**Αντιμετωπίζοντας τον Πόνο που Επιφέρουν τα Πρότυπα**

Pathwork Guide Διάλεξη Αρ.100 / 16 Μαρτίου 1962

Αγαπημένοι φίλοι μου, σας χαιρετίζω. Ο Θεός να ευλογεί τον καθένα σας. Ευλογημένη είναι τούτη η ώρα.

Οι περισσότεροι από τους φίλους μου που εργάζονται σε αυτό το μονοπάτι, προσεγγίζουν μια συγκεκριμένη περιοχή των προβλημάτων της ψυχής τους στην οποία έχουν πόνο. Για να κατανοήσετε την έννοια αυτού του πόνου, θα ήθελα να σας δώσω μια γενική εικόνα της διαδικασίας προκειμένου να τον διαλύσετε και να επιλύσετε τα εσωτερικά προβλήματά σας και τις συγκρούσεις σας. Θα προσπαθήσω να σας δώσω μια ολοκληρωμένη εικόνα της όλης διαδικασίας. Αυτή η γνώση θα σας βοηθήσει να επιλύσετε ακόμα περισσότερο τις συγκρούσεις και θα σας δώσει τη δυνατότητα να αντιμετωπίσετε την πάσχουσα περιοχή της ψυχής σας.

Πρώτα ας κάνουμε μια σύντομη ανακεφαλαίωση. Αρχικά, το παιδί υποφέρει από τις ατέλειες της αγάπης και της στοργής των γονιών του. Επίσης, υποφέρει επειδή δεν γίνεται πλήρως αποδεκτή η ατομικότητά του. Με αυτό εννοώ τη συνήθη πρακτική της αντιμετώπισης του παιδιού ως παιδί και όχι ως ιδιαίτερη ατομικότητα. Υποφέρετε από αυτό, παρ’ όλο που μπορεί να μην το αντιλαμβάνεστε με αυτούς τους όρους ή με συγκεκριμένες σκέψεις. Αυτό μπορεί να αφήσει τις ίδιες ουλές που αφήνει η έλλειψη αγάπης ή της προσοχής. Προκαλεί κι αυτό απογοήτευση όπως προκαλεί η έλλειψη αγάπης ή ακόμα και η βαναυσότητα.

Η γενικότερη ατμόσφαιρα μέσα στην οποία μεγαλώνετε σας επηρεάζει όπως θα σας επηρέαζε ένας συνεχής μικρός κλονισμός που συχνά αφήνει μεγαλύτερο σημάδι απ’ ότι αφήνει μια και μόνο συγκλονιστική τραυματική εμπειρία. Αυτός είναι ο λόγος για τον οποίο είναι συχνά πιο εύκολο να θεραπεύσετε το δεύτερο παρά το πρώτο. Η ατμόσφαιρα της μη αποδοχής της ατομικότητάς σας, καθώς και η έλλειψη αγάπης και κατανόησης, προκαλούν αυτό που αποκαλούμε νεύρωση. Αποδέχεστε αυτή την ατμόσφαιρα ως κάτι αυτονόητο. Τη θεωρείτε δεδομένη. Πιστεύετε ότι έτσι πρέπει να είναι. Παρ’ όλα αυτά, υποφέρετε εξαιτίας της. Το ότι την υπομένετε σε συνδυασμό με την πεποίθησή σας πως είναι κάτι που δεν μπορεί να αλλάξει, σας κάνει να αναπτύσσετε καταστροφικές άμυνες.

Ο πρωταρχικός πόνος και η απογοήτευση που δεν μπορούσε να αντιμετωπίσει το παιδί απωθούνται. Τοποθετούνται κάπου εκτός της συνειδητότητας, αλλά σιγοκαίνε εντός του ασυνείδητου νου. Τότε αρχίζουν να σχηματίζονται οι καταστροφικές εντυπώσεις και οι μηχανισμοί άμυνας. Στο παρελθόν έχουμε εξετάσει αρκετά διεξοδικά τους διάφορους αμυντικούς μηχανισμούς. Οι εντυπώσεις που δημιουργείτε είναι αμυντικοί μηχανισμοί. Μέσα από τα εσφαλμένα συμπεράσματά τους αναζητάτε έναν τρόπο να παλέψετε ενάντια στις ανεπιθύμητες επιδράσεις που δημιούργησαν τον πρωταρχικό πόνο. Οι ψευτο-λύσεις είναι ένας τρόπος για να πολεμήσετε τον κόσμο, τον πόνο και όλα όσα θέλετε να αποφύγετε.

Όταν η ψευτο-λύση σας είναι η απόσυρση από το συναίσθημα, την αγάπη και τη ζωή, αυτό είναι μια άμυνα προκειμένου να μην πληγωθείτε. Μόνο όταν γνωρίσετε καλά τον εαυτό σας θα δείτε πόσο μη ρεαλιστική και κοντόφθαλμη είναι αυτή η «θεραπεία». Θα θελήσετε να αλλάξετε και θα προτιμήσετε τον πόνο κι όχι την αποξένωση από τον εαυτό σας που σας κάνει να μην αισθάνεστε τίποτα ή να αισθάνεστε μόνο λίγα. Συνεχίζοντας την εργασία σας και διανύοντας με θάρρος τις προσωρινές περιόδους αποθάρρυνσης και αντίστασης, θα φτάσετε στο σημείο όπου αυτό το σκληρό κέλυφος θα σπάσει και δεν θα είστε πια νεκροί μέσα σας. Όμως η πρώτη αντίδραση δεν θα είναι ευχάριστη. Δεν γίνεται να είναι. Θα αντιληφθείτε όλα τα αρνητικά συναισθήματα και όλο τον πόνο που είχατε απωθήσει και τότε θα νομίζετε ότι ορθώς είχατε αποτραβηχτεί. Μόνο αν συνεχίσετε να βαδίζετε προς τα μπρος θα ανταμειφθείτε με καλά, δημιουργικά συναισθήματα. Σχετικά με αυτό θα μιλήσουμε αναλυτικότερα σε λίγο.

