה, זה מהסוג שניתן לכם בחופשיות. ראשית אתם תאפשרו לאנשים אחרים לא לאהוב אתכם, אם הם יבחרו בכך. זה יגרום לכם להיות עצובים, אבל לעולם לא יגרום לכם להיות מתוחים, או כפייתיים, או אינטנסיביים. העצב הזה יהיה נקי מרחמים עצמיים וזה לא יהווה קושי אמיתי עבורכם. לכן זה לא יעשה אתכם לא נעימים. בפנים, אתם כל הזמן רוצים להכריח אחרים לאהוב אתכם. הכריכה החיצונית היא האישור, אבל בניתוח האחרון אתם רוצים להכריח אנשים לאהוב אתכם. ואהבה כפויה אינה אהבה. הילד שבכם לא רואה את זה. אבל כשאתם מזהים את הזרמים האלה, אתם תזהו את הזרם בתוכם שאומר די ברור, "אתה חייב לאהוב אותי." אנשים חלשים יותר עם מניעים לא בריאים משלהם, עלולים להיכנע זמנית ולציית לפקודה שלכם. אבל תגובה כזו יכולה רק להשאיר אתכם ריקים ומאוכזבים, שכן זה לא מה שאתם באמת שואפים אליו ואי אפשר לקבל את זה, כל עוד הזרם המאלץ לא מתמוסס. כי לא ניתן לאלץ את הנשמה החזקה והבוגרת לכניעה. היא מתפקדת רק בחופשיות. יתר על כן, לעולם לא תכבדו באמת את האדם שמציית לפקודה זו. אתם תכבדו רק את האדם שאוהב אתכם בחופשיות. עם זאת, אתם יכולים לקבל את ההזדמנות לחוות את מתנת החינם הזו, רק אם לא תכריחו. לעולם לא תוכלו לחוות את המתנה החופשית של אהבה, כל עוד הזרם המאלץ פועל מבלי שתבחינו בו באמצעות התודעה שלכם. לכן תחילה עליכם לשחרר אנשים על ידי כך שתאפשרו להם לא לאהוב אתכם, אם הם יבחרו בכך. זה לא אומר שאתם צריכים לשמוח לגבי זה, אלא

להתמודד עם העצב וזה לא יזיק לכם. הפרס יהיה אדיר אם מישהו אז יציע לכם את אהבתו בחופשיות. תבינו לאחר מכן *שאתם* מנעתם מעצמכם את הסיכוי לקבל את האהבה האמיתית והיקרה היחידה שקיימת. בבקשה, חבריי, אל תבינו לא נכון. כשאני אומר שאתם מכריחים אחרים לאהוב אתכם, אני לא מתייחס לשום פעולה מודעת מצידכם. אני מדבר על הרגשות שלכם. אם תתרגמו את התגובות הרגשיות שלכם לאנשים, תראו שזה מסתכם בזה.

תלמדו איך לעשות את המְחנה הנדיבה של מתן חופש לאחרים לא רק לטעות, או לא להסכים איתכם, או שיהיו לכם חולשות שאולי אינכם מאשרים אותן, אבל גם לא לאהוב אתכם. אם אתם מודעים למקור הרצון שלכם, ואחר כך לתסכול שלכם, ואחר כך למה שאתם עושים עם התסכול, ולאחר מכן לזרם המאלץ שבתוכם, אתם תראו בבירור שרק בתהליך זה אתם מפסידים את המתנה החופשית של אהבה אמיתית, ולא גלגל שאינכם טובים מספיק. ואז אתם בדרך למעלה.

יהי רצון ומילים אלו תהיינה תחילתו של שלב חדש ברמה עמוקה יותר עבור כל אחד מכם. התפללו להבנה מעמיקה יותר של המילים שנתתי לכם הלילה. הֵיוּ מבורכים בשם של הקדוש הגדול ביותר. לכו בשלווה ובשמחה בנתיב השחרור שלכם. התקדמו לעבר בגרות ומציאות ברוח שמחה וסבלנית. רבים יהיו פירות העבודה של השנה עבור כל אלה שלא עוצרים. הֵיוּ מבורכים, הֵיוּ בשלווה, הֵיוּ באלוהים.

תרגום: חווה אילון

Edited by Judith and John Saly

For information to find and participate in Pathwork activities world wide, please write:

The Pathwork Foundation
PO Box 6010
Charlottesville, VA 22906-6010, USA Call: 1-800-PATHWORK, or
Visit: www.pathwork.org

The following notices are for your guidance in the use of the Pathwork® name and this lecture material.

Trademark/Service Mark

Pathwork® is a registered service mark owned by The Pathwork Foundation, and may not be used without the express written permission of the Foundation. The Foundation may, in its sole discretion, authorize use of the Pathwork® mark by other organizations or persons, such as affiliate organizations and chapters.

Copyright

The copyright of the Pathwork Guide material is the sole property of The Pathwork Foundation. This lecture may be reproduced, in compliance with the Foundation Trademark, Service Mark and Copyright Policy, but the text may not be altered or abbreviated in any way, nor may the copyright, trademark, service mark, or any other notices be removed. Recipients may be charged the cost of reproduction and distribution only.

Any person or organization using The Pathwork Foundation service mark or copyrighted material is deemed to have agreed to comply with the Foundation Trademark, Service Mark and Copyright Policy. To obtain information or a copy of this policy, please contact the Foundation.