

אהבה עצמית

הרצאת המדריך מס' 53, 19 ביוני 1959

שלום חברים יקרים שלי. אלוהים יברך את כולכם, אלוהים יברך את השעה הזו. אלוהים יברך את עבודתנו. כעת, כשאני נפרד מכם בהתגלמות הפיזית לזמן קצר, אנו בעולמנו מבקשים להביע את תודתנו לכל אחד מכם שמתאמץ כל כך, שנלחם ומתגבר, מוכן כל הזמן לזמן את כוחו להתגבר על מחסומים והתנגדויות פנימיים. אתם בעלי האומץ האצילי לנתיב האור הזה צריכים להבין שכל אחד מהמאמצים שלכם עוזר לנו, בתורו, ועל כך אנו אסירי תודה. כי ללא הרצון הטוב שלכם, לא היינו יכולים לבצע את המשימה שלנו.

אני גם רוצה להציע הצעה לכל חבריי בשלוש הקבוצות. כשאתם ממשיכים את הפעילות שלכם בסתיו, בפעם הראשונה תיפגשו במשותף. עשויים להתפתח כמה שינויים מתוך מפגש זה של שלוש הקבוצות. אתם יכולים לדון כיצד הכי טוב לסלק חיכוכים; מה אתם יכולים לעשות כדי ללמוד מהם באופן אישי וקולקטיבי; וגם לעבוד על תרומתו של כל משתתף לחיכוך, גם אם הוא משוכנע לחלוטין שזו אשמתו של אחר. נסו לבנות את תפיסת אחדות המטרה שלכם. נסו להיות מודעים לאחריות ולחובה המופלאה שיש לכל אחד מכם, על ידי השתתפות בעבודה זו. נסו להבהיר, כל אחד מכם, מה אמורה להיות העבודה הקבוצתית, מה היא צריכה להשיג וכיצד עליכם להתנהל בה. כל אחד צריך להגיד את דעתו. בפגישה משותפת זו יש להשמיע בחופשיות כל התנגדות ולדון בתבונה באופן ידידותי, עם ראש פתוח לנקודת המבט של האחרים. זו ההצעה שלי לפתיחת התקופה הבאה אחרי החופשה. כמובן, יש לכם את הרצון החופשי שלכם ואתם אמורים לקחת את זה רק כהצעה, לא יותר. לאחר הדיון המשותף, ייתכן שתגלו שפגישה אחת לא הספיקה. אז אולי תרצו להיפגש יחד פעם נוספת, עד שהכל יתבהר, ואז להיפגש שוב בשלוש קבוצות נפרדות. תעבדו על תכנית מסוימת. תקבלו השראה. נסו להיות מודעים לרוח הקודש, להשראה של העולם האלוהי. פנו אליו, במיוחד כאשר חילוקי דעות וחיכוכים מפרידים ביניכם.

הערב אני רוצה לדון בנושא של אהבה עצמית. כולכם יודעים - אמרתי זאת שוב ושוב - שניתן לעוות כל אמת לכדי שקר. זה, אולי, הנשק החזק ביותר של הרוע. חוסר אמת מוחלט אינו מסוכן. אבל כשמשהו שעשוי להיות נכון בנסיבות מסוימות מיושם בצורה לא נכונה באחרות, מעוות ומוגדר בצורה נוקשה ככלל לא גמיש, זו סכנת הרוע. האמת והמשמעות של כל מושג או רעיון יכולים להיות מעוותים עד לנקודה קיצונית של אינון/ביטול.

זה כך עם אהבה עצמית. יש סוג בריא שקיים בנשמה הבוגרת. אבל בכל מקום שבו מעוותים גישות זרמים לא מודעים, אהבה עצמית בריאה תתעוות גם כן. סוג שגוי של אהבה עצמית קיים בצורות רבות. הסוג הגולמי ביותר הוא אנוכיות. מי שמעמיד את עצמו באור או בעמדה טובה יותר מאשר רעהו, לרצות יתרון שאינו הוגן כלפי האחר. ואז יש סוג מסוים של הערצה עצמית שהיא בעלת אופי חולני שהוא ברור. גם זה יכול להתקיים ברמות שונות. הרמה החיצונית ביותר מובחנת בקלות על ידי אחרים ומזוהה בקלות גם על ידי המחפש, ברגע שהבדיקה העצמית החלה; אם כי קיומה לרוב חבוי ברגשות ואינו מוצג במעשה חיצוני ובביטוי של

התגשמות. הוא עשוי, לפעמים, אפילו להיות מכוסה בהתנהגות חיצונית מנוגדת שאינה אמיתית. לאחר מכן, זה הופך להיות קשה לזיהוי על ידי אחרים, כמו גם על ידי המחפש בעצמו. זה דורש עבודת עומק כמו שאתם שוקדים לעשות בנתיב הזה. מיותר לציין שכל התנהגות נכונה, שאינה מבוססת כולה על כנות ושכנוע פנימי ואינה מתקיימת מרגשות דומים, אינה רק בלתי יעילה אלא אף מזיקה לאישיות - לפחות כל עוד האדם מאמין שהתנהגותו היא ביטוי של האני הפנימי ביותר שלו. שכן, אשליה עצמית מזיקה יותר מההתנהגות או המעשה החיצוני הגרוע ביותר.

