



הצעת ערך טובה יותר הסתמכו על המודעות חלק 5

ובכן, בואו נגיד ככה: להיות מודעים לנקודות המבט, או במילים אחרות, לכך שנקודות המבט מופיעות במודעות, זה טוב, אך אפילו טוב יותר מכך היא מודעות שאינה נמצאת במצב של שימת לב לנקודות המבט. במילים אחרות, היא אינה מבוססת בנקודות המבט. חווית המציאות שלה אינה נקודות המבט אלא המודעות. ההזדהות היא עם המודעות בלבד.

עבור רוב האנשים, מהרגע שבו התוודעו למודעות, ההבנה הראשונה או החוויה הישירה הראשונה שלהם היא של מודעות לנקודות המבט. זוהי הבנה אדירה עבור אנשים שהיו שקועים לגמרי בנקודות מבט, מפני שלפתע נקודות המבט אינן בהכרח משהו כל-יכול.

מהרגע שבו התוודעתם אל מה שאתם באמת, אתם בדרך כלל פחות ופחות מתעניינים בדרך החיים הקודמת. אפילו אם דפוסי פעולה רבי-עוצמה יצוצו, אפילו אם נקודות מבט שליליות רבות-עוצמה יצוצו, מהר מאוד או באופן הדרגתי מאוד – תאבדו בהם עניין. לעבור ממצב של שימת לב לנקודות המבט למצב שבו אינכם שמים לב אליהן, זה לא ששמתם לב לנקודות המבט כל יום בחייכם ואז תתעוררו בוקר אחד ולא תשימו לב יותר לנקודות המבט. זה מה שאנו מצפים שיקרה, ומה שאנו רוצים שיקרה. אך אם תביטו ותראו עד כמה הכל באמת אורגני ומתרחש בספונטניות, בדרך כלל הדברים אינם מתרחשים בצורה הזאת.

מה שאתם כן יכולים לראות הוא שישנן נקודות מבט שתפסו את תשומת לבכם בעבר ועכשיו אינכם שמים אליהן לב יותר. ואז, כמו מדענים טובים, אתם יכולים לומר לעצמכם: 'עצמי, מי שלא תהיה, אני רואה שאתה לא שם לב יותר לנקודות המבט האלה שהיו לך, ומכאן זה אומר שאתה צועד בכיוון הנכון'. סביר להניח שיהיו עוד ועוד נקודות מבט שלא תבחינו בהן יותר, שלא ידרשו את תשומת לבכם, שלא יובילו אתכם לאסון כלשהו.

רעיון שגוי נוסף השכיח בימינו הוא שמודעות משמעה שאין לכם שום נקודות מבט. זה שונה מאוד מאשר לא לשים לב לנקודות מבט. מודעות שאין לה שום נקודות מבט היא מצב תודעתי לא-קונספטואלי – נקודת מבט לא-קונספטואלית. מכאן, אם המודעות נוכחת בנקודות מבט

קונספטואליות, היא גם נוכחת בנקודות מבט לא-קונספטואליות. נקודות מבט לא-קונספטואליות ונקודות מבט מסוגים אחרים, כולן שוות בהיותן נקודות מבט, בין אם הן קונספטואליות או לא קונספטואליות. לכן, לכפות על עצמכם להיכנס למצב תודעה לא-קונספטואלי כלשהו שבו לא מופיעות מחשבות, זהו מצב מפוברק ואיננו אינדיקציה לשיוויון של כל נקודות המבט.

אלו הן כמה מהתפיסות המוטעות הצצות כיום. ייתכן ויהיה לכם קל לנוח או לקחת רגע קצר של מודעות כאשר יופיעו נקודות מבט שליליות, וייתכן שלא. מה שזה לא יהיה, זה פשוט מה שזה. אז קחו זאת בקלות. שימרו על פשטות. תיהנו מעצמכם. אל תלכו לאיבוד בתוך כל הרעיונות אודות הכל, וכך תהפכו להרבה יותר חברותיים לעצמכם וגם לאחרים.

או שמתרחשת הכרה פתאומית, שכפי שאמרנו קודם היא מאוד, מאוד נדירה. לעיתים קרובות מדובר במצב מפוברק המכונה: 'הכרה פתאומית', או שיש צבירת ביטחון הדרגתית במודעות. צבירת ביטחון הדרגתית במודעות מתרחשת בשתי דרכים. הראשונה – והמובטחת לחלוטין, ואין זה משנה אם אתם מאמינים בכך או לא, או אילו משחקים מנטליים אתם רוצים להוסיף לזה – הדרך הראשונה היא רגעים קצרים של מודעות, החוזרים ונשנים פעמים רבות, נהיים אוטומטיים. זהו לב התירגול של לימוד ה-Great Freedom.

רגעים קצרים של מודעות, החוזרים ונשנים פעמים רבות, נהיים אוטומטיים. אין משמעות הדבר להתיש את עצמכם באופן שבו אתם שואלים את עצמכם תמיד: 'האם אני מודע? האם אני לא מודע? האם זהו העכשיו? האם אני נוכח? האם האגו מכניע אותי? זה איננו להיות. זה לא מה שאני מדברת עליו. אני מדברת על רגע קצר של מודעות שאינה מאולצת, בכל תדירות שבה אתם עשויים לקחת את אותם רגעים קצרים של מודעות שאינה מאולצת, שוב ושוב, עד שזה נהיה אוטומטי.

