

# Od Ego do Serca I

## *Cztery etapy transformacji świadomości*

W poprzednich rozdziałach opisaliśmy historyczne tło podróży Pracowników Światła, podróż z ego do świadomości opartej na sercu. Ta część będzie oddawała całkowicie psychologiczne cechy tej zmiany. Podzieliliśmy ten proces na cztery stopnie czy etapy, które podsumujemy jeszcze raz dla jasności:

1. Bycie niezadowolonym z tego co świadomość oparta na ego, ma ci do zaoferowania, tęskniąc za “czymś więcej”: początek końca.
2. Uświadomienie sobie powiązań do świadomości opartej na ego, rozpoznawanie i uwalnianie emocji i myśli, które za tym idą: środek końca.
3. Pozwalanie starej energii opartej na ego umrzeć w tobie, zrzucając kokon, stając się swoim nowym własnym Ja: koniec końca.
4. Wzbudzenie świadomości opartej na sercu w tobie, motywowanej przez miłość i wolność; pomaganie innym dokonującym przejścia.

## **Etap I: ego już nie wystarcza**

Przejście od świadomości opartej na ego do świadomości serca, zaczyna się z doświadczeniem wewnętrznej pustki. Sprawy, które zwykle przyciągały twoją pełną uwagę, albo sytuacje w których uczestniczyliście, teraz wydają się puste i bez znaczenia. Niektóre sprawy tracą swoje zwykłe znaczenie i sens.

Zanim doświadczyście tej pustki wasza świadomość znajduje się w uchwycie strachu i co w związku z tym jest związane potrzeba ciągłego potwierdzania siebie.

Ciągle szukasz zewnętrznego uprawomocnienia, ponieważ nie chcesz stanąć przed podstawowym lękiem przed odrzuceniem i samotnością. Ten silny lęk i potrzeba zewnętrznego uprawomocnienia, długo mogą być ukryte jako prawdziwy motyw wielu z twoich czynów. Twoje całe życie może być zbudowane na nich, bez twojej świadomości tego motywu. Może jesteś poinformowany o niejasnym niepokoju, albo napięciu wewnątrz. Ale często ważne wydarzenie, takie jak zerwanie związków, wyjazd ukochanego, czy strata pracy, zjawia się po to, by zaprosić cię do prawdziwego zbadania czego to napięcie czy niepokój rzeczywiście dotyczy.

Gdy ego jest w centrum twojej uwagi, twoja świadomość i twoje emocjonalne życie są

pogrążone w skurczu. Kulisz się w strachu i z tej pozycji jesteś w ciągłej defensywie. Kiedy jesteś na etapie ego, zawsze doświadczasz braku, potrzebujesz więcej.

Podstawa twoich myśli, uczuć i czynów jest czarną dziurą, pustką, która nigdy nie może być wypełniona całkowicie. To jest dziura strachu, miejsce zasłonięte cieniem, dopóki nie wprowadzisz tam swojej świadomości. Pustka jest cieniem, o czym jesteś trochę poinformowany, ale nie chcesz tam wejść.

Na tym etapie, twoje związki z Bogiem albo Wszystkim-Co-Jest charakteryzują się uczuciami oddzielenia. Głęboko wewnątrz czujesz się samotny i opuszczony. Czujesz się rozbitym, nic nieznaczącym fragmentem, bez żadnego celu. A ponieważ ukrywasz ten strach przed sobą, doświadczasz tego okrężną drogą jako cień.

Ludzie panicznie boją się stawać przed wewnętrzną pustką z pełną świadomością. Oni panicznie boją się spotkania z ich wewnętrzną ciemnością, zobaczyć ją i zbadać. Jednakże, jeśli nie staniesz przodem do tego, to tkwi tam, i będziesz zmuszony rozwinąć "strategie przetrwania", aby uczynić życie znośnym. Strategia ego zawsze polega na spychaniu problemu na peryferie, zamiast do centrum. Ego stara się rozwiązać problem przez przekręcanie twojej świadomości na zewnątrz. Próbuje łagodzić wewnętrzny ból przez poszukiwanie zewnętrznych energii. Energie, które szczególnie bardzo lubi, to uznanie, podziw, pochwała, uwaga etc. W ten sposób ego tworzy pozorną odpowiedź na głęboką tęsknotę duszy za jednością, bezpieczeństwem i miłością.

