

ATT KRÄVA HÄNSYN OCH ATT VISA HÄNSYN

I

Bland det myckna, som vi har att iakttaga hos oss själva och arbeta med, enligt denna lära som vi studerar, finns det psykologiska tillstånd som heter att *kräva hänsyn*. Detta syftar på en process, som stjälar åtskillig kraft av oss och, liksom allt som i onödan berövar oss energi, håller oss sovande.

Krav på hänsyn är en särskild yttring av identifierandet. Som ni vet, är studiet av identifierandet i alla dess olika yttringar en av de viktigaste formerna av praktiskt arbete med en själv. En människa, som identifierar sig med allt, är oförmögen att minnas sig själv. För att människan skall minnas sig själv är det nödvändigt att hon icke är identifierad. Men för att lära sig att icke vara identifierad måste hon först och främst lära sig att icke vara identifierad med sig själv. En form av identifiering är krav på hänsyn, varav det finns flera slag, och några av dessa är människans identifiering med sig själv. Ett av de vanligaste slagen av krav på hänsyn är *tanken på vad andra tänker om oss*, hur de behandlar oss och vad slags inställning de visar mot oss. En människa kan anse att man inte sätter nog värde på henne, så att detta plågar henne, gör henne misstänksam mot andra, får henne att förlora en väldig mängd energi och kan hos henne framkalla en misstrogen och fientlig inställning.

Nära förbundet med detta är det slag av identifiering som kallas *att föra inre räkenskaper*. En människa börjar anse att andra är henne *skyldiga* något, att hon förtjänar att behandlas bättre, belönas mera, erkännas mera, och allt detta för hon in i sin psykologiska kassabok, som hon i sina tankar ständigt bladdrar i. Och en dylik människa börjar ömka sig själv så mycket att det kan bli nästan omöjligt att tala med henne om något annat utan att det får henne att genast hänvisa till alla sina lidanden. All bokföring av detta slag, alla känslor om att andra står i skuld till er *och att ni själva inte står i den ringaste skuld*, har en mycket stor psykologisk betydelse för en människas inre utveckling.

En människa i arbetet kan växa bara genom att förlåta andra. Det vill säga: om ni inte stryker era fordringar, kan inget i er växa. Detta sägs i Herrens bön: ”Förlåt oss våra skulder såsom ock vi förlåta dem oss skyldiga äro.” Känslan av att ni har fordringar att utkräva, att andra är skyldiga er något, hejdar allt. Ni hindrar därmed er själva och den andre. Detta är den egentliga innebörden av Kristi yttrande om att man skall sluta fred med sin fiende. Han säger:

”Var villig till snar förlikning med din motpart, medan du ännu är med honom på vägen, så att din motpart icke drager dig inför domaren och domaren överlämnar dig åt rättstjänaren och du bliver kastad i fängelse.

Sannerligen säger jag dig: Du skall icke slippa ut därifrån, förrän du har betalt den yttersta skärven.” Matt. 5:25,26

Om ni psykologiskt utkräver vartenda skålpund kött eller varenda ”skärv” av en människa, som är er skyldig – det vill säga, om ni tvingar varenda en av dem att be om ursäkt och gottgöra och äta stoft, så är ni hemfallna åt den fordrande lag som Kristus manar er att undfly. Ni kastar er själva i fängelse – det vill säga under onödiga lagar – och ni slipper inte ut därifrån förrän ni har å er sida betalat alla era *egna* skulder. Men det finns en *barmhärtighetens lag* – det vill säga ett inflytande högre än den bokstavliga lagen om öga för öga, vilken är våldsmannens lag. Detta är ett exempel på ”ställa sig under nya inflytanden”. Om ni vill ställa er under bättre inflytanden, som kommer ner från skapelsens stråle, måste ni uppföra er annorlunda, taga allt annorlunda – det vill säga: *arbeta*. Ni måste ställa er först under arbetets inflytanden och försöka lyda dessa. Detta betyder att ni måste höra och göra arbetet. I arbetet uppmuntras inte negativa känslor, krav på hänsyn, förandet av inre räkenskaper, våldsamma känslor, svartsjuka osv. Om ni då för räkenskaper inom er, så anser ni alltid att någon är er

skyldig någonting. Försök att *tänka* vad detta innebär: och försök sedan att *iakttaga* vad det betyder *inom er själva* och försök sedan till sist *göra* vad arbetet säger – det vill säga: skilja er ifrån det. Och inbilla er inte att det är alldeles lätt gjort. Arbetet betyder arbete – hårt arbete – med er själva. Kom ihåg att detta arbete är avsett för dem som verkligen vill arbeta och förändra sig. Det är inte avsett för dem som vill förändra världen.

Vi kommer nu till en fylligare beskrivning av en form av krav på hänsyn, men ni måste förstå att ni måste iakttaga denna form. Ingen kan arbeta med sig själv utan att iakttaga vad detta arbete säger åt honom att iakttaga hos honom själv och se vad det är han skall arbeta med. Ni måste kunna förnimma ert inre tillstånd i varje bestämd stund såsom skilt från er yttre fysiska kropp och vad denna gör. När människor väl kan skilja mellan sin fysiska uppenbarelse och sina inre tillstånd, kan de börja arbeta. De ser då att de har en kropp, som lyder order, och en psykologi. Arbetet handlar om vad en människa psykologiskt sett *är*. Låt oss i dag tala om den sida av en människa som i arbetet kallas ”att sjunga sin sång”. Detta är psykologiskt, inte fysiskt sjungande. Det bygger på krav på hänsyn – förändret av inre räkenskaper – det vill säga åsikten om eller känslan av att ha en skuld att utkräva och bevarandet av detta i minnet. Envar har en sång att sjunga i detta avseende. Om ni verkligen vill veta vad slags inre räkenskaper ni fört livet igenom, skall ni börja lägga märke till de typiska ”sånger ni sjunger”. När en människa i arbetet kallas en ”god sångare” eller ”god sångerska”, syftar detta på de sånger han eller hon sjunger. Ibland sjunger människor sina sånger utan att ha uppmuntrats härtill och ibland, efter några glas vin, börjar de sjunga öppet. De sjunger om hur illa de behandlats, om hur de aldrig fått någon riktig chans, om sin svunna ära, om hur ingen förstår hur svårt de har det, om hur misslyckat deras äktenskap är, om hur deras föräldrar inte förstått dem, om hur förträffliga de egentligen är, om hur ringa uppskattning och förståelse de rönt och så vidare, och allt detta går ut på att alla andra bär skulden men inte de själva. Allt detta är att föra *inre räkenskaper* eller snarare är resultatet av att föra dylika räkenskaper. Detta är en bestämd form av krav på hänsyn.

Varför tror ni då att det är nödvändigt i arbetet att frigöra sig från sjungandet så mycket som möjligt? Varför är det nödvändigt att lägga märke till det, att svälta ut det, tränga undan det, bort från den centrala ställningen i ens liv, tills man sjunger sångerna bara vid sällsynta tillfällen, med svag stämning och till slut kanske aldrig? Därför att sjungandet gör er invändigt till krymplingar. Det stjälar energi. Ni ler – tappert – ni känner alla igen detta tappra leende – och det är bara lögn. En god sångare i arbetets mening kan inte nå utöver sig själv. Han är offer för sina egna inre räkenskaper. Så snart han möter någon svårighet, börjar han sjunga. Detta stoppar honom: han kan inte växa. Han kanske börjar gråta. Han kan inte stiga till en högre nivå av vara. Han kan inte nå högre än vad han *är* – det vill säga: han är stympad av sorgesånger. Det är ett tecken på vara. Vara är vad ni *är*, och för att ändra sitt vara får man inte vara det man är. I stället för att arbeta med sig själv i någon svår situation börjar han genast sjunga, kanske mycket snällt och stilla. Om han då får kritik eller en skarp tillsägelse, börjar han ömka sig själv eller blir arg och känner sig oförstådd och så vidare. Och då börjar han sjunga, antingen tyst för sig själv eller högt för andra, i synnerhet för människor som lyssnar på honom eller henne. Ofta gör sig en människa till vän med en annan bara därför att det är lätt för henne att sjunga sin sång för denna andra, och om denna plötsligt säger åt henne rent ut att ”hålla mun”, blir hon så djupt sårad att hon går på jakt efter en ny vän – en människa som verkligen *förstår* henne, som man säger – som om en människa kunde förstå en annan bara som så. ”Om bara”, säger man. För att förstå en annan måste man först förstå sig själv, och det börjar först efter långvarigt arbete med en själv, sedan man fått glimtar av vad man verkligen är. En god sångare förstår sannerligen inte sig själv. Han föredrar att sjunga sången om att ingen förstår honom, och så drömmer han om en underbar värld, där allt är så ordnat att han är centralgestalten i den. Och denna inställning och dessa drömmar alstrar en svaghet och faktiskt en verklig psykisk sjukdom, för vilken människan kanske får betala livet igenom.

Han har, så att säga, låtit sig överväldigas av det mekaniska livet. Men ni måste inse att detta gäller inte bara människor, som inte gör någon ansträngning, människor som inte har rättat sig. Det gäller också människor som faktiskt gör vanliga ansträngningar och likväl är sjuka i denna bemärkelse, eftersom de anser att livet är skyldigt dem saker och ting som de aldrig uppnått. De anser att de borde vara lyckligare och tycker mycket ofta att andra människor synes lyckligare. Och andra tycker detsamma om dem. Och även om dessa inte sjunger sina sånger öppet, kanske det ljuder sånger inom dem i hemlighet. De känner en inre sorg, erfar en känsla av enformighet, ett slags inre trötthet eller besvikelse som samlar tankar omkring sig. Det är dessa *inre hemliga sånger* jag vill tala om i kväll. Ty de står oss i vägen, och mycket ofta iakttar vi dem inte, fastän de hela tiden hemligen tär på vårt liv. Endast med djupare själviakttagelse avslöjar man dem. All själviakttagelse är att släppa in ljus – på en själv. Ingenting kan förändras inom oss, om det inte läggs under själviakttagelsens ljus – det vill säga medvetenhetens ljus – och all själviakttagelse är ägnad att göra oss mer medvetna om vad som pågår *inom oss*.

Ni måste ju iakttaga er själva när ni är ensamma, lika mycket som när ni är tillsammans med andra. Själviakttagelse är inre uppmärksamhet. Tro icke att ni ej behöver inre uppmärksamhet, när ni är ensamma. Helt andra skenjag, helt andra slags inbillning, andra slags tankar, stämningar kommer fram, när ni är ensamma. Ni får inte tro att ni nödvändigtvis är i gott sällskap, när ni är ensamma. Ni kan lätt hamna i det värsta sällskap och likväl icke ens tänka på att iakttaga var ni är i er själva och vad ni umgås med i er själva. Era mest negativa och farligaste skenjag kan komma fram, när ni är ensamma. Ni kanske har riktigt välskrivna sånger, som ljuder bara när ni är alldeles ensamma – när ni känner att ingen ser er. Ja, men ni måste se efter. Ni bör aldrig tro att någon inte ser bara därför att dörren är stängd. Ni bör aldrig tycka att ni kan hänge er åt era värsta negativa skenjag bara därför att ni är ensamma och ni därför kan uppföra er inom er själva som ni önskar. Ni måste odla en alldeles ny tanke om ert ansvar för er själva i detta avseende. Att tro att man kan somna inom sig själv bara därför att det inte finns någon i närheten och att man därför kan ha det trevligt med allt sitt inre negativa prat är att inte ha någon riktig uppfattning om vad detta arbete innebär. Det betyder att man inte har någon inre ärlighet – och detta arbete kräver inre ärlighet såsom det första väsentliga. I mekaniska livet håller vi ett yttre sken uppe. Men i arbetet är förhållandet ett helt annat. Här handlar det om vad som pågår *inom en* – inom en själv, i ens tankar och känslor. Genom inre arbete, vi utför med oss själva, när vi är ensamma, kan vi ofta ändra en hel yttre situation. Men vi kan inte göra detta utan inre ärlighet och iakttagelse av vilka skenjag inom oss som ljuder och förvränger och så vidare. Vi kan göra det till vårt mål att inte vara negativa mot en viss människa, men om vi är ensamma och låter våra negativa skenjag säga vad de behagar och vi ej anstränger oss icke identifiera oss med dem, så arbetar vi icke ärligt och kan vi på några få ögonblick göra en hel veckas arbete om intet. Om vi inte visar negativa skenjag öppet för andra men hänger oss åt sådana i hemlighet, vad är det då vi tror att vi gör? Vi har säkerligen inte börjat förstå vad arbete betyder. Vi måste behandla en människa vi arbetar med lika noggrant och medvetet i våra inre tankar och känslor som vi gör i det yttre enligt reglerna för vanlig hövlighet. Om vi ej inser vad detta innebär, så inser vi icke heller vad själviakttagelse innebär.

En gång satt jag tillsammans med hr Ouspensky. Vi hade varit tysta. Han såg upp på mig med ett leende och frågade mig varför jag var så sorgsen. Jag sade att jag inte visste att jag var det. Han sade. ”Det är en ovana. Ni lyssnar på några skenjag, som sjunger någon sorgsen avlägsen sång, kanske en ordlös sång eller en sång vars ord ni glömt. Försök iakttaga det! Det berövar er kraft, och det är alldeles onödigt. Och han tillade: ”Detta är ett exempel på att månen äter er.”

Jag ger detta som ett exempel på vad jag i denna kommentar kallar ”inre hemliga sånger”. Vi vet att arbetet ibland talar om offer – att vi måste offra något för att få något visst. Vad är det som arbetet säger att vi först måste offra? Det säger att vi först och främst måste offra vårt

lidande. Vi uttrycker ofta *vårt lidande* i sånger, tydliga och otydliga. Jag gör er här uppmärksamma på dessa inre otydliga sånger, som vi bör iakttaga och som lätt kan få oss att förlora kraft utan att vi vet vad det är som händer. De är liksom underliga små sorgsna privata förhållanden vi har med oss själva, förhållanden som stjälar vår kraft och som vi inte märker, eftersom de är ovanor.

II

Ju fler krav ni ställer, desto fler krav på hänsyn har ni. Ni är då alltid besvikna och anser att någon annan bär skulden. Människor, som ställer många krav, gör livet mycket svårt för sig. Ingenting är då rätt: de har inte de rätta människorna omkring sig, de behandlas inre rätt och så vidare. I detta arbete måste vi gradvis känna vår egen intighet genom iakttagelse.

Motsatsen till att kräva hänsyn är att visa hänsyn. Att visa hänsyn är att tänka på andra. Det är en av de få saker i arbetet som vi faktiskt tillsägs att göra. Vi tillsägs att *inte* kräva hänsyn och att inte hysa negativa känslor och så vidare, men vi tillsägs att visa hänsyn liksom vi tillsägs att minnas oss själva. När vi befinner oss i ett tillstånd av att kräva hänsyn (och detta är vårt vanliga tillstånd), tänker vi egentligen bara på oss själva. Vi betraktar oss själva som om vi vore världsaltets medelpunkt. Liksom Copernicus måste vi inse att vi inte är världsaltets medelpunkt. Krav på hänsyn ger oss bara självkänslor, och när dessa ökar blir karaktären mera sluten. Alla känner ni säkert människor, som ni inte kan tala med ens en liten stund utan att de börjar berätta för er vilka besvär de har, vilket svårt liv de lever och så vidare. Dylika människor är förstörda. De är döda. Ni vet att arbetet säger att det är negativa känslor som styr världen och inte sexualitet eller makt. Bara tänk på hur många människor som fullständigt förstör sig genom att ständig hänge sig åt negativa känslor. Krav på hänsyn är en sida av identifierande. Det är nära förbundet med negativa tillstånd inom oss. Ni får inte tro att motsatsen till krav på hänsyn består i ett hurtfriskt, optimistiskt sätt och högljutt skrattande. Detta är inte att visa hänsyn.

* * *

Jag skall nu anföra vad herr Ouspensky en gång sade om att visa hänsyn:

”Motsatsen till att kräva hänsyn och vad som delvis är ett medel för kampen emot detta är ’att visa hänsyn’. Att visa hänsyn bygger på ett helt annat förhållande till människor än att kräva hänsyn. Det är en anpassning till människor, till *deras* förståelse, till deras förutsättningar. Genom att visa hänsyn gör en människa det som gör livet lättare att leva för andra människor och för sig själv. Att visa hänsyn förutsätter kunskap om människor, förståelse för vad de tycker om och vad de ogillar, vanor och vidskepelser. Att visa hänsyn förutsätter samtidigt stor självövertinelse, stor självkontroll. Mycket ofta önskar en människa att inte uttrycka eller visa för en annan vad hon egentligen tycker och känner om denna andra. Men om hon är en svag människa, ger hon naturligtvis efter och säger vad hon verkligen tycker och rättfärdigar i efterhand sig själv och säger att hon inte ville ljuga, inte ville låtsas, utan ville vara uppriktig. Sedan övertygar hon sig själv om att det var den andra människans fel. Hon ville verkligen visa den andra hänsyn, rentav ge efter för denna, inte gräla och så vidare. Men *den andra människan* ville inte alls visa henne hänsyn, så det var ingenting man kunde göra åt denna andra. Mycket ofta händer det att en människa börjar med en välsignelse och slutar med en förbannelse: börjar med att visa hänsyn och klandrar sedan andra för att inte visa henne hänsyn. Detta är ett exempel på hur att *visa* hänsyn övergår i att *kräva* hänsyn. Men om en människa verkligen minns sig själv, förstår hon att en annan människa är en *maskin* liksom hon själv, och då söker hon *leva sig in i hennes situation*, att tänka sig själv i hennes skor, och då kan hon verkligen förstå och känna vad en annan människa tänker och känner. Om hon kan göra detta, blir hennes arbete lättare för henne. Men om hon nalkas en annan människa enligt sina egna förutsättningar, så kan det inte bli något annat av detta än nya krav på hänsyn.

Att rätt visa hänsyn är mycket viktigt *i arbetet*. Det sker ofta att människor, som mycket väl förstår nödvändigheten av att visa hänsyn i livet, inte förstår nödvändigheten av att visa hänsyn i arbetet. De inbillar sig till och med att de har rätt att inte visa andra hänsyn just därför att de är i arbetet, medan det i verkligheten, i arbetet – det vill säga människans framgångsrika arbete – är tio gånger nödvändigare att visa hänsyn än det är i mekaniska livet, eftersom det bara är genom att visa hänsyn för egen del, som hon visar sin värdering av arbetet och sin förståelse av arbetet – och framgången i arbetet är alltid proportionell till värderingen och förståelsen av det. Minns att arbetet inte kan börja och inte kan fortsätta på en nivå lägre än det vanliga livets – det vill säga det måste börja på den gode husägarens nivå. Detta är en mycket viktig princip, som av en eller annan orsak vanligen glöms bort. Människor måste uppföra sig såsom goda husägare.”

