

מכשולים בנתיב: חומרים ישנים, אשמה שגויה ומי, אני?

המדריך, הרצאה מס' 49

10 באפריל, 1959

שלום חברים. אלוהים יברך את כולכם, כל אחד מכם. אנחנו בעולם הרוחות כל כך שמחים כשיש לנו הזדמנות לעזור לבני אדם. ואמנם יש רק עזרה אחת ואין בילתה. זה לעזור לכם למצוא בתוכם את מה שחוסם את האושר שלכם ולמצוא את חוק האלוהות.

בני אדם רבים מחייכים לרעיון שקיימים כוחות רשע, אפילו יותר משהם מחייכים לרעיון האל. מדוע הם עושים זאת קשה לומר, כיוון שהרוע או האנטי אלוהי הם, למרבה הצער, מציאות בעולם שלכם. עצימת עיניים למציאות היא בלתי סבירה. כמובן, כאשר אתם מחפשים רוע מחוץ לעצמכם, אתם תזהו בקלות את קיומו אצל אחרים. אם אתם נלחמים בזה שם, אתם נלחמים בזה במקום הלא נכון. ואם תחפשו את האלוהי מחוץ לעצמכם, יהיה לכם קשה למצוא אותו. אז המקום היחיד לחפש את הרוע או האלוהי הוא בתוך עצמכם.

כשאתם שומעים את המילה "רוע" או "הכוחות השטניים", אתם אוטומטית מדמיינים משהו מאוד ספציפי ולעיתים קרובות דרסטי. הבה נקבע מה שייך לקטגוריה של כוחות החושך או הרוע. זה לא רק כל האכזריות והרשעות הגלויה בצורות הקיצוניות שלהם. זה הכל בורות, זה הכל טעות, כל סטייה מהאמת בכל צורה אפשרית. כי האמת היא אלוהים.

בנתיב הזה, בעבודה שאתם עושים, אתם מוצאים בדימויים שלכם נוקשות, חסימה. אתם קוראים לזה בצדק חוסר בגרות. בחלק הזה של האישיות שלכם נשארתי ילדים. בגלל חוסר ידע ותובנה בוגרת, כוחות הרשע יכולים להשתלט עליכם ללא כל כוונה מחושבת מצדכם להיות "רעים". רוע והרס יכולים לפעול בכם דרך התפיסה המוטעית הבסיסית שהתרכזת בעצמכם תגן עליכם מפני פגיעה או תביא לכם פרס. אם אתם יכולים לזהות את השגיאה הבסיסית הזו בדימויים שלכם, תעשו צעד גדול קדימה. זה לא קל, כי אתם לא מודעים להתרכזות העצמית הרגשית שלכם. ייתכן שאתם מודעים לפחדים שלכם מבלי להבין שהם נובעים מדאגה יתרה לאדם שאתם ומהפחד שלכם להיפגע. אתם מונעים מאחרים את אהבתכם ורגשותיכם היוצאים, שתמיד נראים ככרוכים בסיכון אישי.

זיהוי וניתוח הדימויים והמסקנות השגויות שלכם יובילו אתכם לבסוף להכרה במכנה המשותף שלהם: הגישה הבונה היא: "בבורות שלי אני מאמין - אולי באופן לא מודע עד כה - שהאנוכיות תביא לי גמול, תגן עליי מפגיעה. באיזה אופן הייתי אנוכי? באיזה אופן המסקנה שלי הייתה שגויה מנקודת מבט זו? מה המסקנה הנכונה?" אם תשקלו את הבעיות הפנימיות שלכם מהזווית הזו - לאחר שמצאתם עד כה הרגשות, תגובות ונטיות נסתרות - תוכלו לעשות שינוי באישיות שלכם, שישנה בסופו של דבר את חייכם.

ללא יוצא מן הכלל, ישנן תכונות משותפות בכל הדימויים. רק הפרופורציות היחסיות של התכונות משתנות מפרט לפרט. בכל דימוי תמצאו רגשי נחיתות, רגשות אשמה, עיונות, שנאה, תוקפנות, בורות, טינה, אנוכיות ילדותית, פחד ועוד כמה כוחות חסימה. אנשים פרימיטיביים יותר מפגינים תכונות אלו כלפי חוץ ומכוונים אותן אל העולם החיצון. כשבני אדם מתפתחים מגלגול לגלגול,

הם מבינים סוף סוף שאחרים רואים ברגשות כאלה כרעים וכשגויים ושהם חיסרון להראות אותם בגלוי. כך הם מסתירים את הדחפים ההרסניים ובכך יוצרים חסימות וקונפליקטים בעומק הווייתם - בניגוד לביטויים על פני השטח של אנשים פרימיטיביים יותר.

כאשר קיימות טעויות של אנוכיות ואגואיזם על פני השטח, ההשלכות מתרחשות כלפי חוץ ובאופן ישיר. כוחות ההרס מופנים בגלוי כלפי האדם האחר ולכן מביאים לתוצאה ישירה. עם זאת, כאשר הכוחות ההרסניים נשמרים תחת מנעול ומפתח, הם נופלים בחזרה על העצמי ומשפיעים על אחרים רק בעקיפין, ובכך מביאים לתוצאה עקיפה. אתם בוחרים באופן לא מודע בחלופה האחרונה, מתוך הכרה שהדרך הפתוחה והישירה שגויה, אך עדיין לא מכירים בכך שהדרך השנייה שגויה באותה מידה ומביאה לתוצאות מזיקות באותה מידה. הפתרון היחיד הוא ללמוד בהדרגה להיפטר מאנוכיות. זה קורה תחילה על ידי זיהוי היכן, עמוק מתחת לפני השטח של התודעה שלכם, ההרגשות שלכם מכוונים את עצמם בצורה שגויה לחלוטין. ואז אתם צריכים ללמוד כמה אנוכיות מזיקה - מזיקה לא רק לאנשים שאתם באים איתם במגע, אלא מזיקה לעצמכם. ואנוכיות מזיקה לא פחות אם היא מוסתרת ומכוסה בתגובות על פני השטח שנראות בדיוק ההפך.

