

193.

Streszczenie podstawowych zasad Pathwork: jego cel i proces

Wykład Przewodnika Pathwork nr 193

14 września 1971 r.

Pozdrowienia, moi najdrożsi przyjaciele tutaj. Błogosławieństwa i miłość, siła i radość są nieustannie obecne w was i wokół was, przenikając was w takim stopniu, w jakim na to pozwalacie. Z wielką radością wznawiam pomoc i przewodnictwo, które mam zaszczyt wam ofiarowywać.

Zostałem poproszony o przedstawienie streszczenia nauk, które przekazywałem wam przez wszystkie te lata. Teraz postaram się to uczynić najlepiej, jak potrafię. Nie jest łatwo podsumować liczne kroki, z których wszystkie są konieczne, wielorakie obszary, które muszą zostać zbadane, oraz mnogie punkty widzenia, w których mogą istnieć niejasności wymagające wyprostowania. Jak wiecie, sam język ludzki niesie ze sobą trudności i ograniczenia, tak że łatwo mogą powstawać nieporozumienia. Aby naprawdę zrozumieć naturę tej ścieżki, ważne jest, by w pewnym stopniu poznać naturę ludzkiej istoty, którą jesteście. Jakie są różne komponenty istoty ludzkiej? Jakiegokolwiek wyjaśnienie, które mogę wam tutaj dać, musi być do pewnego stopnia uproszczone, niemniej jednak pozostaje ono prawdziwe. Użyjcie go jako mapy, która daje ogólne pojęcie o rodzaju istoty, z jaką macie do czynienia, gdy zbliżacie się do samych siebie i do innych.

Ludzkość składa się z różnych poziomów świadomości. Każdy poziom świadomości reprezentuje konglomerat postaw, przekonań i uczuć. Poziomy te często pozostają ze sobą w całkowitej sprzeczności, wyrażając różne etapy rozwoju w ewolucji osoby. Wasz stan świadomości zawsze tworzy swój własny świat, z własnymi prawami, obyczajami, filozofią i wynikającą z nich rzeczywistością. Każdy świat lub stan świadomości — w świecie duchowym postrzegany jako sfera — ma inny stopień świadomości kosmicznej ostatecznej rzeczywistości i dlatego również inny stopień ograniczeń. Ograniczenia te określają zakres, w jakim obfitość wszechświata może być doświadczana w

danym stanie. Prawdziwy świat jest ostateczną rzeczywistością najgłębszego wnętrza każdej osoby, zjednoczonego z wiecznym życiem oraz nieustannie płynącą kreatywnością, radością i ekspresją siebie. Świat ten nie istnieje w jakimś odległym miejscu: przenika wszystko, co istnieje. W istocie różne poziomy świadomości wciągają was do odpowiadających im światów. Światy te nie istnieją w czasie i przestrzeni, lecz w rzeczywistości, która oba te wymiary przekracza. Czas, przestrzeń i ruch są ograniczonymi pojęciami ludzkiego umysłu w jego określonym stanie świadomości. Dlatego w rzeczywistości przekraczającej ludzką lub fizyczną, dwa lub więcej światów może z łatwością współistnieć w tej samej przestrzeni.

Istota, która nie jest jeszcze zjednoczona i nie zrealizowała jeszcze swojej ostatecznej natury, wyraża te różne poziomy świadomości i w ten sposób jest przyciągana do odpowiadających im światów na przemian lub jednocześnie. Podczas życia na ziemi w ludzkim ciele, to przyciąganie przejawia się w różnych nastrojach, postrzeganiach i doświadczeniach. Jak często odkrywacie, że to, co dziś głęboko odczuwacie jako prawdę o życiu i o sobie, jutro może zostać całkowicie odwrócone, gdy doświadczacie życia i siebie w zupełnie inny sposób?

Gdy jesteście jednocześnie wciągani do dwóch sprzecznych światów własnego autorstwa, doświadczacie konfliktu i zamętu. Poza ciałem zjawisko to przejawia się jako przyciąganie do rzeczywistego świata lub środowiska stworzonego przez dany poziom świadomości, a następnie do świata stworzonego przez inny poziom — i tak dalej — tak długo, jak długo te liczne stany świadomości istnieją w nadal niezjednoczonej osobowości. Im mniejszą samoświadomość mają ludzie, tym mniej uświadamiają sobie, że świat, którego doświadczają na danym etapie swojej ewolucji, nie jest światem ostatecznym ani jedynym, jaki mogą stworzyć. Ograniczona świadomość rzeczywistości nieuchronnie rodzi cierpienie, a gdy ten nieszczęśliwy stan istnienia uznawany jest za jedyną rzeczywistość, lęk, strach i rozpacz stają się nieuniknione. Te iluzoryczne postrzegania mogą zostać usunięte jedynie poprzez żmudną pracę polegającą na uświadomieniu sobie wszystkich waszych wewnętrznych światów.

Różnorodność i zakres poziomów świadomości oraz wynikające z nich stopnie doświadczanej radości i pokoju — lub ich braku — będą naprawdę ogromne, dopóki ostateczny stan rzeczywistości nie zacznie być realizowany.