Ta tęsknota sama w sobie jest bardzo ważna i prawdziwa. To jest Bóg co cię woła. To jest twoja własna natura krzycząca do ciebie. Jesteś Bogiem! Bóg jest energią jedności, bezpieczeństwa i miłości. Każdy tęskni za bezwarunkową miłością i objęciem tej Energii, którą nazywacie Bogiem. W istocie ta tęsknota jest tęsknotą za byciem całkowicie świadomym tej jedności, twojego własnego Boskiego Ja. Twoja własna boskość jest twoim kluczem do bezwarunkowej miłości. Możesz to odnaleźć przez przedostawanie się przez strach i ciemność jaka cię otacza, Zauważając jak to skrycie, wewnątrz się toczy, nie na zewnątrz. Robisz to używając twojej świadomości jako światła, które przepędza cienie. Świadomość jest światłem. Dlatego nie potrzebuje walczyć z ciemnością; zwykła świadomość ją rozpuszcza. Przez uruchomienie swojej wewnętrznej świadomości cuda rzeczywiście cię spotkają.

Ego, jednakże, kroczy w dokładnie przeciwną stronę. Zdaje sobie sprawę z potrzeby miłości i bezpieczeństwa, ale próbuje tą potrzebę zadowolić bez stawiania się przed wewnętrzną ciemnością i strachem. Aby to osiągnąć stosuje pewną "sztuczkę": zamienia potrzebę miłości na potrzebę aprobaty i uznania przez innych ludzi. Zamienia potrzebę jedności i harmonii na potrzebę prześcigania i wywyższania się nad innymi. Jeżeli myślisz, że być kochanym to być podziwianym za twoje osiągnięcia, nie musisz już wtedy wchodzić do wewnątrz siebie aby miłość znaleźć; po prostu musisz pracować ciężiej! W taki oto sposób ego usiłuje kontrolować poprzez strach.

Poprzez to wasza oryginalna tęsknota za miłością i błogością jedności uległa zniekształceniu opartemu na życzeniu bycia podziwianym i uznawanym. Ciągłe szukacie zewnętrznego

szacunku, który daje chwilowe bezpieczeństwo. Wasza świadomość jest całkowicie skupiona na zewnętrznym świecie.

Liczycie się z poglądami innych i bardzo się przejmujecie tym, co ludzie o was myślą. To ma dla was bardzo duże znaczenie, ponieważ wasze poczucie własnej wartości zależy właśnie od tego. Tak naprawdę, wasze poczucie własnej wartości obniża się coraz bardziej, odkąd oddajecie swoją moc zewnętrznym siłom, które osądzają was za wasze zewnętrzne role, a nie za wasze bycie tym kim naprawdę jesteście.

W między czasie to głęboko zakorzenione poczucie porzucenia i samotności nie zostało złagodzone. W rzeczywistości nawet pogarsza się, ponieważ odmawiacie dokładniejszego spojrzenia na to. To, na co nie chcecie spojrzeć, staje się waszą „ciemną stroną”. Strach, gniew i negatywne moce wzrastają przez to i mogą wpływać na was, nasilone przez odmowę zajrzenia do swego środka.

Ego może być bardzo uporczywe w tłumieniu w sobie pewnych wątpliwości, intuicji i uczuć; tak łatwo nie uwolni kontroli.

Co dostrzegasz jako “zło” w swoim świecie jest zawsze wynikiem trzymania się osobistej mocy. To jest odmowa zrezygnowania z kontroli i zaakceptowania wewnętrznego strachu i ciemności.

Pierwszy stopień do oświecenia to poddanie się temu “co jest”. Oświecenie znaczy, że dopuszczasz wszystkie aspekty siebie, rozjaśniając je światłem twojej świadomości. Oświecenie nie znaczy, że jesteś świadomy w pełni wszystkiego w tobie, ale że jesteś skłonny do stanięcia przed każdym aspektem świadomie.

Oświecenie równa się miłości. Miłość oznacza, że akceptujesz siebie takiego jakim jesteś.

Wewnętrzna ciemność to poczucie porzucenia w głębi waszej duszy, ten cały wasz wielki strach jest tymczasowy. Ten etap ego jest tylko jednym krokiem w rozwoju i większym poszerzaniu świadomości. W tym etapie robicie pierwszy krok w kierunku zindywidualizowanej, boskiej świadomości.