כל עוד אתם מנסים להרחיק את הרגשות העמוקים יותר בגלל "חייב" חיצוני או פנימי, אתם לא יכולים להצליח. "חייב" זה מצביע לא רק על כפייה של עצמכם - וכפי שאתם יודעים, הרגשות אינן מגיבות לכפייה - אלא גם על מניע לא טהור. אתם רוצים להעלים במהירות נטיות לא רצויות ולא מוערצות, כי הן גורמות לכם להופיע באור לא מחמיא. מניע כזה הוא הוכחה לעצם האנוכיות שאתם רוצים לסלק ולכן הוא לא יכול להצליח, גם ללא האלמנט הכופה. אבל אם אתם רוצים להיפטר ממרוכזות בעצמכם כי אתם מתחשבים בכנות באדם האחר, כי אתם רוצים להביא אושר ואהבה לתוך הסביבה שלכם ללא קשר לפגיעויות האפשריות שלכם, אז המניע הוא טהור ובסופו של דבר תצליחו. בעזרת אלוהים תשחררו את עצמכם באמת מהשלשלאות של הטעות הנגרמת מהאגואיזם הכל כך הרסני. אתם לא תקברו את הרגשות האנוכיים ותסיטו את מבטכם מהם אלא תחשפו אותם ותסתכלו בהם היטב.

אני יודע שכל זה נאמר פעמים רבות בעבר, אבל אני מפנה את עצמי עכשיו לרמות הרגשיות שאתם חושפים באמצעות חיפוש עצמי ולא לידע האינטלקטואלי שלכם הנמצא על פני השטח. נסו ליישם את כל זה על הזיהוי של מה שעשיתם ואתם ממשיכים לעשות, על תגובה רגשית שלכם שבמבט ראשון נראה שאין לזה קשר לכל זה, על משהו שגיליתם על עצמכם בדרך הזו.

שני סוגים של אבני נגף עלולים להתעמת איתכם כשאתם נתקלים בזיהוי הפְּרוֹת חדשות ואתם מעלים מהמוח הלא מודע שלכם תגובה רגשית שיוצרת קונפליקטים בנשמה ובחיים שלכם. כמובן שלא נעים להתמודד עם הכרות אלה בתחילה. נראה ששני המכשולים סותרים זה את זה, ובכל זאת אתם עלולים לחוות את שניהם. הראשון הוא הנטייה לבטל הכרה של משהו בתוכם, כי - ברמה של פני השטח - ידעתם את אותו הדבר כל הזמן. אתם מתפתים להניח את זה בצד מהר, ולהגיד, "אני יודע את זה כבר. זה לא חדש". הזיהויה מהסכנה הזו, חבריי. רוב הממצאים שלכם יעסקו במגמות ובנטיות שאתם כבר מכירים בצורה מעורפלת.

אם החיפוש שלכם מראה לכם שוב מגמה שאתם כבר מכירים, זה אומר שלא השתמשתם בידע הזה כמו שצריך. עדיין לא יישמתם את זה בכל רמות ההווה שלכם. לא הטמעתם את זה לגמרי. לא יצרתם קשרים בין הידע הזה לבין מגמות אחרות. לא הבנתם את מלוא החשיבות, המשמעות וההשלכות של מגמה זו. לכן, אתם צריכים להמשיך לעבוד עם ההכרה. אתם צריכים לגלות את זה מחדש, כאילו אתם מתמודדים עם משהו שמעולם לא הכרתם. רק אז תוכלו להבין את תגובת השרשרת שהגישה השגויה הזו גרמה בתוכם, כשבסופו של דבר גם פוגעת במערכות היחסים שלכם עם אנשים אחרים ובכך גורמת לכם להירתע ולסגת מבפנים ומבחוץ.

אז היזהרו מהתגובה, "אה, אבל אני יודע את זה כבר." אם חיפוש מתמיד מעמת אתכם עם הכרה שאתם כבר יודעים, התייחסו אליה כאילו גיליתם אותה בפעם הראשונה. אם זה מה שאתם מוצאים, זה מה שאתם צריכים למצוא שוב. המגמה הספציפית הזו עולה מהלא מודע שלכם ואומרת לכם, "אתה תמצא אותי בתדירות שתידרש. אם אתה יכול למצוא אותי שוב, זה אומר שלא השתמשת בידע הזה במלואו."

המכשול הנוסף להתקדמות בנתיב הזה הוא בדיוק ההפך. במהלך השנים, יצרתם תמונה מסוימת של עצמכם. אתם מְכִרִים לעצמכם ולחבריכם ולמשפחה כאנשים עם תכונות ופגמים בולטים מסוימים. אתם עשויים למצוא בלא מודע שלכם כמה תכונות כל כך מנוגדות למה שאתם, כך שאתם מבטלים אותן, ואומרים, "זה הכל שטויות, זה לא יכול להיות נכון." אתם כל כך משוכנעים שאתם ההפך ממה שגיליתם שזה פשוט לא הגיוני. אתם מתעלמים מהעובדה ששניהם יכולים להיות נכונים. קשה לכם לקבל את החדשות המהפכניות בתוך נשמתכם כי אתם רגילים לחשוב במונחים של "או/או". אם אתם מה שהכרה מראה לכם שאתם, אתם מאמינים שהנטייה החיצונית והידועה חייבת להיות לא אמיתית. לכן, אינכם יכולים לקבל את הממצא החדש. אבל אתם צריכים להבין לעומק שאפשר להיות בפיצול בנטייה מסוימת: בכמה מחוזות של הווייתכם, אתם יכולים לקבל את האיכות שכבר ידועה לכם; ובתחומים אחרים - שבהם יש חסימות - לקבל את האיכות הממש הפוכה.