* * *

Det är mer av nöden att visa hänsyn i arbetet än i mekaniska livet. Det åstadkommer inte känslor för en själv utan känslor för andra. Arbete på linje två, arbete tillsammans med andra, inför nödvändigheten av att visa hänsyn, att tänka oss in i en annans situation, att inse en annans svårigheter. När man övar sig i att visa hänsyn, är det nödvändigt inse att andra människor är speglar av en själv. Om ni har ett album av goda fotografier ni tagit av er själva genom långvarig självakttagelse, så behöver ni inte se länge i det för att hos er själva finna vad det är hos den andra som ni tycker så illa om och sedan sätta er in i den andras situation, inse att också hon har detta som ni lagt märke till hos er själva, att hon har sina inre svårigheter likaväl som ni har och så vidare. Ni kan öva er i att visa hänsyn när ni är ensamma. Jag skall ge er ett exempel: gå noga igenom vad ni sagt till någon och tänk er sedan i den människans ställe genom att visualisera hur hon säger detsamma till er med samma tonfall. Att visa hänsyn är lika omfattande och mångskiftande i sina uttryck som att kräva hänsyn. Känslacentret kan inte utvecklas rätt, om man inte övar sig i att visa hänsyn: genom att värdera detta arbete och att öva sig i att visa hänsyn utvecklar man känslacentret. Ju mer ni värderar detta arbete, desto mindre kan falska personligheten styra er, desto mindre fåfänga kan ni ha, och ju mer ni visar hänsyn, desto mindre märkvärdig tycker ni er vara.

* * *

I detta arbete finns ingenting sådant som att låtsas göra gott, när man egentligen *vill* ont. Det är ingen mening med att låtsas vara trevlig mot andra människor, när man i sitt inre hatar dem. Hela detta arbete bygger på inre ärlighet. Att visa hänsyn är inte hyckleri, det är inte ”goda gärningar”, utan det är en fråga om inre inställning. Kom ihåg att, när ni finner detsamma hos er själva som ni klandrar hos en annan, det har den magiska verkan att det utplånar hela situationen. Detta är verklig ”förlåtelse”. Ni vet att vårt naturliga tillstånd är att bli mycket förvånade över att det är något fel på oss själva. Naturligtvis klandrar vi ofta oss själva litet lätt. Vi säger till exempel: ”Ja, jag bär nog väldig mycket skulden för det inträffade.” ”Ja, det gör du verkligen”, säger då den andre. Blir ni då inte mycket obehagligt överraskade? Jo, ni känner er både sårade och förolämpade samtidigt. Allt detta beror på att det är mycket svårt att tänka sig att något är på tok med oss, och detta ingår i den sömn vi befinner oss i, den djupa sömn som ligger över hela mänskligheten. Nu är självakttagelsen något mycket obehagligt och blir det ännu mera. Om man utför den ärligt, gör den ont. Men den släpper in ljus och hejdar allt slags illaluktande ogräs från att växa genom krav på hänsyn, självömkan och sångsjungande. Och då till sist börjar vi fatta vad det betyder att en människa måste inse att hon ingenting är, innan hon kan vänta sig att *vara* någonting.

* * *

Med avseende på den form av krav på hänsyn som bygger på känslan av att livet har svikit en, att man borde vara i en annan situation, måste ni minnas att arbetet mycket eftertryckligt säger att envar börjar därifrån han borde vara. Det säger att de villkor, vari ni möter detta arbete, är de villkor som är de rätta för er. Intet är absurdare än tron att man i detta arbete kastar bort sitt liv. Det är ytterst märkligt att människor har mycket inskränkta åsikter om hurdan livet borde vara. De har liksom ett eller två recept för livet, och om en människas liv inte motsvarar dessa recept, betraktas det som bortkastat eller meningslöst. Med ett dylikt synsätt kan en människa kräva mycken hänsyn och anse att allt är emot henne, rentav Gud och hela världsalltet, och det beror helt enkelt på att hon inte fattar sitt liv rätt. Hon ställer krav som inte kan tillgodoses. Hon är liksom en människa, som stiger in i livsmedelsbutik och ber om en cylinderhatt eller en symaskin och inte tar emot det som kan säljas till henne. De hypnotiska krafter, som håller människan sovande, är desamma för alla. Om det är ert mål *att vakna*, så borde era omständigheter, vilka de än är, göra er detsamma, såvida ni inte med tvång kanske berövas arbetet. Ni hörde det avsnitt om karma yoga som lästes upp för någon vecka sedan. Det finns, så vitt jag vet, ingen bättre formulering om hur man avstår från att kräva hänsyn i samband med de vanliga omständigheterna i ens liv. Eftersom krav på hänsyn är ett slags identifiering, inser ni att övandet av icke-identifiering, vilket herr Ouspensky angav med ordet *frigjordhet*, är botten för krav på hänsyn. Om ni inser att krav på hänsyn kan bli en verklig sjukdom och kan fördärva er, om ni kan se det verka inom er själva, så gör ni allt som står i er makt för att komma ifrån det. Det är meningslöst att till exempel säga, ”Å, den-och-den har ingen som helst uppfattning om hur det är att leva som jag gör.” Det bara ökar era krav på hänsyn. Det är kraven på hänsyn inom er själva, som måste hejdas, eller annars kommer de bara att växa och växa och växa. De kommer då att sprida sig som en eld över allt det inom er som är ungt och spirar.

Fråga nu inte vad botten för krav på hänsyn är. Ni måste studera det hos er själva och lägga märke till hur det skadar er och därav uppamma en verklig vilja att frigöra er från det. Ni måste först se det hos er själva, och sedan måste ni taga det på allvar, tillsammans med allt annat som ni i detta arbete tillsägs att öva. Ty hela arbetet är nödvändigt. Att tillämpa alla delarna av arbetet är nödvändigt, ty hela arbetet är en levande organism.

III

Förra gången talade vi om nödvändigheten av att visa hänsyn i arbetet. Så långt en människa är i stånd därtill, måste hon visa hänsyn alltifrån arbetets första början. En självupptagen människa – det vill säga en människa, som tänker bara på sig själv och på andra bara i den mån det rör henne själv – kan inte komma långt. En dylik människa arbetar bara på linjen ett arbete med sig själv, och detta bara i mycket begränsad omfattning. Arbetet på linje två har att göra med andra människor och ens inställning till dem. Detta kräver också arbete med en själv. Det betyder inte bara att ni måste stå ut med andras obehagliga yttringar – och kom ihåg att de måste stå ut med era – utan betyder snarare att ni *övar er i att visa hänsyn i största allmänhet*.

Var och en har ett mer eller mindre oföränderligt sätt att tala med andra människor, vilket beror på inställningar och buffertar. Vi ser andra genom våra inställningar och buffertar. Allmänt sett tycker vi inte om andra människor. Instinktivt är vi fientliga. Jag minns att G. en gång sade att vi tenderar att spänna musklerna, när vi går förbi någon i en gränd. Ni vet att det har sagts att vi inte borde låtsas tycka om andra människor, utan arbeta med ogillandet. Ogillandet växer mycket lätt. Ni kan inte visa en annan människa hänsyn, om ni odlar bara ogillande. Envar klyvs lätt i gillande och ogillande, och i förhållanden människor emellan får ogillandena inte växa mekaniskt. Genom själviakttagelse märker vi att vi har två slags minnen av en människa. När vi är negativa, minns vi bara det obehagliga; när vi inte är negativa, glömmer vi det. Vi har någon uppfattning om vad rättvis behandling betyder med avseende på

uppförandet i det yttre. Men vi måste vara rättvisa mot andra *inom oss själva*, och detta är verkligen arbete med en själv som antar formen av att visa hänsyn. Gentemot en annan människa kan det börja växa en hel svärm av obehagliga tankar och känslor, som ni *villigt* låtit komma in i medvetandet. Det är både för er egen skull och för den andres, som något måste göras – det vill säga ni måste arbeta med er själva för att så att säga oskadliggöra detta obehagliga och mäktiga material inom er. Ni får troligen sätta in allt ni äger av intelligens, ärlighet och arbetsminne för att oskadliggöra detta gift, så att ni ännu en gång kan behandla den andra människan rättvist inom er själva. Ni måste sätta er in i den andres situation. Ni måste lägga allt självrättfärdigande åt sidan, och framför allt måste ni minnas vad ni iakttagit hos er själva och vad ni är för några, innan ni så lätt klandrar denna andra människa.

Å andra sidan behöver ni inte göra detta. Ni kan blott och bart *kräva hänsyn*. Ni kan föra inre räkenskaper – säga för er själva att den andre har fel, har gjort er orätt, står i skuld till er. Allt detta bildar grunden till så många förhållanden i livet. Grunden är krav på hänsyn. Har ni också märkt att i ett förhållande mellan två människor den ena vanligen visar litet mera hänsyn och den andra ofta bara kräver hänsyn och klagar på allt?

I arbetet måste man visa hänsyn mycket djupare än man gör i mekaniska livet. Det hör i själva verket till renandet av känslacentret. Ett av de stora målen med detta arbete är att väcka känslacentret, som är förgiftat med negativa känslor och alla de små självkänslorna, fåfänga, inbilskhet etc. Att visa hänsyn (i arbetets bemärkelse) förutsätter *medveten ansträngning*, medan däremot att kräva hänsyn är mekaniskt – det vill säga fordrar ingen ansträngning utan går av sig självt och växer av sig självt alldeles som negativa känslor. I arbetet uppstår detta att visa hänsyn inte ur motiv som hämtats från mekaniska livet. Det är därför det förutsätter medveten ansträngning. Ni måste visa människor hänsyn, som ni i mekaniska livet förmodligen inte för ett ögonblick skulle tänka på att visa hänsyn. Det är detta slags hänsyn som kan höja varats nivå. Betrakta en människa, som i det vanliga, mekaniska livet visar hänsyn – till exempel en hovmästare. Han är kanske mycket skicklig. Han lägger noga märke till vad människor tycker om, vad de har för egenheter, vad de väntar sig av honom, vad som kan irritera dem, vad slags mat de föredrar och så vidare. Han tillgodoser allt detta. Liksom Paulus har han ”för alla blivit allt”, men inte av samma motiv. Han är intelligent nog att anpassa sig efter människornas förutsättningar. Han gör sig mycken möda för andra. Han är taktfull, förekommande, självutplånande och så vidare. Men allt detta gör han därför att han spelar ett spel. Och han har alldeles rätt. Han är intelligent. Men i arbetet gäller annat. Att visa hänsyn från det mekaniska livets synpunkt är inte detsamma som att visa hänsyn från arbetets synpunkt. Samtidigt kanske det är så att en människa, som vet vad det vill säga att visa hänsyn i mekaniska livet och som är utbildad i att studera andra människornas förutsättningar och behov, också bättre lär sig vad det betyder att visa hänsyn i arbetet.

Vad jag i kväll önskar att ni inser är att det slags hänsyn en servitör visar inte är detsamma som det som till sist blir nödvändigt för alla i arbetet. Ni kommer fram till nödvändigheten av och meningen med att visa hänsyn i arbetet från ett annan sida, som visserligen hänger samman med er själva och ert egenintresse, men inte på samma sätt. Vårt mål är att försöka vakna, att inte vara så identifierade med allt, att inte vara slavar under värdelösa negativa tillstånd och tanklöshet och så vidare. Om vi fortsätter att föra inre räkenskaper mot varandra genom att tyst avsky, tala illa om, psykologiskt mörda varandra och så vidare, så fördärvar vi allt arbete med oss själva. I uppvaknandet ur sömnen hänger saker och ting ihop. Man kan inte stiga ur sängen med bara ena benet. Hela kroppen måste vara med, om man vill stå upprätt. Efter en tid i arbetet kommer man till den ståndpunkt av ärlighet gentemot en själv att man inser att man helt enkelt inte kan tillåta sig vara i ett visst tillstånd man iakttagit sig vara i. Det är då som man börjar inse varför man måste visa hänsyn – det vill säga måste rätta till saker och ting *inom en själv* gentemot andra. Så ni förstår av denna kortfattade anmärkning att i arbetet är det ingenting ytligt att visa hänsyn, utan någonting mycket djupt. I förstone måste

ni öva er i att visa hänsyn helt i det yttre, så att säga, men lägga märke till dess kvalitet. Ju ärligare det är, desto bättre kvalitet har det. Ju ytligare och ju mer låtsat det är, desto sämre är kvaliteten. Såsom ofta sagts, beror alla ansträngningar i arbetet för sina resultat på kvaliteten. Jag föreslår att ni för det praktiska arbetet var och en beslutar att visa en bestämd människa hänsyn under nästa vecka. Iakttag hur ni mekaniskt reagerar på denna människa. Iakttag er mekaniska kritik av henne. Iakttag när ni känner er förmer än hon. Försök att hos er själva finna detsamma som ni klagat på hos denna andra. När ni tänker något om henne, tänk då på hur ni skulle vilja att denna andra tänkte om er. Försök att leva er in i hur den andra har det. Försök att se var det finns svårigheter hos er själva liksom hos den andra. Försök att icke vara identifierad. Iakttag ert inre prat och vad det rör sig om. Håll er vakna ifråga om det ni sysslar med, vilket är ert mål för denna vecka. Minns det varje morgon, när ni stiger upp. Tänk på det om aftonen – var ni misslyckades, varför ni misslyckades, var ni började kräva hänsyn i stället för att visa hänsyn. Då kommer ni att bättre förstå vad det betyder att visa hänsyn och hur det kan förändra varat.

IV

När ni anser att någon inte har uppfört sig rätt mot er, anser ni att ni inte har uppskattats till ert rätta värde. Exempelvis att känna sig förolämpad är att känna sig icke uppskattad till sitt rätta värde. Därför säger människor ofta, när de känner sig förolämpade: ”Vet ni då inte vem jag är?” eller något dylikt. De menar att de har en viss värdering av sig själva, så att de säger ”Vet ni då inte vem jag är?” med innebörden att den andre inte skulle ha vågat uppföra sig som han gjort, om han visste det. Om ni inte har en så hög tanke om er själva, blir ni naturligtvis inte så lätt upprörda. Har ni en hög uppfattning om er själva, är det naturligtvis lätt hänt att ni anser andra inte uppskatta er till ert rätta värde, och då blir det lättare för er att kräva hänsyn. En människa kan rentav vara så uppslukad av frågan om huruvida andra behandlar henne rätt och av misstankar om huruvida andra skrattar åt henne att hela hennes liv kan sägas kretsa runt kravet på hänsyn. Eller återigen finns somliga människor, som anser sig förmer än andra på grund av lidanden. Folk hänger fast vid sitt lidande och betraktar sig såsom förtjänat av särskild uppmärksamhet, emedan de utstått allehanda svårigheter, bedrövelser och lidanden. De känner sig kränkta, om en annan börjar tala om sitt eget lidande. De anser att den andre inte visar dem tillräcklig hänsyn och att han är självisk. De har svårt att inse att också andra kan ha lidanden. Vad de heller icke inser är att vi ser själviskhet hos andra därför att vi ser vår egen själviskhet återspeglad, ty ju större krav vi ställer på andra, desto mer själviska synes oss dessa vara.

Vad är det som får oss att börja kräva hänsyn? Låt oss ställa frågan: ”I vilken stund börjar ni föra räkenskaper?” Ni börjar när ni anser er inte röna rätt uppskattning, när ni anser er nedvärderad. Servitören kommer inte, när ni kallat på honom. Butiksbiträdet betjänar en annan kund före er. Kanske människor inte hälsar på er på gatan eller allmänt sett inte ägnar er tillräcklig uppmärksamhet. Eller en viss person synes envist strunta i er. Eller kanske ni får höra vad någon sagt om er: dylikt är nästan alltid obehagligt. Det finns tusen och ett möjliga, mer eller mindre allvarliga exempel. Obetydliga händelser upprör oss lätt – servitören, butiksbiträdet. Dessa blir små tillfälliga poster i den inre bokföringen och kan till sist bli en ovana. Men gentemot vissa har vi poster som följt med länge, somliga av dem införda för många år sedan, till nackdel för oss själva. De har alla börjat med detta gåtfulla, *vår egen värdering av oss själva*. En människa, som har någon förmåga av själviakttagelse, kunde nog utropa: ”Vad är det hos mig som känner sig kränkt i detta ögonblick och redan har börjat föra räkenskaper? Se, jag kan iakttaga hur det verkar hos mig, samla på sig material, börjar minnas obehagligheter och finna ord och uttryck att använda mot den andre för att få honom att känna jag nedvärderar honom – ja, för att få honom att inse att han inte är vatten värd. Är det en bild av mig själv? Är det ett inbillat skenjag? Är det falska personligheten? Eller vad är det som

ligger till grund för allt detta?” Svaret blir att det som ligger till grund för allt detta är *var ni identifierar er med er själva*. Alla former av krav på hänsyn, varav en form är att föra räkenskaper mot en annan, hör till *identifierandet*. Arbetet säger att vi måste studera *identifierandet* ända ner i rötterna. En människa känner sig kränkt bara *där hon är identifierad med sig själv*. Och arbetet säger också att studiet av identifierandet måste börja med studiet av var man är identifierad med sig själv. Det är här ni kan bli upprörda, känna er sårade, kränkte, förölämpade. Att vara identifierad kommer först, att vara upprörd, känna sig kränkt kommer därefter, att föra inre räkenskaper kommer såsom det tredje.

V

Somliga människor har svårt att förstå vad det betyder att visa hänsyn och andra att förstå vad det betyder att kräva hänsyn. I detta arbete måste man visa hänsyn och sluta kräva hänsyn. För att visa en annan människa hänsyn är det först och främst nödvändigt att man sätter sig in i den andras situation. För att göra detta måste man tänka sig såsom varande denna andra människa, behöva göra samma saker, behöva ha samma svårigheter, samma handikapp, samma liv. Om ni börjar tänka på detta inledande steg, kan ni knappast säga att detta att visa hänsyn har något att göra med att vara likgiltig. Att sätta sig in i en annans situation kräver hela er förståelse. Det förutsätter en riktad ansträngning av intellektet och känslorna och inte bara en gång utan om och om igen. Och ni är säkerligen alldeles oförmögen att göra detta, om ni alltid är uppslukade av era egna personliga problem och bekymmer och av hur man behandlar er – det vill säga om ni alltid tar livet från den ståndpunkt som kravet på hänsyn intar.

Jag minns fallet med en man, som alltid krävde hänsyn, alltid led, och på sin hustrus gravsten lät skriva: ”Från din man med brustet hjärta.” Till och med då kunde han tänka bara på sig själv, på sitt eget lidande. Om ni börjar visa hänsyn mot en annan under en längre tid, måste ni om och om igen sätta er i den andres situation. På detta sätt blir ni mer medvetna. Arbetets mål är att ni skall bli mer medvetna. Självakttagelsen gör er mer medvetna om er själva. Att visa hänsyn gör er mer medvetna också om andra. Genom att visa hänsyn får ni sådana ting uppenbarade för er som ni tidigare inte var medvetna om. Låt oss taga ett exempel på uppenbarelsen av detta slag. Ni sätter er in i en annans situation, och efter en tid inser ni att ni av denna människa förväntar er att hon gör något som ni inte skulle drömma om att själv göra – till exempel förväntar ni er att denna människa finner sig i förhållanden som ni aldrig för ett ögonblick skulle finna er i. Inser ni att ni vunnit i medvetenhet? Om ni nu får en dylik uppenbarelse, betyder det att ni verkligen börjar visa hänsyn, förstå vad det innebär att sätta sig in i en annans situation.