Stan ludzki najlepiej można ująć ogólnie, poprzez trzy następujące poziomy świadomości: wyższe Ja, które jest świadomością Boga; niższe Ja, które jest ja demonicznym; oraz Ja maska, które ukrywa demoniczne lub niższe Ja. Nie trzeba dodawać, że w obrębie każdego z tych poziomów świadomości istnieje wiele stopni i etapów. Sposób, w jaki nachodzą one na siebie, znoszą się wzajemnie i tworzą zamęt, wraz z wynikającymi z tego pośrednimi skutkami i reakcjami łańcuchowymi, musi zostać zbadany, zrozumiany i opanowany. Ta praca jest ścieżką Pathwork. Wszystkie te aspekty osobowości mogą być w różnym stopniu świadome lub nieświadome. Im mniej macie świadomości któregośkolwiek z tych stanów, tym więcej konfliktu istnieje w waszym życiu i tym mniej jesteście przygotowani do radzenia sobie z życiem, z samymi sobą i z innymi ludźmi. Niska świadomość z pewnością spowoduje również większe oddalenie od realizacji waszego ostatecznego boskiego Ja.

Brak świadomości wynika z odłączenia od rzeczywistości własnego, prawdziwego, wyższego, boskiego Ja. Lecz człowiek jest również odłączony od świadomości niższego Ja oraz Ja maski. Ta fragmentacja tworzy nieporozumienia, iluzje i błędne przekonania. Jednym z zadań ścieżki Pathwork jest odnalezienie tych błędnych przekonań i ich skorygowanie.

Teraz pozwólcie, że rzucę nieco światła na cel tej ścieżki, zanim opiszę sam proces. Celem jest zjednoczenie tych trzech poziomów świadomości tak, aby maska i niższe Ja uległy rozpuszczeniu, a jedynie prawdziwe wyższe Ja mogło się manifestować i wyrażać. Tylko wtedy, gdy niższe Ja i Ja maski staną się całkowicie świadome, a ich dokładne przejawy zostaną zrozumiane, możliwe jest skorygowanie błędnych przekonań, ponieważ brak świadomości rodzi błędne przekonania. Błędne przekonania z kolei tworzą negatywną energię i uczucia. Negatywna energia i uczucia tworzą cierpienie. Ten łańcuch musi zostać odwrócony i może zostać odwrócony jedynie wtedy, gdy poprzez różne procesy i podejścia ścieżki Pathwork zostanie osiągnięta świadomość Jja maski, niższego Ja, a w końcu wyższego Ja.

Nie da się zaprzeczyć, że rozszerzenie świadomości ograniczonego umysłu jest zadaniem niezwykle trudnym, ponieważ wszyscy ludzie na początku dysponują jedynie ograniczonym umysłem. Ten ograniczony umysł musi przekroczyć samego siebie, aby urzeczywistnić swoją nieograniczoną moc i zakres. Dlatego ta ścieżka nieustannie wymaga, by wasz umysł przekraczał własne ograniczenia, rozważając nowe możliwości i robiąc miejsce dla innych alternatyw dotyczących siebie, życia i wyrażania siebie w życiu. Wymaga to

wysiłku wyjścia poza stare sposoby myślenia i porzucenia modeli, które wydają się wygodne — lecz pamiętajcie, ta wygoda jest największą iluzją. Wszystkie iluzje jednak wydają się realne tak długo, jak długo możliwość ich iluzoryczności nie jest kwestionowana i jak długo nie dopuszcza się innych możliwości .

Ogólny stan świadomości ludzkości jest stanem dualizmu, czyli przeciwieństw. Często omawiałem liczne aspekty zamętu tworzonego przez dualistyczne postrzeganie rzeczywistości i tutaj chcę jedynie powiedzieć, że ten zamęt musi zostać wyprostowany na wszystkich poziomach i z absolutną precyzją: na poziomach konceptualizacji, percepcji i wreszcie transformacji.

Chcę raz jeszcze podkreślić, że zjednoczenie rozszczępionego ja nie może nastąpić tak długo, jak długo świat postrzegany jest w kategoriach dualistycznych. Gdy kwestie, ludzie, ja, świat, życie, idee i postawy jawią się jako albo dobre, albo złe, albo słuszne, albo niesłuszne, wówczas następuje zniekształcenie rzeczywistości, a w konsekwencji cierpienie. Jednak związek pomiędzy zniekształceniem rzeczywistości a cierpieniem nie jest oczywisty dla tych, którzy nadal tkwią w tym iluzorycznym spojrzeniu na życie. Prawda jest taka, że każda możliwa postawa, uczucie, idea i ludzka ekspresja może być zarówno dobra, jak i zła. Jednym z najważniejszych znaków ewolucji i wzrostu jest doświadczenie tej prawdy, a nie jedynie teoretyczne jej rozumienie.

Proces rozszerzania umysłu poza jego chwilowe ograniczenia może być jedynie świadomym i celowym wysiłkiem zmierzającym do przekroczenia myślenia dualistycznego. Wysiłek ten nie jest jednak pracą woli, lecz procesem otwierania się, który najpierw dopuszcza nowe alternatywy, a z czasem może uczynić je rzeczywistymi. Gdy wy, ludzie, doświadczacie siebie jedynie jako odciętych, bezsilnych ego i gdy w konsekwencji próbujecie skierować całą dostępną energię i moc w to ego, musicie ponieść porażkę. Lecz gdy pozwolicie sobie uznać, że możecie być wyrazem jeszcze nieujawnionego, głębszego, szerszego, mądrzejszego i bardziej kochającego boskiego Ja, wówczas wasze boskie Ja zostanie wystarczająco uwolnione, by się zmanifestować. W ten sposób możecie przerzucić most od niewiedzy i alienacji do otwartego stanu umysłu, który pyta, czeka, rozważa i bada, by doświadczyć ostatecznej prawdy. Takie doświadczenie nazywa się wiarą.