לכן, התחילו לחפש אחר זרמים פנימיים, ואולי נסתרים, של אהבה עצמית מעוותת. ראשית, מיצאו את הקונספט המתאים וראו כיצד זה עובד כאשר הוא מעוות. עם זאת, אל תאפשרו לקונספט הנכון לכסות את הסטייה שלכם מתוך תחושת אשמה. במקום זאת, חפשו את מה שבכם שגורם לסוג הלא נכון של אהבה עצמית. תמיד חייבת להיות סיבה. כל עוד לא מצאתם את הסיבה, חבריי, לא משנה כמה אתם יודעים שהעיוות שגוי, הידיעה למעשה אינה מועילה. אתם לא תוכלו ליישר את זה. ההליך חייב להיות תמיד: ראשית, גלו באיזה אופן יש לכם את הסוג הלא נכון של אהבה עצמית. עד שתגלו את כל הרגשות החבויים והעדינים, אתם לא יכולים ללכת רחוק יותר. אבל אחרי שתהיו מודעים להם, אתם יכולים לחקור את האזורים העמוקים יותר ולגלות את הסיבה. בדרך כלל תגלו שחוסר אהבה עצמית במובן הנכון הוא הגורם לאהבה העצמית המעוותת שלכם. כאשר אתם לא אוהבים את עצמכם כפי שאתם צריכים, זה כרוך בלאהוב את עצמכם יותר מדי בכיוון אחר. במילים אחרות, אתם מחפשים באופן לא מודע את התרופה הלא נכונה. בגלל חוסר הכבוד העצמי - הסוג הנכון של אהבה עצמית - אתם מנסים להחליף אהבה עצמית חסרת פרופורציה בתחומים אחרים בהווה שלכם. עליכם לזכור את הקשר הבלתי נמנע בין שתי הנטיות הללו. אם הייתם אוהבים את עצמכם כמו שצריך, לא הייתם צריכים לאהוב את עצמכם יותר מדי.

בהרצאה על המעגל הזדוני סיפרתי לכם על האשמות שלכם על המרד שלכם נגד הסמכות, ועל הפחדים שלכם לא להתקבל ולא להיות נאהבים. כל הגישות הללו גורמות לבוז עצמי ולרגשי נחיתות. אתם תמיד מתעבים את עצמכם כי בדרך כלשהי אתם רוצים לתת לחיים פחות ממה שראוי. אתם רוצים להשיג משהו בדרך הקלה, כמו שילד עושה. הרצון הזה חייב להיות בסופו של דבר בשורש הבוז העצמי שלכם, של רגשי הנחיתות שלכם. שום דבר אחר לא קיים באמת. כל שאר הדברים שאתם עשויים למצוא כדי להסביר את רגשי הנחיתות שלכם אינם אלא תסמינים ורציונליזציות. בה במידה שאתם מרגישים חוסר ביטחון ונחיתות, באותה מידה חייב להיות בכם צד, אולי חבוי עמוק, שרוצה לברוח מהחיים. צד המקווה לקבל תשואה מהחיים ללא השקעה או סיכון וללא "חשיפה". במילים אחרות, אתם רוצים לרמות את החיים בדרך כלשהי. כאשר אתם מוצאים את הצד הזה, אתם מגיעים לשורש רגשי הנחיתות שלכם וחוסר הכבוד העצמי שלכם; לא לפני. עד אז, אינכם יכולים לשבור את המעגל הזדוני שלכם. אבל בנקודת השבירה - ברגע שתחליטו דרך צמיחה פנימית והבנה שאתם כבר לא רוצים ומצפים לתת לחיים פחות מהראוי להם - תזכו לכבוד עצמי מבוסס היטב. מכאן ואילך תאהבו את עצמכם בצורה הנכונה והבריאה. אתם כבר לא תצטרכו את הסוג הלא נכון של אהבה עצמית, שבסופו של דבר רק תורמת לבוז העצמי שלכם.

פעולת הוויתור על הכוונה לרמות את החיים תטהר את הראייה וההבנה הפנימית שלכם, כך שתבינו עד תום, שיתרון עבורכם- שבאותו הזמן מהווה חיסרון או פגיעה באחר-לא יכול במציאות לעולם להועיל לכם. זה אולי נראה כך לזמן מה, אבל למעשה זה אף פעם לא. האמונה בכך היא העיוורון האנושי של ספירת כדור הארץ הזה, בגלל מוגבלות הראייה, מהעובדה שאתם רואים רק חלק קטן מהתמונה השלמה. אולם הכרה עצמית פנימית תגלה יותר מהתמונה, כך שתשכנעו את עצמכם בשקר של הנחה כזו. אתם עדיין מלאים באי-האמת שחיסרון של כל אדם אחר עשוי להיות היתרון שלכם, אזי יש רגעים בכל יום שבהם אתם מגיבים בצורה כזו, לפחות רגשית. אולם בדרך זו תבינו היטב שכל יתרון אפשרי על פני אח או אחות אשר סובלים בכך מחסרון, דורש מכם בסופו של דבר מחיר גבוה בהרבה ממה שאתם מפסידים בויתור על "עיסקאות" שכאלו.