Människor, som ställer många krav, förväntar sig åtskilligt av andra, och om de inte får vad de förväntar sig, blir de besvikna och anser sig lurade. Det vill säga, de börjar bygga en stor bakgrund av krav på hänsyn till sitt liv. Detta gör dem bittra. De anser att de har anledning att ge igen. För en dylik människa blir det mycket svårt att visa hänsyn. Men det borde inte vara så svårt för er, såvida ni inte har kristalliserats. När ni skall börja visa en annan människa hänsyn, är det mycket bra att utgå från insikten att ni väntar av den andre att göra sådant ni aldrig skulle drömma om att själva göra. Det är en praktisk utgångspunkt och en utgångspunkt för arbetet. Ni inser då att ni väntar er av den andre att göra inte bara sådant ni själva aldrig skulle göra utan också att vara er olik, uppföra sig annorlunda, finna sig i förhållanden såsom ni inte gör och så vidare. Låt oss antaga att ni alltid mätt andra med era egna mått till er egen fördel, och ni kanske rentav är vissa om att inga av de obehagliga drag ni märker hos andra finns hos er själva. Det blir då en stor överraskning, när ni får er uppenbart att ni är orättvisa och att ni väntar er av andra att göra vad ni själva aldrig skulle drömma om att göra. Det är alltid smärtsamt inse att det faktiskt är något på tok med en själv. Såsom sades i ett tidigare föredrag, kan det ofta hända att man säger sig vara skuld till något men blir överraskad och känner sig sårad, om någon då

håller med en. Ja, vi har lätt för att *låtsas* ha gjort orätt. Men att inse det, genast och omisskännligt hos en själv, *gör ont*. Detta är verkligt och därför nyttigt lidande, ty allt verkligt lidande renar emotionerna. Såsom verkligt lidande varar det bara en kort stund, varefter det smittas av den falska personligheten och förändras till något invecklat negativt tillstånd, något slags obehaglig självömkan eller ändlöst självvrttfordigande, vilket är värdelöst lidande.

Antag nu att ni måste leva med den människa som är ni själva. Jag läste en gång en berättelse om en man, som dog och hamnade i den andra världen, där han mötte ett antal människor han kände, varav han tyckte om somliga och tyckte illa om andra. Han träffade också en man, som han inte kände och inte kunde fördraga. Allt denne sade förargade och äcklade honom – hans sätt, hans vanor, hans lättja, hans falska sätt att tala, hans ansiktsuttryck – och det tycktes honom också att han kunde se in i denne mans tankar och känslor och alla hans hemligheter, egentligen hela hans liv. Han frågade de andra vem denne omöjliga man var. De svarade: ”Här uppe har vi alldeles särskilda speglar, som fullständigt skiljer sig från dem i din värld. Denne man är du själv.” Låt oss alltså antaga att ni måste leva med en människa som är ni. Kanske detta är vad den andra måste göra. Om ni inte har någon förmåga av självakttagelse, kanske ni faktiskt inbillar er att detta vore trevligt och att världen vore ett lyckoland, om alla vore just sådana som ni är. Fåfängan och inbilskheten vet inga gränser. Om ni nu lever er in i en annan människas belägenhet, lever ni er också in i hennes synsätt, i *hur* hon ser er och hör er och upplever er i ert dagliga beteende. Ni ser er själva genom hennes ögon. Om ni inte har någon förmåga av självakttagelse, kan ni inte göra detta, ty då tar ni helt enkelt er själva för givna och alldeles riktiga i allt. Men om ni skolats i självakttagelse tillräckligt för att ha börjat mista era tidigare föreställningar om er själva, om ni redan har en samling inte bara av små fotografier utan porträtt i helfigur av er själva i era mest typiska roller, blir det något helt annat av detta. Ni kan då i viss mån se er själva såsom denna andra människa ser er, och då börjar ni på praktiskt vis inse i vad slags situation denna andra befinner sig och vad några av hennes svårigheter består i och vad det kunde innebära, om ni vore tvungna att leva med er själva. Naturligtvis måste den andra göra detsamma. Några av er kanske tror, när ni hör detta, att det är alldeles rätt att säga att den andra borde försöka inse hur svår hon är. Men märk att vi börjar från andra hållet. Det är ni som måste inse hur svåra ni är för den andra människan. Låt mig säga er att ingenting av detta alls är lätt att fatta. Ni kanske tror att ni redan vet allt detta. Ni kanske redan har hört det, men man behöver åtminstone en livstid för att se allt det innebär.

I arbetet är förhållandet viktigt. Arbetsförhållande är omöjligt, om vi inte visar varandra hänsyn. Allmänt sett måste vi närma oss en annan genom arbetet. Arbetet och dess läror måste ligga emellan er och den andra människan. Ni måste se på varandra genom det gemensamma fönster som arbetet är. Ni måste vara förbundna med varandra genom er gemensamma värdering av arbetet – men helt *praktiskt* – genom att arbeta. När två människor i arbetet grälar, har de åtskilligt arbete att utföra. De kanske inte är redo för det, och då sårar de varandra, alldeles som i mekaniska livet. Det kan hända att de vägrar arbeta med sig själva eller tillsammans med varandra; då kräver båda hänsyn, anser båda den andre vara skyldig och böra be om ursäkt. Om ni inte arbetar med er själva utan bara lever och inte gör något därutöver, kan arbetet naturligtvis inte bli tredje kraften för er. Tredje kraften är förbindande kraft. I detta fall blir mekaniska livet tredje kraften, och detta slags liv splittrar, medan däremot arbetet borde förena. Mekaniska livet splittrar, eftersom människor i detta slags liv inte förstår varandra. De har ingen gemensam grund, inget gemensamt språk. Men i arbetet finns en gemensam grund och kan människorna börja tala ett gemensamt språk och så förstå varandra. Men i arbetet behöver man visa hänsyn tio gånger mera än i mekaniska livet – och hänsyn av en helt annan kvalitet, eftersom arbetet är den förbindande kraften. Om två människor i arbetet grälar och är redo att arbeta och önskar göra det, så kommer båda att göra det av sig själva – inte genom att träffas och tala ut om det – utan helt enkelt såsom en del av själva

arbetet. Var och en sätter sig då in i den andras situation, och var och en ser sig själv ur den andres synvinkel. Att visa hänsyn är mycket gott arbete. Det handlar inte om huruvida ni eller den andra hade rätt. Det ökar medvetenheten. Det innefattar arbete på linje ett och linje två.

Om ni bygger er tillvaro på att kräva hänsyn, kommer ni att avsluta ert liv som de flesta människor gör. Ert liv blir då ensidigt, obearbetat, osmält, med så många misslyckade saker bara kvarlämnade och så att säga ruttnande i det förflutna, så många våldsamma eller bittra känslor, så många ställen, där man fastnat genom gamla identifieringar. Intet av detta är förvisso ägnat att ge en den första medvetna chocken, så att mekaniska livet inte faller på arbetet inom en. Jag tror att man ofta kan se hur krav på hänsyn fördärvat livet och vilken förskräcklig form av identifiering det är. Det är sannerligen som att betrakta livet från orätt håll. Och människor, som inte kan annat än att kräva hänsyn och anser att andra borde vara annorlunda, griper tag om varandra så felaktigt att de liksom samlar en massa av tungt, tätt, negativt material, som de fastnar vid och som de inte vill släppa. Men att visa hänsyn är något fullständigt annat. Det renar er. Det frigör er. Det för samman det som saknas genom att få er att se den andra sidan och inse verkan av det ni gör. Det utplånar känslan av ha något att fordra genom att föra samman kontonas debet- och creditsidor. Att visa hänsyn en timme frigör er från verkningarna av en veckas krav på hänsyn. Och ju mer ni kan se er själva genom att iakttaga i ögonblicket och ju mer ni kan se vad slags människa ni varit hela ert liv, desto bättre kan ni rätt visa hänsyn. Men minns att man kan börja visa hänsyn, tillämpa det praktiskt, först när man sätter sig själv i den andra människans situation och så att säga skådar ut på en själv genom den andras tänkande och medvetenhet. Tro alltså inte att detta att visa hänsyn består bara i att göra något för den andra.

VI

Så länge ni visar en annan människa hänsyn i syfte att försöka ändra henne – det vill säga så länge ni tycker att den andra borde vara annorlunda – visar ni inte hänsyn utan kräver ni hänsyn. Grunden till krav på hänsyn är tanken att andra borde vara annorlunda, och ur detta uppstår detta att ”föra räkenskaper” mot andra. Det är nödvändigt att klart förstå detta. Ni anser att en annan människa inte borde behandla er som hon gör eller inte borde förarga er eller inte borde vara sådan hon är. Ställer ni då krav på henne eller ej? Visst gör ni det. Om ni verkligen visar hänsyn, kan ni inte börja från den änden. Ni utgår då från föreställningen att ni har rätt och den andra har fel. Och eftersom ni anser att ni har rätt och den andra har fel, tycker ni att den andra är skyldig er något. I vilket avseende är hon er skyldig något? Ni tycker att hon borde motsvara era föreställningar, och eftersom hon inte gör det, tycker ni att det fattas något som hon borde göra. Ni tycker alltså att hon är er skyldig att uppföra sig rätt enligt er privata måttstock för rätt och orätt. Ni inser att allt detta betyder att ni sätter er på domarsätet. Ni dömer den andra enligt era egna förvärvade åsikter om hurudan den andra borde vara. Detta är en grund till krav på hänsyn vad avser den sida av det som kallas ”att föra räkenskaper”. Kort sagt tycker ni att den andra människan är skyldig er något. Om ni börjar försöka visa en annan människa hänsyn utgående från krav på hänsyn, utgående från tanken att den andra borde vara annorlunda, så blir ert försök att visa hänsyn inget annat än krav på hänsyn. Ni gör då inget försök att utgå från den rätta grunden för att visa hänsyn, nämligen att sätta sig in i den andra människans belägenhet. Tvärtom utgår då ni från er egen situation, inte från den andras. Och i jämförelse med vad det verkligen vill säga att visa hänsyn är detta inget annat än ett slags hyckleri, som troligen utmynnar i att ni rycker på axlarna och säger: ”Ja-a, nu har jag gjort mitt bästa för den där människan och kan inte göra mera.” Sedan tar ni er hand ifrån henne i era känslor av egen förträfflighet. Men jag försäkrar er att detta att visa hänsyn i arbetets mening inte är någonting dylikt. Betrakta en vanlig mekanisk människa – det vill säga en vanlig människa. Hon är full av buffertar, fördomar, negativa inställningar, bilder av sig själv, fåfänga, typiska grammofonskivor och så vidare. Antag att hon försöker,

sådan hon är, visa hänsyn, verkligen sätta sig in i den andra människans liv, i hennes situation, i hennes tänkande. Tror ni att hon kan göra det? Naturligtvis inte. Hon ser inte sig själv. Hur kan hon då se den andra människan? Och om hon inte ser den andra, hur kan hon då sätta sig in i hennes belägenhet? Det är därför det sägs att ni måste ha nått en viss grad av själviakttagelse, innan ni kan börja verkligen visa hänsyn, och att det bara är efter graden av själviakttagelse och självkänedom, som ni kan visa en annan människa hänsyn. I den mån ni känner er själva, skall ni även känna den andra människan rätt; i den mån ni kan se er själva, kan ni se andra rätt. Vet ni, alla ni som nu är här, hur tröttsamma, hur svåra, hur obehagliga, hur fördomsfulla, hur krävande ni kan vara? Har ni märkt det? Om ni har det, så är ni i ett bättre läge för att visa andra människor hänsyn, ty när ni ser deras fel, ser ni också era egna fel. Men såsom vi är skapta, ser vi bara andras fel, när vi uppfattar genom våra sinnen, och ser inte in i oss själva, och att balansera räkenskaperna tar en livstids arbete och insikt. Alla har vi bilder av oss själva, alla är vi på ett eller annat sätt självbelåtna. En sak är säker, och det är att ju ärligare vi iakttar oss själva och det som finns inom oss, desto mindre självbelåtna blir vi. Och av detta följer att vi blir mindre tillfreds med att tycka oss veta hurudan den andra människan borde vara. Vi dömer alltså mindre och blir därför lättare i stånd att sätta oss in i den andras situation. Ni minns de två exempel på bön som ges i evangelierna – mannen som i sin bön tackade Gud för att han inte var som andra, och mannen som slog sitt bröst och sade att han var en syndare. Vilken av dessa båda tror ni skulle vara bäst i stånd att visa hänsyn? Och vilken av de båda ville ni helst ha att döma er? Det finns i arbetet ett yttrande, som ni måste ha hört fler än en gång, nämligen att en människa inte kan *utföra* detta arbete, såvida hon icke inser sin egen *intighet*. Om hon inte gör det, hoppar hon inte för att gripa det rep som sänkts ned ovanifrån för att rädda henne. Men allt detta tar tid, och i vår gradvis växande förståelse av arbetet måste vi taga ett steg i taget. Ingen kan överträffa sig själv – det vill säga sitt varas nivå. När varat växer, växer också förståelsen. Att visa hänsyn är, som sagt, att arbeta med varat. Ert vara är i stort sett hur ni tar saker och ting. I mekaniska livet är det på grund av sitt vara som människor inte visar varandra hänsyn. Om människor verkligen visade varandra hänsyn, vore krig omöjligt. Men krig är möjligt på grund av människans nivå av vara, vilken är sådan att man begriper bara krav på hänsyn, skuldbeläggande, hämndgirighet och så vidare. Att visa hänsyn i arbetets mening är, som ni förstår, att taga ett steg utöver ert varas vanliga nivå. Eller för att uttrycka det annorlunda: om ni verkligen kan visa hänsyn, blir ert varas nivå en annan.

Att visa hänsyn i arbetets mening kräver alltid ansträngning, medan däremot krav på hänsyn alltid är lätt, mekaniskt, självförlåtande. De två smakar alldeles olika. En medveten ansträngning har en annan smak än en mekanisk, automatisk reaktion. Att känna sig kränkt är ytterst lätt. Det är en mekanisk reaktion. Att inte känna sig kränkt eller att *förvandla* känslan av kränkning är svårt. Det förutsätter medveten ansträngning. Det förutsätter mycket tänkande, mycken inre korrigerande, mycken hågkomst av vad man själv är för någon och så vidare för att det första intrycket av kränkning skall förvandlas. Men detta är verkligt arbete med en själv. Önskar ni tillhöra den förskräckliga kedja av orsak och verkan som mekaniska mänskligheten utgör eller önskar ni slippa ut ur den? Om ni önskar slippa ut ur den, måste ni arbeta med era mekaniska reaktioner. Om ni följer den lag som heter ”öga för öga, tand för tand”, så kommer ni alltid att bli kvar i mekaniska mänsklighetens krets, som inte leder någonvart. Esoteriken inför en ny lag – icke-identifieringens lag, själviakttagelsens lag – egentligen själva arbetets tillämpning på det dagliga livet. Detta arbete är esoterisk kristendom. Kristus sade: ”En ny lag giver jag eder.” Arbetet säger detsamma. Ser ni då inte hur arbetet ger er nya lagar för uppförandet, det inre och det yttre? Hur kan ni då säga att ni inte vet vad det innebär att tänka inifrån arbetets ideer?

* * *

Nu kan ni göra det till ert mål att visa en människa hänsyn i arbetet eller i livet, såsom ni önskar. Jag skulle vilja tillägga att ni bör öva er i att visa hänsyn i arbetet, eftersom det är lättare, om också den andra människan arbetar, men om detta inte är möjligt – eller, låt oss säga, inte är alltför lätt för ögonblicket – så måste ni göra detsamma i livet. Livet *kan* bli er lärare. Det blir er lärare så snart ni börjar arbeta *av er själva*, av en äkta vilja att arbeta, vilket betyder en värdering av arbetet. Minns att arbetet kan bli mycket kallt och avlägset, om ni inte håller det levande, och ni håller det inte levande, om ni inte älskar det. Att visa en människa hänsyn i livet är alldeles detsamma som att göra det i arbetet, det är bara det att ni inte nödvändigtvis får hjälp av den andra, så att det mycket lätt händer att ert försök att visa hänsyn blir till ett slags ökat krav på hänsyn. Ni måste beräkna *andra kraften* – det vill säga svårigheterna. Det blir naturligtvis meningslöst, om ni utgår från en överlägsen hållning och försöker rätta den andra. Kom ihåg att ni börjar kräva hänsyn i samma stund ni känner er kränkta. Ni måste förhålla er alldeles passiva gentemot den andra människan och arbeta *med er själva* hela tiden, om ni kan, och inte känna er kränkta. Om ni är uppriktiga i er strävan, kanske ni kan genomföra det. Ni får *aldrig* klandra eller visa att ni önskar klandra. Ni måste vara beredda att stå ut med falska anklagelser. Och givetvis måste ni vara beredda att stå ut med den andras obehagliga uttryck, inte förlora fattningen och börja sjunga: ”Här står jag och gör mitt bästa för att vara trevlig” och så vidare. När detta väl börjar, betyder det att ni kräver hänsyn. Och om ni gör det, utgår ni från en mycket inskränkt grund – det vill säga, inte från ett verkligt, mognat mål. Och när ni visar en människa hänsyn i livet, vilket betyder att ni måste förändra er själva, måste ni redan ha någon uppfattning om vad det betyder att vara ”allt för alla människor”. Ni måste kunna äta och dricka och skämta och lyssna och tala utan minsta spår av att ni har arbetet i ryggen. Kanske ni får tillfälle att säga något, kanske inte. Det har ingen betydelse. En människa i fjärde vägens arbete måste kunna vara helt vanlig i livet. Det får inte finnas något slags överlägsenhet, antydan, övertalning, förtäckta anspelningar. Men om ni *arbetar* med er själva, när den andra är svår, skall *detta* göra den andra varse att *ni är annorlunda*. Men ni får inte visa det öppet. När livet blir ens lärare, när man det högsta arbetet. Och då följer ni fjärde vägen rätt i spåren. Men det är svårt – å, vad svårt det är! – och fordrar mycket och långvarigt arbete med en själv och tålmodig förståelse. Ni måste liksom kunna tåla allt som människor utsätter er för och likväl fortsätta arbeta. Men om ni visar en människa hänsyn i livet och känner er överlägsen och därmed känner ett ständigt dömande och visar det öppet, så arbetar ni inte. Det är inte så man gör på fjärde vägen. Att bli *passiv* i arbetets bemärkelse gentemot en annan människa förutsätter ett mycket stort inre arbete, i synnerhet så gentemot en människa i mekaniska livet. I *några* avseenden är det lättare än att bli passiv gentemot en människa i arbetet. Men ni måste själva, av egen erfarenhet, inse vad jag menar. Ni vet hur i livet människor alltid försöker förbättra varandra genom att klandra varandra, alltid finna fel hos varandra. Detta är alldeles meningslöst och leder till ändlös missämja i livet. Men att göra sig själv *passiv* gentemot en människa och arbeta med sig själv inifrån detta – ty att vara passiv förutsätter ständigt arbete med en själv – detta, försäkrar jag er, kan åstadkomma en förändring hos den andra, eftersom ert arbete ger utrymme åt henne att förändras. Men om ni hela tiden reagerar mekaniskt, ger det den andra inget utrymme att vända om och ändra sig. Genom att inte reagera lämnar ni utrymme. Vad gäller att visa en människa i livet hänsyn kom ihåg att ni verkligen måste ha *avsikten* att göra det. Vill ni det verkligen eller inte? Ni måste ha en äkta, mognad, medveten strävan, som börjar i arbetets ljus och som ni håller fast vid varenda gång ni minns er själva och varenda gång ni tänker på vad ni praktiskt uträttar i detta arbete. Först då skall arbetet hjälpa er. Om grunden till er strävan bara är ett mål i mekaniska livet, så blir den inte en ledare för arbetets kraft. Det kan vara lättare att arbeta för ett mål i livet. Vi tillsägs att skaffa oss vänner medelst den orätrådige Mammons goda. I det verkliga förhållandet *i arbetet* är detta inte tillräckligt. Det är i själva verket långtifrån tillräckligt. Men när ni *i livet* visar en människa hänsyn, kan

