

הפחד לאהוב

ברכות, חברי היקרים ביותר. אני מביא לכם ברכות. מבורכת שעה זו. הרבה מהדברים שדנו בהם בחודשים האחרונים סייעו לכם להשיג תובנה בתוכם, בהוכיחם שוב עד כמה המושגים, העמדות והרעיונות הלא מודעים שלכם עשויים להיות מנוגדים לאלו המודעים. כשתקבלו קצת יותר הבנה כוללת לגבי ההוֹדְעוּיּוֹת האלה, תגלו שבניתוח/באנליזה האחרונה, זו תמיד שאלה של אהבה. הרצון שלכם לאהבה וחסרונה, הוא תוצאה של החוויה של הילד שבכם. מימוש זה יבהיר באיזה אופן אתם לא עומדים בציפיות של לאהוב בכל מקום בו קיימים הקונפליקטים והתפיסות השגויות שלכם.

כפי שכולכם יודעים, לפחות תיאורטית ואינטלקטואלית, אהבה היא הכוח הגדול ביותר ביקום. כל לימוד רוחני או פילוסופיה, כל דת, אפילו פסיכולוגיה מודרנית מכריזה על אמת זו. אהבה היא הכוח האחד והיחיד. עם זה אתם רבי עוצמה, אתם חזקים, אתם מוגנים. בלעדיה אתם עניים, אתם נפרדים, אתם מבודדים ומפוזרים. עם זאת, ידע זה לא יכול באמת לעזור לכם עד שתגלו היכן עמוק בתוך עצמכם אינכם יכולים לאהוב, אינכם רוצים לאהוב, ואינכם יודעים מדוע אתם מתנגדים לאהוב. ללא הידע המסוים הזה, האמת הנצחית הגדולה על אהבה נשארת אידיאל נשגב שאין באפשרותכם ליישם על האדם שלכם או על חייכם כרגע.

אלו מהחברים שלי שבאמת עובדים בנתיב זה, שמתקדמים בחיפוש הפנימי שלהם, אחרי הרבה חפירות ובדיקות נתקלו בפחד לאהוב. אלה מכם שבאמת עובדים באופן קונסטרוקטיבי סוף סוף הפכו מודעים לחלוטין לכך שהפחד הזה קיים. זו אכן התקדמות טובה, שכן ללא מודעות זו לא ניתן לנקוט בצעדים דרושים נוספים. שוב אני אומר, זה לא מספיק להיות מודע לפחד שלכם באופן תיאורטי. עליכם ממש לחוות את הפחד. רוב האנשים שאינם רוצים להכיר את עצמם, אינם מודעים כלל לכך שהפחד הזה נמצא בהם.

עם זאת, גם אתם שסוף סוף התוודעתם לקונפליקט, עדיין לא מבינים לגמרי מדוע אתם כל כך מפחדים לאהוב. כן, אתם אמנם מוצאים כמה תשובות, אך רוב התשובות הללו הן או הישגים לוגיים תיאורטיים והגיוניים או שהן רגשות המורגשים במעורפל בלבד. זה לא מספיק. לכן אני רוצה לדון בכמה היבטים של נושא זה. בשום פנים ואופן זה לא יהיה כל מה שיש לומר בנושא. נחזור לבעיה בסיסית זו בעתיד ונאיר אותה מזוויות אחרות.

כעת אנו יודעים כי מי שאינו יכול לאהוב אינו בוגר. חוסר בגרות גורם לאי-ריאליות/חוסר מציאות. חוסר המציאות, בהיותה לא נכונה, גורמת בהכרח לאומללות ולקונפליקטים, לחושך ולבורות. לפיכך, בגרות היא באמת היכולת לאהוב. כמו כן, אנחנו דנו בכך שהילד שבכם דורש כמות בלתי מוגבלת של אהבה. הילד הוא חסר הגיון, חסר הבנה, תובעני וחד צדדי כמו כל הברואים הלא בשלים. הרצונות הבלתי אפשריים שלו הם: להיות נאהב על ידי כולם, להיות נאהב באופן מוחלט, לספק כל משאלה שלו באופן מיידי ולאהוב אותו למרות חוסר ההגיון והאנוכיות שלו. זו הסיבה שאתם מפחדים לאהוב.

מכיוון שהילד שבכם רוצה כניעה מוחלטת מאחרים, בהיותו בטוח שזה אומר אהבה, אין זה יכול לעזור אלא אם הוא מתנגד לכניעה מוחלטת של עצמו. הילד שבכם גורם לכם

לרצות למשול בצורה נעלה על אלה שאמורים לאהוב אתכם, והם הופכים בכך בקושי לטובים יותר מאשר עבדים כנועים.

ישנם גם פעמים והיבטים של עצמכם בהם אתם הופכים לעבד כנוע. אין להתייחס לכך מילולית; זה מתייחס לתגובות רגשיות מסוימות. זה קורה אם אהבה, קבלה והסכמה מאדם מסוים הופכים להיות הכרח עבורכם, בעוד שאתם מודעים לכך שייתכן שהצורך הזה לא ישביע את הרצון (של האחר). בפחד שלכם מפני דחייה ותבוסה, כניעות כזו נראית הדרך היחידה להשיג את מה שאתם רוצים. מאחר שהיבטים חיצוניים מסוימים של התנהגות כנועה כזו נראים באופן שטחי דומים לאהבת אמת, זה קל- במיוחד כאשר אתם במצב כה מדכדך- לרמות את עצמכם להאמין שכאשר אתם נכנעים, אתם באמת אוהבים.

במילים אחרות, לעתים קרובות אתם יוצרים באופן לא מודע את המושג הפנימי שלכם לגבי מהי אהבה, המקביל למושגים הכלליים של אהבה, לפחות בניראות החיצונית, הנלמדים בכמה דתות ופילוסופיות. נראה לכם שכאשר אתם נכנעים, אז אתם לא אנוכיים ומציעים קורבן. נראה לכם שהאדם השני הוא מרכז עולמכם. למרות שזה נכון במידה מסוימת, זה לא נכון במהותו. במציאות אתם זה המרכז. העניין שלכם הוא לשכנע את האחר לאהוב אתכם לפי התפיסה הילדותית שלכם. הוא נדרש לסגוד לכם, לעקוב אחר כל גחמה שלכם, לוותר על כל הכיוון העצמי ולהיות נשלט על ידי הילד שבכם, שבוכה פנימה כאשר משחיתים את משאת נפשו.