Gdy umysł pozostaje zamknięty w granicach swoich obecnych ograniczeń, nie może dokonać się transcendencja. Próba przekroczenia chwilowego, ograniczonego umysłu i doświadczenia boskiej świadomości nazywana jest medytacją. Proces uświadamiania sobie Ja maski i niższego Ja oraz pracy z nimi znacznie przyspieszy, jeśli świadomy umysł wezwie do działania wyższe Ja i skieruje je ku udzielaniu konkretnego przewodnictwa.

Istnieją dwa podstawowe podejścia do ludzkiej duchowości. Jedno polega na podkreślaniu i koncentrowaniu się na boskim potencjale wewnątrz, aż potencjał ten stanie się rzeczywistością. Istnieje wiele ruchów, które posiadają praktyki, nauki i ćwiczenia aktywnie i skutecznie pomagające osiągnąć ten cel. Cała energia i koncentracja skierowane są na pielęgnowanie, wzmacnianie, manifestowanie i wyrażanie boskiej rzeczywistości wewnątrz. Nie oznacza to jednak koniecznie, że inne, fragmentaryczne poziomy świadomości zostają w ten sposób automatycznie wyeliminowane i włączone do boskiego centrum. Jest całkiem możliwe — i w rzeczywistości często się zdarza — że takie praktyki autentycznie wydobywają prawdziwe wyższe ja, a jednocześnie pozostawiają nienaruszone aspekty świadomości, które są nierozwinięte.

Wiele istot odczuwa intensywne pragnienie urzeczywistnienia swojej wrodzonej boskiej natury i zapomina, będąc w ciele, że przyszli na ziemię, aby wypełnić misję w uniwersalnym planie. Misją tą jest oczyszczenie i rozwój nierozwiniętej kosmicznej materii. Aby tego dokonać, należy przyjąć drugie podejście do ludzkiej duchowości. Polega ono na rzuceniu światła świadomej uwagi i doświadczenia na własne wewnętrzne zniekształcenia, brzydotę, ciemność, zło i cierpienie, jak również na wewnętrzną prawdę, piękno, miłość i dobro. Wymaga to rozwinięcia subtelnej wrażliwości, aby możliwe było uchwycenie organicznego rytmu każdej indywidualnej ścieżki. Trzeba wiedzieć: kiedy bardziej skupić się na jednym aspekcie, a kiedy przenieść uwagę na drugi; kiedy koncentrować się na wyższym Ja, aby wzmocnić jego trwałość i umożliwić mu dalsze przewodnictwo; kiedy zwrócić uwagę na niższe Ja z jego ukrytym złem, nieuczciwością, oszustwem oraz zamaskowaną nienawiścią i złośliwością; kiedy skupić się na konkretnych mechanizmach Ja maski i obserwować, w jaki sposób się kamufluje i jak się broni, aby utrzymać niższe Ja w ukryciu. Trzeba również wiedzieć, kiedy nadchodzi moment, by doświadczyć uczuć, których się unikało. Te subtelne zmiany muszą być wyczuwane zarówno przez tych, którzy pracują nad własną transformacją, jak i przez tych, którzy im pomagają, ponieważ każdy ma inny rytm.

W pewnych okresach i etapach główna koncentracja powinna być skierowana na konfrontację z własnymi negatywnymi aspektami, zniekształceniami i brzydotą, ponieważ zawsze istnieje wielkie niebezpieczeństwo ślepej ucieczki w aspekty pozytywne, zamiast użycia pozytywnych postaw do oczyszczania negatywnych. W innych momentach należy koncentrować się na aspektach pozytywnych. Nie należy przeoczyć faktu, że możliwe jest autentyczne nawiązanie kontaktu z własnym boskim Ja, a następnie wykorzystanie go do kamuflowania odłączonych i zniekształconych aspektów świadomości. Boska moc wewnątrz jest neutralna i nieuchronnie podąża za kierunkiem, jaki nada jej świadomość.

Powinno być całkowicie jasne dla was wszystkich - tych, którzy czujecie powołanie do tej ścieżki, że drugie podejście do duchowości i realizacji duchowego Ja jest podejściem, którego my używamy. Większy ból i dyskomfort, które wydają się produktem ubocznym Pathwork, są jedynie iluzją; dopóki jakakolwiek zablokowana, ciemna i zniekształcona kosmiczna substancja istnieje, cierpienie jest nieuniknione, niezależnie od tego, czy zdecydujecie się to teraz wiedzieć, czy nie. Ta ścieżka jest wymagająca, lecz jest prawdziwa. Nie prowadzi do iluzji ani do odłączonej świadomości. Wprowadza do konkretnego doświadczenia aspekty Ja, które mogą jeszcze tlić się pod powierzchnią, nieprzejawione, lecz które w końcu i tak muszą wypłynąć na powierzchnię i stworzyć doświadczenie. Zawsze jest łatwiej i szybciej przekroczyć dany stan, gdy świadomie się z nim skonfrontujemy, gdy nasze ja akceptuje swój obecny stan wewnętrzny i chce go doświadczyć oraz przez niego przejść, zamiast czekać, aż konfrontacja nastąpi nieuchronnie jako prawidłowy, rytmiczny, uniwersalny ruch na naszej ewolucyjnej drodze. Ludzie, którzy wybierają taką ścieżkę, włączają się w boski plan. Celem tego podejścia do duchowego ponownego zjednoczenia jest pomoc w ponownym scaleniu wszystkiego, co kiedykolwiek się odłączyło.