קיים גם סוג אחר של אהבה עצמית שגויה, שקיומה הרבה יותר נרחב ממה שמבינים בדרך כלל. זה הסוג החולני של הערצה עצמית, להיות מאוהב בעצמך. זה עשוי להתבטא בדרכים שונות. אפילו לא אדון במקרה הברור ביותר שבו אדם פשוט מאוהב בעצמי החיצוני שלו. זוהי צורה מחוספסת מאוד של מחלה ונדירה יחסית. אני רוצה להסתכל על האזור העדין יותר של אותו זרם שהוא הרבה יותר נפוץ מהצורה הגסה. מישהי יכולה להיות מאוהבת בפגמים מסוימים, כפי שצינתי. היא מרוצה מהם ומרגישה שהם משהו ראוי להערצה, אם כי מבחינה אינטלקטואלית היא יודעת שזה לא כך. עם זאת, אם היא הייתה מנתחת את תגובותיה, היא הייתה מגלה שהיא מאוהבת בצורת החיים שלה, בסגנון ובאורח החיים שלה. זה מעודן, ומתבלבל בקלות עם תחושת הכרת התודה ושמחת החיים, שהם חיוביים בלבד. הגבול בין שתי ההרגשות הוא דק מאוד. הסטייה הקלה ביותר מתחושת הכרת התודה והשמחה בכוח החיים עשויה להביא לתגובה של "להיות מאוהבת בחייה" באופן חולני. אין כלל שיגדיר היכן מותר לסטות ואיפה לא. רק היושרה והכנות העצמית המלאה שלכם, ההקשבה אל תוך עצמכם, בדיקה של התגובות שלכם, לנתח אותן ולנסות להרגיש את ההרגשות שלכם, תספק את התשובה היכן אתם סוטים מהגישה הבריאה והחיובית. אבל היזהרו מהקיצוניות הפוכה, מתחושת אשמה כשאתם נהנים מהחיים בהכרת תודה, כי אתם מזהים גם פס קל של אהבה עצמית באופן הספציפי הזה. הפרידו את השניים מבלי לחנוק את הרגש הנכון בפחד ובאשמה הנגרמים מהאחד הלא נכון שאתם עלולים למצוא יחד עם זה. לעולם לא תוכלו לקרוע בכוח את התגובה השגויה, לאחר שזיהיתם אותה. לא הייתם מצליחים והייתם רק חונקים את שמחת החיים הראויה. במקום זאת, מיצאו איפה חסרה לכם אהבה עצמית בצורה הנכונה וזה יפחית אוטומטית את האהבה העצמית המעוותת שלכם.

אני מבין שזו קרקע חלקה, חברים שלי. אלו מכם שאינם מנוסים ומאומנים במידה מסוימת בעבודה שאנו עושים, יכולים בקלות להבין אותי לא נכון. האינטלקט שלכם לעולם לא יספיק כדי להבין למה אני מתכוון. רק ההרגשות שלכם יכולות לעשות זאת. לעולם אל תרגישו אשמים בגלל גילויים כאלה, אלא קבלו אותם והמשיכו לגלות מה מסתתר מתחת; למה אתם מגיבים או מרגישים כך. גלו מהי הדחייה שגרמה לאהבה העצמית שלכם, להיות מאוהבים בעצמכם או בחיים שלכם, בצורה כזו או אחרת. שכן בכל פעם שיש צורה כל כך שגויה של אהבה עצמית, דחייה- מדומיינת או אמיתית- בוודאי שיחקה תפקיד. בדרך כלל הדחייה

נמצאת בקוטב השני של זרם האהבה העצמית השגויה. כאשר אתם יכולים לגלות היכן נדחיתם, אתם לא תנהגו כל כך בחומרה עם עצמכם. כמו כן, גלו כיצד ניסיתם להתנגד לדחייה על ידי נסיגה לא מודעת מהחיים, לתת להם פחות ממה שהם ראויים, לרמות אותם בצורה מתוחכמת עם הגישה הפנימית שלכם. זו התרופה. זה לא יגרום לכם לנתק את התחושה הטובה והבריאה שנמצאת ממש ליד התגובה המעוותת. כך תוכלו לשמר את השמחה, הכרת התודה, ההנאה והעליזות שלכם בכל הטוב שיש לכם, בלי האלמנט של להיות מאוהבים בזה, כמו שאומרים.

הסוג הנכון של אהבה עצמית הוא התכונה הטבעית של הנשמה הבריאה. בה במידה שתפאו את המחלה הפנימית שלכם, באותה מידה תאהבו את עצמכם כמו שצריך. במשך זמן רב האנושות חיה באשליה שלאהוב את עצמכם בכל דרך שהיא, זה חטא. אמונה זו שגויה לא פחות מהסוג החולה של אהבה עצמית. באף אחד מכתבי הקודש או בכל לימוד רוחני של אמת וערך לא תגלו אי פעם שאתם לא צריכים לאהוב את עצמכם. לא לאהוב את עצמכם פירושו שאינכם מכבדים את הביטוי האלוהי שאתם מייצגים. לא לאהוב את עצמכם מביא ענישה עצמית, מזוכים, הכחשה של האישיות שלכם. לא לאהוב את עצמכם אוסר על תפקוד תקין שלכם. זה אוסר על היכולת שלכם לאהוב ולעזור לאחרים. אז היזהרו מהתפיסה המוטעית שלאהוב את עצמכם זה לא בסדר. לכן הבדילו בין האהבה העצמית החולה לבריאה, כלומר בין כבוד עצמי לאהבה עצמית מעוותת.