מה הפלא אם כן שעם הדרישה הלא מודעת הזו בנפשכם אתם מפחדים לאהוב? מכיוון שהרעיון שלכם - ובהיותכם ללא מודעות זה חזק עוד יותר - הוא שאהבה פירושה עבודת נכנעת, אינכם רוצים לאהוב. אינכם רוצים ללכת עם רצונו של אדם אחר. אינכם רוצים לוותר על האוטונומיה שלכם בכניעה לשליטתו של אדם אחר.

מכאן שרק כאשר תזהו את העיוות הילדותי הלא מודע שלכם לגבי אהבה, תוכלו לחוש או לזהות את הדרישות הילדותיות של האדם האחר. לאחר מכן לא תהיו מושפעים מכך, לא מרגישים שאתם מחויבים להיכנע או מרגישים אשמים אם לא. אתם תראו בבירור שבמקרה כזה ניתן לתת סוג אחר של אהבה, שהיא הרבה יותר מנותקת באופייה.

כמו כן, כאשר אתם מגלים וחווים את קיומם של הדרישות הבלתי הוגנות של הילד שבכם, אתם יכולים להסביר את זה. אתם תבינו שלתפיסה השגויה הזו של אהבה אין שום קשר לאהבה אמיתית. ברגע שתבינו את זה, כבר לא תפחדו לאהוב. כשאתם מבינים שאהבה לא אומרת לוותר על כבוד, משילות עצמית וחופש, לא תפחדו ממנה. אם לא תעלו דרישות ילדותיות-ולכן תוכלו, בהדרגה ולאט לאט, לאהוב בבגרות- תוכלו לצפות לזה גם בתמורה. הדרך הזו של אהבה אינה נושאת סכנה. בה אתם נשארים חופשיים. אתם לא הופכים להיות משועבדים. זה פשוט והגייוני עד כדי כך. כשאתם מוותרים על הרעיון הילדותי שלכם כיצד אחרים צריכים לאהוב אתכם, לא תפחדו לאהוב אחרים.

בתהליך ההדרגתי של צמיחה ובגרות, לא תחוו מיד את האהבה הגדולה והמקיפה שנשמתכם שואפת אליה. שכן, זהו אחד הקונפליקטים של נשמתכם שאתם מייחלים לאהבה כזו ובמקביל מסתתרים ממנה בפחד. הילד שבכם יודע רק קיצוניות. או שזה מגביה לצמרת, המטרה הסופית, או שזה לא כלום. ככל שהודפים ומסכלים את האינסטינקטים הבריאים של הנשמה החותרת, כך ההמולה והרעש שלה יישמעו יותר. זה בא לידי ביטוי בתחושת חוסר שביעות רצון מעורפלת, כמו שמפספים משהו, אתם לא

יודעים מה. חלק אחד בנפש שלכם מחבל בדרישות החוקיות של החלק השני. מכיוון שאינכם מצליחים להשיג את המטרה הסופית, אתם נסוגים לגמרי. זה נובע לא רק מהגישה של או/או של החלק הלא בוגר של עצמכם, אלא גם מנטייה לדרמטיזציה. אם הדרמה הגדולה לא יכולה להיות, אז אתה נסוגים לגמרי.

עם הבגרות הגוברת תבינו שאתם יכול להגיע להגשמה הסופית של האהבה רק על ידי התחלה במדרגות התחתונות של הסולם שלה. אולי אחד השלבים הראשונים הוא רכישת היכולת לאפשר לאנשים אחרים להרגיש כלפיכם כרצונם. אם תוכלו לתת את "האישור" הפנימי הזה באמת, תלמדו לוותר על הדרישה שלכם מבלי להרגיש עוינים; אתם תגיעו לנקודה שבה אתם באמת יכולים לחבב ולכבד אחרים, למרות שהם אינם נכנעים לחלוטין לרצונכם. זה לא נשמע הרבה. למעשה, רבים מכם עשויים להאמין שתרגלתם זאת כל הזמן. אבל האם באמת ובתמים? כאשר דברים משתבשים, בידקו את רגשותיכם. כשאתם מנתחים רגשות אלה ומגלים שהילד שבכם 'עובד חזק', יהיו לכם כלים לעבוד איתם בהיבט הספציפי הזה. אתם תרגישו בתוכם תגובה רגשית חדשה לגמרי כאשר אתם לומדים לוותר על זרם הכפייה המעודן שלכם. אתם תרגישו כאילו נטל כבד הוסר מנשמתכם.

השלב הבא הוא שחרור עוינות מסוימת, לאחר שנהייתם מודעים לזאת בעבודה זו. כשאתם עושים זאת, תמצאו חיבה וכבוד חדשים לאלה שאת ה"כניעה ללא תנאי" רציתם שלא במודע ובוודאי שלא אהבתם או כיבדתם כאשר הכניעה לא הייתה מוצעת לכם או קרובה. קבוצה צמודה תתמוסס; עכשיו אתם נותנים לאחר להיות חופשי, אוהבים אותו ומכבדים אותו, מבלי שתצטרכו לשלוט ולהחזיק באהבתו ובהערצתו.

זהו צעד מכריע, ידדי, ובמציאות הוא דרמטי יותר מכל מה שניתן לראות מבחוץ. הוא ישגר אתכם בסולם כלפי מעלה לגבהים שיכולים להיות יום אחד שלכם, אך לעולם לא על ידי דילוג על הצעד הלכאורה טריוויאלי והלא דרמטי הזה. בדרך זו תמצאו את זה אפשרי באמת להוציא לפועל את המושגים הגדולים של האמת האוניברסלית על אהבה בחיי היומיום המעשיים שלכם, ממש כאן ועכשיו. כל זה אפשרי עבורכם עכשיו. במטרה הסופית - לא. אתם עדיין לא מסוגלים לשכוח את עצמכם לגמרי, לעולם לא לחשוב על עצמכם שיש לכם מידה מסוימת של אנוכיות והבלים. להגיע למטרה הגדולה עם כל התחושות הנוכחות האלה לא רק לא מציאותי אלא בלתי אפשרי לבצע, ולכן מרפה ידיים. ללמוד על הרגשות שלכם באמצעות ניתוח מוקפד ושקדני ולתת להם להתבגר בהדרגה - מטרה זו ניתנת להשגה. לפני שאתם באמת יכולים לאהוב אחרים, עליכם ללמוד לחבב ולכבד אותם למרות שאתם לא מקבלים את מה שאתם רוצים. כדי לעשות זאת, עליכם למצוא תחילה היכן, עמוק בתוכם, באמת לא עשיתם זאת כלל.