הבה נניח שאחת התכונות הבולטות ביותר שלכם היא נדיבות. אתם יודעים כמה אתם נדיבים. כל מי שאי פעם היה איתכם בקשר יודע את זה. אבל פתאום אתם מגלים בכם קמצנות, תאוות בצע, רגשית אם לא עובדתית. ואם תשאלו את החברים שלכם שמכירים אתכם הכי טוב, "האם זה נכון? אני קמצן?" הם כמובן יאמרו, "לא, אתה בדיוק ההפך." והם לא אומרים זאת כדי להיות מנומסים. הם באמת מכירים אתכם כאנשים מאוד נדיבים. הפגנתם את נדיבותכם בכל מעשיכם. אבל עמוק בפנים יש את הפינה הזאת שבה אתם הכי לא נדיבים. אז שניהם נכונים. עבור דוגמא נוספת, הבה נניח שאתם ידועים כאנשים אמיצים מאוד. ייתכן שזו האיכות הבולטת שלכם, כזו שאתם מבטאים בתחומים רבים בחייכם. אתם משוכנעים שאין בכם שמץ של פחדנות. כך שכשאתם נתקלים בקו של פחדנות בתוכם, אתם עלולים לדחות את הגילוי כי זה נראה לכם לא הגיוני.

אז היזהרו משני המכשולים הנמצאים בדרככם להתקדמות, חברים יקרים שלי. התגובות שלכם להכרה של עצמכם הן בעלות חשיבות עליונה. כי רק מהתגובות שלכם אתם יכולים לקבוע את ההתקדמות וההצלחה שלכם.

נקודה נוספת שאני רוצה לדון בה הערב היא התגובה שלכם לרגשות האשם שלכם. כפי שאמרתי קודם, לכולם יש אשמה. כל דימוי שזור באשמה. חשוב להבין שיש שני סוגים של אשמה - אשמה לא מוצדקת ואשמה מוצדקת. לעתים קרובות אתם משתמשים באופן לא מודע באשמה אבסורדית, לא מוצדקת כמגן ומסתיר את האשמה האמיתית מאחוריה. למה? כי עמוק בפנים אתם יודעים שהאשמה הלא מוצדקת היא מגוחכת. זה כאילו רציתם לומר, "אתם רואים, אני מכריז על עצמי אשם, אבל אין לי סיבה אמיתית לעשות זאת." אתם לא יכולים להיפטר מהקול המכרסם של מה שבאמת צריך להכיר בו, להתמודד איתו ולשנות. עם זאת אינכם רוצים להתמודד עם זה, ומכאן שאתם מחפשים באופן לא מודע משהו שאי אפשר להאשים אתכם בו. כך אתם מתווכחים עם הקול הפנימי שלכם של אשמה אבסורדית, מנסים לשכנע את הקול הזה שאין לו סיבה להטריד אתכם. כמובן, כל זה קורה באופן לא מודע. למרבה האירוניה, האשמה האמיתית עשויה להיות קטנה לאין שיעור מהאשמה האבסורדית שבה אתם משתמשים בתור חומה להתחבא מאחוריה.

מהן אשמות אבסורדיות? הן יותר מכל אשמות שאתם מרגישים בגלל שאתם לא מושלמים. זה ראוי לשבח לרצות להיות מושלם. לא ניתן להמליץ מספיק שתנסו להחליף שנאה, טינה, תוקפנות באהבה ובחוסר אנוכיות. אבל לפני שתוכלו לעשות זאת, עליכם ראשית להכיר ולקבל את מצב ההתפתחות הנוכחי שלכם - חוסר היכולת הנוכחית שלכם להרגיש שונה ממה שאתם מרגישים - במקום לרצות להפוך מיד ליותר ממה שאתם כעת. אם אתם מרגישים אשמים בגלל שאתם עדיין מה שאתם, אתם חוסמים את עצם המטרה שאתם רוצים להשיג. אני יודע, חבריי, שאני חוזר על דברים רבים פעמים רבות, אבל אני חייב לעשות זאת. אני רוצה להדגיש שזו תחושת אשמה לא מוצדקת כשאתם מאשימים את עצמכם שאתם לא מושלמים כעת. אשמה בלתי מוצדקת כזו משתרעת על כל תחומי האישיות האנושית. אם כולכם שעובדים בנתיב הזה עוברים על הדימויים שלכם מנקודת מבט זו, תגלו היכן האשמות שלכם אינן מוצדקות.