det som hör till ett mål i livet ingå, om det hjälper ert mål i arbetet. Jag skall ge er ett exempel. Om ni är rädda för att mista ert arbete, er ställning och så vidare, så kan ert livsmål hjälpa ert arbetsmål att vara passiva inför obehagliga yttringar. Detta är tillåtet. Men ni måste veta *vad som är vad* och veta när äkta arbete kommer in och inse vad det är som *ni* gör och vad hänsynstagandena till mekaniska livet får er att göra. Ett annat exempel. En människa kan vara i det läget att hennes kontakt med arbetet är beroende av att hon visar människor hänsyn i livet. Detta *kan* man göra, det är bara det att det förutsätter intelligens och förmåga att vara passiv gentemot kritik. Det förutsätter i synnerhet förmåga av *inre tystnad*. Felaktigt tal vållar naturligtvis svårigheter. Det vill säga, en människa som är inne i detta arbete, omgiven i livet av människor som saknar magnetcentrum, måste uppföra sig på vanligt sätt – måste tåla, inte på något uppenbart eller förbryllande sätt, utan verkligen tåla i sitt inre, så att andra inte märker något ovanligt. Detta ingår i hennes arbete. Hennes andra arbete består i att inte reagera mekaniskt såsom hon alltid gjort. Vi talar om dem i arbetet som genom förbindelser är knutna till människor som inte är inne i arbetet. Nu skall vi tala om dem i arbetet som av någon särskild anledning önskar knyta förbindelser med sådana som inte är inne i arbetet. Hela frågan handlar då om magnetcentrum. Om ni förnimmer arbetet känslomässigt, så får ni svårt att komma i kontakt med sådana som inte kan känna det. Efter några samtal märker ni troligen att det uppstår en spricka. Klandra inte arbetet för att så sker. Arbetet leder er till vissa människor eller gör det inte. Man bör så att säga lyssna på arbetet så gott man kan. Ni skall också komma ihåg att skillnaden mellan en människa som vet något om detta arbete och en som inte gör det är högst avsevärd. I själva verket ligger det en klyfta mellan dem. Socialt sett kan ni tycka om någon och känna er dragna till denne och önska föra denne in i arbetet, men om han saknar magnetcentrum och samtals hela innehåll begränsas till mekaniska livet, så känner ni att det finns en klyfta, vilket också är fallet. Det finns i livet mycket trevliga människor, som inte kan komma in i arbetet. Och det är som det måste vara. Vi kan mötas bara genom en gemensam förståelse, inte genom våra yttre uppenbarelser eller fysiska kroppar. Låt oss söka fatta detta. En människa, som börjar förstå arbetet, har inte lätt att slå sig samman med en som saknar magnetcentrum. Minns: att äga magnetcentrum är ett tecken på *varats* nivå. Somliga har det utan att veta om det. Men i allmänhet gäller att människor på olika nivåer av vara inte slår sig samman. Hur skulle de kunna? Förstå att *magnetcentrum* är en mycket stor sak vad gäller tecknet på en människas vara. En människa kan vara begåvad, en duktig vetenskapsman och så vidare men sakna sinne för något högre – sakna förnimmelse av högre intellekt. En människa på högsta ställning i livet äger inte nödvändigtvis magnetcentrum och gör det vanligen inte. Mekaniska livet är ingen måttstock för bedömning av en människa enligt arbetets värdering annat än i frågan om hon är en god husägare. Varken Herodes eller Pilatus var lämpad för Kristi esoteriska undervisning. Allt detta är säkerligen tillräckligt tydligt. Mekaniska livets värden och arbetets värden är alldeles olika: en som är stor i livet är inte en som stor i arbetet. Ni kan inte tala om detta arbete med en som är mycket framgångsrik i livet och tro att han skall förstå er. Vad jag menar är att ni aldrig får tro att en hög ställning i mekaniska livet betyder en hög uppfattning av detta arbete. I själva verket är det lika ofta tvärtom. Det är först efter en lång tid, som denna idé sjunker in i människor.

Låt mig tillägga något, som är av den största betydelse ifråga om att visa hänsyn. Ni kan inte visa en annan människa hänsyn, såvida ni inte kan dela upp henne i olika skenjag. Och detta kan ni inte göra, såvida ni inte kan se olika skenjag hos er själva. Om ni alltid tänker på er själva som "jag", så tänker ni på alla andra som om även de hade bara ett enda, bestående "jag". Kan ni tänka på olika skenjag hos er själva och inte säga "jag" om allt hos er? Då kan ni i samma utsträckning se olika skenjag hos en annan människa. Ni ser då hennes goda och dåliga skenjag. Detta hjälper er att visa denna andra hänsyn.

VII – OM ATT VARA PASSIV (1)

Förra gången sades i samband med att visa hänsyn att det är nödvändigt att vara *passiv* gentemot en annan människa. Idag skall vi börja tala om *att vara passiv* i Arbetets bemärkelse. Vilket är det centrala temat i Arbetet beträffande dess praktiska sida – det vill säga beträffande arbetet med en själv? Och vad betyder i detta sammanhang inre förändring? Praktiskt arbete med en själv är riktat mot att göra något i en själv passivt som för närvarande är aktivt och något aktivt som för närvarande är passivt. Personligheten, som är aktiv, måste bli passiv, så att väsendet, som är passivt, kan bli aktivt. Detta är den centrala tanken i det praktiska arbetet med en själv. Arbetet är en *andra* uppfostran. Först och främst måste livet utveckla personligheten, så att denna omger väsendet. Det är den första uppfostran. Om människan sedan vill gå vidare i sin utveckling, måste personligheten bli passiv, så att väsendet kan växa och bli aktivt. Så ni ser att en *omkastning* måste gradvis inträda. Först föds ett barn med endast väsendet, som är aktivt. Sedan formar livet personligheten omkring väsendet, och personligheten är aktiv. Detta förhållande förblir oförändrat, såvida en människa inte börjar arbeta med sig själv. Om hon det gör, kommer personligheten gradvis att bli passiv och väsendet aktivt. Det finns således tre möjliga inriktningar: Den första hos barnet, där väsendet är aktivt. Den andra hos den vuxne, där personligheten är aktiv. Den tredje hos den människa som arbetar med sig själv, där personligheten är passiv och väsendet aktivt. Arbetets hela ändamål är att göra den förvärvade personligheten passiv. I Arbetets bemärkelse betyder att bli passiv att man utför ett inre arbete med personligheten. Det betyder att man till sist avskiljer sig från personligheten. Genom livets inverkan har det hos var och en av er bildats ett mycket sammansatt, uppbyggt något, som kallas personligheten. Denna har bildats genom efterapning, genom vana, genom inflytande från den tid ni växte upp i, genom förebilder, genom fantasier, som ni hämtat från romaner, från teaterpjäser, från filmer, genom attraktion, hjältedyrkan och genom tusen och en andra inflytanden, som påverkat er utifrån och trängt in i er genom de yttre sinnena, från det yttre livet. Allt detta utgör den *förvärvade* sidan av er och kallas allmänt personligheten. Väsendet är det ni har medfött, personligheten är det ni förvärvat. Och det ni har fötts med eller fötts som förändras med allt detta som ni förvärvat och godtar och samtycker till och tror på och identifierar er med. En ny människa växer således omkring det ursprungliga väsendet. Detta är personligheten. Och allt detta *måste* ske, ty väsendet kan av sig självt inte växa utöver en viss begränsning. En människa kan inte växa rakt upp ur väsendet. Detta är ett av de märkliga ting som Arbetet lär.

På grund av att personligheten bildas förskjuts er medvetenhets tyngdcentrum från väsendet (i barndomen) utåt till den personlighet ni förvärvat från de särskilda omständigheter ni uppfostrats i och de särskilda saker som ni har intresserat er för å ena sidan och som har tilltalat er fåfänga å andra sidan. På detta sätt mister ni så att säga er ursprungliga grund och blir något *förvärvat*, något påhittat. Er känsla av "jag" flyttar utåt och in i alla möjliga känslor, som hämtats från livet. En människa känner ingen inre stadga, när hon hämtar sin jagkänsla från livet. Det vill säga: hon är alltid rädd att något kan hända henne eller hennes egendom eller ställning eller anseende. Detta beror på att hon identifierar sig med allt som livet har format i henne, och detta betyder att hon förnimmer sig själv endast genom personligheten. Men andra självförnimmelser är möjliga, som inte har hämtats från livet och personligheten, och dessa förnimmelser ger människan en känsla av stadga som inget yttre kan taga ifrån henne. Och det är genom dessa förnimmelser, som en människa börjar känna sig fri, ty de beror inte av någonting utanför henne och kan alltså inte tagas ifrån henne. En sådan människa börjar att inte längre vara så mycket slav under yttre ting.

Antag att ni som pojke hamnar i det ledande laget i skolan. Då börjar ni förnimma er själv utåt genom detta, och ni bär en mössa som inger er denna känsla. Ni blir en medlem av det ledande laget, och det är nu er främsta jagkänsla. Sedan kastas ni ut ur laget. Vilken tragedi! Allt detta är nödvändigt med avseende på den första uppfostran. Så ni blir det ena eller det

andra i livet, och det är vad ni bör och måste bli. Ni får den eller den framgången eller triumfen och så vidare, och det är vad ni bör och måste få. Det är ett slags träning. Allt detta är nödvändigt i början. Allt detta formar förmimmelser av er själv i personligheten, vilken i stort sett lever på att jämföra sig med andra. Det vill säga: ni känner att ni förlorar något av er själv i närvaron av en människa, som bär en finare mössa och så vidare. Jag upprepar: allt detta är nödvändigt, men det ger ett felaktigt tyngdcentrum. Antag att ni är en framstående skådespelare eller boxare. Ni vill då inte gärna höra en annan skådespelare eller boxare berömmas. Varför inte? Därför att er jagkänsla är hämtad från personligheten, och ni känner att ni förlorar något av ert ”jag”, förlorar själva känslan av er själv, om någon annan överträffar er. Men allt detta handlar om att träna er i att hysa illusioner om ”jaget”. Ty om ni har det minsta smul av verklig jagförmimelse, är detta omöjligt. Det verkliga jaget existerar inte genom *jämförelser*. Därför förstår ni att när det sägs att personligheten i stort sett lever på att göra jämförelser, behöver ni bara studera er själv eller andra i ljuset av detta en kort tid för att inse hur lätt var och en uppröres eller förargas och hur bräcklig denna jagförmimelse är som människor fortsätter med att försöka leva i – det vill säga i jagkänslan hämtad ur någon sida av personligheten.

Vi skall nu tills vidare hålla oss till den stora formulering Arbetet gjort om personligheten och väsendet. Den tredje eller neutraliserande kraften i livet gör och måste göra personligheten aktiv och väsendet passivt. Så Arbetet säger att om ni kommer in i den tredje kraft som Arbetet är, som står emot livet, måste personligheten gradvis bli passiv för att låta väsendet utvecklas. All *individuell* evolution, all verklig inre utveckling av *er själv*, hänger på att *väsendet växer*. Om ni är full av falska jagförmimmelser, av påhittade ideer om er själv, så kan väsendet inte växa. Att verkligt förändras i det inre betyder att väsendet utvecklas – det vill säga att den verkligaste och djupaste delen av er utvecklas. För att detta skall ske måste personligheten gradvis bli passiv. Detta är den verkliga innebörden av att *vara passiv* i Arbetet. Det är att bli passiv till personligheten i er själv. Så när det sägs att man, när man verkligen visar hänsyn, måste man vara passiv, så betyder det att man måste bli passiv gentemot ens *personlighets reaktioner*. Och detta förutsätter det mest medvetna och det mest koncentrerade arbete med en själv. Det vill säga det förutsätter ett mycket aktivt medvetet inre tillstånd. Och vi får inte antaga att vi förmår nå detta tillstånd genast.

På grund av att personligheten formats, har ni typiska, invanda sätt att reagera på omständigheter och händelser och på andra människor. Om ni inte kan iakttaga era typiska reaktioner, era ständiga mekaniska sätt att taga saker och människor, ert vanliga schablonmässiga beteende, era ständigt återkommande obehagliga yttringar, era förargelser och kritiska anmärkningar osv., så har ni förstås ingen aning om att ni ens äger en förvärvad *personlighet*. Ni tar er själv för givet – ett slags fast massa av idel förträfflighet. Men fastän vi så lätt tar oss själva för givet, är vi inte en och samma människa vid olika tillfällen, som vi förmodar. Vi är inte fasta. Om vi tydligt såg att vi inte alltid är en och samma fasta människa, skulle vi inte taga oss själva för givet som vi gör. Något av vår fåfänga och egenkärlek, som binder samman personligheten, skulle börja lämna oss. Kom ihåg att personligheten är *många*. Den är sammansatt av många olika och motstridiga ”jag”, som har förvärvats. Och den innehåller också alla slags andra saker som Arbetet ofta talar om: negativa inställningar, buffertar, bilder av en själv, mekaniska associationer, sånger, musikinspelningar, typiska slag av inbillning, negativa tillstånd, karakteristiska former av lögn och kort sagt allt det som den praktiska sidan av Arbetet lär oss att lägga märke till och iakttaga i oss själva livet igenom. När Arbetet väl börjar få en äkta inverkan på en människa, börjar dessa former av jagförmimelse, alla dessa jagkänslor som hämtats från personligheten, att upplösas. Men Arbetets inverkan i detta hänseende sker mycket gradvis, ty Arbetet verkar på människor mycket mjukt och endast efter måttet av vad var och en av oss kan uthärda. När man verkligen börjar se något i en själv, så betyder det att man kan uthärda det. Om ni inte kan se några ”jag”, så betyder det att ni inte är redo. Att se sig själv som man verkligen är skulle vara outhärdligt. Så Arbetet inverkar gradvis. Ni kanske

börjar se något – några ”jag” – som ni, låt säga, inte riktigt tycker om men som ni inte blir kvitt förrän ni antingen ser eller vet något bättre ”jag” och föredrar det eller förrän ni kan bli kvitt detta ”jag” utan fara för er själv. Men det skall vi tala om i nästa föredrag.

Låt oss nu komma tillbaka till vad det betyder att *vara passiv*. I uttryckets fulla innebörd betyder det att vara passiv gentemot personligheten, och detta betyder i sin tur att vara passiv gentemot en själv. Kan ni vara passiv gentemot era mekaniskt uppkommande invändningar ens i fem minuter? Ja, jag råder er att iakttaga hur er personlighet i varje stund reagerar på allt och alla. Det är detta ständiga reagerande man måste arbeta med för att kunna börja vara passiv mot sig själv. Och detta kräver ett ständigt medvetet tillstånd av själviakttagelse. Ingen kan ännu göra det länge. Men ni kan öva att *vara passiv* i denna bemärkelse en kort stund, säg, fem minuter. Lägg märke till när ni börjar komma med invändningar i ert inre – märk vilka reaktioner som uppstår hos er – och försök att förhålla er passiv *till dem*, inte till de människor som får dem att uppstå. Är detta klart? Ni måste göra er passiv gentemot era egna reaktioner, inte till de människor ni reagerar på. För att kunna göra detta måste ni vara vaken i ert inre och i stånd att se olika ”jag” inom er och vad de vill säga eller hur de vill handla i denna stund.

Låt oss försöka göra allt detta helt klart. Förstår ni allesammans att ni har *förvärvat* många saker inom er själva som ni tar för *er själva*? Kan ni hålla med om att ni genom uppfostran, efterrapning, förebilder, vad ni fått lära er och så vidare har alla möjliga uppfattningar, föreställningar, strävanden, uppskattningar, värderingar, omdömen, förväntningar, sätt att visa vad ni tycker om och ogillar, karakteristiska sätt att tala och i korthet många typiska *reaktioner* på livet? Och är det för mycket sagt att alla dessa uppbyggda förvärvade reaktioner inom er är sådant som ni vanligen tar för *er själv*? Ni anser dem nödvändiga, eller hur, eller naturliga, eftersom ni tror att de är ni. Men det verkliga jaget där inne är *icke* dessa saker, som ni håller fast vid och tar för *er själv*. Om ni utgår från denna enkla grund kommer ni att börja förstå vad det innebär att vara *passiv* – det vill säga passiv gentemot er själv eller rättare sagt passiv gentemot det som ni alltid tagit för *er själv*. För att vara passiv till en själv får man inte taga sig själv för givet. Det finns inte något sådant som kan kallas ”jag” inom er. När en människa, som är helt identifierad med sin förvärvade personlighet, till exempel säger, ”jag tycker det”, ”jag anser det”, så blir Arbetets svar på detta: ”Vilket ’jag’ är det som talar?” Inser ni hur mäktigt denna idé är? Och kan ni börja tillämpa denna Arbets-idés makt på er själv? Säkerligen inte, om ni inte börjar dela upp er själv i olika ”jag”. Om ni tar er själv för givet som en fast kropp, så kan ni inte dela upp er själv, och då är heller ingen förändring möjlig. Ordet ”jag” kommer att slippa ut ur er mun i varje ögonblick, men ni kommer inte att inse att det är ett annat ”jag” som talar i varje ögonblick. Ett ”jag” vrålar, ett annat ”jag” talar milt och så vidare. Likväl inser ni inte att varje ”jag” är helt skilt från de andra. Det är en stor chock för egenkärleken att inse att det inte finns någon sådan människa, som kan kallas ”jag”. Men om denna insikt icke börjar nå er, kommer ni aldrig att kunna bli passiv gentemot *er själv*. Ni kan inte börja bli passiv gentemot er själv, såvida ni inte genom inre iakttagelse ser er själv som *många* olika människor och lär er om era olika ”jag” och särskilt lär känna vilka ”jag” inom er som ni aldrig får låta taga full kontroll över er. Nästa gång skall vi mer utförligt tala om att *identifiera sig med sig själv* och om olika sätt att dela upp sig i det inre. Låt mig här säga att ni aldrig får låta de ”jag”, som sätter värde på Arbetet, förlora makten inom er. Lägg märke till de ”jag” ni umgås med. Ge er inte i lag med fel människor inom er. Kom ihåg att ni är en stad med slumkvarter och farliga gator men också med bättre gator och goda medborgare. Kom ihåg att ni är ett hus fullt av tjänare, som inte lyder någon. Handlade inte vår första uppfostran delvis om att inte vara i lag med fel människor utanför oss? Vår andra uppfostran handlar om att inte vara i lag med fel människor inom oss. Vår första uppfostran var *yttre*: vår andra uppfostran är *inre*. Livet ger oss inte denna andra uppfostran. Endast den esoteriska undervisningen ger oss den andra uppfostran – det vill säga ger den till dem som söker efter något annat än det vanliga livet.

VIII – OM ATT VARA PASSIV (2)

Detta Arbete består i att försvaga personligheten. Detta är i förstone till nackdel, ty man känner sig faktiskt svag, när man inte längre kan reagera på det vanliga sättet. Låt oss antaga att ni alltid varit van vid att bli arg över något och att ni nu inte kan det. Ni känner er svag. Ni känner att ni förlorat något. Förlorat vad då? Förlorat en del av personligheten. Samtidigt vinner ni något och är egentligen starkare.