כפי שכבר הוסבר, אהבה אידיאלית נראית לעתים קרובות באופן מטעה ככניעה הלא נכונה והחלשה המעמידה פנים כאהבה. הבלוף/ התרמית הם שמפחידים אתכם - לעולם לא אהבה אמיתית. אבל אי אפשר לחוש אהבה אמיתית רק על ידי ששומעים עליה. עליכם לחוות בתוך עצמכם היכן וכיצד אתם סוטים ממנה על ידי הציפיות והדרישות הבלתי נאמרות שלכם. אם אתם באמת כנים עם עצמכם, אתם מחוייבים למצוא רגשות אלה. זה חל על כולם, ללא יוצא מן הכלל.

כל עוד הילד שבכם מתעקש ומתמיד בזרם החזק של הרצון העצמי שלו, להכריח את האחרים - באופן ריגשי, מרומז ובלתי מודע - להיכנע, אתם בונים סיטואציות לא מציאותיות על ידי חשיבה משאלתית. בכך אינכם מרשים לעצמכם לראות שייתכן וזה

אפילו לא מה שהילד- שבנה צורה לא מציאותית זו -רוצה. הצורה הלא מציאותית היא סכנה מתמדת, ואתם עוצמים את עיניכם אליה בכוח. אם אינכם רואים מה יש באמת, כי אינכם רוצים לראות מה באמת יש, כיצד תוכלו לסמוך על שיקול הדעת והאינטואיציה שלכם?

הנפש שלכם יודעת היטב שהאופן שבו אתם תופסים את האחר כאדם ביחס אליכם, או את המצב בכללותו, אינו מדויק. אתם לא רואים כי אתם לא רוצים לראות. לכן אינכם בוטחים בשיקול הדעת שלכם, ואינכם סומכים על כך שהאדם האחר יעמוד בציפיות שלכם. מכאן שאתם מרגישים במעורפל שאתם לא בוטחים באדם השני. זהו גורם נוסף הגורם לכם להימנע מאהבה מלאה. כי איך אתם יכולים לאהוב באופן בלעדי כמו שאתם מרגישים שאתם צריכים, אם אתם לא בוטחים באדם השני? כדי לבטוח, עליכם לאפשר לעצמכם לבדוק אם האדם והאינטואיציה המסוימת הזו דורשים תגובה כזו. אולי יהיה נכון יותר לתת כבוד וחיבה פשוטים.

על ידי ויתור על מעט ממה שאתם רוצים - לרוב באופן לא מודע - אתם מוכנים לראות מה יש. עם גישה כזו, אתם יכולים לקלוט את מציאות המצב. אחרי זה אתם יכולים להבחין ולהבדיל בצורה מושכלת ותכבדו את עצמכם, לא רק על היכולת לוותר -בחופשיות וללא עוינות - על משהו שאתם רוצים, אלא גם כי אז תוכלו לסמוך על האינטואיציה שלכם. על ידי כך שאתם מוכנים לראות מה בעצם נמצא, אתם יכולים להתמודד עם המצב. לכן תבטחו בעצמכם, בשיפוט שלכם ובאנשים אחרים. בכך שלא הערכתם אותם יתר על המידה, בשל הזרם המאלץ שלכם, תוכלו לראות, להתבונן, לחוש ולהרגיש את מה שנכון, ולא רק להאמין במה שאתם רוצים שיהיה נכון.

כאשר אתם לומדים לבטוח בעצמכם ובאחרים, לאהוב יפסיק להוות סכנה עבורכם. אבל כל עוד אתם בכוונה נשארים עיוורים, כיוון שהילד שבכם חושב שלרצות משהו יגרום לזה להיות, יש לכם את כל הסיבות בעולם לחוסר אמון בשיפוט שלכם, בבחירה שלכם ובאדם האחר. לכן, אתם נרתעים מלאהוב עוד יותר, אם כי לא נראית שום סכנה עבורכם בלהיות נאהבים.

לשחרר את הזרם המאלץ של הרצון העצמי שלכם יביא להפיכתכם לאובייקטיביים בהערכה שלכם את האחרים ותלמדו לוותר על הרצון שלכם בחינניות. כך אתם לומדים חיבה אנושית וכבוד לאדם המסכן את רצונכם. אתם נמנעים מלבנות סיטואציות לא מציאותיות המעכבות את ראייתכם על מה שבאמת הוא. בכך אתם לא רק מתעלמים מהמציאות, אלא אתם דוחים אותה. בקבלת המציאות וראיית מה שיש, האינטואיציה שלכם תגדל להיות אמינה יותר, וכך האמון שלכם בעצמכם יגדל.

יש הרבה דיבורים בזמנכם ובעולמכם על "קבלת המציאות". דיברנו על זה פעמים רבות. כולכם יודעים שחיי כדור הארץ שלכם אינם מושלמים ועובדה זו חייבת להתקבל אם אתם רוצים להתמודד עם החיים ולהפיק מהם את המיטב. עד כה זה היה מושג כללי. מעתה יש לכם את האפשרות הממשית ליישם אותו בהיבט מסוים של החיים הפנימיים שלכם. יכול להיות שאנשים מסוימים לא מרגישים כלפיכם כפי שהייתם רוצים - ואני לא מתייחס רק ליחסי האהבה בין גבר לאישה - אבל חוסר השלמות לכאורה זו זה המציאות שלכם ויש לקבל אותה. כאשר אתם עושים זאת, תגובת שרשרת מיטיבה/ שפירה שלמה יוצאת לדרך, ומחליפה את המעגל הזדוני שהיה קיים קודם לכן.