Narodziny indywidualnej świadomości, twoje narodziny jako “oddzielnej duszy” jest połączone z doświadczeniem zostania opuszczonym, odseparowanym od Matki/Ojca. To jest porównywalne z traumą narodzin w waszym materialnym świecie. W macicy doświadczacie oceanicznego poczucia jedności z matką. Kiedy się narodzicie, tracicie tę jedność.

Z powodu tej traumy narodzin – mówiąc teraz o narodzinach duszy – dusza zawsze nosi w sobie to wewnętrzne rozdarcie. Musiała rozstać się ze wszystkim, co uważała za rzecz oczywistą.

Nowo narodzona dusza tęskni za powrotem do półświadomego stanu jedności, z której wyszła i która jest pamięcią Domu. Ponieważ to jest niemożliwe, dusza zaczyna doświadczać wielkiego strachu, uczucia pustki i wątpliwości. Ten wewnętrzny ból i dezorientacja stopniowo zaczynają tworzyć podłoże do przejścia mocy przez ego. Dusza musi zająć się

strachem i bólem, a ego obiecuje dostarczyć rozwiązania. Ego podtrzymuje perspektywę władzy i kontroluje świadomość duszy. Dusza, czując się bezsilna i zagubiona, poddaje się i oddaje się kierownictwu ego.

Ego jest tą częścią duszy, która jest ukierunkowana na materialny, zewnętrzny świat. W istocie, ego jest instrumentem duszy dla objawiania się, przebywając w fizycznym świecie w czasie i przestrzeni. Ego daje skupioną świadomość. Czyni świadomość konkretną poza tym oceanicznym, “oto jestem”, zamiast “jestem wszystkim”. Ego dokonuje równoległego przesunięcia wewnętrznych impulsów do konkretnego działania w materii. To jest ta twoja część, która obejmuje odstęp pomiędzy twoją nie-fizyczną (duchową) częścią a fizyczną częścią.

Dla duszy, która jest nie-fizyczna i duchowa, to jest całkiem nienaturalne być stałą w czasie i przestrzeni. Dusza jest zasadniczo niezależna od jakiegokolwiek materialnej formy. Gdy śnisz, że unosisz się w powietrzu, to kontaktujesz się z tą swoją wolną częścią. Ego, z drugiej strony, łączy i fiksuje. To umożliwia ci funkcjonowanie w rzeczywistości fizycznej. Jako takie, ego odgrywa bardzo cenną rolę, która nie ma nic wspólnego z “dobrem” albo “złem”. Kiedy jest to utrzymywane w równowadze, ego jest stanem neutralnym i niezastąpionym narzędziem dla duszy, która przebywa na Ziemi w ciele fizycznym.

Jeżeli jednak ego zaczyna kierować świadomością duszy, zamiast pełnić funkcję jego narzędzia, dusza wychodzi z równowagi. Gdy ego dyktuje duszy (czyli cecha charakterystyczna świadomości opartej na ego), ego nie tylko tłumi wewnętrzne impulsy, ale kontroluje i powstrzymuje te impulsy. Ego wtedy przedstawia zniekształcony obraz rzeczywistości. Niezrównoważone ego, jest zawsze w pogoni za władzą i kontrolą i w ten sposób interpretuje wszystkie fakty w pozytywnym albo negatywnym świetle.

To jest całkiem pouczające odkryć motywy waszych działań opartych na kontroli i władzy. Spróbujcie zobaczyć, jak często chcecie nagiąć rzeczy albo ludzi do swojej woli, nawet jeżeli to jest ze szlachetnych pobudek. Jak często denerwujecie się przez rzeczy nie idące po waszej myśli?

Należy zdawać sobie sprawę, że ta potrzeba kontroli jest zawsze strachem przed utratą kontroli. Więc zastanówcie się: jakie jest ryzyko w uwalnianiu kontroli, z odpuszczania potrzeby przewidywania? Przed czym jest w was ten najgłębszy strach?

Cena, jaką płacicie teraz za utrzymanie rzeczy pod “całkowitą kontrolą” jest taka, że wasze nastawienie do życia jest napięte i powściągliwe.

Gdy ośmielicie się żyć z wewnętrznego natchnienia, i robicie jedynie to, co przynosi wam radość, to stworzy to naturalny i prawdziwy porządek w waszym życiu. Będziecie odprężeni i szczęśliwi bez potrzeby, by wpływać na przepływ życia. To odbywa się bez strachu: przebywacie w całkowitym zaufaniu do tego, co przyniesie wam życie. Czy możecie tak żyć?