לעתים קרובות אנשים מתייסרים על קבלת ההחלטה הנכונה כאשר הם צריכים להתחשב גם בעצמם. מבלי להיות מודעים למחשבות הללו, הם מלאים בדימוי ההמון שכל התחשבות בעצמי היא אנוכית וחוטאת. דימוי ההמון הזה מעכב את יכולתם לקבל החלטה בכלל. כמוכן, כל הפחדים והנחיתות האישיים שלהם נכללים גם כן. ועם זאת, קבלת החלטות היא תנאי הכרחי לחיים בריאים. העיוות בנפש ובנשמה תורם לחוסר היכולת לקבל החלטות. חוסר אהבה עצמית נכונה מצד אחד ואהבה עצמית מגודלת וחולה מצד שני, גורמים לתנודה בין שני הקצוות השגויים. אנשים לא יכולים למצוא מוצא כל עוד הם לא מצליחים לקלוט את נקודת השבירה שהוזכרה קודם. אלה שלימדו אותם שהתחשבות עצמית היא אנוכיות, מבולבלים לחלוטין. הם מניחים שמהו מועיל ומשתלם עבורם הוא שגוי אוטומטית. עם זאת, ייתכן שכן ויכול להיות שלא. שוב, לא ניתן להגדיר כלל אחיד.

תבינו שלעתים קרובות אתם נקראים לקבל החלטות כאשר אינכם יכולים לבחור בין מה שמוכן מאליו כנכון או לא נכון, טוב ורע, לבן ושחור. החלטות יכולות לפגוע באנשים. תבינו שהאדם שנפגע לא תמיד חייב להיות אתם, למרות שלפעמים זה יכול להיות; במקרים אחרים, ההחלטה החכמה היא שזה לא אתם. זה אולי נראה סותר את מה שאמרתי קודם, כלומר לגרום כל חיסרון לאחר לא יכול להיות חכם ולהיות באמת יתרון עבורכם. אבל אין זו סתירה. שניהם נכונים בספרת כדור הארץ הזו. כשאתם עומדים מול החלטה שבה מישוהו צריך להיפגע, אתם או אחר, אתם מתמודדים עם התוצאה הסופית של מיצבור של תגובות חריגות ותגובות שרשרת מהעבר. את העבר אינכם יכולים לשנות, ולכן אינכם יכולים להימנע מלהתמודד עם הנושא בהווה. פחות מכל אתם מרוויחים, אם אתם

נמנעים מלקבל כל החלטה. או שאתם אנוכיים או מזוכיסטים, כי אם אתם לא מחשיבים את עצמיכם ומתייחסים לעצמיכם בכבוד עצמי בריא, אתם שוללים מעצמכם זכות כמו ממישהו אחר, ומפניו אתם מכחישים כמו מעצמכם. אם תשקלו את כל זה ביושר וביושרה, תמצאו את התשובה הנכונה, שתהיה שונה בכל מקרה.

אם תעניקו לעצמכם את הכבוד הראוי, תחדלו לדרוש עמדה או פוזיציה נוספת, כפי שאתם עושים מבחינה ריגשית, כרגע. אתם נמצאים במסלול תנועה משיק, תוך שימוש בנוסח המפורסם "אני לא ראוי לזה" שעולה לעיתים קרובות כל כך בעבודה של הדימוי. כפיצוי על הכביכול ענווה הזו, אינכם מחפשים את נקודת השבירה שהוזכרה קודם, אלא אתם הולכים לקיצוניות השנייה, שמים את עצמכם על מישור אחר; מופרדים מאחרים, דורשים יותר ממה שאתם נותנים, באופן לא מודע, רגשית ופסיכולוגית. אתם מתמרדים נגד חוסר האהבה העצמית שלכם, נגד הבז העצמי שלכם ובוחרים בפיצוי היתר החולני. למעשה, המרד שלכם לעולם אינו מכוון כלפי אחרים, אם כי זה אולי נראה כך בהתחלה. עמוק בפנים, המרד שלכם הוא נגד הדעה המצמצמת שלכם את ועל עצמכם.

שוב, המילים שלי מופנות הרבה פחות לאינטלקט שלכם, שם הרבה ממה שאני אומר נראה ברור, מאשר לרגשות שלכם. המילים צריכות להגיע להרגשות שעולות לפני השטח בזמן שאתם עובדים [בנתיב], שאחרת לא הייתם יכולים להבין. כשהלא - מודע מאפשר להרגשות לצאת החוצה, הן נראות לכם כמו צרור גדול של רגשות מבולבלים. בעזרת המילים שלי, תוכלו לעשות משהו מהרגשות האלה. בלי להבין אותם, הם היו חונקים אתכם לחלוטין, מדכאים אתכם יותר ממה שצריך, ולא הייתם רואים שום מזור, שום נקודת שבירה. לכן, קיראו שוב את המילים הללו בעיון ונסו להרגיש הד בתוכם.