Låt oss i dessa kommentarer om att kräva och visa hänsyn försöka bättre förstå vad som menas med att göra personligheten passiv. Ändamålet är att låta väsendet växa. Varje gång ni går emot personligheten medvetet, vinner ni något. Ni får förstås inte uppfatta detta aritmetiskt. Ni kan inte vänta er att genast få någon exakt utmätt vinst. Det är mer sammansatt och svår-fångat än så. Personligheten håller er där ni är. Den är förvärvad. Den har blivit *ni*: eller ni har blivit *den*. *Den* gör, *den* handlar, *den* säger, *den* finner fel, *den* förstör en glad stund, *den* tar makten över er i varje ögonblick. Så det är den som håller er där ni är och låter ert liv förbli vad det är. Var är då ni någonstans? Ni är där ni är i bemärkelsen av vad ni har inom er som är aktivt och alltså vad ni upplever och vad ni tror att ni trivs med. Ni ser livet just där utanför er, och kanske ni önskar er alla möjliga saker, men ni kan inte komma in i livet och få något av det annat än i den mån er personlighet låter er göra det. Ni går in i livet i enlighet med den form er personlighet antagit. Ni möter livet, människor och så vidare genom er personlighet, inte direkt. Är detta klart? Nu är det så att ni inte ser er personlighet. Den är inte medveten för er. Så ni kanske klandrar livet eller människorna eller känner er besviken och så vidare. Problemet är att ni har förvärvat en viss mekanisk inrättning, med vilken ni får kontakt med livet. Den kallas *personligheten* och den låter er uppfatta livet så att säga enligt sin form. Och här har vi er nu, och ni bär alltid omkring er personlighet, er apparat för att uppleva livet, och ni hoppas alltid att om ni kanske hade en annan omgivning, nya människor omkring er, ett nytt hus, nya kläder osv., så skulle allt vara fullständigt annorlunda. Hur kan det vara det? Ni bär omkring på er apparat för kontakt med livet – det vill säga er personlighet. Ni kan packa era resväskor, stoppa dem fulla med nya kläder och bege er till Antipoderna – men ni tar er personlighet med er, med alla dess förvärvade tankevanor, känslövanor, beteendevanor, pratvanor, felfinnerivanor, rörelsevanor, hälsovanor och så vidare. Nu handlar detta arbete om att komma bort från sig själv, inte från livet. Ni kommer inte bort från er själv genom att ändra er yttre scen. Därför är det nödvändigt att iakttaga sig själv och se vad ens personlighet är för något och studera den och se vad ens apparat är för något. Vi har alla möjliga drömmar om ett nytt liv – om idealiska omständigheter, underbara människor och så vidare. Men sådana drömmar är fåfänga, ty även om vi försattes i utomordentliga och härliga omständigheter, såsom sådana som sägs råda i Paradiset, skulle vi reagera på dem genom vår personlighet och mycket snart bli utkastade som olämpliga, kan jag tänka. Problemet är sannerligen att ingen av oss vet hur vi skall leva, eftersom ingen av oss inser att problemet ligger i personligheten – det vill säga i den mot-tagnings- och reaktionsapparat vi använder för att få kontakt med livet. Och vi kommer aldrig att lära oss hur vi skall leva ens någotsånär riktigt, om vi inte arbetar på *personligheten* inom oss och ser vad den är för något i vårt fall och vilka bekymmer som härrör från *oss själva* och inte bara från andra och från livet.

Allt detta Arbete handlar om att efterlikna den Medvetna Människan. Men om vi inte arbetar på personligheten, förblir vi mekaniska människor. Då är det *den* som handlar. Maskinen talar. *Den* blir arg. *Den* tar över allt. Och även om ni börjar bli varse att det finns något annat i er, något djupare som inte vill handla, tala, känna, tänka på det sätt ni gör, kommer ni inte att kunna ändra något – åtminstone inte på länge. Men också då, om ni ser detta, är ni i ett långt bättre läge än den människa som inte uppfattar att det alltid är något som tar över henne och fördärvar allting. I Arbetet måste vi inse att vi är i någots våld som kallas personligheten i oss och att den är en maskin som styr oss. Ni kanske ligger i er säng på morgonen i ett halvslumrande tillstånd och mycket klart inser vad ni borde säga eller tänka

eller känna eller göra, men så fort ni stiger upp, är det något som tar makten över er. Det tar makten över er, och det börjar handla och tala på ett sätt som går alldeles emot det som ni insåg och planerade. Vad är det som tar makten över er? Det är *personligheten*. Och på en kort stund – ett ögonblick – är ni helt och hållet i dess våld, och allt ni tänkte och planerade, när ni var mer vaken, friare, det vill säga från personligheten, synes ligga långt borta eller rent av vara dumheter. Så ni betar er exakt likadant som i går. Något griper tag i er, och ni somnar i dess grepp. Detta är det sorgliga med oss, detta att vi inte kan förändras och att vi rent av glömmer att vi borde förändras, och att vi glömmer det en hel dag eller en vecka eller till och med längre. När vi väl är i personligheten, går allt med maskineri. Det är bara det att när vi väl är i personlighetens grepp, ser vi den inte som ett maskineri. Det ena leder till det andra på associationernas och vanornas lätta vägar, och därför är denna dag gårdagen lik, och morgondagen blir denna dag lik. Och allt detta synes oss logiskt, förnuftigt, berättigat och naturligt. Men när en människa börjar vakna något litet – det vill säga bli friare från personligheten – får hon ögonblick då hon ser denna *maskin* som hon är bunden vid och i vars makt hon är. Hon ser att hon sitter i fängelse. Hon kanske rentav börjar bli *rädd* för denna smidiga, starka, självgående maskin, detta Frankensteins monster, som envisas med att styra henne och som livet gradvis byggt i henne utan hennes vetskap. Och då börjar hon förstå vad *arbete med en själv* betyder och vad hennes uppgift består i och vad hon måste kämpa med för återstoden av sitt liv. Detta av yttre krafter skapade föremål i henne, denna personlighet som formats av det yttre livet, denna maskin är, vilken skepnad den än antar, draken som skall besegras för att tala mytens språk. På Fjärde Vägen, som ligger i livet, kan ni inte gå i kloster eller sitta i en grotta eller bo i öknen för att befria er från personligheten. Att göra personligheten passiv innebär, på den Väg vi studerar, oavbrutet arbete med en själv *i livet*, genom iakttagelse, genom att inte identifiera sig med sig själv, genom att dela upp sig själv i det inre och så vidare. Hela arbetet handlar om detta.

Låt mig citera något som herr Ouspensky yttrade för många år sedan om kampen med personligheten. Det hade förklarats att en människa måste gradvis lära sig att taga fotografier av sig själv som en helhet och inte bara iakttaga enstaka detaljer. Hon måste börja se *hela* sig själv, i alla centra, i ett givet ögonblick. ”För detta ändamål måste en människa så att säga lära sig att taga mentala fotografier av sig själv i olika ögonblick av sitt liv och i olika känslotillstånd och inte fotografera endast detaljer utan fotografier av det hela som hon såg det. Med andra ord måste dessa fotografier *samtidigt* innehålla allt som en människa kan se i sig själv i ett givet ögonblick: hennes känslor, stämningar, tankar, sinnesförmimmelser, kroppshållningar, beteende, rörelser, tonfall, ansiktsuttryck och så vidare. Om en människa lyckas med att fånga intressanta ögonblick att taga dessa fotografier, kan hon samla ett helt album av självporträtt, vilka sammantagna kommer att mycket klart visa henne vad hon verkligen är. Men det är inte så lätt att taga dessa fotografier av en själv i de mest intressanta och mest typiska ögonblicken. Det tar tid att lära sig hur man gör det. Men om människan lyckas taga fotografierna och taga tillräckligt många, kommer hon att se att hennes vanliga självuppfattning, som hon levat med i årtal, är mycket långt från verkligheten.

I stället för den människa hon förmodat sig vara kommer hon att se en helt annan människa. Denna ”andra” människa är hon själv och samtidigt inte hon själv.

I detta Arbete måste man lära sig att urskilja det verkliga från det påhittade och senare att sära på dem. Och för att kunna börja iakttaga sig själv och studera sig själv måste man dela upp sig själv i en verklig och en påhittad sida. Det vill säga: människan måste inse att hon egentligen består av *två människor*. Allt detta tar tid. Men så länge som människan uppfattar sig själv som *en enda*, kommer hon aldrig att kunna röra sig bort från där hon är. Hennes arbete med sig själv begynner i det ögonblick hon börjar känna *två människor* inom sig. Den ena är passiv, och det mesta den kan göra är att registrera eller observera vad som händer den. Den andra, som

kallar sig ”jag”, är aktiv och talar om sig själv i första person, är egentligen endast en påhittad, en överklig person. (Låt oss kalla denna påhittade person i människan för A.)

När en människa inser att hon är hjälplös inför A, upphör hennes inställning till sig själv och till A att vara likgiltig eller oberörd. Självakttagelsen blir iakttagelsen av A. En människa förstår att hon inte är A, att A är intet, men att den mask hon bär, den roll hon omedvetet spelar och som hon tyvärr inte kan sluta spela, en roll som behärskar henne och får henne att göra och säga tusentals dumheter, tusen saker hon själv aldrig skulle göra eller säga. Om hon är uppriktig mot sig själv, känner hon att hon är i A:s våld och känner hon samtidigt att hon inte är A.

Hon börjar bli rädd för A, hon börjar känna att A är hennes fiende. Oavsett vad hon vill göra, fångar A upp det och ändrar det. A är hennes fiende. A:s önskemål, tyckanden för och emot, tankar, åsikter är antingen motsatta hennes egna åsikter, känslor, stämningar eller har inget gemensamt med dem. Och samtidigt är A hennes herre. Hon är slaven, hon har ingen egen vilja. Hon har inga medel att uttrycka vad hon vill med, ty vad hon än vill göra eller säga, säga, säga eller gör A det i hennes ställe.

När en människa har nått denna nivå av självakttagelse, måste hon förstå att hela hennes mål består i att befria sig från A. Och eftersom hon faktiskt inte kan befria sig från A, eftersom han här hon, måste hon bemästra A och få honom att göra, icke vad A i ett givet ögonblick vill, utan vad *hon själv* vill. Från att ha varit herren måste A bli tjänaren.

Första stadiet i arbetet med en själv består i att mentalt avskilja sig från A. Senare består arbetet i att faktiskt avskilja från honom. Men man måste komma ihåg att hela uppmärksamheten måste samlas på A, ty en människa kan inte förklara *vad hon själv i verkligheten är*. Men hon kan förklara A för sig själv, och med detta måste hon börja, varvid hon samtidigt minns att hon inte är A.”

Låt oss notera att det i det ovan anförda citatet framhålls att en människa inte kan förändras så länge hon uppfattar sig själv som en enda. Men när hon delar upp sig själv i en *iakttagande sida* och en *iakttagen sida*, har första steget mot en möjlig förändring tagits. Det vill säga: en människa måste bli *iakttagande ”jag”* och *personlighet*. Allt som en människa då kan iakttaga i sig själv måste hon till att börja med uppfatta som A – alltså personligheten. Nu antar människor att det bara finns en sak som handlar i en människa, och så länge som människor uppfattar sig som enhetliga, kan de inte tänka annorlunda. Därför tycker de att tanken på självakttagelse är mycket svår att förstå. ”Vad är det vi skall iakttaga?” frågar de. Svaret blir: ”Allt” – till att börja med. De säger då: ”Men allt som jag kan iakttaga är ju jag!” Svaret blir: ”I arbetets mening: nej och ja.” Allt ni iakttar måste ni först uppfatta såsom personligheten inom er. Denna personlighet inom er styr er, och den del som kan iakttaga den är i förstone hjälplös inför den. Tingens ordning är felaktig. Styrningen ligger på fel ställe. Det inre kan inte behärska det yttre. Den som skulle styra måste lyda, och den som skulle lyda styr. Den iakttagande, inre delen ser den yttre delen, som kallar sig ”jag” och handlar i dess, den inre delens namn och kan i förstone ingenting göra åt det. Lagg här märke till att den iakttagande delen alltid ligger djupare än den iakttagna – det vill säga den inre kan iakttaga den yttre, men inte omvänt. Fastän den inre, iakttagande delen i förstone är hjälplös, stärks den av Arbetets ideer, vilka när den. Den inre kan endast bli starkare genom Arbetet. Livet kan inte nära den. Människan börjar då vilja befria sig från personligheten, från A, från den maskin i vars makt hon är. Den neutraliserande kraften i livet håller personligheten aktiv: den neutraliserande kraften i Arbetet när den inre, iakttagande sidan. Kort sagt börjar människan förstå att hela hennes strävan har till ändamål att befria henne från A, från personligheten. Låt oss säga det ännu en gång: ”Eftersom hon faktiskt inte kan befria sig från A, eftersom han är hon, måste hon bemästra A och få honom att göra, icke vad A i ett givet ögonblick vill, utan vad hon själv vill. Från att ha varit herren måste A bli tjänaren.”

IX – OM ATT VARA PASSIV (3)

I det senaste föredraget sades att en människas arbete med sig själv begynner i det ögonblick hon börjar känna att det finns *två människor* inom henne. Den ena är passiv, och det mesta den kan göra är att registrera och iakttaga vad som händer den från andra människors sida. Den andra, som kallar sig ”jag”, är aktiv. Den talar om sig själv i första person. Den betraktar sig själv som den verkliga människan, människan själv. Låt oss lägga märke till att det sägs att en människas arbete med sig själv begynner i det ögonblick hon börjar känna att det finns två människor inom henne, den ena passiv och den andra aktiv. Nå, hur många, tror ni, når detta stadium? Låt mig ställa denna fråga till envar av er: ”Har ni klart och tydligt nått detta stadium, så att ni ständigt inser att det inom er finns en aktiv sida, som fortsätter att taga makten över er i varje stund, och en passiv sida, som bara kan se på och vara medveten om att så är fallet och som är alldeles hjälplös inför denna aktiva sida?” Om ni kan svara bestämt att ni har nått detta stadium, så är det bara att gratulera, ty det betyder att det inom er har skett en verklig och mycket viktig inre uppdelning, nödvändig för de vidare stadierna i Arbetet. Ty det är just denna passiva sida, som har blivit avskild från den aktiva, som kan växa. Människans evolution i Arbetets bemärkelse är en evolution från den passiva och inte den aktiva sidan av henne. Men det är just därför att denna inre uppdelning i en aktiv och en passiv sida är så svår att uppnå, tar så lång tid och beledsagas av så många misslyckanden i början, som det personliga arbetet avstannar eller går i en cirkel.

Eftersom detta är en så viktig sak och så svårt att förstå, låt mig ställa frågan annorlunda: ”Inser ni er *maskinmässighet*, och fortsätter ni att inse den?” Vad betyder det ”att inse sin maskinmässighet”? Det betyder att ni börjar inse att ni är en maskin, som *reagerar* på yttre påverkan. *Den agerar* inte, utan *reagerar*. Allt det som ni fattat som individuellt och medvetet handlande är mekaniskt. Med andra ord: att inse vad maskinmässighet är, att inse att ni inte kan bete er annorlunda än som ni beter er. Envar tror sig vara *fri* och kunna handla som han vill eller väljer. Envar tror att han eller hon kan säga det ena eller det andra av fritt val eller göra det ena eller det andra av fritt val. Arbetet lär att detta är en illusion. Det säger att det är den första stora illusion som måste skingras i det praktiska arbetet med en själv. Människan kan inte *göra*. För att kunna *göra* måste en människa vara *fri* att *göra*. För att *göra* måste människan först *vara*. Och för att *vara* måste människan bli en enhet. Då är hon *fri*. Men sådan som hon är, är människan inte *fri*, även om hon så gärna inbillar sig att hon är det. Det hon *gör* dikteras för henne av hennes maskin – det vill säga av det slags maskineri som byggts upp i henne genom omständigheter, uppfostran, utbildning, imitation, fantasi, negativa tillstånd, inställningar, åsikter och så vidare. Detta är en av grundprinciperna i Arbetets *psykologiska* lära. En människa kan inte *göra*. *Den*, det vill säga maskinen, ”gör” i henne. Detta är vad som menas, när det sägs att människa måste nå det stadium, genom långvarig och ofta smärtsam inre iakttagelse, där hon inser att det finns *två* människor inom henne, den ena aktiv och den andra passiv. Den passiva människan – när hon väl nått medveten tillvaro – kan först inte *göra* något. Hon kan bara lägga märke till vad den aktiva människan ”gör” och måste länge underkasta sig detta, hur mycket hon, den passiva människan, än önskar att det vore annorlunda. Att bli passiv gentemot sig själv är det första stadiet i Arbetet. Det kräver en stor inre aktivitet av *uppmärksamheten*. Frågan om att *styra* personligheten uppstår senare (*inte här*). Innan någon fråga om att *styra* personligheten uppstår, måste en människa studera vad det betyder att bli passiv gentemot sig själv, vad det betyder att inte identifiera sig *med sig själv i varje ögonblick* – annars kommer hon att hela tiden vara identifierad med sig själv. Detta innefattar hela henne själv – *allt* hon kan iakttaga under tidens lopp – icke blott vad hon personligen anser vara dåligt, utan *allt*. Det är därför det ofta sägs att självakttagelsen måste vara *okritisk*. Om den är kritisk, så iakttar man endast en del och tänker aldrig på att iakttaga en annan del – som faktiskt kan hänga ihop med den första. Den passiva människan har ännu inte styrkan att ändra något hos den aktiva människan – det vill säga *styra* henne. Tyvärr

börjar människor genast, från allra första början, med att försöka styra, försöka *göra*. Det är omöjligt, förrän den rätta graden av styrning har uppnåtts. Den rätta graden av styrning uppnås genom att den passiva människan steg för steg blir starkare.

* * *

Ofta sägs i detta Arbete att människan befinner sig i fängelse. De första föredragen handlade ofta om "fängelset" – och om "rymningen ur fängelset". Men för att rymma måste en människa först inse *att* hon befinner sig i fängelse och se var hennes fängelse ligger. Jag skall anföra något, som en gång sades om detta. "Om en människa, som befinner sig i fängelse, någonsin skall ha en chans att rymma, så måste hon först och främst inse att hon befinner sig i fängelse. Om hon inbillar sig att hon är fri, hur kan hon då ens börja tänka på att rymma ur fängelset? Hon betraktar då hela tanken som meningslös. Så länge som hon inte inser att hon sitter i fängelse, så länge tror hon också att hon är fri. Då har hon ingen som helst chans. Ingen kan hjälpa henne. Ingen kan befria henne med våld, mot hennes vilja, mot hennes önskan. Om befrielsen skall bli möjlig, är den första förutsättningen att en människa känner att hon befinner sig i fängelse och begynner studera det fängelse hon sitter i och de medel hon kan bruka för att rymma. Och hon kan vinna friheten endast såsom resultat av långvarigt arbete och långvarig ansträngning – och därmed menas medveten ansträngning, riktad mot ett bestämt mål. Men för att kunna rymma ur fängelset måste en människa få hjälp. Hon måste få omtalat för sig vad hon skall göra och få det omtalat gång på gång, av dem som tidigare rymt och i sin tur överlämnat sin kunskap till andra, som insett att de befinner sig i fängelse och själva börjat rymma."

