

השאיפה לאושר והשאיפה לאומללות

שלום! אלוהים מברך את כולכם, מבורך הוא הערב הזה. בשמחה גדולה אני מחדש את הקשר איתכם וממשיך את הלימוד שהיה עלי לקטוע לזמן מה. ניתן לעשות שימוש פורה בהפסקה כזאת, אם זהו רצונכם.

השאיפה לאושר קיימת אצל כל הוויה חיה, אולם מושג [קונספט] האושר משתנה בהתאם להתפתחות האינדיבידואל. בגלל מושג אושר מעוות באה לכלל קיום בנשמה האנושית שאיפה נוספת, שנתקלת לעתים קרובות בהתעלמות; ושאיפה זו, מוזר ככל שהדבר נראה, היא השאיפה לאומללות. עכשיו אדון בתגובות השרשרת שמופעלות על ידי מושג אושר שגוי.

השאיפה לאושר קיימת בישות האנושית כבר בלידתה. היא קיימת בתינוק הקטן. רעיון [idea] האושר של התינוק הוא הגשמת כל משאלותיו באופן מיידי ובדיוק בדרך שהוא רוצה. לא משנה עד כמה מבוגר יכול האדם להיות, שריד מהתינוק הזה נותר איתו לשארית חייו.

כל המושגים [קונספציות] השגויים הם עיוותים וחוסר הבנות של המושג הנכון. אושר במושג הלא נכון מבוטא בדרך הבאה: "רק אם אני יכול לקבל את מה שאני רוצה, בדרך שאני רוצה ומתי שאני רוצה, אני יכול להיות מאושר. אני אהיה אומלל בכל דרך אחרת, חוץ מהדרך הזאת". כלולה בהצהרה זו הדרשה לאישור, להערצה ולאהבה מוחלטים, מכולם. ברגע שנראה כי מישהו לא עומד בדרישה זו, עולמו של האדם מתפורר. האושר הופך לבלתי אפשרי, לא רק לעת עתה, אלא לנצח נצחים. זו, כמובן, לעולם לא האמונה/conviction האינטלקטואלית של אדם מבוגר, אך מבחינה רגשית זו האמת; כי כשהכול נראה חסר תקווה, מצב הרוח נעשה נואש.

הוויה בלתי מפותחת מרגישה במונחים של שחור ולבן. היא אינה יודעת מצבי ביניים. יש או אושר או אומללות. אם הדברים קורים לפי רצונותיה, העולם הוא בהיר; אולם אם הדבר הקטן ביותר מתנגש ברצונה, העולם נראה שחור.

כאשר התינוק רעב ולו לכמה רגעים, הרגעים הללו הם נצח, לא רק משום שאין לו מושג של זמן, אלא גם משום שהתינוק לא יודע שתקופת הרעב תסתיים תוך זמן קצר. כך שהתינוק נמצא בייאוש מוחלט, דבר שניתן לראות אצל ילד בוכה. הנושא שבגללו התינוק בוכה נראה לא קשור כלל לכעס, לחימה ולאומללות שלו. חלק זה באישיות, שמבוטא בחופשיות בינקות, נותר חבוי בנפשו של המבוגר וממשיך לייצר תגובות דומות. רק הסיבות משתנות, וההצגה החיצונית עוברת שינוי או אפילו מכוסה לגמרי בהתנהגות רציונאלית וסבירה; אולם בשום אופן אין בכך כדי להוכיח שהתגובה הפנימית נעלמה [has been eliminated] באמת, או שהאדם השלים איתה בתהליך של הבשלה/התבגרות פנימית וצמיחה.

התינוק קולט מוקדם מאוד שסוג האושר שהוא רוצה אינו בר השגה. הילד מרגיש תלוי בעולם אכזר שמונע ממנו את מה שהוא חושב שהוא צריך ויכול לקבל, אם העולם היה פחות אכזרי.

אם תחשבו על כך בהיגיון, תגלו שמושג [קונספט] אושר פרימיטיבי ומעוות זה מסתכם למעשה בשאיפה להיות שליט כל-יכול, לקבל ציות ללא עוררין מן העולם הסובב, לקבל עמדה מיוחדת, מורמת מעל כל שאר ההוויות – היות שהאחרים מצופים למלא את כל משאלות האדם. כאשר לא ניתן למלא משאלה זו – ולעולם לא ניתן למלא אותה – התסכול הוא מוחלט.

לשום אדם אין אפשרות לזכור את הרגשות המוקדמים הללו כמובן, שכן אינכם זוכרים את השנים הראשונות. שתגובות פרימיטיביות אלה ממשיכות להתקיים בלי יוצא מן הכלל אצל כל בני האדם זו עובדה, וניתן לגלות את הרגשות הללו בדרכים שונות בעבודה שאתם עושים בנתיב זה. אתם יכולים לגלות אותם על ידי התבוננות בתגובות העבר וההווה וניתוחן מנקודת מבטו של התינוק הפנימי. ראשית, גלו היכן התינוק עוד קיים בתוכם, על רצונותיו, רגשותיו ותגובותיו, ומקדו את תשומת הלב בהיבט מסוים זה של אישיותכם. אז תגיעו לנקודה שממנה ניתן לזנוח את מושג האושר הלא מציאותי ושאינו בר-מימוש, ולבנות את המושג ההולם, הבוגר, המציאותי ובר המימוש, שיהיה מספק יותר לאין ערוך. עד שלא חוויתם את התינוק שבכם, אינכם יכולים להבין שקונפליקטים פנימיים מסוימים הם תוצאה של תגובת השרשרת שמפעיל המושג המהותי והמעוות הזה.