אשמה לא מוצדקת נוספת - הניזונה מדימוי המונים - היא התגובה שלכם לדחף המיני שלכם. כל אחד מכם מרגיש אשם על כך, אם לא על פני השטח, היכן שהושפעתם מהשפעות אינטלקטואליות, אז בהחלט עמוק עמוק בהרגשותיכם. אשמה על הדחף המיני היא אשמה לא מוצדקת, אבסורדית. יכול להיות שזה נכון שהאנרגיה המינית שלכם לא זורמת בערוץ הנכון כי היא לא מתמזגת עם אהבה. זה לא קורה בדיוק בגלל שהרגשתם אשמה לגבי זה ודיכאתם את המודעות לזה ככל יכולתכם. מכאן שהדחף המיני שלכם לא יכול היה להתבגר ולהבשיל עם שאר האישיות שלכם ולהשתלב עם רגשות חמים, אוהבים, נותנים, לא אנוכיים. במקום זאת, הוא נשאר ילדותי בהכוונה העצמית ובאגואיזם שלו. אשמתכם המינית הלא מודעת, אפוא, נעוצה בכיוון השגוי והנפרדות של הדחף המיני שלכם ולא בקיומו ככזה. קיומו אינו סיבה לתחושת אשמה. אתם פועלים על פי אי הבנה כאשר אתם מנסים לסלק את מה שנראה לכם כחטא, ואז מרגישים אשמים כי אינכם יכולים לעשות זאת. התרופה היא לא לבטל את הדחף המיני אלא להפסיק לפחד מאהבה - לוותר על פחד שהוא אנוכי באופיו. אם אתם מרשים לעצמכם לאהוב, הדחף המיני שלכם יתמזג עם האהבה שלכם, ולא תהיה עוד סיבה להרגיש אשמה לגבי מין. נסו להבין את זה, חברים יקרים שלי. נסו להבין עד כמה מבולבלת החשיבה הלא מודעת שלכם. אתם מרגישים אשמה לגבי כוח שניתן ע"י האל, במקום להרגיש אשמה על הפחד שלכם לאהוב, שנולד מאנוכיות ומנפרדות. שלבו את הדחף המיני שלכם עם

המציאות והתרופה האחת והיחידה ביקום - אהבה. אתם יכולים לשלב אהבה ואנרגיה מינית רק על ידי התפתחות הנשמה שלכם בדרך שאתם הולכים בה.

אז הנה יש לנו כמה אשמות לא מוצדקות שנפוצות מאוד. מהי, לעומת זאת, אשמה מוצדקת? כאשר אתם פוגעים באנשים אחרים מתוך אמונתכם הבורה שאנוכיות היא ההגנה שלכם - בין אם אתם פוגעים בהם באופן אקטיבי או פסיבי, על ידי יפוי כוח או מחדל - אז האשמה שלכם מוצדקת. הבדילו בבירור, חבריי היקרים, בין האשמה של להיות לא מושלם בשלב זה לבין האשמה של הרצון העצמי הפוגע. להיות לא מושלם כשלעצמו לא אמור לגרום לכם להרגיש אשמה. אבל האשמה בגלל פגיעה שאתם גורמים לאחרים - לא משנה כמה לא מכוונת היא - מתוך חוסר השלמות, העיוורון והבורות שלכם, היא אשמה מוצדקת שאתם צריכים לפגוש באופן ישיר ובאומץ. ישנו עולם שלם של הבדל, אם כי עדין ומרומז, בין שני סוגי האשמה שתיארתי. בבקשה תחשבו על זה. זה כל כך חשוב.

מה צריכה להיות הגישה שלכם כלפי אשמה מוצדקת? מה יהיה בריא ומועיל? זה יהיה לומר לעצמכם, "לא יכולתי להתאפק בעבר. הייתי בור ועיוור ואנוכי. הייתי פחדן מדי כדי להעז לאהוב ולשכוח את האגו הקטן שלי. אני מודה שפגעתי באנשים אחרים כל ידי הגישה הזו ואני מוכן עכשיו ללמוד איך בדיוק פגעתי בהם. אין זה משנה אם פגעתי במעשה, במילה, במחשבה או בתגובה רגשית; על ידי מה שעשיתי או השארתי בלתי עשוי. אני באמת רוצה לשנות. בעזרתו של אלוהים אצליח. על מנת לעשות זאת, עלי לראות בבירור את הפגיעות הישירות או העקיפות שהגישה שלי הסבה לאחרים". לאחר מכן, תחשבו על הפגיעות שפגעתם באנשים אחרים. בקשו מאלוהים לתת לכם את התובנה להבין. איזרו את האומץ לשאת באחריותכם ללא הגאווה של רגשות אשמה שגויים והרסניים שגורמים לכם להגזים ב"רעות" שלכם ומובילים אתכם להרגיש חסרי תקווה לגבי עצמכם.

ישנן שלוש תגובות שגויות אפשריות כאשר אתם מזהים את הפגיעות שהסבתם לאחרים: חוסר תקווה לגבי עצמכם - רגשות האשמה השליליים וההרסניים שגורמים לכם להתייאש מעצמכם; הצדקה עצמית - האשמת אחרים בעוולות אמיתיות או מדומות ש"אילצו" אתכם להגיב כך; או הכחשה - הסירוב החששני להסתכל על חוסר שלמות שאולי לא מתאים לתמונה שיש לכם על עצמכם. בזמנים שונים אתם עשויים לחוות כל אחת מהתגובות הללו. היזהרו מכל אחד! מיצאו את הדרך הנכונה: הרגישו יחד עם האדם שפגעתם בו, קחו על עצמכם את האשמה המוצדקת, שאפו להיות שונים, תחפצו לוותר על הפחד שלכם לאהוב. גישה זו בריאה ויעילה. הפגיעה שאתם חשים כשאתם מבינים את הפגיעה שפגעתם מבלי משים - פגיעה לא מכוונת כי היא בוצעה מתוך מסקנות הדימוי השגויות שלכם - היא בריאה: היא תיתן לכם את התמריץ לאבד את הפחד שלכם ואת האנוכיות שלכם.