Teraz przejdziemy do metody tej ścieżki. Podsumuję i omówię jej podstawy, nie wchodząc we wszystkie liczne szczegóły i rozważania. Poziomy, z którymi należy pracować —z każdym w inny sposób — obejmują następujące aspekty ludzkiej osobowości:

- (1) poziom umysłu i myśli
- (2) poziom woli
- (3) poziom uczuć
- (4) poziom fizyczności i fizycznej ekspresji

Gdy wszystkie te poziomy są świadome, a ich nieuchronne rozbieżności zostaną skonfrontowane i zaakceptowane, może rozpocząć się proces jednoczenia. Gdy niższe ja zostanie zrozumiane, zaakceptowane i rozpuszczone, a maska zostanie porzucona, wówczas w rzeczywistości duchowej może dokonać się zjednoczenie istoty.

Przyjrzyjmy się teraz różnym podejściom do czterech poziomów osobowości.

(1) Poziom umysłu i myśli

Poziom umysłu musi zajmować się schematami i błędnymi przekonaniem. Myśli i procesy myślowe skierowane w błędne kanały wpływają na wszystkie pozostałe poziomy. Zawsze tworzą one błędne koła, które więżą was w beznadziejnych sytuacjach. Istotnie prawdą jest, że dopóki poruszacie się w obrębie błędnego koła, nie ma nadziei. Lecz w chwili, gdy błędne koło zostaje przerwane, zostajecie uwolnieni z pułapki. Dlatego konieczne jest wyraźne dostrzeżenie, zrozumienie i porzucenie tych elementów waszych postaw umysłowych i zachowań, które tworzą błędne koło. Oznacza to zawsze zasadniczą zmianę koncepcji, procesu myślowego, podejścia do rzeczywistości.

Konkretnie błędne przekonanie musi zostać rozpoznane jako takie. Trzeba ustalić, dlaczego nim jest, jak powstało i w jaki sposób prowadzi was w błędne koło. Należy zapytać: „Jak rozwija się to błędne koło? Jaka jest odpowiadająca mu prawdziwa koncepcja i w jaki sposób życie zgodnie z nią wprowadziłoby mnie w szeroko otwarty świat oraz w dobroczynny krąg twórczej ekspresji siebie?” Wszystko to musi zostać jasno dostrzeżone, zrozumiane i uświadomione. Ostatecznie musi zostać przeżyte emocjonalnie, ponieważ samo teoretyczne zrozumienie tych wewnętrznych procesów nie wystarcza. Tylko poprzez emocjonalne doświadczenie błędnego przekonania może ono zostać zastąpione prawdziwą koncepcją. Dopiero wtedy zapuszcza ona korzenie w psychice i otwiera nowe kanały spontanicznego zachowania, nieopartego już na odruchach warunkowych, oraz twórczej ekspresji uczuć.

Błędne przekonania mogą być całkiem świadome, bez wiedzy, że są błędne. Dlatego również wasze świadome przekonania muszą być sprawdzane i badane. Błędne przekonania mogą być częściowo świadome — ma to miejsce wtedy, gdy wasze działania i reakcje pokazują, że są przez nie kierowane, choć nie zostały jeszcze precyzyjnie nazwane ani jasno określone pod względem swoich konsekwencji. Wówczas konieczna jest praca nad ich konkretną identyfikacją. Błędne przekonania mogą również być nieświadome. W takim przypadku

ścieżka Pathwork musi uczynić je świadomymi. Można to osiągnąć jedynie poprzez badanie manifestacji życia. Życie nie kłamie. Wyraża dokładnie to, w co naprawdę wewnętrznie wierzycie. Możecie świadomie twierdzić, że jesteście osobami kochającymi i rzeczywiście wierzyć w miłość. Lecz jeśli cierpicie z powodu życia pozbawionego miłości, świadczy to jasno, że gdzieś w was nie wierzycie w miłość, nie chcecie kochać i macie ku temu swoje powody — a raczej błędne przekonania. Dlatego nieświadome błędne przekonania można wydobyć jedynie poprzez przyjrzenie się własnemu życiu, cierpieniu, frustracji i niespełnionym tęsknotom.

Wszystkie poziomy muszą być badane poprzez pracę zarówno z umysłem świadomym, jak i poprzez poszukiwanie w nieświadomości: te dwa podejścia różnią się w zależności od czterech aspektów osobowości. Z poziomem umysłu należy pracować inaczej niż z poziomami woli, uczuć i ciała.

(2) Poziom woli

Aby pracować na poziomie woli, należy przede wszystkim zrozumieć, że istnieje wola zewnętrzna i wola wewnętrzna. Innymi słowy, istnieje działanie woli dobrowolne oraz mimowolne. Te dwa poziomy woli również muszą zostać zbadane, zrozumiane i uświadomione. Tam, gdzie w psychice istnieją zniekształcenia, błędne przekonania i negatywności, siły woli pozostają w braku równowagi. Tam, gdzie wola powinna być aktywna, często bywa sparaliżowana i zastygła. Tam, gdzie powinna być receptywna i pasywna, bywa napięta, wymuszona i nadmiernie aktywna. Równowaga zostaje przywrócona w miarę postępu oczyszczania swojego Ja.