ככל שהילד גדל ולומד לחיות בעולם הזה, כך הוא מבין שהשליטה הכל-יכולה שהוא רוצה לא רק נשללת [ממנו], אלא גם אינה מתקבלת בעין יפה. הוא לומד להסתיר שאיפה זו, וההסתרה היא כה מרחיקת לכת, עד שהאדם הגדל עצמו חדל להיות מודע לה. שתי תגובות בסיסיות באות בעקבות זאת. האחת היא: "אולי, אם אהיה מושלם כפי שהעולם סביבי מבקש שאהיה, האישור שאקבל יהיה כל כך רב, עד שדרכו אוכל להשיג את מטרתיי". אתם מתחילים לשאוף למושלמות הזו. למותר לומר ידידי, אף שכולנו מסכימים כי ראוי לכל ההוויות לשאוף לשלמות, ששאיפה מן הסוג הזה היא שגויה. היא שגויה בגלל המניע. כאן אינכם שואפים לשלמות על מנת לאהוב טוב יותר ולתת יותר. אינכם שואפים לשם השלמות עצמה, אלא כדי להשיג מטרה אנוכית; והיא גם שגויה משום שאתם רוצים להשיג את היעד תכף ומיד, להגיע לשלמות מיידי, משום שאושר דרך שליטה כל-יכולה הוא הרצון המיידי. כמובן שאין כל אפשרות להגיע לשלמות מיידי. האדם היה מוותר בכך על הקבלה הבריאה של ליקוייו [inadequacies], המאפשרים לאישיות ללמוד ענווה בריאה ולקבל שהיא אינה טובה יותר משאר האנושות.

זהו תסכול כפול; השאיפה הראשונה – שליטה כל-יכולה על מנת להיות מאושר – אינה ממומשת, וגם לא השאיפה השנייה, זו של השגת שלמות על מנת להשיג את השאיפה הראשונה. הדבר גורם בתורו לרגשי אי-כשירות ונחיתות חריפים, לחרטות ולאשמות. שכן הילד אינו יודע עדיין שאיש אינו מסוגל להגיע לשלמות הזו. הוא חושב שהוא היחיד בכישלונו ושעליו

להסתיר את העובדה המבישה הזו. גם כאשר האדם גדל וכבר יודע טוב יותר, תגובה זו, שלא אווררה, ממשיכה להיות נעולה בנשמה. בלא-מודע של האישיות נמשך הטיעון: "אילו הייתי מושלם, הייתי מקבל את מה שאני רוצה. היות שאינני מושלם, אני לא שווה כלום". המצפון השני, כפי שכיניתי אותו פעם, ממשיך להצליף ולהלקות אתכם, לנופף את המטרה הבלתי ניתנת למימוש, כך שכל כישלון גורם תוספת ייאוש ואשמה, המגבירים את רגשי הנחיתות ואי-הכשירות.

יש גם תגובה נוספת. האישיות אינה יכולה ואינה רוצה ליטול על עצמה את כל האשמה על הכישלון ולכן מאשימה את הסביבה שלו או שלה. כך בא לכלל קיום מעגל קסמים שלילי מסוים, שהולך כך: "אילו הם היו מאפשרים לי להיות מאושר בדרך שלי, על ידי שהיו אוהבים ומקבלים אותי לגמרי ועושים את מה שאני רוצה, אז הייתי יכול להיות מושלם. בזאת היה מוסר המכשול שעומד כיום בדרכו של העולם לתת לי את מה שאני רוצה. לכן, זו אשמתם; "הם" אשמים. הכישלונות שלי הם רק בגלל זה שמונעים ממני את הרצונות שלי, שזה מה שהם עושים לי כל הזמן". מעגל הקסמים השלילי פועל כך בכיוון אחד: "אני צריך להיות מושלם כדי להיות אהוב ומאושר", ובכיוון השני: "אם הייתי בעמדת השליט שלה אני זקוק כדי להיות מאושר, אז לא היה לי קשה להיות מושלם". הגשמת שתי המשאלות מסוכלת לחלוטין על ידי העולם. בכך אתם מאשימים את העולם מצד אחד ואת העצמי מצד שני. בנוסף, אתם מתרעמים שלא אוהבים אתכם בדיוק כפי שאתם. לכם נדמה שאמורים לאהוב אתכם בלי תנאי. היבט זה חושף שוב שאתם דורשים כניעה בלי תנאי מהאנשים סביבכם שתציב אתכם בעמדת השליט שאתם מאמינים שאתם זקוקים לה כדי להיות מאושרים.