אינטואיציה היא תפיסת החושים הגבוהה ביותר שאדם יכול להשיג. עם זאת, אי אפשר לממש את מלוא הפוטנציאל שלכם בעצמכם כל עוד הילד בכם אינו מוזהה ונשאר חזק. כמובן, כל עוד אתם בני אדם, היכולת שאתם מכנים אינטואיציה לעולם לא תהיה מושלמת במאה אחוז. אבל ברגע שאתם יכולים להגיד, "אני לא יודע בוודאות, יכול להיות שאני טועה", נכונות זו ללמוד מטעויות אפשריות גורמת לבורות שלכם להיות לא מזיקה מכיוון שאתם מודעים לכך. במחשבה המודעת והתמציתית "אני לא יודע" טמונה האפשרות לראות, ללמוד ולבסוף לדעת. האינטואיציה לעולם לא תהיה קיר שאפשר להישען עליו בוודאות עיוורת וזו הסיבה שהיא כל כך בעלת ערך. תחשבו על זה חברים. זה חומר למדיטציה.

כאשר תתייעצו במודע עם האינטואיציה שלכם, משוחררים מהזרם המאלץ וחפים ממשאלת לב, תחושו פוטנציאלים מסוימים, כמו גם מגבלות מסוימות; השאר עשוי להיות סימן שאלה. גישה זו מקדמת פתיחות, מוכנות להמשך התבוננות ותפיסה בכם שהיא פוריה מאוד. זה גם סימן לבגרות, כי רק הלא בוגר הוא שחייב לקבל את התשובה המלאה באופן מיידי; זה הילד שבכם שאינו יכול לשאת השארת דבר-מה פתוח, ללא מענה ובספק.

אתם אוסרים את היכולת שלכם לאהוב בגלל, ראשית, חוסר היכולת שלכם להבחין בין אהבה אמיתית לבין כניעה חלשה, כי זה מה שאתם חפצים לקבל ממי שאוהבים אתכם; ושנית, חוסר אמון באחרים כי חסר לכם אומץ לראות את האדם האחר ואת המצב כפי שהוא, היא או המצב הינם. שני המרכיבים הללו מונעים מהאינטואיציה שלכם לתפקד, לפחות בתחומים הקשורים לאהבה בחיכם. האומץ לראות מה יש, במקום מה שאתם רוצים, יגביר את האינטואיציה שלכם, את ההבחנה שלכם, את המודעות שלכם, ולכן את הכבוד העצמי שלכם. זה יבטל אי וודאות, כך שכאשר המצב הנכון בהישג יד, אינכם צריכים לפחד לאהוב.

האומץ לקבל שמה שעשוי להיות לא נוח פירושו קבלת המציאות, אובדן הפחד שלכם לאהוב וטיפול האינטואיציה שלכם ככוח הולך וגדל. המשמעות היא כבוד עצמי, אמון באחרים עם הבחנה, וכתוצאה מכך תפיסה אמינה יותר.

אם כך אתם מבינים, חברים, איך כל זה קשור בחוט אחד. חוסר בגרות זה אי קבלה של המציאות מכיוון שהמציאות לא תמיד מושלמת או נעימה. חוסר הבגרות מגזים כל כך את חוסר השלמות עד שאתם עוצמים את עיניכם לזה, ובכך מזמינים עימותים נוספים. חוסר בגרות גורם לאינטואיציה צולעת וליצירתיות צולעת, שכן יצירתיות ללא אינטואיציה אינה מתקבלת על הדעת. רק כשתגדלו ותלמדו להתמודד ולקבל את מה שיש בחיי היומיום שלכם וברגשות שלכם, תאבדו את הפחד לאהוב. המשפט הזה לבדו, מחוץ להקשר שלו, לא יהיה הגיוני במיוחד. אבל אם תשקלו זאת לאור הקישורים שנפרסו בשיחה זו, המשמעות תהפוך לברורה מאוד.

כאשר אתם חושבים על לאהוב, אתם יכולים לחשוב רק על סוג אחד, הגבוה והמושלם ביותר. אתם מתעלמים מהעובדה שיש הרבה שלבים וסוגים רבים, רמות רבות והרבה וריאציות. בבורות שלכם, אתם נרתעים מסוג האהבה שאתם יכולים להעניק כרגע, וכאשר ניתנת לכם אהבה כזו, אתם מבטלים אותה.

ככל שתמשיכו בקטע הספציפי המשתרע הזה של הנתיה שלנו, תתחילו לתפקד בצורה שונה כבני אדם, מכל הבחינות. ניסיון החיים שלכם יהפוך למלא הרבה יותר. אתם תהיו

כל כך בחיים בכל רגע! אתם תהיו מודעים לעצמכם ולאחרים כפי שמעולם לא ידעתם שאתם יכולים להיות. יתפתחו בכם כוחות שאינכם יכולים לדמיין כאפשריים: כוחות יצירתיים, תפיסות חדשות, אינטואיציה צומחת ומתפתחת שתיתן לכם מקום אחיזה וביטחון כאלו שאתם לא יכולים להבין גם עכשיו, אחרי כל ההתקדמות שלכם.

שוב אני אומר, מילים אלה אינן מכוונות אל המוח שלכם, אלא להיבטים אלה של האישיות שלכם שגיליתם עקב עבודתכם עד כה, או שאתם עומדים להיות מודעים אליהם. תפנו מילים אלה לרגשות המתאימים! נדון בכך מזוויות אחרות בעתיד, כאשר יעלה הצורך.

שאלה: נראה לי שעם השלב החדש, קבוצה חדשה של נושאים החלה בעונה הזו. עד לסיום העונה הקודמת, דיברנו עדיין הרבה על דימויים והיבטים שונים הקשורים איתם. עכשיו, נראה שאנחנו נכנסים לשלב חדש, שאינני יכול להצביע עליו.

תשובה: כמובן שזה שלב חדש. אפילו אמרתי זאת לפני חופשת הקיץ. אמרתי שנתמודד עם אלמנטים שאוסרים על היכולות והכישורים היצירתיים שלכם באופן ישיר יותר מאשר קודם לכן. זה מובן מאליו שכל איסור של יכולות יצירתיות הוא עקב היבטים וחריגות שליליים, דימויים ותפיסות מוטעות. עדיין, עלינו להתמודד עם אלמנטים אלו, אבל הגישה בשלב הזה היא שונה, כפי שקלטת נכון, וכפי שצינתי לפני זמן מה. בעוד שבשלב הקודם, התמקדנו בעיקר במכשולים שהאפילו או אסרו על תיפקוד בריא, בשלב הנוכחי אנחנו מסוגלים לחבר את החלקים, כך שנרויח ראייה יותר כוללת בהקשר לאהבה, לבגרות, ליצירתיות. זה לא אומר שלא נדון יותר בפרטים, אולם אם ומתי שנעשה זאת, הגישה תהיה שונה.