תירגול זה עבד עבור הרבה יותר אנשים מאשר כל תירגול אחר על פני כדור הארץ. לאורך כל הזמנים, זהו התירגול המוצלח ביותר מתוך כל התירגולים, אז מדוע שאתם תהיו יוצאי דופן? זוהי שאלה שאתם יכולים לשאול את עצמכם, אני לא צריכה לשאול אתכם. 'מדוע שאני אהיה יוצא דופן?'

בימינו ישנם אנשים ששמעו כל-כך הרבה דברים שגויים אודות המודעות עד שפשוט נשבר להם מזה. הם אינם רוצים לעשות דבר. הם אפילו לא רוצים לשמוע על זה. אם זהו המקרה שלכם ואינכם רוצים לקחת רגע קצר ואתם מרגישים ספקניים מידי לגבי העניין, אז פשוט הקשיבו. פשוט היפתחו ככל שתוכלו אל הידע אודות הטבע שלכם.

לחלק מהאנשים המגיעים ל-Great Freedom יש ביטחון הולך וגובר במודעות רק מתוך כך שהקשיבו לשיחות – זהו זה. הם לעולם אינם מתרגלים רגעים קצרים. ניתן לומר שהתירגול של רגעים קצרים עבורם, מתרחש תוך כדי הקשבה לשיחות. זהו הזמן שבו הם פשוט מסוגלים להרפות מהכל, מכל הרעיונות אודות טבע כל הדברים ומכל הצורך להזדהות עם התוויות והתיאורים אודות טבע הדברים. זוהי בהחלט נקודת המפתח, בצורה זו או אחרת, חשוב לתת לעצמכם את פסק הזמן הזה. מכיוון שאחרת אתם חושפים את עצמכם שוב ושוב לביליוני אנשים המנסים לשכנע את עצמם ואת כולם שלתופעות יש טבע עצמאי. זוהי השיחה היחידה שאותה תישמעו בכל מקום; אתם אף פעם לא שומעים שום שיחה אחרת.

אנשים, מקומות ודברים הם אמיתיים. כסף, מזון, מין, השכלה, שירותי בריאות, מערכות יחסים – זהו העולם האמיתי, נכון? אם אתם שומעים רק את הדברים האלה, סביר מאוד

להניח שתאמינו לזה, אך אם אתם שומעים את אותו קול בודד האומר משהו אחר, וכאשר אתם שומעים את הקול הזה, משהו מהדהד בתוכם ואתם אומרים: 'וואו, כול תא בתוכם אומר: 'כן, וואו, זה נפלא!' אתם יודעים שיש בזה משהו שיעזור לכם להירגע.

ובכן, אם אתם יכולים לקחת רגעים קצרים, זה נהדר. אם נמאס לכם מזה, אז רק הקשיבו והניחו לעצמכם להירגע בזמן שאתם מקשיבים, באותה הדרך שבה הייתם נרגעים אם הייתם מקשיבים למוסיקה אהובה עליכם.

אם ישנם תחומים בחייכם שבהם אותו הדבר מופיע שוב ושוב ואתם מרגישים שאתם נהיים לא מודעים, שאינכם מכירים במודעות, ואתם יודעים אם אתם נהיים לא מודעים או שאינכם מכירים במודעות, מכיוון שאתם מתחילים להרגיש מתוחים וחרדים, ואתם באמת מאמינים בכל מה שקורה. אתם ממש מאמינים בזה, מאמינים בזה לחלוטין, מה שזה לא יהיה. כמו למשל: 'אני מוכרח להמשיך לעבוד קשה ככל שאוכל, מכיוון שאם לא אז: א', ב', ג' יקרו'. כל העולם יתמוטט. במילים אחרות, אאבד את מערכת היחסים שלי, אאבד את ביתי, אאבד את כל מה שבניתי, ועוד ועוד. בדרך זו נקודת מבט אחת מובילה אל השנייה. על מנת להיות מודע במצב הזה, אין זה אומר שצריך לשנות את התוכן שלו. אין זה אומר שצריך לשנות את נקודות המבט שמופיעות. אין זה אומר זאת כלל וכלל. זה אומר *שבשעה* שנקודות המבט מופיעות, המודעות ברורה מאוד, בשעה שנקודות המבט מופיעות.

נקודות המבט מופיעות, אך הן אינן שולטות בתשומת הלב. בדיוק אותו הסיפור: 'מוכרח להמשיך לעבוד קשה. אם לא אמשיך לעבוד קשה הכל יתמוטט. כל מה שבניתי בכל אותו שנים, הכל יתפורר'. פעמים רבות אם התנהלנו בהיסטריה בעולם נקודות המבט בחיפוש אחר תשובה, לא נרגיש בנוח לחכות. אנו חייבים לעשות משהו, וחייבים לעשות את זה עכשיו, ואנו מרגישים שאם לא נעשה את זה עכשיו העולם כולו יקרוס. האם זה נשמע לכם מוכר? חלק מהשלווה או האיזון שעליהם אנו מדברים הוא להסתמך על הבהירות של המודעות כמענה לבעיות. להסתמך על הבהירות של המודעות למציאת פתרונות, במקום להסתבך עם כל נקודות המבט.