מושג אושר שגוי גורר באורח בלתי נמנע גם מושג אהבה שגוי. הרשו לי לסכם בקצרה את מושג האושר השגוי: "אני יכול להיות מאושר רק אם הדברים קורים כמו שאני רוצה" [if thing go my way]. המושג הבוגר על האושר בהתגלותו הגבוהה ביותר הוא: "אני לא תלוי בנסיבות חיצוניות, לא משנה מה הן. אני יכול להיות מאושר בכל הנסיבות, שכן אפילו אירועים לא נוחים או לא נעימים יש להם מטרה, לקרב אותי קצת יותר לחופש מוחלט ולאפשר אינסופי". כך אפילו לזמנים הקשים יהיה הכוח לגרום לכם אושר. אני מודה כי כל עוד אתם מגולמים על האדמה, ניתן לחוות זאת רק עד דרגה מוגבלת; אף על פי כן, אצל הוויות בוגרות ומפותחות מאוד הדבר קורה, לפחות במידה מסוימת. האומללות אינה מפחידה אותם משום שהם מזהים שאצור בה זרע של צמיחה. עבורם הזמנים האלה אינם חסרי תועלת, הם לא מרגישים חסרי תקווה, אלא נלחמים באומץ עד שהשמש שבה לזרוח בהירה. עם מושג בוגר אודות האושר, ולפיכך אודות החיים עצמם, העובדה שאדם אינו יכול להיות מאושר תמיד אינה סיבה לייאוש מוחלט. האדם מקבל באמת שהחיים אושר ואומללות כאחד. כך שכאשר האומללות נקרת בדרכו, עולמו של האדם הבוגר לא חרב אליו, כפי שקורה כמדומה לאדם לא-בוגר רגשית. הכאב אינו דבר שיש להימנע ממנו במחיר כה גבוה עד שהכאב הנובע מן ההימנעות נעשה גרוע יותר מהכאב המקורי שיכול היה להיות. האדם הבוגר גם לא מחפש ומזמין כאב ואומללות רק כדי להימנע מלהרגיש חסר אונים על כך שהוא חשוף להם בניגוד לרצונו. אולם האדם הלא בוגר כן נוהג כך לעתים קרובות, והדבר מוביל אותנו אל השאיפה לאומללות. נגיע אליה בעוד רגע.

תחילה הבה נבחן את המושג אהבה. המושג השגוי אודות אהבה, הנעוץ במושג השגוי אודות אושר, הוא כדלקמן: "אם אני אהוב, אני מקבל כבוד, יש לי נתין [סובייקט]", כמו שליט שיש לו נתינים. אם תתבוננו בכנות בתגובות שלכם ברגע זה, תמצאו רגשות דומים בתוכם, אף כי ייתכן שמעולם לא היה לכם האומץ להכיר בהם. מושג האהבה הנכון, ברמה הגבוהה ביותר, הוא תמיד ובהכרח, "אני אוהב, לא משנה האם אתם אוהבים אותי או לא". אכן, מעט מאוד בני אדם הגיעו רחוק כל כך. אם אינכם מתקדמים עד כדי כך, אין טעם לנסות לכפות על עצמכם משהו שהרגשות שלכם לא יכולים עדיין לציית לו. הכפייה עשויה להשפיע רע מאוד בכל מיני דרכים. הכפייה, וחוסר היכולת לציית לה עד הסוף במציאות, רק תגביר את הרגשת הכישלון והאשמה שלכם. דבר זה בתורו יוביל [אתכם] לנטות לכיוון הרס-עצמי. יתר על כן, בשאיפה לאידיאל זה, אהבה לא-אנוכית יכולה להתעוות בקלות על ידי השאיפה הלא-בריאה לסבול, שבה נדון בעוד רגע. אז אם אינכם אוהבים, ואתם מוצאים שבלתי אפשרי לכם להחזיר אהבה, פשוט הכירו בכך בלי אשמה. אם נפרדתם משאיפת השלטון של התינוק שהייתם, תהיו מסוגלים לקבל בשלווה [equanimity] את האדם שכנראה לא אוהב אתכם, ובלי לנטור לו טינה. במישור שרובכם נמצאים בו, אהבה היא לתת ולקבל, רחוב דו-סטרי. אולם בניגוד למושג הילדותי, אהבה במושג הנכון אינה דורשת סובייקט (גם נתין וגם מושא) שישפק בעיוורון את רצונותיכם, אלא זקוקה ושואפת לאובייקט.

ידידי, בטרם אמשך בהרצאה הרשו לי להוסיף את הדברים הבאים, ואני בטוח שאיש מהשומעים או הקוראים לא יחלוק על דבריי: תוכלו לחשוב על המקרים הרבים בהם הרגשתם לפי המושג הנכון – או חשבתם שכך הרגשתם. אך אני מבקש מכם, אנא נסו למצוא את המקרים שבהם אינכם מסוגלים להרגיש בהתאם למושג הנכון על אהבה ואושר. כולכם בלי יוצא מן הכלל תהיו מסוגלים להיזכר במקרים כאלה אם תשתדלו באמת. נסו לזהות מתי רציתם סובייקט/נתין ולא אובייקט. גלו באמצעות אילו רגשות, שאיפות ותגובות אתם יכולים לגלות שזה נכון. כל מה שנחוץ לכם הוא הפרשנות הנכונה לתגובות ולרגשות שלכם בתקריות מסוימות, בהזדמנויות מסוימות.

עכשיו אנו מגיעים אל השאיפה לאומללות – איך היא מתעוררת בנשמה האנושית מתוך התופעה הבסיסית, המורכבת [complex] והאוניברסאלית של אי-הבנת האושר. כפי שאמרתי, האישיות האנושית מגלה יותר ויותר שאין לה אפשרות למצוא אושר על פי המושג השגוי, המושג היחיד שהוא [כך במקור] מכיר. במקום לגלות את הדרך הנכונה באמצעות שינוי המושג השגוי למושג הנכון, האישיות נלחמת בזרם, מנסה לכפות על החיים להסתדר לפי המושג השגוי. כאשר הדבר מוכח כבלתי אפשרי, מבוקשת דרך מילוט אחרת שנראית כמו פיתרון אך מסתברת כמזיקה אף יותר בטווח הארוך. באופן לא מודע, האדם