I det som sägs i det nyss anförda måste ni förstå att det som menas inte är något fysiskt fängelse och att inte blott kroppen är fängelset. Det som menas är ett *psykologiskt fängelse*, som man måste rymma ur. Var och en sitter i sitt eget fängelse. Om en människa verkligen kunde stå bakom sig själv – det vill säga stå bakom varje sida och varje yttring av sig själv, antingen hon anser det bra eller dåligt – så skulle hon kunna se det fängelse hon lever i. Men för att kunna göra detta måste hon bli *passiv* gentemot sig själv. Hon måste se alla sina reaktioner, vare sig hon betraktar dem som bra eller dåliga, passivt. Hon måste se alla de åsikter hon uttalar, vare sig hon betraktar dem som bra eller dåliga, passivt. Hon måste se sina inställningar. Och när hon nått detta stadium, genom långvarig själviakttagelse, då är hon verkligen uppdelad i två människor – den ena aktiv och den andra passiv. Den passiva människan står *inuti* eller *bakom* den aktiva människan. Den passiva människan är på detta stadium maktlös, men även om hon är maktlös inför den aktiva människan, är hon nu *medveten om henne*. Hon ser sitt fängelse. Detta är den verkliga förändringens utgångspunkt. Så jag ställer er samma fråga som förut: "Har ni nått det stadium, där ni inser att det inom er finns en aktiv sida, som tar makten över er i varje stund, och en passiv sida, som bara kan se på och som är alldeles hjälplös inför denna aktiva sida?"

Ju mindre ni identifierar er med er själv, desto mer blir ni passiv gentemot er själv.

X – OM ATT VARA PASSIV (4)

Om att vara identifierad med sig själv

Del I. – Om ni skall gå från ett rum in ett annat, är det omöjligt för er att göra det, om ni sitter fast vid något i det första rummet. Antag att ni sitter fast i er fåtölj. Då blir det omöjligt att röra sig, annat än med fåtöljen fastsatt vid sig. Och om dörren är för trång, kan ni inte komma igenom den. Och ni måste tänka er att vi sitter fast vid många saker, som hindrar oss från att övergå till en högre nivå av vara. Jag minns att herr Ouspensky vid ett tillfälle talade om att vi hade ett mycket stort antal överrockar på oss. Han sade att det var nödvändigt att vi tog av oss dessa överrockar en i taget. Annars var vi för påbyltade för att komma igenom dörren. En människa, som tror på sig själv, på sin dygd och förtjänst och så vidare, är i psykologisk mening påbyltad. Hon kan därför inte komma igenom den "trånga porten" – eller

genom ”nålsögat”. Hon är en kamel. Kamelen är ett stort och istadigt djur. Givetvis menas en människa, som *psykologiskt sett* är en kamel.

I evangelierna kallas en människa, som är mycket identifierad med sig själv, för en *rik man*. Hon har en bestämd uppfattning om sitt eget värde. Hon anser att hon vet, hon är viss om att hon kan göra och är säker på att hon är klar över vad som är rätt och orätt. En dylik människa är väldigt mycket *identifierad med sig själv*. Detta är den *rike mannen* i Evangelierna, om vilken Jesus sade att det var lättare för en kamel att komma igenom ett nålsöga än för en rik man att komma in i himmelriket. I det fall som Evangelierna omtalar ansåg den rike mannen att han ägde godhet och hade förvärvat mycken förtjänst i allt han gjort. Han var identifierad med sig själv. Så allt han gjorde ingick i den felaktiga delen av honom. Därför sade Jesus till honom: ”Gå och *sälj* allt vad du äger!” Den rike mannen blev bedrövad, ”ty han var mycket rik” – det vill säga var identifierad med sig själv och sitt värde. Ändå var han inte lika mycket identifierad med sig själv som den farisé som sade: ”Jag tackar dig, Gud, för att jag icke är såsom andra människor, rövare, orättrådiga, äktenskapsbrytare, ej heller såsom denne publikan. Jag fastar två gånger i veckan; jag giver tionde av allt vad jag förtjänar,” medan publikanen bad: ”Gud, misskunda dig över mig syndare.” Fariséen är ett extremt exempel på identifiering med en själv. Låt oss klart förstå att en människa kan vara mycket god i livet och göra sin plikt och troget följa allt hon förstått och hjältemodigt möta faran och likväl vara en *rik man* i evangeliernas mening. Detta betyder att hon är identifierad med sig själv i allt hon gör och är nöjd med sig själv. Nu vet ni att det i Arbetet finns ett yttrande, som lyder ”Förrän en människa når den punkt, där hon inser sin egen *intighet*, kan hon inte förändras.” Att börja inse sin egen intighet som en *praktisk erfarenhet* är att sluta vara en ”rik människa”. Med andra ord är det att sluta *identifiera sig med sig själv*.

* * *

Del II. – Låt oss nu ur olika synvinklar tala om att identifiera sig med sig själv. Låt oss börja med att säga att *där* ni är identifierad med er själv, *där* kan ni inte vara passiv gentemot er själv. Att vara identifierad med sig själv betyder att man sitter fast vid något i en själv, något som man uppfattar som sig själv. Antag att ni sitter fast vid föreställningen att ni är en ärlig människa. Detta innebär att ni sitter fast i denna bild av er själv. Ni gör en bild av er själv för er själv om att ni alltid är ärlig. Så vart ni än går, bär ni så att säga denna bild med er. Ni existerar inte skild från denna bild. Ni *är* denna bild. Den följer med er överallt, även om ni inte är ärlig, inte talar sanning. Er oärlighet påverkar inte den bild som ni har av er själv och som ni sitter ordentligt fast i. Om för ett ögonblick omständigheterna får er att inse att ni inte var alldeles ärlig vid ett visst tillfälle, så börjar ni genast att rättfärdiga er själv, förklara och resonera och så vidare, tills ni återigen känner er ganska lugn inuti och tillfreds med denna bild som härskar över er. Detta är att vara identifierad med sig själv. Det är ett exempel, som hör till gruppen ”*att identifiera sig med bilder av en själv*”. Naturligtvis finns det oerhört många sådana bilder. Men var och en har särskilda bilder av sig själv, bilder som han eller hon är identifierad med. En av orsakerna till vår inre disharmoni och våra negativa tillstånd ligger i bilder. När en bild blir så att säga stött, visar vi vår lättstötthet genom att bli antingen nedslagna eller arga, kort sagt negativa. När vi bär på väldigt många bilder, är vi mycket identifierade med oss själva. Och ju mer identifierade med oss själva vi är, desto mer benägna är vi att bli upprörda, modstulna, besvikna och så vidare. Givetvis är det inte bara bilder, som gör en människa fallen för upprördhet. Men bilderna utgör en mycket bestämd orsak till instabiliteten inom oss. Bilder uppstår ur fåfänga och inbillning – det vill säga de hör till den falska personligheten, som är *inbillat 'jag'*. Och med allt som hör till den falska personligheten är vi särskilt identifierade. Om vi verkligen kunde med en omedelbar insikt förstå att vi inte alls är sådana som vi inbillat oss vara, skulle den falska personligheten försvagas. På den ena sidan skulle vi förlora, men egentligen skulle vi vinna mer än vi förlorade. Men vi försvarar oss alltid, också när vi vet bättre. Så är det därför att

dess två jättar, som heter *stolthet* och *fåfänga*, inte tillåter oss ge efter – åtminstone inte för andra. Och därför är det bara *själviakttagelsen*, som kan hjälpa. Genom att se er själv kan ni ju ge efter för er själv. Man måste alltså göra en uppdelning *inom sig själv* mellan den iakttagande sidan och den iakttagna sidan. Och till att börja med måste allt iakttagas passivt och ställas i medvetenhetens ljus utan att kritiseras. Om ni har en bild av er själv såsom alltid ärlig, då måste ni en lång tid iakttaga hur ofta ni ljuger. Endast denna *inre insikt* förstör makten i den bild som ni har identifierat er med och som ni har varit en slav åt.

* * *

Del III. – ”Så länge en människa uppfattar sig som *en* person, kommer hon aldrig loss från där hon är.” Ja, men varför är det så? Därför att hon då är fullständigt *identifierad med sig själv*. Hennes arbete börjar först när hon känner två människor inom sig. Den ena är passiv och det är den iakttagande människan, den andra är aktiv och det är den iakttagna människan. Den aktiva människan kallar sig ’jag’. Den passiva människan är begynnelsen av vägen till *det verkliga ’jaget’*. Men det är länge svagt och kan inget göra. Men allteftersom förnimmelsen av ’jag’ dras ut ur den aktiva människan, stärks den passiva människan, ända tills den tid kommer, då den passiva människan blir aktiv och den aktiva passiv. Det vill säga det sker en omkastning, och det inre styr det yttre, icke det yttre det inre.

Låt oss söka förstå detta klarare. Så länge en människa uppfattar sig som en, kan hon inte bli annorlunda. Inser ni varför? Hon kan inte förändras, därför att hon är *identifierad med sig själv* och tar allt inom sig för att vara hon själv. Hennes tankar, åsikter, sinnesstämningar, förnimmelser och faktiskt allting, uppfattar hon som ’jag’. Hon säger ’jag’ om dem allihop. Ni minns vad Arbetet säger om *identifiering*. Jag skall citera några yttranden: ”Identifiering är en egenskap, som är så vanlig att den är svår att skilja från allt annat, när man vill iakttaga den. Människan befinner sig alltid i ett tillstånd av identifiering, och därför kan hon inte minnas sig själv...’Identifiering’ är en av våra värsta fiender. Det är nödvändigt att se och studera identifieringen ända ned i dess rötter inom oss. Identifieringen är det främsta hindret för själverinring. En människa, som identifierar sig med allt, är oförmögen att minnas sig själv. För att *minnas sig själv* är det nödvändigt att inte vara *identifierad*. Men för att inte vara identifierad måste en människa först och främst inte vara *identifierad med sig själv*. Hon måste minnas att det finns *två* inom henne: en som i förstone endast kan iakttaga och en annan som tar makten över henne i varje stund och talar i hennes namn och kallar sig ’jag’. Hon måste försöka att icke identifiera sig med denna andra människa, som styr henne, och känna att hon är skild från henne och att det finns *en annan* inom henne. Men om denna avskilning inte göres och ständigt göres, förblir hon *en enda människa* och kan inget förändras i henne.”

Ni ser att Arbetet lär att människans tillstånd är sådant att hon identifierar sig med allt. Exempelvis *identifierar sig en människa med sin kunskap*. En människa har ett visst slags kunskap, såsom kunskap om världen, en annan har vetenskaplig kunskap, en tredje kunskap om kokkonst, en fjärde kunskap om affärer, en femte kunskap om litteratur och så vidare. Men i varje sådant fall identifierar sig en människa med sin kunskap. Ni vet hur människor, som har liknande slags kunskap, grälar och hur i den så kallade lärda världen det råder en oerhörd missunnsamhet på grund av identifierandet. Läkare till exempel är alltid oense. Och de är alltid identifierade med sin kunskap. Inte heller kockar är sinsemellan överens, eller författare eller militärer eller präster eller mödrar och så vidare och så vidare. Kanske ni minns från barndomen, när ni först började identifiera er med kunskap och hur nöjd ni kände er, när ni fick veta något som andra inte visste, och kände ett slags makt. Identifiering ger en känsla av makt. Det var förstås inte kunskapen ni var intresserad av utan att ni kunde ”glänsa”.

Låt oss nu taga upp ämnet identifiering med tankecentrum. Här finns bland annat *inställningar*, *åsikter* och *tankar*. Vet ni, eller rättare sagt, har ni iakttagit att ni identifierar er med era åsikter? Detta är en annan form av identifiering med en själv. Naturligtvis är en åsikt inte ni

själv utan något helt annat. Men ni är identifierad, 'jag'-känslan fastnar i den. Kanske ni känner att ni inte har åsikter. I alla händelser har vi alla tankar. Säger ni 'jag' om era tankar? Eller säger ni snarare jämt och ständigt 'jag' om dem? Javisst, om ni tror att allting i er inre värld är 'jag', så kan ni inte låta bli att göra det. Men ni kunde ju lika gärna säga att allting i yttervärlden är ni själv. Ofta kommer det mycket nedslående och invecklade tankar. Om man identifierar sig med dem, utövar de sin fulla makt. Då är man identifierad med sina tankar. Men det är fullt möjligt att inte vara identifierad med sina tankar. Det är i själva verket alldeles nödvändigt att lära sig göra detta, och så snart som möjligt. Det hjälper en mycket i arbetet med en själv, och på alla sätt. Det är omöjligt att stoppa tankar. Ni kan försöka göra det, men bara som en övning i själviakttagelse. Men man kan lära sig att inte vara identifierad med tankar, och man måste börja med att iakttaga dem. Somliga tankar är mycket intressanta att iakttaga, trassliga, invecklade, tunga tankar, som det är mycket farligt att identifiera sig med. Om det är någonting inom er som ni inte är identifierad med, börjar ni bli fri från dess makt. Nästa gång skall vi tala mer om identifiering med en själv vad gäller tankecentrum och senare vad gäller övriga centra.

XI – OM ATT VARA PASSIV (5)

Vi fortsätter i dag med att tala i ämnet icke-identifiering med *en själv*. Jag påminner er återigen om att folk tar detta som kallas "man själv" för givet och tar det icke blott som *ett enda* utan dessutom låter det säga "jag" om allt som det gör eller tänker eller känner.

* * *

Vi talade förra gången om att identifiera sig med sig själv från centrums synpunkt och började med tankecentrum. När ni först undervisas om själviakttagelse, blir ni tillsagda att iakttaga de olika centrums arbete för att se de tre människor inom er som svarar mot dem. Tankecentrums verksamheter är väldigt många. Förra gången sades något om *åsikter* och *tankar* som hör till tankecentrum. En människa identifierar sig vanligen fullständigt med sina åsikter, som är tagna från andra, från tidningarna osv. Sedan talade vi om att vara identifierad med våra tankar. Våra tankar är inte *synliga* för andra människor, och inte heller för oss själva. Men de är alldeles bestämda saker, sammansatta av bestämda ämnen. Vi kan vara *mer* eller *mindre* medvetna om våra tankar. När ni *iakttar* en tanke, är ni icke identifierad med den. Vad betyder det? Det betyder att, såvida ni inte iakttar tankecentrum och det som pågår i detta, ni tenderar att taga dess verksamheter för givna. Ni *tror då på era tankar* eller tar dem för givna. Ni identifierar er med dem. Ni ger dem egenskapen sanning och säger antingen "jag tror", "jag tänker" eller i en mer inre mening tar ni åsikterna och tankarna för *er själv*. Sedan har de makt och inflytande över er. En obehaglig tanke, en dyster, tung tanke, en misstänksam tanke, en pessimistisk tanke, en ond tanke och så vidare – alla dessa tankar *blir ni*, och sedan *är* ni de genom att ni identifierar er med dem. Men *ni* är *inte* era tankar. *Vilken tanke som helst* kan komma in i intellektet. Alla slags hopplösa, dåliga, gagnlösa, enfaldiga, oformliga och idiotiska tankar kan komma in i intellektet. Och om ni då säger "jag" om dem alla, var är då *ni*? Ni säger då "ja" till dem alla. Ni godkänner dem. Kort sagt är ni identifierad med dem, eftersom ni hela tiden säger "jag" om dem och tror att det är "jag" som tänker dem och att det är *era* tankar. Men, som jag sade, vilka tankar som helst kan komma in i intellektet, liksom vilka människor som helst kan komma in i ert hus. Mycket få av våra tankar är värda att följa, och för att vi skall börja tänka rätt måste vi avvisa såsom värdelösa eller sämre ändå nästan alla de tankar som händelsevis kommer in i intellektet. En människa kan visst hysa mycket farliga tankar, i synnerhet när hon godtar dem som vore de hennes egna. Hon är så naiv att hon tror att alla tankar, som kommer in i hennes intellekt, är hennes egna och att hon själv tänkt dem. Och så säger hon "jag" om dem, utan att veta bättre. Men om hon börjar förstå att hon måste iakttaga sina tankar, får hon snart ett helt annat synsätt.

Jag minns att jag för många år sedan, efter att fru Nicoll och jag rest från Institutet i Frankrike och begivit oss till Skottland till min farfars hus, tillbragte flera månader med att se igenom de

teologiska böckerna i min farfars bibliotek, böcker som var skrivna av skotska präster. De var naturligtvis alla helt formativa. De handlade alla om lärofrågor och om lagens bokstav och var alla ägnade åt allsköns hårklyverier. Men en av dessa böcker sade något som slog mig. Dess författare skrev att folk måste minnas att djävulen skickar många tankar in i vårt sinne och att vi aldrig får tro att dessa är våra egna tankar. Han utvecklade denna idé ganska utförligt och även ofta framhöll detta: "Våra tankar är inte våra egna." Här hade vi en man, som hade börjat förstå något psykologiskt, och att läsa honom var att få andas frisk luft mitt bland alla dessa döda och hemska luntor, där det inte fanns ett spår av förståelse och där inget som sades låg på den psykologiska nivån, utan allt uppfattades bokstavligt – på *stenens* nivå. Denne författare sade att vi inte är ansvariga för våra tankar men däremot ansvariga för vårt tänkande. Man kan tänka en tanke eller låta bli. En tanke kommer in i ens intellekt och försöker draga en till sig. Om den gör det, börjar man "tänka den" – det vill säga tänka från den. Man börjar utvidga, bygga på denna tanke, genom att uppmärksamma den och tänka från den, tills den växer i alla riktningar och bildar liksom ett litet träd av tankar inom en, ett träd som bär frukt och sätter frö till andra liknande tankar. Detta är tydligt nog i fallet misstänkta tankar.

Ni inser att *tanke* och *tänkande* inte är sak samma. Antag att tanken "herr X ljuger" kommer in i ert intellekt. Det är bara en tanke. Ni säger nog till er själv: "Det där måste jag tänka igenom." Men om ni genast tror tanken, identifierar ni er med den. Er tanke har nu gjort herr X till lögnare. Det förändrar mycket för oss vilka tankar vi identifierar oss med. Till exempel finns det människor, som vanemässigt identifierar sig med dystra, plågsamma, misstroagna tankar. De tycker om tankar av den formen och färgen. Så de godtar sådana tankar och förkastar andra. Dessa tankar ändrar saker och ting för dem, liksom mörka glasögon. Sedan blir de så identifierade med dessa tankar, att de inte kan se dem. De *är* dessa tankar, så att de inte kan iakttaga dem och se att de är tankar av vissa slag och att det finns tankar av alla möjliga andra slag och med helt andra former och färger. En människa kan ha vilka slags tankar som helst. Vilka tankar som helst kan komma in i henne. I evangelierna framhålls att det som orenar människan inte är det som kommer in i henne, utan det som *kommer ut ur henne*. Vilket slags tanke som helst kan komma in hennes intellekt, men om ni identifierar er med den och agerar från den – eller snarare reagerar på den – är en annan sak. Om ni identifierar er med en tanke, säger ni "jag" om den och tror på den. Ni kommer då att *tänka* från den *handla* efter den. Hur ni tänker och hur ni handlar är vad som kommer *ut ur er*. Den tanke som kommer in i intellektet är vad som kommer *in i människan*. Vad hon tänker och gör från denna tanke är vad som kommer *ut ur henne*. En tanke som är en lögn, en felaktig tanke, felaktigt sammansatt tanke, en falsk tanke, en nedslående tanke, en tanke som griper taget om något och utesluter allt annat eller ett slags tanke som endast kan förneka och säga emot osv. – om en människa identifierar sig med sådana tankar, kommer hon att tänka och handla efter dem. Hennes intellekt blir då en röra. De ideer detta Arbetet ger är att bygga upp intellektet i rätt ordning, så att allting kan sättas i rätt samband med vart annat. I intellektets mitt står Skapelsens Stråle – det vill säga: *Varats Skala*. Alla ting, från det högsta till det lägsta, innehar där sina platser. Men om intellektet inte förändras av Arbetet, fortsätter det tro att alla dess tankar är riktiga och sanna. Intellektet är då liksom ett tält som ligger i en hög på marken och inte är rest med mittpinnen. Alla delarna berör varandra felaktigt. De är inte utspända. Genom den träning Arbetet ger och genom att lära sig tänka från vad det lär börjar människan förmå att skilja mellan riktigt och felaktigt tänkande. Hon börjar lära sig att tänka i rätt skala och att inte blanda ihop skalor och så vidare. Allt detta hjälper henne att icke identifiera sig med alla sina tankar. Det skänker hennes tänkande ett tyngdcentrum.