שאלה: אני רוצה לדון במשהו בקשר להרצאה האחרונה. בחלק השני, לגבי תרגילי הריכוז, אתה חוזר על המונח "הוראת התת המודע". תהיתי אם הרעיון הזה של להורות על התת מודע אינו משום מה פרדוקס ואולי לא יוביל לאלץ את התת מודע, במקום לאפשר לנו להבין מה יש בו? אני בטוח שזה לא פרדוקס, אבל באיזה אופן זה לא?

תשובה: השאלה טובה וקונסטרוקטיבית, מכיוון שקל כל כך לעבור מקיצון שגוי אחד לשני. הדרך הטובה ביותר לעשות זאת היא לא להשתמש ב"הוראות" ככוח, אלא כביטוי של הרצון הפנימי שלך. למרות שאתה עשוי להבין היטב שחלק מהרגשות שלך עדיין לא יכולים לתפקד בצורה הנכונה, אתה עשוי להביע את הרצון שעליהם ללמוד. רצון זה צריך להיות מבוטא ללא לחץ או חיפזון, יותר באיכות רגועה, מתוך ההבנה המלאה שהרגשות אינם משתנים במהירות.

חלק חשוב בהוראות כאלה צריך להיות שאתה רוצה להיות מודע לאן, איך ולמה הרגשות שלך עדיין חורגים מהאמת. כמו כן, אתה צריך מודעות גוברת למקום בו אתה עדיין מבולבל ומהן השאלות הפנימיות שלך שלא נענו. אחרון חביב, חייב להיות שחרור של כל התנגדות להתמודד מול עצמך באופן מלא וישר, ללא כל הגבלות. בדרך זו אינך כופה תגובות נכונות על רגשות שעדיין בסטייה, ובכך נמנע ממלכודות הונאה ושכנוע עצמיים.

תפילה, אם מבינים ומשתמשים בה נכון, פועלת באופן דומה מאוד. כאשר אתה מתפלל, עליך לבקש עזרה בכדי להתמודד מול עצמך, או לבקש כוח והבנה לבעיותיך הנוכחיות בנתיב. עליך להתפלל ליישם את הדיסרמוניות היומיומיות הקטנות, לכאורה חסרות המשמעות, על עבודתך בנתיב, כדי לקבל תובנה מעמיקה יותר של עצמך. באותו אופן,

אתה יכול להפנות את הרצונות הללו אל תת המודע שלך, לחזק את ההיבט הבריא של הנפש שלך ולהחליש את ההיבטים שהם לא בריאים, ילדותיים ומתנגדים. אחרי הכל, אלוהים חי עמוק בתוך עצמך.

אני מניח שכאשר אתה מתפלל, אינך מכוון תפילה כזו לשמיים אלא עמוק אל תוך עצמך. כך שבאמת אין הבדל עצום כל כך בין תפילה לבין "הוראה" כזו; זו גישה קצת אחרת. בעוד שהתפילה מכוונת כלפי אותו חלק בעצמך שהכי מוסתר מהמודע שלך-אתה יכול לקרוא לזה גם העל-מודע או הניצוץ האלוהי שבך-ההנחיות/ ההוראות שציינתי, מופנות לחלק נגיש יותר עבורך.

הוראות כאלה צריכות להתייחס בראש ובראשונה לרצון להתמודד עם עצמך, להבין ולהטמיע את מה שיש בך ולראות לאן הרגשות שלך עדיין סוטים בגלל חוסר הבנה. הרצון שלך להבנה צריך להיעשות במיינד שקט ורגוע, ולא בדחיפות מתוחה. עליך לזכור ולקבל מראש כי שינוי וצמיחה הם תהליך איטי.

שאלה: בקשר להרצאה האחרונה ובהתייחס להרצאה על "תהום האשליה", אתה אומר, "אתה האדון של חייך ושל גורלך. אף אחד מלבד עצמך אינו יוצר את האושר ואת האומללות שלך". שוב בהרצאה בנושא "תהום האשליה", אתה קובע כי "האמת הרוחנית הבסיסית הזו הוסתרה, ומסיבה טובה". אתה ממשיך ואומר ש"האנושות בהתפתחותה נדרשת להגיע להבנה רוחנית בסיסית מסוימת לפני שהיא תוכל להשתמש בידע הזה בצורה הנכונה, שאם היא לא מובנת, היא אכן עלולה להזיק מאוד". האם תוכל להבהיר לנו את המשפט הזה? אני חושב שזה עשוי להועיל לנו כעת, לאור ההרצאה האחרונה. נראה לי שהוא מייצג צעד גדול קדימה לפרט ולאנושות והוא יתחיל מעגל חדש לגמרי של התפתחות רוחנית עבור הפרט בחברה; כי המדע והפילוסופיה יכלו למצוא אחדות בחוק הרוחני, ולשם כך תפיסה חיובית של היותנו באלוהים.

תשובה: נראה כי אחת השאלות שלך שואלת מה יהיה הנזק של ידע כזה ושל התפיסות השגויות הנובעות מכך שהאנושות לא מוכנה מבחינה רוחנית. בואו ניכנס לזה קודם. מי שמתעלם מהקיום ומהעוצמה של התת מודע ייקח ידע כזה ברמה שטחית. זה יכול להיות מסוכן בשתי דרכים: ראשית, האדם שמאמין שהוא יוצר את גורלו עלול, בשל נסיבות ותנאים מסוימים שהוא מתעלם מהמקור האמיתי, לקבל לרשותו סמכויות מסוימות. אדם כזה קרוב לוודאי שישתמש בסמכויות אלו לרעה, מתוך הנחה כי האדם יוצר את חיו ואת גורלו. שנית, אנשים שלא השיגו כוח כזה ירגישו מתוסכלים מאוד והתחושה של חוסר ההתאמה שלהם תגדל ולא תפחת. רק על ידי חקר המשמעות של רגשות שהם לא היו מודעים להם עד כה, הם ירכשו הבנה של העולם הפנימי, החוקים שלו, המציאות שלו ומשחק הגומלין בין סיבה ותוצאה ביחסי אנוש, כפי שזה קורה בעולם הפנימי של הרגשות.