Na poziomie umysłu zaczniecie rozróżniać, w jakich obszarach musicie działać i inicjować — krótko mówiąc, używać swojej wrodzonej zdolności woli. Może to dotyczyć działań lub postawy wobec życia, ponieważ działanie woli odnosi się również do postaw. Jednocześnie rozpoznajcie, w jakich obszarach musicie chwilowo zaakceptować swoje ograniczenia woli i odpuścić wymuszający nurt nadaktywnej woli. Takie przekierowanie prądów woli nie może zostać dokonane przez wolę zewnętrzną. Jeśli potraficie to rozpoznać i rozluźnić nacisk woli zewnętrznej, wola wewnętrzna może wysunąć się na pierwszy plan i zacząć funkcjonować. Tak wiele frustracji powstaje wtedy, gdy ludzie naciskają swoją wolą zewnętrzną, a tym samym uniemożliwiają przejawienie się wewnętrznej, rozluźnionej woli lub blokują zdolność woli zewnętrznej do realnego sięgania w życie.

(3) Poziom uczuć

Ponownie: tam, gdzie istnieją świadome lub nieświadome błędne przekonania umysłu oraz brak równowagi między wolą wewnętrzną i zewnętrzną, uczucia stają się destrukcyjne, zastygłe i bolesne. Energia ciała uczuciowego zostaje sparaliżowana i zablokowana. Dlatego ważnym aspektem każdego procesu jednoczenia i oczyszczania jest doświadczanie poziomu uczuć — lub, jeśli wolicie, ciała uczuciowego. Otwórzcie blokady i uwolnijcie sparaliżowane uczucia — jakiegokolwiek by one były. Z uczuciami należy pracować na poziomie świadomości, zanim będzie można je konstruktywnie przekierować. Destructywnie uczucia mogą z całą pewnością zostać wyrażone w sposób konstruktywny. Jeśli negatywne i bolesne uczucia nie są świadomie przeżywane, zastygają na poziomie nieświadomym i uniemożliwiają zdrowe funkcjonowanie osobowości, odczuwanie dobrych uczuć oraz doświadczanie przepływu życiowej energii, który jest naturą uniwersalnego życia. Nieuchronnie prowadzi to do pośredniego i destrukcyjnego odreagowywania negatywnych uczuć. Przez większość czasu osobowość pozostaje całkowicie nieświadoma tej konsekwencji. Ludzie nie widzą innych alternatyw dla swoich sposobów działania, reagowania i bycia, przeocząc takie odreagowywanie, mimo że dla innych wokół nich bywa ono zupełnie oczywiste.

Pracując z poziomem uczuć, musicie nauczyć się, jak nawiązywać kontakt z uczuciami uwięzionymi w was. Również to może być rozpoznawalne jedynie pośrednio, poprzez manifestacje waszych doświadczeń życiowych.

Wywoływanie uczuć dokonuje się za pomocą wielu podejść, których nie musimy tu szczegółowo wyliczać. Wystarczy powiedzieć, że doświadczanie i wyrażanie uczuć niegdyś uznawanych za nieakceptowalne i nie do zniesienia, a także uczenie się, jak je podtrzymywać i jak sobie z nimi radzić, jest jedyną drogą do utraty lęku, niepokoju i napięcia. Tak długo, jak długo żywcie nadzieję, że wasze życie powinno być wolne od bolesnych uczuć, żywcie nadzieję na iluzję. W głębi duszy wiecie, że tak jest, a jednak trzymacie się tej iluzji. W konsekwencji boicie się i czujecie się chwiejni oraz nieadekwatni. Lecz gdy wasze własne uczucia mogą być doświadczane — niezależnie od tego, jakie są — automatycznie stajecie się bezpieczni, wolni od lęku, a tym samym rozluźnieni. Rozluźnienie umysłu, woli, uczuć i ciała jest niezbędnym warunkiem doświadczania przyjemności, a tym samym osiągnięcia spełnienia.

Odmowa doświadczania bolesnych uczuć wynika z błędnego przekonania, że was unicestwią lub że dowiodą, iż jesteście „źli”. To błędne przekonanie musi zostać zakwestionowane i zastąpione. Jeśli tak się nie stanie, nie pozwolicie sobie na doświadczanie bolesnych uczuć. Odmowa ta powoduje również wytworzenie napiętego prądu woli, mającego odeprzeć to, co uznajecie za unicestwienie. Dlatego wola musi zostać rozluźniona, aby stało się możliwe doświadczenie tego, co już w was istnieje. Całe wasze najlepsze funkcjonowanie pozostanie sparaliżowane, jeśli nie przejdziecie przez wszystko, co w was jest, i w pełni tego nie odczujecie — a tym samym nie przekroczycie tego stanu.