העצה שלי, חברים יקרים, היא שכאשר יש לכם הבנה בסיסית של הדימויים והמסקנות שלכם מהם, להבהרה אישית עבורכם, תפרידו בין האשמות הבלתי מוצדקות לבין האשמות המוצדקות. מיצאו היכן אולי פגעתם באחרים על ידי המסקנות השגויות שלכם, במישרין או בעקיפין, למעשה או בכוונה. אם יש לכם את האומץ להצטער באמת על הפגיעות שהסבתם לאחרים מבלי משים, אם תוכלו לקחת על עצמכם את האשמה המוצדקת הזו ולהתמודד איתה, זה ייתן לכם יותר כוח ממה שאתם קולטים. זה יטפח גישה בריאה ובונה. זה יניע את

כוח החיים בנפשכם. שכן, בין הרבה דברים אחרים, כוח החיים הוא אמת ואומץ. לקבל אשמה מוצדקת זה להיות באמת וזה דורש אומץ. כוח החיים יחלחל אז בכל הערוצים העקלקלים שלכם וישפיע עליהם, כך שלאט אבל בטוח תמסו את כל ההרס של כוחות הרשע הגועשים בתוכם, עקב הבורות וחוסר הבשלות הרגשית שלכם.

האם יש שאלות בנושא זה?

שאלה: השאלה הראשונה מתייחסת לביטוי האחרון שהשתמשת בו. האם אתה מוכן להגדיר בגרות רגשית?

תשובה: בגרות רגשית היא, בראש ובראשונה, היכולת לאהוב. אנשים רבים מדמיינים שיש להם את זה. כמובן, בגרות רגשית היא עניין של מידה. אבל בכל מקום שקיים פחד להיפגע, פחד מאכזבה או פחד מסיכוני החיים, בגרות רגשית לא קיימת. בגרות רגשית אינה יודעת אנוכיות. זה כמובן יחסי עלי אדמות; זה לא יכול להיות מוחלט עדיין בספירת הקיום שלכם. ככל שאתה אנוכי יותר, אתה יותר לא -בוגר. אתה יכול להיות מאוד לא אנוכי בדברים החיצוניים הקטנים אבל חוסר האנוכיות החיצונית יכולה להסוות את האנוכיות הרגשית או את האגו המרוכז שלך. אתה יכול למסור את רכושך, אבל אתה מפחד לאהוב או להסתכן להיפגע, ובכך אתה מונע אהבה מאחרים. לכן, אתה לא בוגר רגשית, למרות שאולי הגעת לבגרות אינטלקטואלית. בגרות רגשית פירושה לא לפחד לשלם את המחיר של החיים. ומחיר החיים כולל מדי פעם פגיעה או אכזבה. האדם הבוגר יודע זאת, מצפה ומקבל זאת, ומבין את ערכם של החיים. כאשר אתה נסוג אל תוך הסתגרות והופך לאגוצנטרי, אתה הודף לא רק אחרים אלא את עצמך. בגרות רגשית פירושה גם לא לפחד מההרגשות שלך: אם יש לך הרגשות שליליות, הפחד מהן לא יגרום להן להיעלם. להיפך, רק על ידי התמודדות עם אותן הרגשות שליליות אתה יכול להבין את מקורן, את הסיבה שלהן. רק אז אתה יכול להשיג שליטה אמיתית עליהן, במקום שליטה כוזבת של לדכא אותן. בבגרות רגשית לא תפחד יותר גם מהרגשות החיוביים שלך, כי תסכים לקבל פגיעה מדי פעם. אתה תסתכן בביטוי הרגשות החיוביים שלך במקום למנוע אותם מאחרים, כי לעטוף את האחר בחום, נחמה ורוך חשוב יותר ממה שעלול לקרות לך מאוחר יותר.

בגרות רגשית פירושה יכולת לקבל החלטה בשלמותה ולקבל את זה שאינך יכול לשמור את העוגה וגם לאכול אותה. באופן לא מודע, רוב האנשים כל הזמן רוצים שיהיה להם את שניהם, מה שמביא אותם לקונפליקט עם עצמם ועם הסביבה שלהם. האדם הבוגר רגשית יודע שתמיד יש לשלם מחיר. בגרות רגשית או בריאות רגשית פירושה לדעת מה אתה רוצה, לרצות את מה שאתה יכול לקבל, ולהיות מוכן לשלם את המחיר על כך. ליותר על האגואיזם בכל רמות ההוויה שלך, להגיע אל מעמקי התגובות הלא מודעות שלך - שעשויות להיות כל כך מנוגדות לאלו החיצוניות שלך - ולהכיר אותן במלואן זה להגיע לבגרות רגשית אמיתית.

אלו הן אמיתות אוניברסליות, הנלמדות בכל הדתות והפילוסופיות בעלות ערך כלשהו. האנושות ניסתה הרבה מאוד זמן לממש את הרעיונות האלה. אולם אנשים התעלמו במידה רבה מהסכנה של הונאה עצמית, הם התעלמו מההרגל שלהם להשתמש בשכבות התודעה הרבות כדי להסתיר תגובות שאינן תואמות אמיתות אלו. אם כך לעתים קרובות תמצא אנשים שפועלים כלפי חוץ על פי

האמיתות האוניברסליות, ויחד עם זאת, אתה מרגיש שההתנהגות שלהם לא ממש אמיתית. בפנים הם מסתירים תגובות רבות המנוגדות לאמיתות הרוחניות האוניברסליות.