טוען: "היות שהאושר נמנע ממני והאומללות היא בלתי נמנעת ונגרמת לי בניגוד לרצוני, אני יכול באותה המידה להפיק מזה את המקסימום ולהפוך את הנטל לנכס ולנסות ליהנות מהאומללות". באופן שטחי הפתרון הזה נראה חכם, אך כמובן שהוא לעולם לא חכם. אף שניתן ליהנות מהיבטים מסוימים של האומללות בצורה לא בריאה, חייבים להיות היבטים אחרים שהם כואבים באופן קיצוני ולא ניתן ליהנות מהם כלל. אבל אתם לא יודעים עליהם; לא הסכמתם לעסקה הזו, וכאשר הכאב מתעורר, אינכם מצליחים לראות מה הקשר לתהליך שתואר כאן. היות שהתהליך כולו הוא בכל מקרה לא-מודע, ההיבטים הלא-מהנים של האומללות לעולם לא מקושרים לעובדה שהם נגרמו בפרובוקציה-עצמית [שאתם עצמכם גרמתם להם על ידי התגרות באומללות]. האנושות נהנית מהיבטים מסוימים של הסבל, אף שהאדם לעולם לא יכיר בכך במודע, אלא אם כן הוא נמצא בנתיב לגילוי-עצמי. דרושים זמן, מאמץ וכוונות טובות ביותר כדי להעלות את מה שמצוי בלא-מודע אל פני השטח.

למרבה הפלא נדמה, באופן מעוות ביותר, שהשאיפה לאומללות מתקרבת למצב הוויה שמעבר לניסיונם של רוב בני האדם, ושייכת למצב התפתחות גבוה הרבה יותר. חלק מכם שמעו שעונג וכאב הם אחד מעל לרמה מסוימת. ידע מעורפל על כך קיים עדיין בזיכרון העל-מודע, אך הוא מעוות על ידי מניעים שגויים, על ידי הבנה שגויה של עקרונות בסיסיים, ועל ידי גישות לא ריאליזם לחיים. לכן הדבר מתבטא בחיכם [it is lived out] באופן לא בריא ומזיק בצורה קיצונית.

הנפש טוענת: "היות שאני לא יכולה להימנע מאומללות, מוטב שאינה ממנה. יתר על כן, אני רוצה לשכך את ההשפלה מזה שהאומללות נגרמת לי בניגוד לרצוני, הופכת אותי לטרף חסר אונים. אני אזמין את האומללות בעצמי! ואז אני כבר לא עד כדי כך חסרת אונים".

"דרך מילוט" זו גם לובשת את צורת הטיעון הפנימי הבא: "היות שיש רק שחור ולבן, והלבן נמנע ממני, תנו לי ליהנות מן ההכול-שחור". תהליך פנימי זה נותן תנופה מחודשת לכל תגובת השרשרת כולה. כיוון שהשאיפה לאומללות אינה מודעת, הפציעות שנצברו בתהליך ההתגרות באומללות גורמות לכם להרגיש אף יותר לקויים/לא-כשירים, ושהעולם אף יותר אכזרי ולא הוגן.

למותר לומר ידידי שאֵל לעולם לא מחשבות מודעות. אלה טיעונים לא מודעים לחלוטין. אתם יכולים רק להתחקות אחר הרגשות והתגובות על ידי שימוש במתודות מסוימות בעבודה שלכם, על ידי הלימוד איך לנתח את הממצאים שלכם מזווית חדשה. אתם תמצאו אז דפוסים של איך אתם ממשיכים בזה עוד ועוד בדרכים סמויות ונסתרות, מתגרים באנשים ומייצרים סיטואציות שליליות, כדי שתוכלו לצבור תקריות אומללות, עוולות, חבלות ופגיעות. אחרי שאתם מזהים איך התגריכם ועוררתם כל זאת בדרכים סמויות ביותר, תהיו מסוגלים גם לגלות ממה אתם נהנים בדבר הזה – לא משנה עד כמה אתם מתעבים היבטים מסוימים של הדבר במינד המודע שלכם. כל זה קורה רק לעתים רחוקות בצורה ברורה, אף שלעתים זה ברור מאוד לאחרים, אך לא לכם. רוב הזמן הדבר קורה בצורה כה סמויה עד שהוא חומק לחלוטין מתשומת לבכם, אלא אם כן אתם רוצים באמת לשים לב.

ברצוני להדגיש שוב שההנאה שאתם שואבים מהאומללות שגיריתם היא לעולם לא הרגשה של הנאה אמיתית ומלאה. אילו כך היה, הפיתרון היה פיתרון אמיתי וריאלי. אך כיוון שהוא לא זה ולא זה, אתם סובלים, ובו בזמן אתם נהנים מהיבטים מסוימים של האומללות שאתם מייצרים. אתם עשויים ליהנות למשל מההתגרות עצמה בצורה כה סמויה עד שגם זה חומק מתשומת לבכם. או אתם עשויים ליהנות מהרחמים-העצמיים שהתעוררו.