(4) Poziom ciała i fizycznej ekspresji

Ponieważ niemożliwe jest, aby postawa istniejąca na jednym poziomie nie manifestowała się również na wszystkich pozostałych poziomach, każde błędne przekonanie, każde zniekształcenie i brak równowagi w funkcjonowaniu woli oraz każda odmowa odczuwania tego, co w was istnieje, nieuchronnie tworzy manifestację fizyczną, czyli stan ciała. Tym samym hamuje to nie tylko wasz rozwój duchowy, lecz w równym stopniu wasze fizyczne doświadczenie życia. Całkowicie fałszywe jest założenie, że życie fizyczne i duchowe stoją w opozycji do siebie. Jedno jest jedynie wyrazem drugiego. Poprzez swoje napięcia mięśniowe ciało fizyczne wyraża błędy koncepcyjne, brak równowagi woli oraz zastygłe, zaprzeczone uczucia. Napięcia i stagnacja energii spowodowane zniekształceniami na którymkolwiek z pozostałych poziomów mogą oddziaływać na ciało, zniekształcając je, tworząc wszelkiego rodzaju symptomy, a gdy są wystarczająco długo zaniedbywane — choroby fizyczne.

Nie trzeba dodawać, że również do poziomu fizycznego należy podchodzić inaczej niż do pozostałych. Usuwanie blokad musi być wspierane także od strony zewnętrznej; energia musi ponownie zacząć płynąć; odczucia fizyczne muszą zostać połączone z ruchami duszy, wewnętrznymi postawami i treściami umysłu. Tam, gdzie energia jest zablokowana, świadomość nie może przeniknąć. Każda komórka ludzkiego ciała jest sama w sobie świadomością. Gdy w ciele istnieją zablokowane obszary, system komórkowy w tych obszarach nie może zostać przeniknięty boskim strumieniem energii i boską świadomością. Jak wielokrotnie mówiłem, cały wszechświat składa się z energii i świadomości. Stworzenie jest nieustannym procesem radosnego zespolenia energii i świadomości. Wzajemnie na siebie oddziałują.

Skuteczna praca na ścieżce Pathwork odbywa się na wszystkich tych poziomach i przy użyciu wszystkich tych podejść. Jak powiedziałem, nie istnieje zewnętrzna reguła określająca, kiedy należy przejść z jednego poziomu do drugiego: dla każdego jest to inne. Ścieżce należy pozwolić wyrażać się od wewnątrz jako żywa, organiczna rzeczywistość. Różnorodne podejścia oferowane na tej ścieżce spełniają ważne funkcje, umożliwiając wam pracę na każdym z tych poziomów.

Konieczne jest raz po raz podejmowanie próby nawiązania kontaktu z Wyższym Ja — Boską Świadomością, która jest niezmienna, zawsze obecna i natychmiast dostępna w was. Gdy czyni się to w celu uświadomienia zniekształconych poziomów substancji duszy i ich ponownego ukierunkowania tak, aby zjednoczyć wszystkie odłączone części substancji duszy, wówczas medytacja przybiera inny charakter niż ta, która służy wyłącznie realizacji boskiego Ja z pominięciem ciemnych aspektów Ja.

Jest powszechną iluzją i myśleniem życzeniowym zakładanie, że to drugie podejście do medytacji automatycznie zajmuje się ciemną stroną ludzkiej natury. Nie może tak być. Nie możecie przezwyciężyć tego, czego nie doświadczyliście świadomie i w pełni. Nadzieja życzeniowa, z którą wszyscy jesteście zaznajomieni, karmiona jest prawdziwą koncepcją, że rzeczywiście możliwe jest urzeczywistnienie już potencjalnie obecnej części boskiego Ja. Niezwykle ważne jest, moi przyjaciele, abyście to jasno zrozumieli. Dlatego często bywa tak, że po pozostawieniu ciała niektórzy ludzie, którzy prowadzili trudne i pozornie „nie duchowe” życie, uczynili więcej dla uniwersalnego procesu ewolucji niż inni, którzy prowadzili życie skrajnie duchowe i mogli być nawet tak zwanymi mistrzami, lecz pielęgnowali swoje piękno, ignorując swoją brzydotę. W ten sposób nie doprowadzili do zjednoczenia i nieświadomie podtrzymywali dualistyczny stan świadomości, w którym znajduje się ziemia.

Nasza ścieżka korzysta z trudniejszego z dwóch podejść do medytacji. Jest oczywiste, że nasze podejście musi różnić się od tego, które koncentruje się wyłącznie na wyższym ja i pomija ciemną stronę ludzkiej natury. Jak wiecie, medytacja może być tak różnorodna jak ludzka osobowość lub doświadczenie życiowe. Medytacja jest zbyt rozległym tematem, aby w tym streszczeniu omawiać ją szczegółowo. Mówiłem o niej wcześniej i będę mówił ponownie.

Wielu ludzi, bez względu na stopień zaangażowania w tę ścieżkę, nie zawsze jest zdolnych do medytacji, ponieważ same blokady umysłu, woli, uczuć i ciała

