



ארבע נקודות מפתח הסתמכו על המודעות חלק 2

נוחו לרגעים קצרים החוזרים ונשנים פעמים רבות עד שזה נהיה אוטומטי. ולנוח אין זה אומר לבטל דבר כלשהו מתוך התכנים של נקודות המבט, לא את המחשבות, לא את הרגשות, לא את התחושות.

למעשה ישנן ארבע נקודות קריטיות אותן יש לזכור. ארבע נקודות מפתח כאשר אנו נמצאים במצבים רגשיים סוערים, כשהכל גועש, וכאשר נקודות מבט מופיעות, תזהו שנקודת מבט מופיעה ותנוחו כמודעות. כך שישנם הזיהוי וההכרה שנקודת המבט מופיעה. נקודה שנייה, אפשרו למודעות להישאר פשוט כפי שהיא – פתוחה ונרחבת בתוך ההופעה של האנרגיה הדינמית שלה עצמה. והניחו לנקודת המבט, מה שלא תהיה, להגיע לפוטנציאל המלא שלה, כך שאינכם מנסים לדכא אותה או כל דבר אחר. נאמר שאתם מרגישים פחד; מנוחה כמודעות איננה "תרופת נגד" המגרשת את תחושת הפחד, היא האמצעי המאפשר לה להגיע לפוטנציאל המלא שלה – נורא או מופלא או מה שלא יהיה. ואז ראו כיצד התחושה נעלמת בטבעיות מבלי להותיר סימן. כך אתם מגיעים להבנה שאין כלל ממה לפחד וגם אין כלל במה להיחזק. שלושת נקודות המפתח שהרגע הזכרתי, יחד עם הרביעית, שהיא התובנה הנפלאה אל תוך התהליך הזה. זוהי התובנה העמוקה ביותר שאי פעם יכולה להיות לאדם כלשהו התובנה אל תוך התהליך הזה. התהליך הבו-זמני של ההופעה, ההתעצמות המרבית והשחרור הספונטני של הכאן ועכשיו. נקודת המבט מתירה את עצמה. למרות זאת, היא איננה מתירה את עצמה אם נותנים לה להרגיש שיש לה כוח בצורה כלשהי.

נניח והפחד מופיע, הפחד מאובדן אהבה, או נטישה, או מה שזה לא יהיה; 'אוי, אני אנוח כמודעות, לא רוצה להרגיש את זה'. אך אם ישנה מודעות כאשר פחד זה מגיע למלוא הגשמתו, האנרגיה הדינמית של המודעות המגיעה למלוא הגשמתה – מזעזעת, נוראית, שאולי גם מלווה בדימויים, מכיוון שאינכם הודפים יותר את מה שפחדתם מפניו בתוך עצמכם. אתם רואים אותו מגיע לפוטנציאל המלא שלו כאנרגיה הדינמית של המודעות. ברגע שאתם מאפשרים לו להגיע לפוטנציאל מלא, אז בוס, הפחד נעלם באופן ספונטני מבלי להשאיר סימן, כמו קו המצויר על מים או כמו מסלול המעוף של ציפור בשמיים. אז באמת אתם מתחילים להיות מסוגלים לראות את הנוכחות הברורה של המודעות בכל המצבים. אך זה לא יקרה אם תיסגרו בכל נקודה שהיא בתהליך זה.

באמצעות הכוח של זה, אתם רואים שמה שחשבתם שהוא ההתחלה, האמצע והסוף של נקודת מבט, שהייחוס של התחלה, אמצע וסוף לתהליך, גם הוא נקודת מבט, ושכל זה הוא רק השחרור העצמי-הספונטני, הנוכחות הטהורה, של הכאן ועכשיו. המודעות לעולם איננה מתאחדת עם נקודות המבט ואז נפרדת מהן. המודעות היא המדיום היחיד של כל נקודות המבט.