ברצוני לדון גם בתפקיד הענישה באישיות האנושית. דיברתי באריכות על הצורך שלכם בענישה עצמית בעבר. אולם, אצל הילד - כמו גם אצל המבוגר הלא בשל - קיימת צורה אחרת של ענישה: הרצון להעניש אחר. אם האדם האחר לא עושה את רצונכם, אתם מרגישים לעתים קרובות רצון להעניש. זה יכול לקרות בדרכים מאוד נסתרות ועדינות. זה לא בהכרח מופיע בפעולות; זה יותר עניין של הגישה הפנימית שלכם.

זה ידוע שכל בן אנוש, כילד ומדי פעם גם לאחר מכן, כאשר הוא חווה פגיעה, אכזבה, תסכול או דחייה, רוצה למות. כאשר מנתחים זאת ביסודיות, אנו מגלים שלעתים רחוקות הפגיעה היא כה עמוקה עד שהמשאלה למות היא אמיתית. הילד רוצה למות לרוב כדי להעניש את מי שזלזל בו. הילד מרגיש וחושב בערך כך: "עכשיו הם יצטערו, עכשיו הם יראו מה הם הפסידו. הם יבכו בהלוויה שלי". כולכם מכירים את התגובות הילדותיות האלה, שמתרחשות לעתים קרובות אפילו אצל אנשים די בוגרים. אבל גם אם אתם לא מתמכרים לפנטזיות כאלה יותר כשמזלזלים בכם, האם אתם לא נושאים עדיין איתכם את אותו חידק, שמתבטא אחרת? האם אתם לא חיים את זה באותו אופן בתגובות קטנות עדינות אחרות? במקום להתמכר לפנטזיית המוות, אתם יכולים להעניש את הבריות העמיתים שלכם בדרכים רבות אחרות.

בכל פעם שאתם מרגישים דחויים או שהקלו בכם ראש וזלזלו בכם, בידקו את התגובות הפנימיות ביותר שלכם, מהיכן שאלמנט הענישה עשוי להגיע. כאשר מצאתם את זה, זה שוב ניצחון. תראו את התגובות האלה ללא אשמה, מהמרחק החכם שרצוי שיהיה לכם כלפי הילדותיות שעדיין חיה בנשמה שלכם. כל בני האדם נושאים את הילדים שהיו פעם, בחיים האלה, בדרך זו או אחרת. תשיגו את המרחק הזה מעצמכם, חייכו אל זה; אל תהיו מעורבים בחלק הזה של ההווה שלכם, אלא תראו את זה בצורה אובייקטיבית.

ישנן דרכים רבות להעניש את אלו שאתם אוהבים, לדוגמה: מחלה. כמה אנשים מפתחים מחלה כדי להעניש את יקיריהם, כדי לאלץ אותם להיות רכים, סימפטיים, מתחשבים! קיימות גם צורות רבות אחרות. מיצאו אותם. אם אתם יכולים לזהות את עצמכם גם מנקודת המבט הזו, זה יכניס אור ואויר רענן לנשמה שלכם. שום דבר לא יתרום לבריאותכם הנפשית, הרגשית והרוחנית, מלבד ההכרה, היכולת לזהות תגובות נסתרות כאלה ברוח המתאימה.

האם יש שאלות בקשר למה שאמרתי הערב?

שאלה: בקשר לסוג הנכון של אהבה עצמית, האם תוכל לפרט על רחמים עצמיים ואגוצנטריות?

תשובה: מובן מאליו ששניהם הם תוצאה של צורה לא נכונה של אהבה עצמית. בכל הנוגע לאגוצנטריות, אני מאמין שעל זה ענית, למרות שלא השתמשתי במילה הספציפית הזו. באשר לרחמים עצמיים, הבה נבחן מה רחמים כאלה של העצמי מבטאים. מה אומרת הנשמה דרך הרגשה כזו? היא אומרת: "אני מכירה בכך שאינני יכולה לשנות דבר. לכן, אני רוצה שהעולם, הסביבה שלי, אהוביי, אלוהים, יראו כמה אני סובלת וכמה מעט זו אשמתי, עד כמה הפכתי לקורבן של נסיבות שאין לי שליטה עליהן. אני רוצה שאחרים ישתנו. אם אציג את הסבל שלי באופן ברור, ייתכן וישתנו". כל מי שבאמת מבין ששום דבר לא קורה מבלי שנגרום לזה לקרות, לעולם לא יתמכר לרחמים עצמיים! אם אתה מלא בצער על עצמך, לא קיבלת את האמת שאתה, ורק אתה, האדון בחיים שלך. האמת הזו היא לא נוחה ולעתים קרובות מוסטת, אבל היא היחידה שבאמת תהפוך אותך לחופשי ולעצמאי. רחמים עצמיים הם דחייה מוחלטת של אחריות עצמית. זה מבטא עוד יותר את הרצון החבוי להכריח אחרים- בין אם זה אנשים, בין אם זה אלוהים, בין אם זה החיים- לעשות את השינוי, במקום השינוי המחוייב של העצמי.