לכן, על מנת להבין את האמת של הנחת היסוד שהאדם יוצר את גורלו; חיפוש עצמי, חקר התת מודע, הוא הכרח שבלעדיו לא תוכל האנושות לצמוח מספיק כדי לעשות שימוש באמת קוסמית, רוחנית ואוניברסלית. אמת כזו, אם רק חציה מובנת ומעוכלת, יכולה להיות מסוכנת ולגרום נזק לאדם, כמו גם לאנושות בכללותה.

המגמה ההולכת וגוברת בתקופתנו לקבל ולחקור את התת מודע מעידה על ההתפתחות הכללית הגוברת בהתמדה, למרות המלכודות, אי ההבנות וחצאי האמיתות הנלווים לחקירה כזו. זהו חלק מכאבי הצמיחה שכל אורגניזם חי עובר. ככל שצמיחה והתעוררות

כללית זו תימשך, האנושות תתפוס יותר ויותר את המציאות של היקום הפנימי, וכך תבין גם את היקום הגדול יותר עם כל החוקים הרוחניים שלו. רק על ידי תפיסת היקום הפנימי, על כל האפשרויות האינסופיות שלו, עם חוקי הצדק ההגיוניים שלו הפועלים בתוך האדם ובין האדם ליצורים השותפים, יכול בן אנוש לחוש באמת את אלוהים ואת יצירתו. בכך תושג אחדות, לאט, בעמל, צעד אחר צעד. זה יהיה המכנה המשותף שיאחד את כל המדעים, כל הדתות, כמו גם את כל ענפי הידע האנושי, שעדיין מתפקדים בנפרד בתקופה זו.

שאלה: חשבתי על דברים אלה ורוצה גם לדעת אם המאמץ המתמשך של האנושות עד כה היה כדי להצדיק את קיומה והאם השתמשו ביצירתיות של האנושות לשם כך. בהתאם לתשובתך, יצירתיות זו נצמדת לתפיסה הרוחנית של הערתך בדבר הסרת הקשרים האוסרים יצירתיות, כך שהנשמה תוכל לבטא את עצמה בחופשיות בהתאם לחוק הרוחני. אם אנחנו המציאות הגבוהה ביותר, בראש אחד עם אלוהים, אז באמת תהיה לנו אחריות עצמית. נראה לי שבהרהור על "תהום האשליה" ומה שאמרת על אהבה ויצירתיות, האחריות העצמית שלנו טמונה בקבלת הביטוי המחודש של אותה אהבה ויצירתיות, שמקורו באלוהים. בהקשר זה, השגת השליטה העצמית ... יש כאן בלבול, אינני יכול לבטא זאת...

תשובה: האם תוכל לנסות להבהיר היכן נמצא הבלבול? יעזור לך להבהיר היכן טמון הבלבול. כמו כן, אינני יכול לענות על שאלתך אלא אם כן אני יודע במה מדובר.

שאלה: מדובר באחריות עצמית, ובקיבוענות פילוסופיים מסוימים, שנראה שיש לנו, הכוללים גם פחד מפני אובדן וגם פחד מהלא נודע. זה שוב קשור בעצם לאהבה ולאמון כפי שציינת הלילה.

תשובה: אתה מבין, מה שאמרת כאן על הפחד מהלא נודע הוא מרכיב חשוב ביותר ברוב בני האדם, במידה מסוימת בכל בן אנוש. אבל הלא נודע הופך לנוודע כשאתה בעצם חווה את כל הדברים שאמרת לך בהרצאות האלה. המשמעות היא כמובן מאמץ רציני ביותר בחיפוש עצמי. לא מספיק לשמוע את המילים האלה. זה לעולם לא יעשה דבר מהותי באמת, מלבד כשמשמש כתמריץ להתחיל, אלא אם כן אתה חווה את כל הרגשות שאנו מזכירים כאן כחיים בתוך נשמתך. כאשר אתה עושה זאת, אז הלא נודע הופך לנוודע. והיכן שהוא נשאר לא ידוע, הוא יאבד את יכולתו להפחיד אותך כי עכשיו אתה מודה בפני עצמך, "אני לא יודע". זהו הבדל עצום.

בהבנת כל זה, המשילות העצמית תפסיק להיות "חובה", וזה יהיה זכות וחופש, ואילו הילד שבך דוחה זאת כסכנה לא ידועה.

הפחד מהלא נודע גורם לבני אדם לעוות מושגים אמיתיים לניגודים קבועים, ובכך להקטין את האמת שלהם. זה היה מאוד משמעותי שאמרת את זה במילים אלו. האמת היא גמישה; מעצם טבעה, לא ניתן לקבוע את האמת. שום דבר נכון לא יכול להיות קשיח, סטטי או קבוע. זה תמיד גמיש. גמישות זו נראית כאיום על אנשים. הם רוצים את הביטחון הכוזב הקבוע של קיר אבן שעליו הם יכולים להישען. נטייה זו היא שגרמה לעיוות הדת אל תוך דוגמה.

הנוקשות מספקת את הפחד הבלתי רציונאלי ביותר וחסר השחר בנפש האדם. בני אדם חושבים שמה שקבוע בטוח, ומה שגמיש אינו בטוח. מכיוון שהאמת חיה כמו כל דבר

אחר שהוא חי, היא חייבת להיות גמישה. אז אנשים מפחדים מאמת ואור וחיים. האמונה שגמישות אינה בטוחה היא אחת מהתהומות הגדולות של האשליה.

ככל שתמשיך בעבודה זו, תגלה תחילה כי הפחד המסוים הזה קיים גם בך ושגם אתה נאחז בביטחון המוצע של החוק הקבוע. נראה שאתה מרגיש כאילו אתה יכול להישען על קיר. זה נראה כמו תמיכה חזקה ואילו, כפי שתראו קצת מאוחר יותר, זה לא. שם טמון הבלבול בנוגע לאחריות עצמית. כשאתה נשען על החוק הקבוע, אתה מעביר את האחריות אליו. כשאתה מבין שאין דבר כזה חוק קבוע, אתה נבהל, כי אתה צריך לקבוע בכל פעם מחדש מה תהיינה ההתנהגות והגישה שלך. עם אמת גמישה, האחריות מועברת אוטומטית לעצמך.