הבה נניח שאתם הולכים לפגוש חבר חדש. כמה פעמים אתם ניגשים לפגישה כזו בהתרסה, מתוך עמדה שלילית, ספקנית ושאר רגשות הרסניים? באופן שטחי ניתן לומר שהדבר רק מראה על פסימיזם. אך על ידי כניסה למרכז הרגשות שלכם, אתם תגלו פינה חבויה שבה אינכם רוצים שתהיה לכם חוויה שמחה ולכן אתם מחבלים בה באמצעות כל אותן עמדות שליליות. אילו באמת רציתם תוצאה שמחה, הייתם מראים מוכנות פנימית שהיתה חייבת לנחול הצלחה. לעתים קרובות, ככל שהמוכנות הפנימית נעדרת, אתם מפצים על כך פיזיו-יתר באמצעות מוכנות חיצונית שטחית, שלעולם לא תוכל, עם זאת, לפצות על היעדר האמת בתוך עצמכם. במקרים מסוימים, אפילו המסכה החיצונית, השטחית נעדרת; ובכל זאת, כאשר התוצאה האומללה מושגת, אתם משלים את עצמכם לחשוב שזה לא באמת אתם שגרמתם לכך. אם תנתחו את הרגשות שלכם במקרים כאלה או במקרים דומים, תגלו בלי ספק את חוסר המוכנות הפנימית, תגלו שהקול הפנימי הזעיר שאומר "לא" אכן קיים בכם, לא משנה עד כמה אתם רוצים במודע את התוצאה השמחה. היות שהתוצאה השמחה תהיה עדיין פשרה בהשוואה לשלטון המוחלט שאתם רוצים באופן לא מודע להפעיל, אתם מעדיפים להרוס את מה שנמצא בתחום האפשר, ומבקשים כאב וסבל תחתיו. אחרי שתגלו את כל זה, ותחוו שזו האמת בתוככם, כפי שחוויתם אמיתות אחרות במהלך עבודתכם בנתיב, תתקדמו מאוד בדרך להותיר מאחורכם את הכלא של הסבל שהבאתם על עצמכם בגלל שגיאות ומושגים כוזבים.

הדבר חשוב מאוד לכולכם ידידי, שכן המצב הקשה הזה הוא מצב אוניברסאלי וחובק-כל. הגיע הזמן לכולכם אשר עובדים בנתיב זה לבדוק אותו בצורה הקפדנית והכנה ביותר שאתם יודעים איך.

לעתים תכופות נאמר שהרס-עצמי – כלומר השאיפה לאומללות – הוא תוצאה של רגשי אשמה מושרשים היטב. הדבר נכון רק בחלקו. למעשה, ניתן לומר שלהפך. אין רגשי אשמה ובושה גדולים יותר בנשמה האנושית מאשר האשמה על התגרות [provoking] באומללות וצבירתה. אולי תשאלו מדוע זה צריך לגרום יותר אשמה מאשר כל דבר אחר. אוכל לומר בבטחה שהאשמה והבושה על התגרות באומללות וצבירת מצוקות הינן גם כל אשמה ובושה ושורש כל רגשות האשמה האחרים. כל רגשי האשמה והבושה שגיליתם עד כה הם רמות שטחיות וטיוח האשמה האמיתית. ההוכחה לכך היא שרגשות האשמה

שחשפתם והודיתם בהם ממשיכים עדיין להתקיים. הם לא נעלמו. אילו גיליתם את הסיבה האמיתית, האשמה היתה חייבת להיעלם, כי אז באופן בלתי נמנע היה חל שינוי בעמדה שלכם. כל עוד ממצא אמיתי מותיר אתכם בלתי מסוגלים עדיין לשנות את עמדתכם, כך שרגשות בריאים יוכלו להתחיל לצמוח, הממצא הזה עדיין לא מספק – אמת בסיסית כלשהי צריכה עדיין להתגלות.

רובכם מוכנים עתה להתקרב לחלק הזה בנשמתכם. כמובן, לא ניתן לעשות זאת לבד. כאשר גיליתם את כל הדברים האלה בתוך עצמכם ואתם מוכנים להתמודד איתם, כאשר אתם חווים באמת את הרגשות האלה וחיים אותם, חייכם יתחילו בהדרגה להשתנות במובנים רבים. שכן בכך שאתם מזהים שוב ושוב את הדרכים בהם אתם מזמינים אומללות, אתם תחדלו להזמין אותה, היות שאתם יודעים כי כבר לא נותר בה כל צורך. אתם תחדלו לשאוף להיות שליטים כאשר הגעתם להשקפה בוגרת יותר על החיים. בה במידה שאתם מגלים את השאיפה לשלטון בתוך עצמכם ולומדים לוותר עליה בהתנדבות, באותה המידה אתם תוותרו על גרימת אומללות ומצוקה. לא קל להגיע לנקודה שבה אתם חווים את כל הרגשות האלה באמת, שבה נוכחותם חדלה להיות רק תיאוריה אינטלקטואלית ותו לא. כל עוד זו תיאוריה בלבד, הגילוי לא יעזור לכם כלל. כל עוד אתם מבחינים בנטייה הזו רק אצל אחרים, אבל לא בתוך עצמכם, גם זה לא יעזור לכם. אולם עם השיטה הנכונה, ויותר מכל, עם הרצון למצוא זאת בתוך עצמכם, אחרי כמה זיהויים [recognitions, גם הודאות] כואבים, תוך התגברות על ההתנגדות לזהות אותם/להודות בהם, אתם תמצאו אישור לכל מילה שאמרתם. אתם מוכרחים עתה למצוא את הרגשות האלה. אם אתם מוצאים אותם, חווים אותם, שולפים אותם ממקום מחבוא ומשלימים עמם, יהיה בידיכם מפתח ראשי [a major key].