Detta arbete avser att få människan att tänka rätt. Det är därför det är så viktigt att försöka taga emot vad detta Arbetet lär. Ni vet att när man studerar till exempel kemi eller ett främmande språk, är det mycket viktigt att lyssna på det som sägs i undervisningen och att inordna det i sitt tänkande och att tänka på det man fått lära sig. Många tänker aldrig på vad

de får lära sig. Men i Arbetet är det nödvändigt. Varför är det nödvändigt? Därför att det bygger upp ett nytt system för tanke och för tänkande inom er. Egentligen får det ert tänkande att börja arbeta rätt – så att det verkligen kan börja tänka.

Låt mig nu framhålla att *tanke* och *tänkande* inte är sak samma. En tanke kan komma in er, men det kan hända att ni inte *tänker* den. Och även om ni *tänker* den, är det inte nödvändigtvis så att ni *identifierar* er med den. Men det finns många olika slags tankar, högre och lägre, större och mindre, som kommer in i intellektet, och detta hör till senare undervisning. Vad som för närvarande är viktigt att inse är att tankar är av alla möjliga slag och att de inte är era egna, utan att ni gör dem till era egna genom att identifiera er med dem. Och om ni gör det, så kan de draga er åt vilket håll som helst. Det finns en tankens vetenskap. Detta Arbeta med alla sina ideer och läror och anvisningar har att göra med en riktig *vetenskap om tanke och tänkande*. Därför bör alla ni, som några år nu har hört om Arbetet, veta vad som menas med *att finna fel hos ens tankar och ens tänkande*, och bör kunna se felaktiga tankar och olämpligt och osammanhängande tänkande, torftiga tankar, negativa tankar, värdelösa tankar, lögnaktiga tankar och så vidare. Den första förändring som krävs i Arbetet liksom i evangelierna är *omtänkande*. Men för att det skall bli något *omtänkande*, måste man börja *tänka från detta Arbeta* och vad det lär. Senare, kanske, kan man börja *handla från Arbetet*. Men allra först behövs ett nytt tänkesätt. I detta föredrag talar vi om vad Arbetet lär. Det säger att vilka tankar som helst kan komma in i ert intellekt och att det inte är *era* tankar. Det säger att ni kan tänka dem eller låta bli. Och det säger att ni kan identifiera er med dem eller låta bli. När ni får höra detta som en del av Arbetet och tillämpar det genom att iakttaga er själv i tankecentrum, kommer ni att inse att det är alldeles sant. När ni inser detta, kommer ni att *tänka på ett nytt sätt* om er själv.

Om ni kan inse praktiskt – det vill säga: genom erfarenhet – att ni kan vara passiv gentemot era tankar genom att icke vara identifierad med dem, så har ni redan nått ett bestämt stadium i arbetet med tankecentrum. Men om ni uppfattar er själv som *en*, kommer ni aldrig till denna punkt. Ni kommer då att sitta fast i illusionen att alla era tankar liksom era känslor och stämningar är *ni* eller snarare ”jag själv”. Ni kommer då inte att ha någon insikt om den oerhörda inre värld, en värld som är ofantligt hög och djup och har tusentals goda och dåliga invånare, som ni tar för given, uppfattar som en enda människa, som ni betraktar som er själv och som ni i det *invanda tillståndet av sömn* säger ”jag” om i varje stund. Allt som sker inom er kallar ni då ”jag”. Då kommer ni aldrig loss från det ställe där ni nu är, eftersom ni uppfattar *er själv* som *en enda*, och kommer aldrig att förstå vad som menas med att bli *passiv* gentemot *en själv*.

I det nu hållna föredraget har vi talat om det praktiska arbete som leder till att man blir passiv gentemot *tankar*. Detta hör till det arbete som är nära knutet till *tankecentrum*. Detta är föredragets ämne. Föredraget handlar om långvarigt praktiskt arbete med att icke identifiera sig med tankar.

XII – OM ATT VARA PASSIV (6)

Senast talade vi om hur nödvändigt det är i arbetet att en människa kan inse det felaktiga i sina tankar och inte identifiera sig med dem. I kväll talar vi om hur nödvändigt det är att inse det felaktiga i våra känslor. Det är långt svårare att bli passiv gentemot känslöcentrets aktiviteter än tankecentrets. En människa har mycket lättare för att *tänka annorlunda* än att *känna annorlunda*. Det är fullt möjligt att bli passiv gentemot många tankar, som man vant sig vid att följa och identifiera sig med, men det är inte detsamma på emotionernas och känslornas område. Orsaken till detta är att vi är identifierade med våra känslor långt mer än med våra tankar. Våra känslor, våra emotioner, våra stämningar griper tag om oss. Märk er själva när ni är uppretade. Är det lätt att vara fri från identifiering med detta vanliga, dagliga känslotillstånd? Ni kanske ler och säger något glatt och låtsas som om ni vore på gott humör, men inom er sitter ni som i ett skruvstäd. Även om en sida av er kanske inte vill vara

uppretad, är det någon annan sida som envisas med att vara det. Eller låt oss säga att något som hör till självmärkvärdigheten, fåfängan blir berört – är det då lätt att sluta vara identifierad med det? Är det lätt att inte känna sig kränkt? En orsak är att emotionerna är mycket snabba. De verkar med en mycket ”snabb” energi, långt snabbare energi än den som används i vanliga tankar. En annan orsak är att vi sällan betraktar våra känslor. Vi iakttar dem inte eftersom vi tar dem för givna. Vårt känsloliv är något mycket torftigt. Men vi märker inte hur torftigt och obehagligt och lågt det är. Om vi gjorde det, skulle vi börja tycka illa om det. Vi skulle börja tycka illa om våra vanliga känslotillstånd – till och med börja hata dem. Men det tar en avsevärd tid, innan vi når detta stadium av medvetenhet. Det är knappast en överdrift att säga att vi egentligen inte är medvetna om våra vanliga, dagliga emotioner, som praktiskt taget alltid är negativa, låga, svartsjuka och tarvliga – eller med andra ord obehagliga. Vår kärlek till obehagliga emotioner är abnorm, och vi tycker väldigt mycket om att inte bara tala om våra obehagliga emotioner för andra och smitta dem därmed utan också att *höra talas* om obehagligheter, skandaler och liknande. *Vi vet inte vad det är vi gör. Vi gör allt detta i sömnen.* Vi kan inte se våra emotioner, eftersom vi är så identifierade med dem. Om vi klart kunde se våra vanliga emotioner, skulle vi bli förskräckta. Men lyckligtvis kan vi inte se dem, helt enkelt därför att vi inte skulle stå ut med det. Det skulle driva oss till vansinne att se hur vårt känsloliv är beskaffat. Alla har vi ädla bilder av oss själva. Och arbetet låter oss aldrig se det vi inte kan uthärda. Arbetet verkar mycket långsamt, med små steg, mycket milt. Men vi kan se *resultaten* av våra känslor, och detta är utgångspunkten. Vi kan till exempel se att vi sårar andra människor. Men även om vi inser detta, kan det taga oss år av själviakttagelse, innan vi inser att vi har obehagliga, svekfulla eller otäcka emotioner, som sårar andra, och att det är vårt fel. Ni måste förstå att *uppvaknandet* är en mycket långvarig process och en smärtsam sådan. Uppvaknandet betyder att man blir alltmer *medveten om sig själv* – om hurudan man egentligen är. På känslornas område är detta mycket svårt. Hur ofta inbillar sig inte människor att de gjort sitt bästa för andra, när de i själva verket inte gjort något annat än att ha uttryckt sina obehagligaste, mest sårande och skadliga och ofta tarvligaste emotioner, som de verkligen borde skämmas för. Att uttrycka obehagliga emotioner är i själva verket det som i livet så ofta kallas ”att vara uppriktig” eller ”att försöka hjälpa” och liknande. Människor tror faktiskt att det är vänligt att säga allt möjligt obehagligt och nedrigt till varandra, och de inbillar sig att de övar människokärlek och god vilja, om de bara ler ljuvt. Detta är problemet med våra känslotillstånd. Vi älskar inte människorna och vi äger inte god vilja, och det hör till det viktigaste att inse detta på djupet och hata det. Vi älskar oss själva i allt. Vi älskar allt som tillgodoser vår fåfänga, och därför älskar vi inte vår nästa annat än om han smickrar oss och vi känner att vi förfogar över hans liv. Och även om vi inom oss har bättre skenjag, som kan förstå andra människor bättre och rentav bryr sig om dem också då de inte smickrar oss, visar sig de mindre, tarvligare skenjag som hör till egenkärleken, egenintresset och inbilskheten vanligen långt starkare – utom kanske efter en lång tid av själviakttagelse eller när de fås att stillna genom den utmattning som följer av en allvarlig sjukdom och gör personligheten passiv. Nära döden önskar människor bara att andra vill förlåta dem. Det är därför att de inte längre befinner sig i små skenjag. Men detta ödmjukande kan ske *stegvis* genom arbetets inverkan – det vill säga, genom ökande medvetenhet om hurudan man egentligen är – genom långvarig och tålmodig själviakttagelse och all den inre smärta som kommer av insikten om att livet inte kan vara sådant som det är i ens inbillning.

Låt oss nu teckna en bild av den människa som är full av fåfänga, självberöm, självmärkvärdighet, självuppskattning, självupphetsning och så vidare. Denna människa är mycket identifierad med sig själv. Denna människa är *rik* – ”den rika människan”. Sådana människor har ingen tanke om att de inte *kan göra*. Denna tanke skulle göra dem bestörta. De har heller ingen aning om att de *inte vet*. De är vissa om att de vet bäst. De känner sig nedslagna bara när deras fåfänga möter ett hinder eller känner de sig säkert rasande. Men de kan inte se sig själva.

De kan vara mycket vänliga, så länge de belönas med tack och beröm. De hjälper de fattiga, de skänker nödställda pengar, förutsatt att de röner den erkänsla och behandling de anser sig förtjäna. Dyliga människor kan vara till stort gagn i det mekaniska livet, men i arbetet, vilket står under ett *tecken motsatt* mekaniska livets, kan de känna sig vilsna. Jag minns något som hände för många år sedan; det var några sådana människor, som var i arbetet och beslöt att gå samman och få arbetet att "verkligen gå framåt". De ansåg att det gick alldeles för långsamt och att de raskt kunde förvandla det till en stor framgång, och utan tvivel föreställde de sig själva sittande på podiet vid någon stor sammankomst i Albert Hall eller liknande, applåderade av tusentals människor. De ansåg att de tack vare sin "rikedom" – jag talar i psykologisk mening – kunde vidga arbetet. Men det är tack vare en människas "fattigdom", som arbetet växer. Det är inte ur den rika personligheten, som arbetet växer i en människa, utan ur det svältfödda och verkliga väsendet. Det är därför som arbetet *kastar om allt*, gör det aktiva passivt och det passiva aktivt. Tror någon av er verkligen att detta arbete, om det vore en stor framgång i mekaniska livet och basunerades ut dag och natt, kunde behålla någon inre hemlig kraft och mening? Jag råder er att tänka igenom detta för er själva. För egen del insåg jag mycket tidigt att detta arbete aldrig kunde bli någon framgång i det mekaniska livet och att det aldrig kunde omtalas öppet annat än indirekt. Och om ni tänker djupt, inser ni varför det så måste vara – det vill säga om ni tänker djupt, inser ni varför det så måste vara – det vill säga om ni tänker inifrån idén om aktiva och passiva tecken vad gäller personligheten och väsendet.

Låt oss nu taga upp frågan om att bli passiv gentemot att *tycka om* och att inte *tycka om*. Detta hör till arbetet med känslacentret vad avser den allmänna undervisningen om att bli passiv gentemot det aktiva "jag" som tar kommando över tingen och styr oss. Försök att iakttaga vad ni tycker om och inte tycker om och hur ni *slösar bort* er själva på sådana dumheter som det ni tycker om och inte tycker om. Det finns i arbetet en övning av denna lydelse: "Försök en stund att tycka om det ni inte tycker om och inte tycka om det ni tycker om." Det finns vad avser tankecentret en liknande övning, som jag borde ha nämnt tidigare – nämligen: "Försök att iakttaga vilka åsikter ni håller med om och tala för de motsatta." Att vara identifierad med det hon mekaniskt tycker om och inte tycker om håller en människa kvar i *känslövanor*. Det händer så ofta att ni finner att ni lätt kan tycka om det ni inte tycker om och *omvänt*. Det vi mekaniskt tycker om och inte tycker om bygger på mycket litet. Det förändras i varje stund. Ändå tillmäter vi det stor betydelse. Och i arbetet finner ni ofta att ni börjar tycka om människor ni först ogillade. Detta är ett tecken på att ni förändras. Men ni kan inte förändras, om ni identifierar med vart och ett av era tillfälliga tyckanden för och emot. En sak kan hjälpa här – nämligen att inte alltid *tala* utan hejd om vad ni tycker om och inte tycker om och göra väsen av det. Ibland är människors enda samtalsämne vad de tycker om och vad de ogillar. Som om de verkligen inbillade sig att det vore viktigt! Inget slags tal är mera självupptaget och tröttande. Att försöka öva korta stunder, då och då, att vara medvetet passiv gentemot sådant man mekaniskt tycker om och inte tycker om är mycket nyttigt, men inte alltid, i synnerhet inte i deras fall som är alltför blyga och skygga för att säga vad de önskar. Allmänt talat är arbetet alltid emot det som är *mekaniskt hos er*. Om ni mekaniskt inte har tillräckligt av sådant ni tycker om och inte tycker om, borde ni ha mer av det, och omvänt.

Låt oss nu tala om en sida av att vara passiv gentemot det vi tycker om och inte tycker om. Låt oss tala om att vara passiv gentemot *associationer*. Ni vet att arbetet säger att vi ser allt utgående från associationer. Likväl kan det hända att vi samtidigt har en känsla av att vara på ett bekant ställe och en känsla av att vara på ett obekant ställe, men dessa känslor finns inte i samma del av oss. För våra små skenjag, som lever i centrens mekaniska delar, kan tingen synas bekanta genom blotta associationer, vilka blir obekanta, när de betraktas från mer medvetna skenjags synpunkt. Sålunda "skådar" vi ibland varandra – som om det vore första gången. Vi ser *för ett ögonblick utan associationer*. Intryck träffar då bortom den mekaniska personlighetens maskineri. Då är allting främmande, obekant och levande. Intrycken träffar då

väsendet. Vi vänjer oss vid saker på grund av associationer, så att vi inte längre *ser* varandra eller egentligen något annat än våra associationer, som vi fullständigt identifierar oss med. Vi uppfattar en annan människa genom våra associationer. Vi identifierar oss med dessa associationer, och sedan tror vi att vi ser och känner den andre. Det är dock fullt möjligt att iakttaga *associationer* såsom de verkar med identifieringar och därmed leder oss vilse. Det är fullt möjligt att iakttaga associationer om andra, i synnerhet om man börjar inse att *man icke känner dessa*. Till exempel tar människor för givet att de känner varandra. Detta är en illusion. Vi är nästan osynliga för varandra. Men om ni tror att ni ”känner”, så kan ni inte ”se” utan mekaniska associationer. Detta betyder att ni måste utgå från insikten att ni *icke känner* andra människor, hur välbekanta de än är för er. Och detsamma gäller allt. Vi *känner* egentligen inte något, vi *vet* ingenting. Men vi är vissa om att vi gör det. Utgå från tanken att ni inte känner, inte vet, och aldrig har gjort det. Det vill säga, utgå från er *okunnighet*. Detta är den ”fattiga” sidan. Och detta ger nytt liv, eftersom ni börjar få nya intryck, nya synpunkter, ny förståelse. Om intryck träffar väsendet, ser ni på ett nytt sätt. Nu är det så att en ”rik” människa, en som är mycket identifierad med sig själv, inte kan vänta sig att se tingen utan associationer eller att få nya intryck som träffar väsendet, vilket är den punkt från vilken en människa växer. Hon lever alltid i associationerna – i det förflutna. Också en påstridig människa, en som är övertygad om att hon vet vad som är rätt och orätt, en människa som är öppet eller hemligt egenkär och säker på sig själv, på sin förträfflighet och sina åsikter, en dylik människa, som är helt identifierad med sig själv, kan inte dela sig i två. Det vill säga, hon kan inte växla ståndpunkt utan måste alltid förbli *där* hon är och *det* hon är i varats skala. *Där* och *det* är i denna skala detsamma. Det vill säga, den nivå av vara, *där* en människa är, är också *det* hon är. Om ni börjar se er själva passivt, börjar ni se den nivå av vara, där ni är fastkedjade genom er aktiva, självverkande sida – den sida som kallar sig ”jag” och som i mitt fall förväntar sig att kallas ”Maurice Nicoll”. Den sida hos var och en tillvällar sig tronen och sätter sig på den. Det finns legender, liknelser och myter utan ände om denna människans felaktiga psykologiska belägenhet. Man har ganska svårt att förstå att något sådant faktiskt händer alla och att alla har en orätt härskare på tronen, och att detta hänt en själv för länge sedan. Åtminstone tror man att man *härskar* sitt eget hus. Det är just vad som inte är fallet. Det finns ingen verklig *härskare* på tronen i er inre värld – det vill säga i er egen psykologi. Ni måste förstå att vi, om vi ser allt utgående från förflutna associationer, inte kan se någonting på ett annat sätt. Vi kan inbilla oss att vi ser en annan människa, men då utgår vi från våra associationer. På detta sätt håller vi den andra i det fängelse våra associationer om andra har byggt. Vi låter alltså inte andra finnas till utöver det vi uppfattar om dem genom associationerna. Detta är en stor tragedi. Att liksom släppa människor fria, låta dem vara annorlunda, beror på att *vi* släpper dem. Det vill säga, det beror på oss att inte försöka hålla dem fast vid det vi inbillar oss dem vara på grund av våra mekaniska associationer. Alla mödrar och fäder har denna svårighet med sina barn. Men det äger tillämpning också på alla andra slags förhållanden i livet. Minns att vi ser varandra genom våra associationer, så snart vi blivit, som det heter, ”bekanta” med varandra. Det vi inte förstår är att detta att vi ser en annan människa genom våra associationer med henne ingenting har att göra med vad denna människa egentligen är. Försök att se en annan människa *utan associationer*. Det är början av något nytt. Och det händer så ofta att människor har alldeles felaktiga associationer med andra och aldrig ens får en verklig glimt av dem. Jag har själv i detta arbete funnit att jag ”känner” andra allt mindre. Säkerligen skulle jag aldrig säga: ”Jag känner den här människan – jag har känt den här människan hela mitt liv.” Det är precis detsamma som att ordagrant säga att man inte känner något annat än ens fåtaliga associationer med denna människa.