Dla młodej duszy, problem ze świadomością opartą na ego jest niemal nieunikniony. Ego oferuje wyjście z problemu strachu i porzucenia; to zmienia twoją uwagę od “co jest wewnątrz” do “co mogę dostać od zewnętrznego świata”. Nie jest to prawdziwym

rozwiązaniem problemu, ale wydaje się przynosić chwilową ulgę. Wykorzystywanie władzy i kontroli nad swoim otoczeniem może sprawiać wam tymczasowe zadowolenie, dawać „kopa”. Jest to przelotne odczucie bycia podziwianym i szanowanym. To łagodzi twój ból przez chwilę. Ale to nakręca cię abyś musiał wysilić się jeszcze raz, musisz być miłszy, bardziej pomocny.

Proszę, zapamiętajcie tę informację, że ten sztandar ego, może być dla was zarówno cukierkiem jak i goryczą, zarówno daniem jak i braniem, dominujący i służalczy. Wiele z tego, co jest dawane pozornie bezinteresownie jest nieświadomym wołaniem o uwagę, miłość i uznanie od odbiorcy prezentu. Gdy zawsze troszczysz się o innych i dajesz z siebie wszystko, po prostu ukrywasz się przed sobą. Aby więc zrozumieć co oznacza dominacja ego, niekoniecznie musicie myśleć o okrutnych tyranach takich jak Hitler albo Saddam Hussein. Utrzymujcie to w prostocie; obserwujcie swoją codzienność. Obecność dominacji ego może być rozpoznana po potrzebie, by kontrolować sprawy. Przykładem może być, że chcecie by pewne osoby zachowywały się w szczególny sposób. Urzeczywistniacie to, wymuszając od siebie pewne wzory zachowania. Jesteście ulegli i słodcy aby nie raniąc czyjegokolwiek uczucia. Jest jednak potrzeba kontroli za tym zachowaniem. “Oczywiście, chcę byś mnie kochał, więc nie będę się ci sprzeciwiać”. To jest sposób myślenia oparty na strachu. To jest strach przed pozostaniem samemu, strach przed odrzuceniem i porzuceniem. Co wydaje się być słodkim i miłym jest faktycznie formą samo-wyrzeczenia. To jest ego w akcji.

Dopóki ego rządzi waszą duszą, jesteście zależni od energii innych, aby dobrze się czuć. Wydaje się, że musicie zasłużyć na akceptację innych ludzi, od jakiejś mocy na zewnątrz was, aby się dobrze czuć. Jakkolwiek, świat wokół was nie jest trwały. Nigdy nie możecie opierać się na czymkolwiek, nie możecie liczyć na stałe uznanie czy to małżonka, szefa, czy rodziców. Dlatego musicie pracować przez cały czas, zawsze oczekując “porcji aprobaty”, na którą zasłużyliście. To wyjaśnia wasze zdenerwowanie, ponieważ utknęliście na etapie ego.

Ego nie może dostarczyć wam prawdziwej miłości i poczucia własnej wartości  
Rozwiązanie, które proponuje ta trauma porzucenia jest faktycznie beczką bez dna.  
Prawdziwą misją świadomości młodej duszy jest zostać rodzicem, którego się zagubiło.

Proszę, zdawajcie sobie sprawę z tego, że struktura ziemskiego życia oznacza przebieg zaczątku jako bezsilne dziecko, dorostnięcia do bycia osobą dorosłą, niezależną, która potrafi opiekować się sobą. Jak często klucz do rzeczywistego szczęścia w waszym życiu tkwi w tym, że stajecie się swoim własnym ojcem i opiekujecie się sobą, dajecie sobie miłość i zrozumienie, nie oczekując zrozumienia od innych. Na większym, metafizycznym poziomie, o którym tu mówimy, oznacza to zrozumienie, że jesteście Bogiem, a nie jedną z jego drobnych, zabłąkanych owieczek. To jest realizacja, która zaprowadzi was do Domu. To jest realizacja, która doprowadzi was do źródła tego kim jesteście, czyli miłością i boską mocą.

Koniec etapu ego pojawia się w zasięgu wzroku, kiedy dusza zdaje sobie sprawę, że powtarza wciąż taki sam cykl czynów i myśli. Ego traci swoją dominację, kiedy dusza staje się zmęczona i utrudzona walką w poszukiwaniu nieuchwytnego skarbu. Dusza wtedy zaczyna podejrzewać, że obietnice tej gry są błędne, że tak naprawdę nie ma w tym niczego co przynosi zwycięstwo. Gdy dusza zaczyna mieć dosyć prób bycia górą, przez cały czas bycia najlepszym, to wtedy zaczyna uwalniać kontrolę.