שאלה: איפה אפשר למתוח את הגבול בין אהבה עצמית בריאה לאהבה עצמית לא בריאה? למה היית קורא לא בריאה?

תשובה: אני חושב, יקירתי, שזה נדון בהרצאה זו. האם מישהו אחר מרגיש שזה לא הוסבר מספיק? אם אחרים מרגישים שדברי לא היו ברורים, אשמח לפרט אותם יותר. אבל אם זה רק את שלא כל כך הבנת, אולי פספסת כמה מהמילים שלי, אולי המחשבה שלך נדדה, וכשתקראי את זה, המשמעות תתבהר. אם את עדיין מתקשה, אשמח לעזור לך באופן אישי. כפי שאמרתי, את לא יכולה לקבוע כלל היכן ניתן למתוח את הגבול. את יכולה למצוא את הקו רק אם תשאלי את עצמך, תבדקי את ההרגשות שלך, תנתחי אותן על משמעותן, על מה שהן

מבטאות. הגבול נמצא בתוך כל אינדיבידואל. זוהי האמת הפנימית של כל אדם. זה שונה בכל אדם.

שאלה: אולי תוכל להבהיר באיזו דרך שנאה עצמית מונעת מאדם לקבל ולאהוב?

תשובה: לא השתמשתי במילה שנאה עצמית, השתמשתי בבזו עצמי. אמרתי במפורש שבאותה מידה שאתה מתעב את עצמך, אתה מרגיש נחות כי בדרך כלשהי אתה לא ישר עם עצמך ועם החיים. באותה מידה שאינך אוהב את עצמך כראוי, אתה כן מפצה יתר על המידה על ידי אהבה עצמית מוטעית.

שאלה: מה לגבי נרקיסיזם?

תשובה: זו סוג של אהבה עצמית. זה יכול להתבטא בדרכים שונות, לאו דווקא במובן הפיזי הברור של להיות מאוהב בהיבט החיצוני של האדם. גם כאן דיברתי בלי להשתמש בביטוי המסוים הזה. אהבה עצמית היא מעוותת כאשר כוח החיים מופנה כלפי העצמי, במקום להיות מופנה החוצה ולמצוא את הגשר לאדם הבא.

שאלה: האם יש קשר אפשרי בין אהבה עצמית מוגזמת לבין הומוסקסואליות?

תשובה: יכול להיות. אי אפשר להכליל. להומוסקסואליות יש כל כך הרבה מקורות שונים. לומר שהומוסקסואליות נובעת מזה או ממהו אחר זה מאוד קצר-רואי. מבחינה רוחנית, ככל שחוק הקארמה מחובר לזה, האפשרויות הן מגוונות ומרובות כמו הגורמים הפסיכולוגיים. הגורמים הרוחניים לעולם אינם סותרים את אלה הפסיכולוגיים. הם רק הרחבה. ההבדל טמון בכך שאינך יכול למצוא בקלות רבה את המקור הקרמתי, בעוד שאתה תמיד יכול למצוא את השורשים והמקורות הפסיכולוגיים בחיים האלה. זה, אגב, חל על כל דבר, לא רק על הומוסקסואליות. סיבה ותוצאה בחיים האלה, בהקשר להומוסקסואליות, מציגות אפשרויות רבות ומגוונות. אחת האפשרויות יכולה להיות צורה מוגזמת של אהבה עצמית. נכנסים גם גורמים אחרים.

סיבה נוספת להומוסקסואליות עשויה להיות פחד מוגזם מנשים אצל גבר, או מגברים אצל אישה. סיבה נוספת או אפשרות נוספת עשויה להיות בדיוק הפוכה. במילים אחרות, אם ילד אוהב מאוד את אימו, והוא בז לאביו ומפחד ממנו, גם זה עלול לגרום להומוסקסואליות, כי הוא מתאמץ להשתוות לאימו ולחקות אותה. הוא רוצה להזדהות איתה. בעוד שבאישיות אחרת, בעלת מאפיינים שונים, ההפך הגמור עלול להוביל להומוסקסואליות. שם זה פחד ושנאה לאם, או תחליפי-אמא, ולא אהבה אליה והזדהות איתה. אם כך, גם כאן לא ניתן לעשות הכללה. להכליל זה תמיד מסוכן. כמובן, צריך גם לזכור שגורם אחד בלבד לא יכול להסביר זאת. סיבות שונות עשויות לגבור. הגורמים הסותרים ביותר לכאורה עשויים, בו זמנית, לשחק תפקיד.

אהבה עצמית מופרזת, המובילה להומוסקסואליות, או לפחות להיות אחראית חלקית לה, תפעל כך: הזדהות עם העצמי האהוב, שמוחלף באדם אחר, בגלל שאת הרצון הבלתי ניתן להרוות של הנשמה למצוא את הגשר לעצמי האחר, לא ניתן למגר מהשורש לחלוטין, לא משנה עד כמה חולה הנפש בדרכים אחרות. לפיכך, שני הזרמים הללו פועלים יחד, ומתבטאים בבחירת בן זוג מאותו המין.