כאשר אינך חושש עוד מאחריות עצמית, מכיוון שאיבדת את הבוז העצמי וחוסר האמון שלך בעצמך, לא תפחד עוד מהיקום הגמיש. לא תצטרך לדבוק בחוק נוקשה. אתה תראה את החוק הגמיש פועל, וזה לא יהווה סכנה עבורך. החוק הבלתי גמיש או קבוע מיועד לילד שאינו יכול או אינו מעז לקחת אחריות עצמית.

הפחד מהלא נודע באמת נובע מחוסר ביטחון: "האם אוכל להתמודד? האם השיפוט שלי יהיה הולם? האם התגובות שלי תהיינה נכונות? האם אעשה טעות? האם אני מעז לטעות?" במילים אחרות, הפחד העמוק ביותר מהלא נודע הוא לא להכיר את עצמך. ככל שתאבד את הפחד הזה, לא תחשוש מאחריות עצמית ולא תפחד מהאמת של החוקים הגמישים של היקום. ולא תפחד גם מהחיים, שהם גמישים כל הזמן. טבעם הממש גמיש, בסופו של דבר, אינם ניתנים לשינוי, אך לעולם לא סטטים.

שאלה: המילה "פחד" עלתה הערב מספר פעמים. והשתמשת במילים "פחד לא רציונלי וחוסר בסיס". זה מוביל אותי להאמין שחייב להיות פחד רציונאלי ומבוסס. מלמדים אותנו כאן, למשל, שלפחד יש קונוטציה שלילית והוא מייצג רגש הרסני. ואז אנו קוראים בכתבי הקודש כי "יראת ה' היא ראשית החכמה". ובספר הזהר יש השוואה בין "אהבה ויראת אלוהים לכנפי הציפור". מעניין אם תוכל לדבר קצת על שני סוגי הפחד האלה?

תשובה: אלו שתי שאלות נפרדות במובהק. התשובה לראשונה, אודות הפחד הרציונאלי מול הפחד הבלתי רציונאלי היא זו: אם אתה בסכנה כלשהי, תגובתך לפחד היא בריאה. זה כמו אות, שנותנת לך את ההזדמנות לעשות משהו בנידון, כדי להציל את עצמך מסכנה. במילים אחרות, זה בונה ולא הרסני. ללא אות הסכנה הזה היית נהרס. זה שונה בהחלט מהפחדים הפסיכולוגיים, הלא בריאים וההרסניים שאנו דנים בהם בדרך כלל בעבודתנו.

באשר לפחד מאלוהים, אין לכך שום קשר לפחד המגן הבריא שדיברנו עליו זה עתה. כל התייחסות לפחד מהאל בכתובים נובעת מתרגומים ברמה שגויה ושטחית. אבל הסיבות העמוקות יותר, מדוע תרגומים שגויים כאלה יכולים להתרחש בהקשר הספציפי הזה, קשורות מאוד לדימוי האל, כמו גם לפחד מהלא נודע. מצד אחד, אנשים צריכים את הסמכות החזקה שתומכת בחוק הקבוע כי אז הם לא צריכים להיות אחראיים על עצמם. מצד שני, נוצר פחד לא בריא, שתמיד קורה כאשר לא משיגים בגרות ואחריות עצמית. בין אם אתם חוששים מאל נקמני, מהחיים, מבני אדם אחרים או מעצמכם, זה אותו דבר.

כלפי חוץ, יש פשוט אי הבנה לגבי מונחים מסוימים בתנ"ך; במציאות פירוש המילה "פחד" הוא משהו אחר לגמרי, המתואר אולי בצורה הטובה ביותר במילים "כבוד" או "הערכה".

ההערכה המוענקת לאינטליגנציה, החוכמה והאהבה הגבוהים ביותר הוא מעבר למילים. בנוכחות גדולה בלתי מוגבלת שכזו, כל הישויות חייבות להיות ביראת כבוד, אך לעולם לא בפחד! כשנתקלים בפלא כזה, אי אפשר שלא להיות ביראת כבוד. זה עולה על כל הבנה. רעיון זה מועבר במילה שתורגמה בטעות ל"פחד". אבל לא זו היתה הכוונה. האם זה ברור?

שאלה: זה ברור. אני רוצה להוסיף מחשבה שקשורה ואשר תומכת במה שאמרת. שניתנה לנו כ"פחד", מילה זו בעברית היא "יראה". בתורות הקבליות הנוגעות למילה, המילה מתחברת לתשיעית מתוך עשר הספירות [האצלה ברבים] המצוינת כ"יסודות". זוהי נקודת המפנה שבה מסתיימת האינבולוציה [אינבולוציה זה תהליך של הצטמקות טבעית של 'גוף' – כל גוף שהוא, כאן הכוונה לגוף האנושות] ומתחילה האבולוציה. הנה תחילת הפנייה כלפי מעלה כלפי אלוהים. המודעות שיש אלוהים היא ראשית החכמה.

תשובה: כן, זה נכון מאוד. האם יש שאלה נוספת?

שאלה: כן. מהו החוק הרוחני הפועל בין המודע ללא מודע? האם יש קו הפרדה קפדני ומהו החוק המסדיר מה נשאר למטה ומה עולה?

תשובה: אין קו הפרדה קפדני בין המיינד המודע ללא מודע. אולי שמתם לב בעבודה זו שלעיתים קרובות אתם מצפים למצוא הכרות שלא היו ידועות לכם לחלוטין, אך באופן כלשהו אתם יודעים שמה שאתם מוצאים כעת כהכרה חדשה, עם הבנה חדשה של משמעותה, אינו ממש חדש. רק הסתכלתם הצידה, אבל זה תמיד היה שם. זה היה איפשהו באזור בין המיינד המודע ללא מודע. אין קו הפרדה קפדני בין המודע והלא מודע; ליתר דיוק, יש מעבר נמוג, כפי שנהוג לומר.