אני חוזר: אין יוצא מן הכלל. אף אדם אינו נקי [free of] לחלוטין ממה שתיארתי כרגע. הדבר יכול להתבטא בדרכים רבות ובדרגות שונות אצל בני אדם שונים. אדם אחד עשוי להתגרות באומללות יותר ולצבור יותר מצוקות, בעוד אחר עשוי לבטא בצורה פתוחה יותר את הדרישה לשלטון. קיימות ואריאציות רבות, הנשלטות על ידי טמפרמנט, אישיות ונטיות אופי – וכן על ידי גורמים סביבתיים מסוימים בשנים הראשונות, המעצבות. אולם סטייה אנושית בסיסית זו קיימת, לפחות בדרגה מסוימת, אצל כולם. היקף הסטייה נגזר מן היכולת של האדם הגדל להשלים עם עולם המציאות ולקבל אותו, בתמורה לעולם האוטופיה שרוצה התינוק. משוכנעות אינטלקטואלית והתנהגות חיצונית אינן מראות בשום אופן מהי העמדה הפנימית.

ייתכן שכבר ניחשתם כי העמדה הכלל אנושית או התהליך הפנימי שתואר זה עתה הם לא "דימויי"; הם לא דימוי אישי, וגם לא דימוי-המון [mass-image]. הם עומדים בבסיס כל הדימויים. הם המצב [condition] הבסיסי. הדימויים האישיים או דימויי-ההמון המשפיעים על הפרט נגזרים תמיד מהדרך המסוימת שבה המצב האנושי הבסיסי שתואר כאן מתבטא אצל האדם, ומעד כמה הוא יכול, או לא יכול, להטמיע מצב זה או להשלים איתו עם צמיחת אישיותו. אם תבחנו את כל הדימויים האישיים שלכם תוך מודעות לדבר הזה, תראו בקלות איך המצב הבסיסי הזה משפיע על כל הדימויים שלכם ועומד בבסיסם. מפעם לפעם ציינתם, בייחוד בהרצאה מסוימת על מעגל הקסמים השלילי הבסיסי, שענישה-עצמית והרסנות-עצמית הן גורמים חזקים מאוד במבנה [makeup] האנושי. אם תוסיפו לכך את מה שאמרתי הערב, מעגל הקסמים השלילי הבסיסי יתבהר לכם ויהיה מובן יותר. בהרצאה זו רציתי להסביר הרסנות-עצמית במונחים מהותיים יותר, היות שאנו מתקרבים עתה לרמה עמוקה יותר בעבודה שלכם.

כמו כן התייחסתי בכמה פגישות פרטיות אל "העצמי האידיאלי", ועכשיו תבינו את משמעות המונח. למדו לנתח את העצמי האידיאלי שלכם, מה רוצה הלא-מודע שלכם שהוא יהיה, מה הוא אמור להשיג ולא יזו מטרה. על ידי ניתוח החלומות-בהקיץ והשאיפות שלכם, תגלו את אותו המכנה המשותף תמיד: השאיפה לשלמות על מנת להשיג אושר, על מנת להיות שליט העולם הסובב אתכם. כלאחר יד, אין ספק שתאמרו: "לא, אין לי שמץ רצון לשלוט באחרים; זה פשוט לא נכון". אולם במה מסתכמים כל הרגשות הרבים שלכם? האינכם רוצים להיות מושלמים כדי שאנשים יעשו בדיק כרצונכם? האינכם רוצים אהבה ואישור מכולם בלי יוצא מן הכלל? כלום אינכם רוצים להיות מושלמים על מנת להיות טובים יותר, מצטיינים יותר, נערצים יותר מאנשים אחרים? אם אתם ישרים עם עצמכם לגבי הרגשות שלכם בהתחשב בזווית ראייה חדשה זו, יהיה עליכם להודות שהתשובה שלכם חייבת להיות "כן", אף כי ודאי שמעולם לא ביטאתם שאיפה לשלטון במונחים אלה. עיקרון-השלטון טבוע בכל נשמה, וחובה עליכם להתמודד איתו ידידי, בטרם תוכלו להותיר מאחור את שלשלאותיכם. בלי לזהות זאת [גם להכיר בה] אינכם יכולים לזהות את שאיפתכם לאומללות, את ההתגרריות [provocations] שלכם בכיוון זה – וחשוב מאוד להתייצב מול אלה ולראות אותם באור אמיתי.

אם אתם יכולים לקבל את עצמכם באמת – ברגשות העמוקים [deeply-seated] ביותר שלכם, לא רק בתיאוריה ובאינטלקט – לקבל שאתם אדם אחד בשרשרת הארוכה של האנושות, אדם לא מושלם כמו זה שלידכם, אדם שאחידים מחבבים ואחרים לא, סימן שאכן הגעתם לבגרות. כבר לא תמצאו לנכון לפגוע בעצמכם באמצעות הזמנת אומללות. אך מה מעטים האנשים המסוגלים לעשות זאת! אתם סובלים מאוד תמיד, כאשר אנשים מגנים אתכם. הדבר אף גוזל לפעמים את שנתכם, או את שלוותכם. הוא כל כך לא נסבל עליכם עד שאינכם יכולים להודות ולו בטעות הקלה ביותר. אתם נלחמים ונלחמים כנגד הודאות כאלה. מדוע? [כי] הדבר יהרוס את תמונת העצמי האידיאלי שלכם. חייכם מונחים כמדומה על כף המאזניים, שכן נדמה כי כל האושר כולו חומק מהישג ידכם אם אינכם יכולים לשמר את תמונת העצמי האידיאלי. התנהגות זו היא התינוק המגיב בתוכם; המוח [brain] שלכם מנסה להטמיע את מחאותיו הקולניות של התינוק בדרך שמקובלת על ההיגיון, אך אין בכך כדי להעניק לכם שלוה. השלוה תהיה שלכם רק אם תלמדו לראות את, להתמודד עם, ולוותר על המושג

התינוקי של אושר, שלטון ושלמות. העצמי האידיאלי הוא תמיד ביטוי לעמדה בסיסית זו, לא משנה איזו צורה או אופן הוא לובש באישיות האינדיבידואלית.