שאלה: לעצמי הגבוה יש רצון לנשיות, למצב ההוויה. האם זו לא יכולה להיות גם הסיבה? אני מתכוון לזרם הלא מובן של כמיהה וגעגוע אל?

תשובה: אתה מתכוון בהומוסקסואליות גברית? [כן]. כן, זה יכול להיכנס לתוך זה. אבל אז איך תפרשו הומוסקסואליות נשית? [יכול להיות שזה בדיוק ההפך?] כן, כי אתה מבין, העצמי הגבוה הוא זכר ונקבה, או מכיל זרמים ותכונות גבריות ונשיות. כמובן שזה נכנס לתוכו, אבל זה לא גורם נוסף, אלא הסבר לסטיות. הפרשנות השגויה של כוחות הנשמה הללו גורמת לרגשות לסטות. אנחנו יודעים שזה כך גם מכל בחינה אחרת. פרשנות שגויה כזו נגרמת מתפניות פסיכולוגיות. במילים אחרות, אם גבר דוחה פעילות של קבלת החלטות, כל מה שמהווה חלק מהחיים הפעילים, הצד הנשי של הטבע שלו גדל באופן לא פרופורציונלי. מצד שני, אם אישה חוששת מהמצב הפסיבי והמקבל - שבאופן בריא זה חלק מהטבע שלה - היא הופכת לפעילה יתר על המידה. פעילות יתר כזו, מעל מידה מסוימת, עלולה לגרום להומוסקסואליות. כפי שאמרתי, בדרך כלל גורמים רבים משחקים תפקיד, לא רק אחד, כך שיש לקחת את כולם בחשבון.

אתה גם צריך להבחין בגורם אחד נוסף, והוא מידת הנטייה ההומוסקסואלית שגם היא נקבעת על ידי אלמנטים רבים. אם הדרגה קטנה יחסית, היא עשויה להיות מוגברת על ידי אשמה ודיכוי. אבל על ידי התמודדות עם זה, זה יצטמצם. בדרך זו יש להיפתח לחיפוש נוסף כדי להבין את הגורמים השונים. אם הדרגה חזקה יותר מבחינת הקארמה, אז הרצון הפנימי לשנות עלול להיות חסר. כל מקרה הוא שונה. אני יכול להראות לך רק את קווי המתאר הרחב, את האפשרויות הרבות. כמה מסוכן זה לומר, הומוסקסואליות נובעת מזה או מזה, תוך אמירה אחת שתכסה את כל המקרים! זה לא קיים.

שאלה: מה לגבי אנשים שהם דו מיניים?

תשובה: שוב, הסיבות מגוונות. אותם מקורות עשויים להתגבר כמו הומוסקסואליות, אבל ייחלשו על ידי הכוח ההפוך הבריא, שעשוי להיות חזק יותר. סיבה נוספת עשויה להיות שהאישיות כל כך מכווצת, כל כך לא חופשית, שהיא לא יכולה להרפות מספיק כדי להתמסר לגמרי. לכן, שטחיות של רגש תכנס לאחר שתעבור התקופה הראשונה של חידוש והתרגשות. אם זה קורה ברציפות, ובני זוג חדשים מהמין השני לא מביאים את השחרור וההגשמה הרצויים, אז למען משהו אחר לגמרי, מחפשים בן זוג מאותו המין, בדיוק כמו שמחפשים צורות אחרות של סטייה מאותה סיבה. כאן שוב יש לנו מקרה של חיפוש התרופה הלא נכונה. שכן אמצעים מלאכותיים כאלה, המחפשים בבורות, יגרמו בסופו של דבר למבוי סתום מוחלט של הגשמה. לא משנה כמה שונה, זה יפסיק להיות גירוי. התרופה היא במציאת הפחד הפנימי להרפות, להתמסר, לחשוף את העצמי ולחפש את העצמי האחר. זה תמיד נראה כרוך בסיכון: הסיכון לחיות ולאהוב. באותה המידה שהסיכון הזה נמנע, עלולה להופיע שטיחות מינית. זה עלול לגרום לאקטינג - אוט מתוך מה שנקרא סטיות מכל הסוגים. או בסוג אחר של אופי וצביון, זה עשוי להפוך למעלה (סגולה, תוכנה טובה) תחת מסכות דתיות או רוחניות שונות ולהכחשת כל חוויה מינית.

שאלה: נראה שההומוסקסואליות זוכה לחשיפה, הבנה וקבלה רחבה יותר. האם אתה מחשיב את זה כמשהו טוב שמובא באופן פתוח? האם זה לא יקל על חלקם להיכשל בתרגול?