הדרך שבה יש לי הזכות להוביל אותך תמנע את הסכנות הללו; התגובות החיצוניות והפנימיות שלך יהפכו לאחד. אז בואו נהיה ברורים לגבי המטרה שלנו. אנחנו רוצים למצוא את החלק הזה כך שבו אתה עדיין לא מפותח, שבו אתה פרימיטיבי בתגובות האנוכיות שלך. האנוכיות שלך עלולה לבוא כהלם בהתחלה מכיוון שהיא כל כך שונה מהתגובות החיצוניות שאתה מרגיש אותן בכנות. בין אם התגובות החיצוניות הללו הן באמת כנות, כלומר, הכי טוב שאתה יכול לעשות, ובין אם הן צביעות כמעט מודעת, יש להמיס את המסכה החיצונית כדי להביט אל תוך נשמתך. שם תמצא נטיות רבות ורגשות מנוגדים בתכלית לאמונות המודעות שלך לגבי עצמך.

המסכה שלך לא הביאה לך את שביעות הרצון שחשבת להשיג באמצעותה. לבסוף, זה הכעיס אותך. כאשר לבשת באופן לא מודע את מסכת הטוב אולי התכופת לאחור בניסיון להסתיר את מה שעומד מאחוריה. עכשיו אתה מרגיש שהתעללו בו, ניצלו אותך בלי להבין שזה לא טוב אמיתי שהיה כל כך לא מתגמל אלא "טוב" כוזב וכפייתי. אם הסקת את המסקנה השגויה, ייתכן שכעת תתפתה ללכת לקיצוניות השנייה ולממש את החלק שאתה מגלה מאחורי המסכה הראשונה של חוסר אנוכיות, מתוך אמונה שעכשיו סוף סוף אתה נאמן לעצמך. כן, החלק הזה קיים בך, ואתה צריך להכיר בו. אבל תכיר בכך שגם המרד והכעס יוצרים רובד שטחי בלבד ותסתכל מה מאחוריהם. מצא בתוכך את מה שיודע לשמור על האיזון הנכון. האני האמיתי שלך אינו טוב כפי שהוא נראה על פני השטח וגם לא "רע" - מלא שנאה, תוקפנות, מרד וכעס - כפי שאתה הינך מאחורי המסכה שלך. כל התגובות השליליות שלך הן בעצם תגובה אחת לתמיהה שלך כלפי החיים, התוצאה של המסקנות הרגשיות השגויות שלך. תכיר בכעס ובמרירות שלך, תחווה את מה שהדחקת כל כך הרבה זמן, אבל אל תחשוב שזו האמת הסופית של העצמי שלך, כאילו היית האדם שיפעל ויחיה את כל הרגשות הסוררים האלה. גלה את ההבדל בין דיכוי הרגשות הללו לבין קבלתם כסימפטום לכך שאתה לא יודע את התשובה לחיך, לכך שעדיין לא מצאת את המפתח להוויה שלך.

נסו להבין את הגישה הזו, יקרים שלי, ותוכלו להימנע ממלכודות מיותרות. כדי למצוא את התשובה לחיים שלכם, עליכם לתרגל את האומץ להודות ברובד השני השלילי של עצמכם מבלי להישאר בו. עליכם לזהות את השקר שלו כפי שכבר זיהיתם את השקר של שכבת המסכה שבניתם על מסקנות שגויות. אז אתם יכולים להיות נאמנים לעצמכם מבלי להגזים ברובד החדש שאתם מגלים. אתם תבינו ש"חוסר האנוכיות" הקודמת שלכם לא הייתה יעילה כי היא הייתה שקרית, לא כי חוסר אנוכיות כשלעצמה אינה יעילה. גישה זו תוביל אתכם בביטחה לבגרות רגשית. זה יהפוך אתכם לגברים ולנשים באמת. אני אומר את זה בשיקול דעת ובצורה מחושבת, אני לא אומר בני אדם, אני אומר גברים ונשים. כי אף אחד לא יכול להיות באמת גבר או אישה אם אין להם בגרות רגשית.

שאלה: האם תוכל בבקשה להסביר את הסיבה לעייפות של אנשים רבים, במיוחד באביב?

תשובה: עייפות היא תמיד סימן לכך שכוח החיים נוצל לרעה באורגניזם של הנשמה. עייפות נובעת מדיכוי הכוחות ההרסניים של הנשמה, חוסמת ומונעת מהם (מהכוחות ההרסניים) את אור התודעה שיכול לכוון אותם לערוצים הנכונים עד שהם מתמוססים לבסוף. אם מדכאים עוינות ותוקפנות, אם מדכאים פחדים ולא מתמודדים איתם, אם מתעלמים משנאה כי שנאה לא תואמת את האידיאל שלך וגורמת לך להרגיש אשם, העצמי נהרס. ההרס העצמי לובש צורות שונות ויוצר סימפטומים שונים באורגניזמים שונים. עייפות היא סימפטום אחד כזה.

האביב הוא העונה שבה הטבע מתחדש. כוח החיים חודר לכל מה שגדל: צמחים, עצים, דשא, פרחים, פירות, ירקות, עולם החי, אפילו עולם המינרלים. וזה צריך להיות אותו הדבר בבני האדם. כאשר בן אדם נמצא בהרמוניה עם היקום, כאשר הנשמה צומחת ולא קופאת, האביב מחייה ומתחזק. אבל האביב לא יכולה לעשות זאת במקום שבו קיימות חסימות. חסימה נוצרת על ידי אלמנט זר לכוח החיים האלוהי. הונאה עצמית מסתכמת באי-אמת, ואי-אמת עוינת את כוח החיים. דיכוי הוא תמיד הונאה עצמית; לכן, כאשר קיימת הונאה עצמית או דיכוי, כוח החיים אינו יכול לחדש אותך. להיפך, זה ישפיע עליך לרעה כי משהו כמו קצר חשמלי מתרחש כאשר שני כוחות מנוגדים מתנגשים בנשמה. כוח החיים רוצה להיכנס אל תוכך - וגם החוצה מתוכך, כי עמוק בנפשך קיים היקום כולו, ולכן גם מעיין של כוח חיים. אבל כוח החיים לא יכול למלא את הווייתך, כי הכוחות המנוגדים מרסנים אותו.