אתם נאחזים בפראות [ferociously] בעמדה בסיסית זו, בלי לתפוס עד כמה גבוה המחיר שאתם משלמים עליה. לא תצטרכו לסבול אם רק תהיו מוכנים להכיר בכזב שבכל זה ולוותר על המושג ועל השאיפה. על ידי הוצאת התינוק שבכם החוצה לאוויר הפתוח, אתם יכולים ללמד אותו להיות מוכן להרפות ממשוה חסר תועלת. מוסתר, התינוק ימשיך להרוס את חייכם, לא משנה עד כמה התאמצתם למנוע זאת ברמה החיצונית או עד כמה ספגתם בעזרת המוח שלכם.

חלק מכם אולי תוהים איך כל זה מתקשר לדימוי-האל. מאחר ששניהם, גם דימוי-האל וגם המצב הזה, הם בסיסיים [both are basic], איך הם משתלבים? בעבודתכם על דימוי-האל או דימוי-החיים – הביטוי 'דימוי-חיים' עשוי להיות הולם יותר עבור חלק מהאנשים – גיליתם בעיקר היבט מסוים אחד: הפחד הלא הגיוני שלכם מאלוהים, המפלצת שנוצרה על ידי התפיסות השגויות שלכם ושוכנת בלא-מודע שלכם. כידוע לכם, בדימוי-האל שלכם, האל הזה נדמה לא הוגן, לקוי, חלש ולכן שרירותי ואכזרי. ככזה, יש לפחד מפניו. אתם יודעים שהרגשות האלה קיימים, לא משנה [מהו] המושג המודע שלכם. היבט זה של דימוי-האל מתקשר בקלות לנושא שנדון זה עתה: מאחר שאתם רוצים אושר לפי הרעיון שלכם, ואילו החיים, או אלוהים, מונעים זאת, יש לפחד מן האל אף יותר. לכם נראה שלמנוע מכם את מה שאתם רוצים זה חסר טעם. זה נראה לכם לא הוגן ולא סביר. כך שבקלות אתם יכולים לראות את הקשר.

אולם יש לדימוי-האל היבט נוסף, שאותו רבים מידידי לא גילו עדיין, או לפחות לא זיהו באופן מלא, וזהו הדבר הבא: "היות שאני יכול להשיג אושר רק אם אני שליט כל-יכול, עלי להיות אלוהים בעצמי. לפיכך, אני רוצה להיות אלוהים. מדוע עלי להיכנע לאל אכזרי, נוקם ונוטר ולקוי שמטיל עלינו סבל כה רב? אני יכול לעשות את זה הרבה יותר טוב. אני אהיה נדיב [benign, שפיר] יותר ממנו אם רצוני יעשה, אם אהיה אהוב ואזכה לאישור. אין לי שום כוונה להיות אכזרי אם אנשים עושים את מה שאני רוצה. לפיכך, אני יודע טוב יותר מאלוהים, ולכן אני רוצה ליטול את השלטון על היקום הקטן שלי". עכשיו, בין אם היקום הזה הוא הפעוטון, הבית, מעגל החברים והמכרים או העיר או הארץ, אין זה משנה. יקומו של האדם הוא תמיד כרוחב היריעה של העין הפנימית [שלן] ומגיע עד היכן שמגעת התפיסה הפנימית [שלן] – לא הידע החיצוני. שוב אני אומר, לעולם אינכם חושבים מחשבות אלה במודע ובמונחים בוטים כאלה. אולם על ידי בדיקה וניתוח הרגשות שלכם באשר לתוכנם האמיתי, תגלו שהם מסתכמים בדיוק בזה. ברצוני להמליץ לכם לנסות לגלות היבט זה של דימוי-האל בתוככם ידידי, אם טרם גיליתם אותו בצורה ברורה.

אשמח לעזור לכל אחד מכם אישית להתחקות אחר המצב הבסיסי שהובא הערב לתשומת לבכם. הדרך של כל אחד מכם עשויה להיות שונה, ועלינו למצוא לכל אינדיבידואל את הגישה המתאימה לו ביותר. דבר זה יהיה שלב חדש וחשוב מאוד בעבודתכם עתה. האם יש שאלות בנושא?

שאלה: האם היית אומר שליהנות מאומללות זהו אותו הדבר כמו "Weltschmerz" [צער העולם]?

תשובה: זהו רק היבט אחד, בדומה לרחמים-עצמיים למשל. אולם הצורה הבוטה יותר של הנאה מאומללות היא ליהנות מתהליך ההתגרות, התהליך שבו אתם מחוללים סיטואציה שתגרום לכם אומללות.

שאלה: תוכל בבקשה להרחיב על ההצהרה [שלך] שכאב ועונג הם היינו הך בצורתם הבריאה והמפותחת?

תשובה: אנסה למצוא מילים נכונות, שכן קשה להעביר בשפה האנושית המוגבלת משהו שבני אנוש לא חווים כמעט לעולם, ושנמצא לפיכך מחוץ לתחום ההבנה האנושית.