תארו לעצמכם את כל האישיות, הנפש או המיינד, המודעים והלא מודעים, כצורה מעוגלת. ככל שאדם מפותח ומתפתח יותר כך צורתו נטולת ערפל וערפול. ככל שאדם פחות מפותח, כך החלק הגדול יותר מערפול. החלק המתפקד באופן מודע הוא שטח קטן יותר. פילוסופיות ותורות רוחניות משתמשות במונח "העלאת התודעה". זו בדיוק המשמעות. אם אתם רואים בעיני רוחכם צורה כזו, אתם יכולים לדמיין שככל שהתודעה עולה, הצורה יוצאת מתוך הערפל של חוסר המודעות. בהדרגה האובך נסוג ואתם הופכים להיות יותר ויותר מודעים לעצמכם.

מכיוון שהיקום נמצא בכם, ומאחר שאתם יקום בתוך עצמכם, את התודעה האוניברסלית ניתן להשיג רק על ידי תהליך זה של מציאת עצמי שדרכו אתם מרימים את הערפל. אינכם יכולים להשיג תודעה זו על ידי התרכזות בדברים שאתם לומדים רק עם המוח שלכם. זה עשוי להיות בעל ערך ככלי לעבודה של מציאת העצמי, שהוא תהליך הגורם לערפל לסגת, כך שהחלק שלא היה מודע הופך להיות מודע.

שאלה: האם הסבלנות מעכבת שאפתנות?

תשובה: סבלנות, אם זה באמת זה ולא עיוות, כמו למשל אינרציה, לא יכולה להפריע לשום דבר. כמובן, לעתים קרובות זה קורה שאנשים מוציאים מעלה מתוך אשמה. מי שאינו פעיל, אדם נרפה, יכול לרמות את עצמו ולחשוב שהוא סבלני. אלה שהם חסרי סבלנות עלולים לרמות את עצמם ולחשוב שהם פעילים ונמרצים. אז זו תמיד שאלה של מציאת המגמה האמיתית או הרגש. שום דבר בעל ערך לא יכול להזיק אי פעם.

עם זאת, חוסר סבלנות ימנע את הגשמת השאפתנות, כי חוסר סבלנות הוא סוג של חוסר בשלות. הילד שבך הוא שרוצה הכל, לא רק על פי הרצון שלו, אלא גם מיד עכשיו. הילד לא יכול לחכות. כפי שהסברתי בפעם הקודמת, הילד חי רק בעכשיו, אך בצורה לא נכונה. הוא אינו מרגיש את המציאות של מחר, ולכן הוא חושב שמה שלא מושג כעת אינו נחשב ואין בו מציאות. הישות הבוגרת יכולה לחכות. הוא או היא מבינים שאם המטרה הרצויה לא תושג כרגע, חייבות להיות סיבות לעיכוב. חלק מהסיבות הללו עשויות להיות בעצמי, כך שניתן להשתמש בזמן ההמתנה באופן מועיל, למציאה ולביטול הסיבות הללו.

הזמן שצריך להשקיע בהן (במציאת הסיבות) ישמש כדי להשיג את התובנה, היכולת או ההבנה הדרושים אך עדיין חסרים. אז סבלנות, אם היא קונסטרוקטיבית בלבד - לא אינרציה, חוסר פעילות או עצלות - יכולה להוות רק יתרון. סבלנות אמיתית תמיד תדע להבחין ולהבדיל. באחת הפעמים, רצוייה המתנה בלבד; בזמן אחר הפעולה תהיה נכונה. אבל סבלנות תשרור גם בזמן הפעילות המרוכזת ביותר, כי זה באמת מצב פנימי ואין לו שום קשר לביטוי החיצוני. האדם שפועל יכול להיות סבלני כלפי פנים. האדם שאינו פעיל כלפי חוץ עשוי להיות במצב פנימי של חוסר סבלנות. האם זה ברור?

שאלה: כן, תודה. אשמח לשמוע הגדרה של סבלנות.

תשובה: הגדרות רבות אפשריות. אבל במסגרת הדיון שלנו עכשיו הייתי רוצה לנסח זאת כך: סבלנות יודעת שלא תמיד ניתן לקבל בדיוק מה שרוצים כשרוצים בכך. הסבלנות אינה מעוכבת מהלחץ והמתח והחרדה של הנשמה. אם תנתח את זה תמצא דרך חווית הרגשות שלך שחוסר סבלנות, בכל פעם שמרגישים אותו, מלווה בהרגשות כמו מתח, חרדה, לחץ פנימי - כל אלה מבוססים על תחושת חוסר התאמה וקשר הדוק עם התחושה "לא אוכל להשיג זאת, מה ש'זה' לא יהיה". זו חוסר סבלנות. סבלנות יכולה להתקיים רק אצל אדם בוגר ובטוח שמכיר את מגבלותיו, אך ביודעו גם את הפוטנציאלים שלו, סומך על העצמי שלו. מצב של בגרות- שזו המטרה שלך- תביא, בין נכסים רבים אחרים, סבלנות.

שאלה: ברצוני לחזור לשאלה שנשאלה בנוגע לפחד ולניהול לקוי של החוש הטבעי/ האינסטינקט בהקשר זה. האינסטינקט טבעי לנו אצל האדם המתפקד כרגיל. האם היית מעיר על ניהול כושל שלו בהקשר זה?

תשובה: זה קשור לשאלת האמון בעצמי שדנו בו קודם. אם אתה מסכל/מכשיל את האינסטינקטים שלך, בשל הסטיות הנדונות, אינך בוטח בהם. לעתים קרובות כל כך גילית שהפחדים שלך לא היו מוצדקים. כתוצאה מכך, אתה מפסיק לשים לב ולהקשיב להם כשאולי יש סיבה טובה לעשות זאת. אז אתה נבלע בפחד יותר ויותר, לעולם אינך יודע מתי לסמוך על האינטואיציה או האינסטינקט שלך ומתי לא. כשאתה מפסיק להיות רדוף מפחד מסיבות לא ריאליות; כאשר אכן יעלה הפחד, אתה תבחן אותו בתבונה, במקום לקבור אותו.

ההרצאה האחרונה, כמו גם ההרצאה הזו, אמורה לספק לא מעט חומר לעבודה נוספת שלכם, וגם לשאלות ולדיונים.

תבורכו, כולכם, יקירים שלי. לו יהי שתמצאו את הדרך לבגרות ולאהבה על ידי מציאה היכן, איך ומדוע אינכם אוהבים עכשיו. לו יהי שתמצאו אומץ לשחרר את עולמכם מהעול המיותר הזה של פחד מאהבה ומחיים. לכו בשלום, חברים יקרים ביותר, 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.