ללא דיכוי והונאה עצמית, האביב היה מחייה אותך. עייפות היא סימפטום לכך שאתה מדכא מעצמך ידע והכרות של מי אתה. תן לעייפות להיות תמריץ להכפיל את הכוונה והמאמץ שלך לשבור את ההתנגדות שלך להתמודד מול עצמך. כי רק כך אתה באמת יכול להיות שלם ובריא בגוף, בנפש וברוח, ברגשותייך ובנפשך. הִיָּה אסיר תודה על כל סימפטום שמראה את המצב הפנימי שלך.

שאלה: השאלה שלי היא על איוב. בגלל אילו כישלונות או חסרונות בחייו הוא נאלץ לסבול כל כך?

תשובה: על חוסר הכרה עצמית ועל הונאה עצמית מתוך גאווה ופחד. היה בו חוסר סבלנות להיות כבר מושלם - חוסר סבלנות הקשור לגאווה רוחנית. הוא השתמש ברצונו לטוב כדי לדכא אינסטינקטים בסיסיים במקום להתמודד איתם באומץ ובכנות.

שאלה: האם זה נכון, כפי שאומרים כמה פרשנים, שהוא הדגיש עצמו בתור הפטריארך שראוי לכל חסד אלוהים - במילים אחרות, שהוא היה צדקני/מתחסד?

תשובה: כן, זוהי גאווה. הייתה גאווה מהבחינה הזו, אבל גם במובנים אחרים. והוא גילה רצון עצמי קיצוני. רצונו העצמי רצה להיות כבר בנקודה שרק עבודת פרך וענווה של הכרה עצמית יכולים להגיע אליה.

שאלה: האם תוכל לחזור על מה שאמרת בעבר על ציפייה, במיוחד בצורה של "חשיבה חיובית" בניגוד לקבלה?

תשובה: לכל אחת מהעמדות הדתיות הבסיסיות הללו יש צורה בריאה, שמתעוותת כאשר מאמצים את הקיצוניות שלה. בהבנה נכונה, חשיבה חיובית פירושה לדעת שהכל חייב להפוך לטוב, לבסוף, כי הכוח האלוהי הוא האמת המוחלטת ולא ניתן לכבוש אותו על ידי כוחות הרס. אבל זה לא אומר שאתה יכול פשוט לבטל או להיפטר מההשפעות של שגיאות העבר וההווה שלך. בכל רמה של האישיות שלך שההשפעות האלו קיימות, עליך לקבל ולעבור דרכן. הגישה היעילה ביותר היא קבלה חיובית של עצמך ושל סיכוני החיים. זה כולל את הענווה של קבלת עצמך כפי שאתה עכשיו - מבלי לצפות לחיים מושלמים כשאתה עדיין לא מושלם - ואת האומץ להתמודד עם עצמך ולהתמודד עם החיים כפי שהם.

חשיבה חיובית, כאשר משתמשים בה לרעה, מונעת מלהתמודד עם מה שיש עכשיו. זה יכול להצליח רק כאשר שלמות פנימית בסיסית כבר קיימת במידה מסוימת. אחרת זה חייב להיכשל ולכן להביא אכזבה. נוטים למהר ולהאמין שאפשר להעלים בעיות אישיות שורשיות - בעיות שדורשות סבלנות והתמדה כדי להתמוסס - על ידי שימוש בנוסחה בלבד.

קבלה גם יכולה להיות מנוצלת לרעה ולפענח לא נכון. בצורתה הבריאה, הקבלה מסייעת לשאת את חוסר השלמות של האדם ואת ההשלכות של זה, מתוך הכרה בכך שאי אפשר לשנות הכל בבת אחת על ידי פעולה של הרצון בלבד. זה מראה את הענווה והסבלנות לקחת כל תוצאה לא נעימה כתרופה בריאה. עם זאת, אין זה אומר להיות פסימי או לצפות להתרחשויות שליליות אם הן מיותרות. במובן החולי שלה, הקבלה מטפחת נטיות מזוכיסטיות, חוסר תקווה והונאה עצמית של התמסרות לוותר שהיא (הקבלה באופן הזה) לא רק מיותרת אלא חולנית. הקבלה בצורה החולנית מטפחת רגשות אשמה שגויים ומבקשת להעניש את העצמי עבורם.

עליכם להבדיל בין הצורות הנכונות והלא נכונות של שתי הגישות הדתיות הבסיסיות הללו. הסוג השגוי של חשיבה חיובית הוא רצון עצמי וחוסר סבלנות. הסוג השגוי של קבלה מטפח "מות קדושים", לראות את עצמכם כקורבן. קיצוניות אחת תמיד יוצרת קיצוניות אחרת. לפיכך הדרך הבריאה היא דרך האמצע: לקבל את ההשפעות של חוסר השלמות של האדם ולעבור דרכם ברוח של אומץ וענווה. על ידי שמשלמים את המחיר, תמצאו אושר ושלווה. נשיאת הצלב שלכם, שאתם תמיד עושים בעצמכם, תיתן לכם שלווה. קבלו שאתם לא יכולים לשנות את הרגשות שלכם במהירות, מה שהפרשנות השגויה של חשיבה חיובית מנסה לעשות. בסופו של דבר הרגשות שלכם יתחילו להשתנות, אבל רק לאחר שתקבלו אותם.