Zużywając mniej energii do panowania nad myślami i zachowaniami, energetyczna przestrzeń otwiera i uwzględnia nowe i różne doświadczenia.

Początkowo, kiedy wchodzicie w ten etap, możecie czuć się bardzo zmęczeni i puści w środku. Rzeczy, które wcześniej uznawaliście za ważne wydają się teraz całkowicie bez znaczenia. Również wypływające na powierzchnię strachy nie mają klarownej czy bezpośredniej przyczyny. To mogą być niejasne strachy przed śmiercią, albo utratą ukochanego. Co więcej, gniew może pojawić się w związku z sytuacjami w waszej pracy czy w małżeństwie. Wszystko co wyglądało na oczywiste, teraz jest niepewne.

To czemu świadomość oparta na ego próbowała zapobiec wychodzi z ukrycia i w końcu się wydarza.

Stopniowo pokrywka z garnka unosi się, wszystkie rodzaje niepohamowanych uczuć i strachów wyskakują i zajmują twoją świadomość, siejąc wątpliwości i zamieszanie w twoim życiu. Do tego momentu, funkcjonowałeś w dużej mierze na autopilocie. Wiele myśli i emocjonalnych wzorów są automatycznie przedawnione; pozwalasz im przechodzić bez oporu. To daje jedność i stabilność twojej świadomości. Jakkolwiek, kiedy wzrasta twoja świadomość, rozwija się, twoja osobowość staje się rozszczępiona na dwoje. Jedna twoja część chce trzymać się dawnych obyczajów; a twoja druga część szuka nowych sposobów i staje twarzą w twarz z przykrymi odczuciami w tobie, takimi jak gniew, strach czy wątpliwości.

Z rozwojem świadomości pojawiają się myśli, pod koniec etapu ego, które są często doświadczane jako intruz psujący zabawę, grę. Ta nowa świadomość porusza wszystko, co wyglądało wcześniej na oczywiste i to wzbudza w was uczucia, że nie wiecie jak się tym teraz zająć. Gdy zaczynacie wątpić we wzory przekonań oparte na ego, pojawia się całkowicie nowy punkt widzenia w waszej świadomości. To jest wtedy przejście z władzy do miłości.

Życie zgodne z nakazami ego jest bardzo represyjne. Służysz trochę przestraszonemu dyktatorowi, który dąży do władzy i kontroli, nie tylko nad twoim środowiskiem ale szczególnie nad tobą. Twoje spontanicznie płynące uczucia i zachowania są powściągane przez tego dyktatora. Ego nie lubi spontaniczności. Ego powstrzymuje cię od swobodnego wyrażania twoich uczuć, ponieważ uczucia i zachowania są niepohamowane i nieprzewidywalne, co jest niebezpieczne dla ego. Ego pracuje ukrywając się za maskami.

Jeśli twoje ego dyktuje ci, “bądź słodki i taktowny, zdobądź uznanie ludzi”, systematycznie zaczynasz powstrzymywać uczucia niezadowolenia i gniewu w tobie. Jeśli zaczynasz wątpić w wykonalność tego nakazu te powstrzymywane uczucia pojawiają się jeszcze raz po raz. Uczucia nie giną, jeśli są powstrzymywane. One nadal są żywe i zyskują na intensywności im dłużej je powstrzymujesz.

Kiedyś doświadczacie w duszy pustkę i wątpliwości, które są tak charakterystyczne dla dobiegającego kresu etapu ego, możecie spotkać i stanąć przed wszystkimi emocjami i uczuciami, które były ukrywane wcześniej w ciemności. Te uwiecznione emocje i uczucia są

bramą wejściową dla waszego największego własnego Ja. Przez badanie, przez prawdziwe zbadanie tego, co naprawdę czujecie, przywracacie sobie swoją spontaniczność i integralność, tę waszą rolę, która jest również nazywana waszym „wewnętrznym dzieckiem”. Nawiązując kontakt z waszymi prawdziwymi emocjami i uczuciami wchodzicie na drogę do wyzwolenia. Przechodzicie do świadomości opartej na sercu.

© Pamela Kribbe

Tłumaczenie: Barbara Dunker

[www.jeshua.net/](http://www.jeshua.net/)