tworzą również blokadę duchową, uniemożliwiając praktykę medytacji. Ponownie: musicie po omacku, lecz uczciwie, dążyć do stopniowego odblokowywania — poprzez głęboki wgląd, przywoływanie odwagi i pozwalanie sobie na odczuwanie tego, co w was jest. Poprzez takie staranie blokada medytacji również zacznie się rozluźniać. Wówczas możecie medytować, by uzyskać dalsze przewodnictwo w celu usuwania kolejnych blokad, uświadamiania sobie tego, co nadal ukryte, oraz doświadczania coraz większej liczby uczuć. Musicie uwalniać blokady, aby móc medytować, i musicie medytować, aby uwalniać blokady. Czasami ktoś rozpoczyna pracę na ścieżce bez jakiejkolwiek medytacji, ponieważ jego zewnętrzna świadomość blokuje to podejście. Gdy dokonane zostanie wystarczające odblokowanie, a fałszywa duchowość zostanie w dostatecznym stopniu usunięta, wówczas może nastąpić nowy napływ duchowej energii i świadomości, a każdy kolejny krok staje się łatwiejszy. Blokada duchowa może być wynikiem albo przyjęcia fałszywej, eskapistycznej, oddzielającej duchowości, albo całkowitego negowania większej rzeczywistości. W obu przypadkach błędne przekonania muszą zostać usunięte, aby uwolnić kanał dla prawdziwego duchowego napływu. Często prawdziwa duchowość bywa odrzucana przez ludzi, którzy chcą odrzucić fałszywą duchowość ucieczkową, myląc jedno z drugim.

W miarę jak blokady napływu duchowego są coraz bardziej usuwane, cały proces uświadamiania, wyzwolenia, uzdrawiania i jednoczenia może znacznie przyspieszyć. Na każdym etapie możecie bowiem korzystać z tego niezmiernie potężnego narzędzia: waszego kontaktu z boską rzeczywistością.

Tak jak poziom umysłu może być świadomy lub nieświadomy, tak samo mogą być świadome lub nieświadome poziom woli, uczuć, a nawet ciała. Dlatego absolutnie konieczne jest zwiększanie stopnia świadomości na wszystkich poziomach. Powinniście na przykład połączyć fizyczny symptom, taki jak ból lub napięcie, z odpowiadającą mu postawą umysłową, myślą, emocją i wolą, które motywują konkretną manifestację fizyczną. Gdy na przykład zaczynacie odczuwać, że określone napięcie cielesne pochodzi z uczucia nienawiści i wściekłości, z nadmiernie aktywnej woli zewnętrznej, której uniemożliwiono agresywne działanie, a także z konkretnego błędnego przekonania, wówczas jednoczycie wszystkie poziomy i poszerzacie zakres świadomości na każdym z nich.

Jednym z niezmiennych praw duchowych jest to, że brak świadomości w jednym obszarze uniemożliwia świadomość w innym. Na przykład: jeśli uda

wam się odsunąć świadomość waszego niższego Ja i Ja maski, nie będziecie świadomi już przejawionego Wyższego Ja. Możecie deklarować, że chcecie być wyrazem wyższej, Boskiej świadomości, lecz nie możecie jej odczuwać, dopóki nie pozwolicie sobie odczuć swojego niższego Ja i maski, która je ukrywa. Jeśli tego nie uczynicie, jak moglibyście medytować i zwracać się do boskiego aspektu w sobie? W powolnym postępie takiej ścieżki przyjdzie czas, gdy w pewnych momentach będziecie świadomi swojego boskiego dziedzictwa, a w innych będziecie całkowicie od niego odcięci.

Tak jak zarówno Wyższe, jak i niższe Ja może być w pełni świadome lub nieświadome, bądź przejawiać się na dowolnym poziomie pomiędzy tymi dwoma biegunami, tak samo jest z Ja maską. Ja maska to wasza gra pozorów, ukrywanie się, fasada wobec świata. Jest to wyidealizowany obraz siebie, którym tak bardzo chcecie być, że inwestujecie swoją energię w uczynienie go rzeczywistym. Wszystkie te przejawy wskazują na Ja maskę. Jest ono obroną przed ujawnieniem tego, kim naprawdę jesteście w tej chwili. Oczywiście nie jesteście wyłącznie niższym Ja, które maska ma ukrywać. Jednak maskując jakąkolwiek część siebie, nieuchronnie maskujecie również swoje Wyższe Ja przed samymi sobą. Im bardziej staracie się pokazywać wyłącznie swoją dobrą stronę — to, co rzeczywiście istnieje w Wyższym Ja, lecz nie w masce — tym bardziej wasze Wyższe Ja zostaje zamaskowane. Ponownie: możecie być świadomi tej taktyki albo nie. Czasami możecie bardzo wyraźnie zdawać sobie sprawę ze swojego udawania, fałszowania siebie — i jest to znacznie lepsze od stanu nieświadomości. Innym razem, ponieważ tak bardzo utożsamiliście się z maską, nie zdajecie sobie sprawy, że ją nosicie. Gdy nie jesteście świadomi swojej maski, odczuwacie wstyd i dyskomfort, lecz nie stawiacie temu czoła, ponieważ nie chcecie doświadczać i zajmować się takimi uczuciami. W ten sposób uruchamia się kolejny proces odszczepienia, w którym coraz bardziej tracicie kontakt z tym, kim naprawdę jesteście. Jest to stan zagubienia, który wielu ludzi próbuje „wyleczyć” za pomocą magii — narkotyków, tabletek, formuł, a nawet medytacji. Zwracają się także ku terapiom, które wzmacniają bezradny stan choroby i pomijają potężny czynnik własnej woli, który musi zostać użyty, o ile jest właściwie rozumiany i stosowany.

Ta ścieżka jest przede wszystkim procesem uświadamiania. Ta samoświadomość jednoczy was i spaja rozszczepienie w was. Jednoczy również wasze konflikty oraz ustanawia wasze poczucie Ja i wiedzę, że wszechświat wraz z całą swoją błogością należy do was.