שאלה: במילים אחרות, לציפייה של אדם לכישלון או להצלחה במשימה או מטלה מסוימת אין שום קשר? זה לא משנה אם נכנסים כן או לא למשימה עם גישה של חוסר תקווה?

תשובה: לגישה של האדם תמיד יש השפעה, אבל אי אפשר לומר שגישה אופטימית מביאה לתוצאה טובה והשקפה פסימית לרעה. כל עוד אתה לא ברור לגבי עצמך, אתה יכול לקבל גישה חיובית ואופטימית באופן מודע, אבל באופן לא מודע אתה יכול לקבל גם את ההיפך. זה יכול לקרות מסיבות שונות, אחת מהן היא שאתה לא ממש יודע מה אתה באמת רוצה. מכיוון שאינך מבין את הסיבות, כאשר הקונפליקט הזה מביא לתוצאה שלילית, אתה מתאכזב ומאבד

אומץ. בקיצוניות האחרת, יש אנשים שבוחרים כל הזמן בגישה שלילית כי הם כל כך מפחדים מאכזבה; הם מנסים להימנע מהאכזבה על ידי הגנה על עצמם עם גישה השלילית. אז מתחת לגישה החיובית והשלילית כאחד עלול להסתתר משהו אחר.

הנקודה החשובה היא לא כל כך מה שאתה חושב במודע. הרבה יותר חשוב ללמוד להיות מודע למה שאתה מרגיש באופן לא מודע. נוסחה של חשיבה גרידא לעולם לא יכולה להיות יעילה באמת בהשגת מה שאתה רוצה במודע. אתה צריך להבין את האני הפנימי שלך, את התגובות הלא מודעות שלך, את הקונפליקטים והבעיות הפנימיות שלך. רק דרך הבנה כזו תמצא סוף את הגישה הנכונה כלפי יזמה עתידית, תקווה או כל דבר אחר בחייך.

עד שתשיג את ההבנה הנכונה, הגישה המומלצת היא ניטרליות: שחרר את הרצון העצמי שלך מבלי להיות אופטימי או פסימי. רק לרצות ללמוד מכל מה שקורה לך. תן לכל מה שקורה להיות אינדיקציה להיכן שאתה נמצא ועם אילו בעיות להתמודד. אתה יכול לשקול כל התרחשות כרפלקס של התגובות הלא מודעות שלך. אם תתבונן ברגשות שלך, אתה סוף סוף תבקיע אל תוך עצמך ותקבל את ההכרה והזיהוי שאתה צריך להבנה עצמית יסודית יותר. מה שקורה לך עכשיו הוא בעיקר דפוס שחוזר על עצמו שנוצר על ידי המסקנות של הדימוי שלך. מיקוד תשומת הלב שלך בזיהוי השורשים הפנימיים של אירועים חיצוניים ייתן לך את המפתח לחיים שלך. עד כה, ייתכן שהאישיות כולה נלחמה נגד הכרות מהסוג הזה.

אין מפתח פלא. שום דבר לא יכול להיפתר באמת אלא אם אתה מבין את המניעים והנטיות הלא מודעים שלך. אמצעים חיצוניים עשויים לפעמים להיראות יעילים, אבל באמת, בעיית החיים שלך יכולה להיפתר רק כאשר אתה מתגבר על ההתנגדות שלך להתבונן לתוך עצמך - כאשר אתה מסיר את חומות ההגנה הפנימיות שלך. על מה אתה מגן? למה אתה צריך להגן על עצמך? שאל את עצמך שאלות כאלה כשאתה מרגיש את ההתנגדות הזו ואת הקרב הזה בך. אני מדבר לכולכם עכשיו, חברים שלי. ואז לא תצטרכו חוק חיצוני וכוחני כדי למצוא את הגישה הנכונה למצבים שונים בחיים. חוק כזה הוא קב.

ברגע שאתם מכירים את המינד הלא מודע שלכם, אתם פשוט תהיו טבעיים; תיקחו את החיים כמו שהם באים. ותהיה לכם הצלחה וכישלון. החיים צריכים להביא את שניהם, ותהיו מצוידים לפגוש את שניהם. שניהם יעשו אתכם חזקים. אם אדם כל כך מתייחס בדאגה לקבל את הגישה המתאימה כדי להישמר מפני כישלון או אכזבה, זה סימן לכך שמאוד חושש מכישלון ומאכזבה. ואם אתם חוששים מהם כל כך, חסרה לכם התנגדות בריאה. אני מתכוון להתנגדות במובן החיובי, כמו כשאתה מתנגד למחלות, ולא להתנגדות שאמורה להיעלם כשאתה בדרך של חיפוש בתוך עצמכם. פחד הוא מחלה.

כעת, חבריי היקרים, אהבתו וכוחות האמת של אלוהים ניתנים לכם. הם זורמים אליכם. הם חודרים וממלאים את ליבכם. תשמחו עם האמת, לימדו את השמחה שבגילוי אמת שחששתם ממנה ושאלו לא מחמיאה. כי זו שמחה גדולה. לימדו את הפעילות הבריאה הזו. תתחזקו בזה ותפגשו את החיים כמו שצריך. כי בדרך זו תהפכו לגברים ונשים אוהבים. היו בשלוח. תבורכו. היו באלוהים.

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.