* * *

En av de svåraste sakerna i detta arbete är att stadigt fortsätta med det, när ens fåfänga har fått sig en törn. Detta visar bara hur mycket vi drivs av fåfänga utan att inse det. Det mekaniska livets hela vrede, ilskenhet, grälsjuka, lättstötthet beror på de båda jättarna Fåfänga och Stolthet. Kan ni fortsätta med något, sedan ni har fått höra att ni inte är skickliga i det? Er fåfänga kanske har sårats, men er stolthet kan hjälpa. Hur som helst, om ni kan det, så kan ni vara ganska säkra på att ni inte handlar enbart genom personligheten utan kanske inifrån något äkta och djupare och därför verkligare. Ändå kan det vara enbart stolthet, som riktats *utåt* och kommer till den kränkta fåfängans räddning. Samtidigt gäller att man kan fortsätta med detta arbete genom att stoltheten riktats *inåt*, och då kanske man finner äkta grunder, som ingenting har med ytliga känslor att göra utan springer ur en verklig värdering av själva arbetet. Detta är att nå känslan bortom självkänslan. Ni måste minnas att i en fullt utvecklad skola för detta arbete skulle er fåfänga drabbas nästan varenda dag och många ge sig av i förtrytelse. Vid Institutet i Frankrike fick vi höra genast sedan vi trätt in: ”Personligheten har knappast någon rätt att existera på detta ställe.” Men vi bara hörde denna sentens. Vi insåg inte vad den betydde – förrän senare. Om vi talar enligt en mycket högre skala, låt oss minnas hur många människor som övergav Kristus, därför att ”de stötte sig på honom.” Detta betyder att de var känslomässigt identifierade med fåfängan av sitt eget värde. Att vara det är sannerligen elände. Ni skall komma underfund med varför jag säger detta, om ni inte redan vet det. Men det finns något djupare i allt detta – det vill säga, där arbetet verkligen tvingar er att gå till rätta med er själva. Här ligger den punkt, där människorna glömmer att arbeta och bara känner sig vilsna. Här är det ställe, där det är möjligt att längta efter att inte vara så känslomässigt identifierad med det man är. Det är liksom att ha fastnat på en illusion, som man inte kan komma loss ifrån och som inte längre kan entusiasmera en. Ni måste emellertid börja inse att ni har ”fastnat” på en illusion, som ni har kallat ”jag” och att ni bortom illusionen kan börja få verkliga saker – det vill säga samma saker men på ett annat sätt.

Låt oss nu betrakta en annan sida av emotional identifiering som belyser en av de många svårigheterna med att bli passiv gentemot en själv – gentemot denna människa som heter A, detta aktiva Frankensteins monster, som man förmåtts tillverka och som nu klampar omkring i ens lilla värld och tar kommando över en och talar som om det vore ”jag” och fortsätter att sjunga alla slags sånger, bombastiska och skrytsamma liksom även fromma och skygga. Detta monster, denna *maskin*, som ni är fästade vid – vad anser ni om den? Tycker ni om den? Var och en är fästad vid sin maskin. Kom ihåg att arbetet lär att envar är en maskin men att maskiner är av olika slag – somliga är högljudda som kulsprutor eller knattrar som skrivmaskiner och andra är tysta som elmätaren i hallen därute. Nu är det så att människor jämför sig med andra. Det vill säga, maskiner jämför sig med maskiner och identifierar sig genom att jämföra sig med varandra. Om ni är bullrande maskiner, kanske ni anser er överlägsna tysta maskiner. Och om ni är tysta maskiner, tackar ni Gud för att ni inte är bullriga maskiner och så vidare. Detta är en grund till att man känslomässigt identifierar sig med en själv – det vill säga en grund till egenkärleken. I evangelierna sägs det att en människa måste börja *hata sig själv*. Arbetet har ett annat språkbruk, men innebörden är densamma på djupet. Arbetet säger att en människa måste bli passiv gentemot sig själv. Men det är mycket smärtsamt att gå emot det vanliga sätt på vilket man reagerat på livet. Ni känner då att ni förlorar så mycket. Ändå förlorar ni ingenting verkligt, och efter en tid börjar ni känna att nya former av att leva når in i er. Ni kommer tillbaka till samma scener, men ni själva är annorlunda. Det är samma yttervärld, men ni uppfattar den alldeles annorlunda. Det är samma slags saker, samma slags händelser, men ni förhåller er annorlunda till dem. Det är till och med samma människor, men ni ser och känner dem alldeles annorlunda. När man övergår från en nivå av vara och upplevelse till en ny nivå, blir det ett glapp som är smärtsamt. Det är liksom att lämna något välbekant. Om ni håller fast vid arbetet, så finner ni efter någon tid att ni kan ännu en gång uppleva allt till fullo men på en annan nivå – det vill säga, *på ett nytt sätt*.

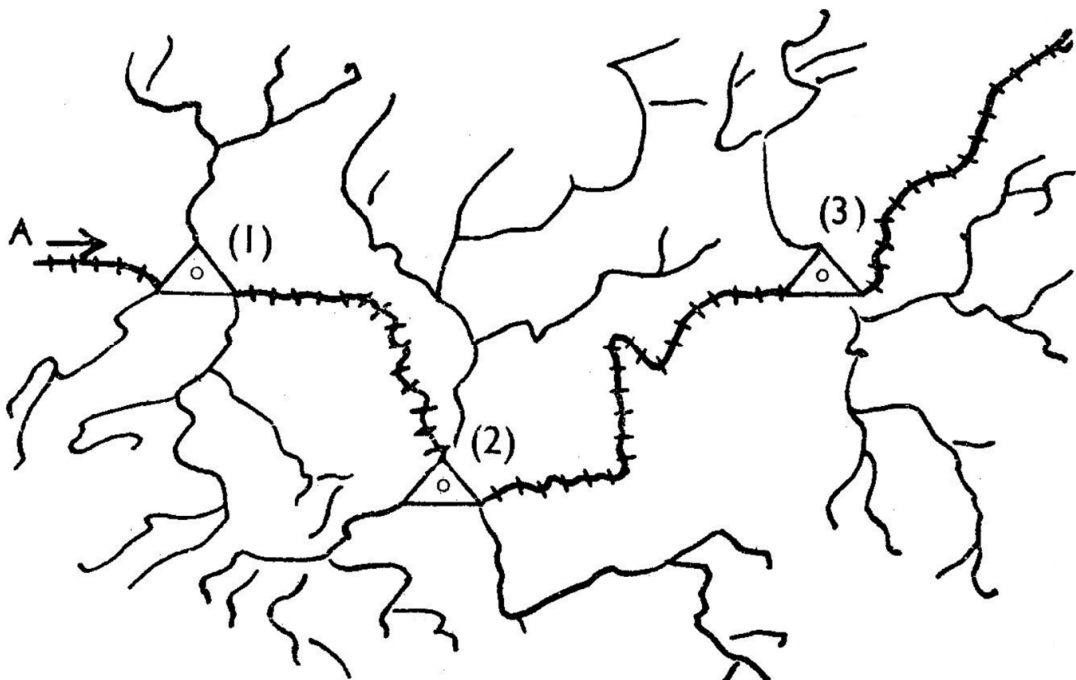
XIII – OM ATT VARA PASSIV (7)

Associationer

Intellektet bör vänjas vid att tänka på arbetets ideer. En människa kan tänka bara utifrån sina föreställningar. Om ni alltid tänker med era vanliga föreställningar, så går era tankar alltid runt, runt i samma banor. I regel är detta ert vanliga tillstånd. När hade ni senast en tanke som ledde någonvart? Arbetets ideer finns till för att ändra tänkandet. De är mycket mäktiga. Att tänka utifrån en idé i detta arbete – såsom den att människan på denna jord sover och att detta är den verkliga orsaken till att allt är i denna röra som det är – att tänka utifrån en dylik mäktig idé är att tänka på ett nytt sätt. Detta innebär att det i vårt intellekt göres *nya* förbindelser och associationer och att psykisk energi börjar gå i nya banor. Detta är alltid en god upplevelse. Att det göres nya förbindelser öppnar intellektet och skänker ny kraft. Att alltid tänka på samma sätt är, såsom ofta sagts, liksom att kliva fram och tillbaka på en gräsplan alltid i exakt samma smala spår. Resultatet blir att gräset nöts bara där. Men på grund av den oerhörda mekaniska dragningskraft, vi är utsatta för på denna planet, som ligger djupt nere i skapelsens ordning, bildas tankevanor mycket snabbt och håller sig kvar livet igenom. Det är därför det är så vårt att bli passiv gentemot typiskt associationstänkande, i synnerhet som vi tar det för givet, som om det vore sant. För oss är sanningen våra tankevanor. Ingenting är sannerligen mer uppenbart än att människor blir så identifierade med sina tänkesätt att ingenting kan rubba dem. Men detta gäller inte bara andra. Det gäller även oss själva. Vi inser icke att vi har *tankevanor*, såsom arbetet kallar dem, liksom vi har känslorvanor, rörelsevanor, driftvanor. Vanor finns i alla centren, eftersom centren beläggs med nät av associationer, liksom järnvägsnät som genomkorsar ett land. Om vi kunde börja med en ny maskin, skulle saker och ting bli annorlunda. Men vi börjar med en smutsig och sliten maskin. Men även om det så är, kan genom icke-identifiering med typiska tanke- och känslorvanor (till att börja med) mycket som är av stort värde åstadkommas.

Låt oss belysa med ett annat exempel. Tankens fysiska redskap är hjärnan. Hjärnan innehåller omkring 14 miljarder olika nervceller, som var och en har omkring 100 förgreningar eller förbindelser med andra nervceller. Låt oss avbilda detta mycket förenklat, såsom bara ett diagram.

Diagram som visar tre hjärnceller



Detta lilla diagram visar en nerv- eller psykisk impuls, när den inträder på det iakttagna området vid A och går genom nervcell (1) till nervcell (2) och sedan vidare till (3) i bara en bana, vilken visas med de feta linjerna **+++++**. Men ni märker att denna impuls, efter att ha inträtt vid A, kan taga flera andra vägar. Och om ni minns att det finns omkring 14 miljarder hjärnceller, som var och en har hundra armar eller grenar eller förbindelser, inser ni på hur många olika sätt en sak kan uppfattas – det vill säga hur många olika vägar en impuls kan i teorin färdas. Men av vanans makt löper impulserna i de invanda spåren och ger samma slags resultat.

Försök att visualisera det oändliga antal möjliga vägar ett intryck kan taga. Men verkligheten är lik den gräsplan, över vilken vi alltid vandrar längs några få nötta stigar. Det vill säga vi lever genom *associationer*. Vi tänker genom associationer och vi känner genom associationer. Och säkerligen rör vi oss genom associationer, och detta är i allmänhet likaså gott. Men eftersom vi så ofta rör oss felaktigt, måste några av dessa associationer till sist brytas ner. Här talar vi dock bara om associativa tankar och associativa känslor eller emotioner – det vill säga mekaniska tankar och mekaniska känslor för och emot, mekaniska negativa känslor och så vidare. Arbetet talar ur en helt annan vinkel, när det säger att vi bor i *källaren* till oss själva. Källaren betyder centrens mekaniska delar. Tankecentrets källare är den formativa delen – det vill säga rörelsedelen av tankecentret. Känslocentrets källare är dess rörelsedel eller mekaniska del. I dessa delar lever vi nästan helt genom mekaniska associationer. Vi stiger upp, gäspar, äter frukost, faller våra vanliga yttranden, uttrycker våra vanliga åsikter, brukar våra vanliga fraser, kommer med våra vanliga skämt, visar vårt vanliga tyckande för och emot och så vidare. I denna mening lever vi i källaren och mycket i samma mening lever vi genom *associationer*. Om något fattas oss eller om något ovanligt sker, förvånas vi och gör antagligen väsen av det. Men förutsatt att vi känner igen allt vid bara ett ögonkast, förutsatt att allt går sin gilla gång och är välbekant, är vi nöjda. Detta är vårt mekaniska liv. Vi borde alla vara väl medvetna om det genom självakttagelse. Och om vi inte hyser någon önskan att vara annorlunda, finns ingen anledning till att vi borde. Men en människa kan nå den punkt av uppvaknande eller den punkt av självmedvetenhet, där hon inser sin maskinmässighet och 26 börjar först bli ganska överraskad och sedan kanske känna obehag och slutligen tycka illa om sig själv. Det är förstås meningslöst att bara tycka illa om sig själv på något oklart sätt. Många gör det. Många växlar mellan känslor av eget värde och förtvivlan. Men det leder ingen vart. Det är bara pendelns svängande fram och åter. Det vi ogillar måste klart urskiljas. Till exempel vad gäller arbetet med tankecentret och närmare bestämt *associationstänkandet* måste man iakttaga några typiska associationskedjor eller tankeräckor, som man vill ändra, och bli *passiv* gentemot dem. Det betyder att man inte får säga ”jag” om dem eller tro att det är ”jag” som tänker dem, utan inse att det är associationsmaskinen som tänker dem. *Den* tänker, inte ”jag”. För att bli icke-identifierad måste man avlägsna förmimelsen av ”jag” ur det som psykiskt bara sker med en. Men som ni vet, fattar vi alla dylika skeenden, varje tanke och känsla, som ”mig” – som en själv. Och denna inställning gentemot vår inre psykiska värld är lika dåraktig som en motsvarande inställning hos våra sinnen till yttervärlden. Jag fattar inte bordet som ”mig”. Jag behöver inte heller fatta mina tankar på detta sätt.

Nu talade vi om att ”leva i källaren” – det vill säga i associationer, som hör till centrens mekaniska delar. I kväll vill jag tala om *tre* kategorier av associationer, som är möjliga för oss enligt vad arbetet lär – nämligen associationer som framkallas ofrivilligt, associationer som framkallas med vilja och associationer av högre ordning, som grundläggs i oss genom förbindelse med arbetets ideer. Låt oss granska dessa tre kategorier var och en.

Huvuddelen av våra associationer framkallas *ofrivilligt*. Detta är associationer som bara händer genom omständigheterna – såsom när ett barn äter ett päron och en otäck mask kryper ut ur det. ”Päron”, dess smak, lukt, form etc. förbinds med ”otäck mask” bara på grund av att de båda tingen samtidigt är inbegripna i ett skeende. Alltså bildas en association mellan dessa

båda ting, det ena behagligt och det andra obehagligt. Om detsamma sker ännu en gång, är det troligt att man aldrig kommer att tycka om pären något vidare – och det beror då helt och hållet på en associationsbana, som *ofrivilligt* bildats i maskinen. Föremålet ”pären” ringer automatiskt upp föremålet ”mask”. Eller när sekreteraren hör ordet ”pären”, skriver hon genast till ordet ”mask”. Eller mer bestämt uttryckt: åsynen av ett pären får en rulle att snurra, vilket automatiskt får en annan rulle att snurra, där minnet av ”mask” finns lagrat. Huvudsaken är att allt detta är mekaniskt – ett stycke av en mekanism – och att det bildats *ofrivilligt*. Jag skall här bara tillägga att en stor mängd sjukdomar beror på ofrivilliga associationer, som blivit vanor.

Nu till nästa klass av associationer, så kallade viljebestämda. Till denna klass hör de associationer som bildats i maskinen genom allt slags övning och skolning. Dessa associationer bestäms inte ofrivilligt utan viljemässigt, även om de kan förväxlas med ofrivilliga associationer. En människa, som lär sig läsa och skriva, har en särskild och mycket invecklad uppsättning associationer byggd hos sig *på viljans grund*, dels en främmande vilja, dels hennes egen vilja. En människa, som fått lära sig att rida eller åka skridskor, har återigen *viljemässiga* associationer förknippade med rörelsecentret. En människa som blir matematiker har på motsvarande sätt mycket invecklade associationer, som bildats i hennes tänkande under lång tid och som han avsiktligt förvärvat. Kort sagt handlar all skolning om att upprätta associationer som är bildade *med vilja*, men de har inte nödvändigtvis så bildats. De kan delvis ha grundats omedvetet – det vill säga bildats ofrivilligt. Men om en människa *bemödar sig* om att lära sig något och använder sin riktade uppmärksamhet, grundas *viljebestämda* associationer hos henne.

Tredje gruppens associationer bildas, kortfattat uttryckt, i stunder av själverinring och arbete med en själv. När en människa ser både in i sig själv och in i föremålet eller ser sig själv och den andra människan samtidigt, blir resultatet av detta högre slags psykiska aktivitet att det bildas associationer av den egna gruppen.

I denna kortfattade översikt har jag använt termerna ”ofrivilliga” och ”viljebestämda” associationer. Strängt taget borde jag ha sagt ”associationer som bildats genom ofrivilligt mottagna intryck och associationer bildade genom frivilligt mottagna intryck.” Jag skall nu citera från ett samtal, som ägde rum för många år sedan. Hr Ouspensky talade om vad han hade fått lära sig:

”Den moderna människan handlar aldrig självmant utan uppvisar bara handlingar som framkallats av yttre stimuli. Den moderna människan tänker inte, utan det är något som tänker åt henne. Hon handlar inte, utan det är något som handlar åt henne. Hon skapar inte, utan det är något som skapas genom henne. Hon utträttar inte, utan det är något som utträttar genom henne.

Hos ett nyfött barn kan de tre olika delarna eller centren i det allmänna mänskliga psyket liknas vid ett system av blanka fonografrullar, på vilka registreras, alltifrån barnets första dag i världen, tingens yttre betydelse och den subjektiva uppfattningen av deras inre betydelse eller uppfattningen om resultaten av alla skeenden som pågår i yttrevärlden liksom i den inre värld som redan håller på att bildas hos barnet. Allt detta registreras i enlighet med motsvarigheten mellan dessa skeendens natur och dessa olika systems natur, vilka bildas hos människan.

Alla dessa slags registrerade resultat av yttre omgivande skeenden förblir oförändrade för livstid på var och en av dessa ”lagringsrullar”, i samma följd och i samma sammanhang med tidigare registrerade intryck, vari de mottogs.

Alla de intryck, som registrerats i dessa tre förhållandevis självständiga delar, vilka utgör människans allmänna psyke, frambringas senare, i ansvarsfull ålder, alla slags associationer i diverse kombinationer.

Det som kallas 'förnuftet' hos människan liksom hos andra yttre livsformer, är ingenting annat än koncentrationen av resultaten av tidigare mottagna intryck av olika kvalitet, och dessas stimulans och upprepning framkallar olika slags associationer hos varelsen. De registrerade intrycken har tre ursprung och är underkastade tre olika lagbestämde inflytanden.

En kategori av associationer bildas av intryck som mottas ofrivilligt och som kommer direkt från yttrevärlden liksom från människans inre värld såsom resultat av vissa tidigare, konstanta och automatiskt upprepade associationer.

Den andra kategorin bildas av viljemässigt mottagna intryck, som antingen härrör från yttrevärlden eller kristalliserar i människans inre värld genom avsiktligt aktivt tänkande och sannanden av verkligheten.

Den tredje kategorin leder sitt ursprung från den process som kallas *intryckens förvandling*, vari alla slags intryck, antingen de uppstår i det yttre eller i det inre, medvetet mottas och sätts i samband med liknande redan registrerade intryck och förbinds med sina rätta centra.”

Ur *Psychological Commentaries on the Teaching of G.I. Gurdjieff and P.D. Ouspensky* (Psykologiska kommentarer till G.I. Gurdjieffs och P.D. Ouspenskys undervisning) av dr Maurice Nicoll, vol. I., ss. 253–302. Översättning från engelskan av Lars Adelskog.