הרשו לי לנסות לנסח זאת כך: האישיות שהגיעה למצב זה נותרת שוות נפש לנוכח אירועים שליליים ולכן היא עצמאית באמת. כאב, או מה שיגרום כאב למי שלא הגיע למצב הזה, יהיה בעל השפעה יצירתית, מרוממת, הגורמת צמיחה פנימית ומוסיפה כוח וחופש. הכאב הוא בלתי נמנע וזה ידוע, אך גם אין שאיפה אליו: הוא מתקבל בהבנה ומורשה לשרת מטרה בונה. כשהמטרה מתמלאת, היא חדלה להיות כאב. אצל אדם מתקדם באמת בנתיב זה ניתן להבחין בכך במידה מסוימת. אירוע כואב ניקרה בדרככם. בהתחלה תסבלו. אך במקום להאריך שלא לצורך את תקופת הסבל על ידי התבוססות בהרגשה שהסבל הוא חסר טעם, וגם בלי להבין שיש מה ללמוד ממנו, תגיעו מהר למדי לנקודה שבה האירוע המכאיב יאפשר לכם לזהות זיהוי חדש וחשוב לגבי הנשמה שלכם וישחרר אתכם לנצח מכבלים אחדים של בורות וחשכה. ברגע שהושג הזיהוי הזה מפסיק הכאב, אף שהמצב החיצוני שגרם לכאב ממשיך עדיין לשרור. כך, עצם התקרית שגרמה לכם כאב חד לפני הזיהוי, הופכת עתה למקור אושר. וכאן כוונתי לאושר בריא ובונה, שאינו מותיר טעם מר אחריו.

ככל שהתפתחות הישות גבוהה יותר, כך מתקצרת תקופת הסבל, ומהר יותר מגיע הרגע שבו התקרית השלילית חדלה להיות מכאיבה – עד שבסופו של דבר, רגע הזיהוי והאושר מתרחש באותו הזמן שבו מתרחשת החוויה ה"כואבת". כאשר מושג המצב הזה, כאב ועונג הופכים באמת לאחד. האדם הותיר מאחוריו את עולם הניגודים.

אל לכם לצפות בחיים האלה להגיע לנקודה שבה הכאב הופך לעונג כהרף עין. ציפייה כזו אף עשויה להיות מסוכנת, היות שהיא מתקרבת מאוד לעמדה הלא-בריאה של חיפוש אחר הכאב שקיים בכם ממילא. יתר על כן, הדבר עשוי להוביל לאי-קבלת החיים כפי שהם במציאות שלכם, דהיינו כאב ועונג מעורבים יחדיו. רק על ידי קבלה מלאה של שניהם ניתן להיחלץ מלהזמין כאב בדרך לא-בריאה, וכך בהתמדה, אף כי באיטיות, תתקרבו לנקודה שבה הכאב יחדל להיות. אבל אל תחפשו את [המצב הזה]. פשוט נסו להפוך את החוויה המכאיבה לחוויה בונה. זוהי הדרך הטובה ביותר, האחת והיחידה לעת עתה.

שאלה : האם היית אומר שחלק מהקדושים המעונים, בכנסייה הקתולית למשל, בבלו בין שתי העמדות?

תשובה : לעתים תכופות, אכן כן.

שאלה : במילים אחרות, מה שהאדם יכול לעשות, אם אני מבין נכון, הוא להתייחס לכך כאל מושג פילוסופי?

תשובה : כן. הישמרו מלנסות לשאוף לכך עכשיו, כי ייתכן שמדובר בהפך הגמור ממה שרצוי ונחוץ לנשמה שלכם.

היו מבורכים, כולכם, כל הקבוצה הזו. מי ייתן ואור וכוח, אמת ואהבה אלוהיים יזרמו דרככם ויקלו על משאותיכם. היו בשלום, היו באלוהים!

נערך על ידי ג'ודית וג'ון סאלי

למידע איך למצוא ולהשתתף בפעילויות של נתיב ההתמרה ברחבי העולם, אנא כתבו :

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

ההודעות הבאות נועדו להדריך אתכם בשימוש בשם Pathwork® ובחומר המובא בהרצאה זו.

שם רשום לצורכי מסחר ומתן שירותים:

Pathwork® (נתיב ההתמרה) הוא סימן רשום בבעלותה של The Pathwork Foundation (הקרן לנתיב ההתמרה) ואין לעשות בו שימוש בלי היתר מפורש בכתב מאת הקרן. הקרן עשויה, על פי שיקול דעתה הבלעדית, לאשר שימוש בסימן Pathwork® על ידי ארגונים או בני אדם אחרים, כגון ארגונים מסונפים וסניפים.

זכויות יוצרים:

זכויות היוצרים לחומר של Pathwork Guide – המדריך לנתיב ההתמרה – הם רכוש הבלעדי של קרן Pathwork. שכפול הרצאה זו מותר רק עם עמידה בתנאים של מדיניות הסמל המסחרי וסימון המוצר וזכויות היוצרים של הקרן, אך אין לשנות או לקצר את הטקסט בשום צורה שהיא, וגם אין להסיר את סמלי זכויות היוצרים, הסימן המסחרי וסמל המוצר או כל הודעה אחרת. גביית תשלום מותרת אך ורק על עלויות השכפול וההפצה. כל אדם או ארגון העושים שימוש בסמל המסחרי של הקרן לנתיב ההתמרה נחשב כמי שהסכים לעמוד במדיניות הסמל המסחרי, סימון השירותים וזכויות היוצרים של הקרן. להשגת מידע או עותק של המדיניות, נא ליצור קשר עם הקרן.