Bardzo ważnym aspektem tej pracy jest jeszcze jeden poziom Ja, wykraczający poza ciało fizyczne. Powodem, dla którego nie uwzględniłem go wcześniej w naszej numeracji poziomów, jest fakt, że ta część zazwyczaj nie jest uznawana w ludzkim myśleniu za poziom ludzkiej osobowości. Jest to poziom doświadczenia życiowego. Zazwyczaj doświadczenie życia postrzegane jest jako coś oddzielnego, jakby ludzka istota została umieszczona w stałej, zewnętrznej formie życia. Powszechnie pomija się fakt, że doświadczenie życiowe każdej osoby jest równie wewnętrznym wyrazem jej istoty, jak ciało. Dopiero niedawno kilku zaawansowanych myślicieli zaczęło postrzegać ciało jako powiązany wyraz całej osoby. Wciąż wielu ludzi uważa ciało ludzkie za niemal tak samo mało powiązane z wewnętrznym życiem osoby, jak doświadczenie życiowe. W rzeczywistości manifestujące się doświadczenie życiowe jest całkowicie i jednoznacznie symptomatyczne dla wewnętrznego stanu osobowości. Nasza ścieżka korzysta z tego najważniejszego i najprawdziwszego lustra, aby określić wewnętrzny stan osoby.

Ta bardziej całościowa wizja eliminuje błąd ludzkiej bezradności. Prawda prowadzi ludzi do przyjęcia odpowiedzialności za siebie w każdym możliwym aspekcie. Większość ludzi niechętnie to akceptuje. Wolą postrzegać siebie jako bezradne, niewinne ofiary i doświadczać całego cierpienia oraz beznadziei, które temu towarzyszą, zamiast przyjąć nadzieję, światło i wolność odpowiedzialności za siebie. Wskazuje to na emocjonalną niedojrzałość ludzkości jako całości. Wskazuje to również, że z przyznaniem się do własnych błędów i zniekształceń związane jest poczucie winy. Paradoksalne, lecz prawdziwe: im bardziej udajecie bezradnych wobec swojego doświadczenia życiowego, tym mniej może funkcjonować wasza wewnętrzna, zdrowa, rozluźniona wola. Napięta samowola małego, nieskutecznego ego zostaje wzmocniona, aby odeprzeć wyobrażone „niesprawiedliwe” doświadczenie życiowe. Jakże to marnotrawstwo cennej energii!

Nierozzerwalnym aspektem tej ścieżki jest to, że ostatecznie porzucicie iluzję bycia niewinną ofiarą i sięgniecie po klucz do wolności: odpowiedzialność za siebie. Nie jest to postulat ani nieweryfikowalna filozofia. Każdy z was, kto wejdzie w tę pracę uczciwie i dostatecznie głęboko, musi nieuchronnie odkryć, że zarówno dobre, jak i złe doświadczenia życiowe są dokładnym wyrazem waszego myślenia, chcenia, odczuwania i waszego bytu fizycznego.

Spróbujcie przyswoić i wykorzystać to, co wam dziś przekazałem. Pomoże wam to dowiedzieć się, dokąd zmierzacie, oraz zrozumieć, że czegokolwiek obecnie

nie chcecie przeżywać, jest uniwersalne, konieczne i wcale nie jest nieakceptowalne. Uczyni was to również bardziej świadomymi wewnętrznego rytmu i rzeczywistości, którą jest ścieżka. Każdy, kto zobowiąże się do wykonania pracy tej ścieżki, doświadczy, że istnieje w niej żywa, organiczna rzeczywistość. Pouczy was ona i pokaże, że wszystko, czego doświadczacie, ma dla was znaczenie. Trudność polega na tym, że czasami nie chcecie jej słuchać. Chcecie się wyłączyć, podążać za własną wolą i ulegać własnym ideom, które często kamuflują wasz lęk przed bezpośrednim spotkaniem z samymi sobą. Wówczas możecie poszukiwać różnych sposobów maskowania niechcianych części. Gdy wam się to „udaje”, prawda staje się nie do rozpoznania. Dlatego wewnętrzny głos prawdy powinien być nieustannie pielęgnowany. Będzie przemawiał coraz głośniejsze i coraz wyraźniej, im częściej będziecie się z nim konsultować. Pytajcie z naprawdę otwartą postawą, gotowi słuchać świadomości, która jest wami, a zarazem jest większa od waszej świadomości. Wówczas zobaczycie, że to większe „wy” jest realne, a wasza mała świadomość jest jedynie odseparowaną częścią. Gdy to zaczyna się dziać, zaczyna się jednoczenie.

Bądźcie błogosławieni, moi drodzy, wszyscy. Wiedźcie, że miłość i prawda wszechświata są waszym ostatecznym celem, waszym ostatecznym przeznaczeniem. Nic na świecie nie może tego zmienić, nawet jeśli mały umysł uparcie i bezsensownie boi się tego procesu. Bądźcie błogosławieni, idźcie w pokoju i radości do swojej pracy, ponieważ wszechświat niesie bogate spełnienie dla każdego. Nie są to puste frazesy. Prawda tych słów objawi się, gdy po raz pierwszy w pełni stawicie czoła przeciwieństwu spełnienia — mianowicie waszemu nieszczęściu, waszemu cierpieniu i waszym wypaczeniom. Gdy to uczynicie, prawda waszego ostatecznego przeznaczenia stanie się waszą rzeczywistością.