תשובה: כן, זה נכון מאוד. מצד שני דיכוי זה רע, ושיפוט מוסרי צדקני של מחלתו של אדם אחר הוא שגוי. אולם הקיצון השני תמיד כל כך קרוב עד שקשה למצוא את האיזון הנכון. לטרנד של היום יש חסרונות. זה גורם לצעירים רבים להתייחס כמעלה למשהו שצריך להסתכל עליו ולהתייחס אליו כמחלה. אם אדם צעיר מעריץ ומושפע ממישהו שהוא במקרה הומוסקסואל, עקב גורמים פסיכולוגיים שונים בחייו הפנימיים והחיצוניים, והוא נמשך באמצעות אדם כזה לסביבה שבה מתקיים דימוי ההמון שזה טוב יותר ואפילו די "חכם" להיות הומוסקסואל, יהיה לו הרבה יותר קשה לרצות שינוי ותרופה לנפשו החולה. הומוסקסואליות, אגב, היא גם אחת מצורות המרד הרבות נגד סמכות. זה גם די נכון שאם לאדם אין נטייה הומוסקסואלית כלל, הוא לא יושפע מזה. אבל העניין הוא שבתנאים קיימים, נטייה קטנה יחסית לא תיחשב כמחלה. זה יתחזק ויוצדק רק על ידי גידול הדרגתי של דימוי המון- בקבוצות מסוימות - לגבי הנושא המסוים הזה. ישנם יחסית מעט בני אדם שמידה קטנה של נטייה הומוסקסואלית לא קיימת בהם במהלך תהליך ההתבגרות. השפעות חיצוניות עשויות לעודד את הנטייה שלא לצורך, בעוד שהאישיות עלולה לצמוח ממנה באופן אחר. זה הצד השלילי של הנושא. יש לחוות מצבי קיצוניות רבים לפני שמוצאים את דרך האמצע הבריאה. זה חל על כל נושא. יש לנו אותה בעיה בחינוך הצעירים.

שאלה: קראתי לאחרונה שהרוח או הנשמה חייבים להיות גם זכר וגם נקבה כדי להיות שלמים. אז במהלך ארבעה או חמישה גלגולים אחד יכול להיות זכר ואז יכול להיות נקבה במשך ארבעה או חמישה גלגולים. כתוצאה מכך אדם עשוי להיות הומוסקסואל במעבר הראשון [מזכר לנקבה]. האם זה אפשרי?

תשובה: זה יכול להיות, אבל לא חייב להיות כך. חוץ מזה, אנחנו לא יכולים לומר ארבעה או חמישה. זה עשוי לחול במקרים מסוימים. במקרים אחרים זה לא כך. שוב, הכללות עלולות להוביל לטעות. אתם מבינים, הישות הרוחנית המקורית היא ישות אחת, המורכבת מתכונות גבריות ונשיות. רק לאחר הנפילה התרחש הפיצול. הפיצול לא תמיד קורה באופן שווה, כך שלחלק אחד של הישות יש את כל התכונות הגבריות ולחלק השני את כל התכונות הנשיות. מכיוון שהנפילה היתה תוצר של כאוס, גם הפיצול בישויות הבודדות היה כאוטי; כלומר, זה התרחש באקראי, לפי הגישה וההרגשות ששלטו בישות כשהיא נפלה. לפיכך, בישויות מסוימות הפיצול הרבה יותר לא אחיד, ומשלב תכונות גבריות ונשיות בשני החצאים. במקרים אחרים הפיצול קרה קרוב יותר לחלוקה של זכר/נקבה, אם כי אף פעם לא בדיוק, כמובן. בהתאם לאחידות או לחוסר אחידות הפיצול, הגלגולים משתנים מסוג מין אחד לסוג מין אחר. אם חלק אחד של הישות המפוצלת הוא בעיקר זכר או נקבה, החלק השני יתאים לו ושינויים של סוג המין מתרחשים בתדירות נמוכה יותר במחזור הגלגולים. במקרים בהם השינוי צריך להתרחש לעתים קרובות יותר, עקב חוסר אחידות גדול יותר בפיצול, ההומוסקסואליות יכולה להיגרם בפעם הראשונה שנולדים למין המנוגד מהגלגול הקודם. אבל זה לא משנה את הגורמים הפסיכולוגיים לפחות. למעשה, כל הגלגולים קיימים כדי שתהיו בריאים ושלמים יותר. אם ישות לא תבטל את הגורמים הפסיכולוגיים הלא נכונים, הוא או היא עלולים לעבור שוב חיים שבהם יהיה קשה עוד יותר להתגבר על הומוסקסואליות. אז תמיד צריך למצוא את השורשים, לא משנה מהי האמת של החוק הקארמתי. אחד אף פעם לא מחריג או שולל את השני.

אני אעזוב אתכם לזמן קצר, אבל רק כצורת ביטוי. אם כי זה לא אומר שכל החברים הרוחניים שלכם לא נמצאים איתכם ובקרבתכם באותה מידה. תזכרו את

זה. מי ייתן וכולכם במהלך תקופת המנוחה הזו תמצאו כוחות חדשים בנשמתכם, כוח רצון חדש, הבנה חדשה ורצון חדש לצמיחה הפנימית שלכם, לשינוי הפנימי שלכם. שום דבר לא יכול להיות יותר פורה, מספק וממלא יותר באופן קבוע מזה. ברכתיו של האל הולכות עם כל אחד ואחת מכם ומחכות לכם, אם תפתחו את נשמתכם לזה ותתנו לזה לחדור לתוכם הפנימי. היו בשלווה, חבריי היקרים, היו 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.

Love after Love Derek Walcott (1930- 2017)