Αν η ψευτο-λύση σας είναι να είστε υποχωρητικοί, αδύναμοι, αβοήθητοι και εξαρτημένοι προκειμένου να νοιάζεται κάποιος για σας (όχι απαραίτητα υλικά, αλλά συναισθηματικά) αυτό είναι μια κοντόφθαλμη και μη ικανοποιητική λύση. Η εξάρτηση από τους άλλους δημιουργεί φόβο και απόγνωση. Αυξάνει ακόμα περισσότερο την έλλειψη εμπιστοσύνης στον εαυτό σας. Όπως η λύση σας να αποτραβηχτείτε σας κάνει να αισθάνεστε νεκροί μέσα σας και σας στερεί το νόημα της ζωής, έτσι και η λύση σας να υποκύψετε σας στερεί την ανεξαρτησία και τη δύναμή σας. Σας απομονώνει εξίσου, αν και μέσα από έναν διαφορετικό εσωτερικό δρόμο. Αρχικά επιθυμούσατε να αποφύγετε τον πόνο μέσω ενός ισχυρού ατόμου που θα σας φρόντιζε. Στην πραγματικότητα, προκαλείτε στον εαυτό σας μεγαλύτερο πόνο επειδή δεν θα μπορέσετε ποτέ να βρείτε ένα τέτοιο άτομο. Αυτό το άτομο πρέπει να είναι ο εαυτός σας.

Με το να παραμένετε σκόπιμα αδύναμοι, ασκείτε την ισχυρότερη τυραννία πάνω στους άλλους. Δεν υπάρχει χειρότερη τυραννία από εκείνη που ασκεί ένα αδύναμο άτομο σε κάποιον δυνατότερο ή σε ολόκληρο το περιβάλλον του. Είναι σαν το άτομο αυτό να λέει διαρκώς: «Είμαι τόσο αδύναμος. Πρέπει να με βοηθήσεις. Είμαι τόσο αβοήθητος. Είσαι υπεύθυνος για μένα. Τα λάθη που κάνω δεν μετράνε γιατί δεν μπορώ να κάνω αλλιώς. Δεν μπορώ να κάνω κάτι γι’ αυτό. Πρέπει πάντα να με ανέχεσαι και να μου επιτρέπεις να κάνω τα πάντα. Δεν μπορεί να περιμένει κανείς από μένα να αναλάβω πλήρως την ευθύνη για αυτά που κάνω ή δεν κάνω, για αυτά που σκέφτομαι ή δεν σκέφτομαι, γι’ αυτά που αισθάνομαι ή δεν αισθάνομαι. Μπορεί να αποτύχω επειδή είμαι αδύναμος. Εσύ είσαι δυνατός, γι’ αυτό οφείλεις να καταλαβαίνεις τα πάντα. Δεν επιτρέπεται να αποτύχεις γιατί η αποτυχία σου θα με επηρεάσει». Ο μαλθακός και οκνηρός οίκτος που έχουν οι αδύναμοι για τον εαυτό τους έχει αυστηρές απαιτήσεις από τους συνανθρώπους του. Αυτό γίνεται προφανές όταν διερευνηθούν οι σιωπηρές προσδοκίες και η σημασία των συναισθηματικών αντιδράσεων και μεταφραστούν σε συνοπτικές σκέψεις.

Είναι λάθος να νομίζει κανείς ότι ο αδύναμος άνθρωπος είναι ακίνδυνος και ότι πληγώνει τους άλλους λιγότερο απ’ ότι τους πληγώνει ένα ξεκάθαρα αυταρχικό και επιθετικό άτομο. Όλες οι ψευτο-λύσεις προκαλούν ανείπωτη οδύνη στον εαυτό και στους άλλους. Όταν αποτραβιέστε, απορρίπτετε τους άλλους και τους παρακρατείτε την αγάπη που θέλετε να τους προσφέρετε και που οι ίδιοι επιθυμούν να λάβουν από εσάς. Όταν υποτάσσεστε δεν αγαπάτε, απλά περιμένετε να αγαπηθείτε. Δεν βλέπετε ότι και οι άλλοι έχουν ευαισθησίες, αδυναμίες και ανάγκες. Απορρίπτετε εκείνο το κομμάτι της ανθρώπινης φύσης τους και συνεπώς, τους πληγώνετε. Επιλέγοντας την επιθετικότητα, απομακρύνετε τους ανθρώπους και με την εσφαλμένη υπεροψία σας τους πληγώνετε. Σε κάθε περίπτωση, όταν πληγώνετε τους άλλους, πληγώνετε τον εαυτό σας. Το κακό που προκαλείτε δεν μπορεί παρά να έχει συνέπειες και ως εκ τούτου, οι ψευτο-λύσεις που είχαν σκοπό να εξαλείψουν τον πρωταρχικό πόνο, σας προκαλούν περισσότερο πόνο.

Όλες οι ψευτο-λύσεις, σε συνδυασμό και με άλλους παράγοντες, ενσωματώνονται στην εξιδανικευμένη εικόνα που έχετε για τον εαυτό σας. Καθώς από τη φύση της η εξιδανικευμένη εικόνα του εαυτού θέλει να ξεχωρίζει, σας απομονώνει και κάνει όλους όσους με τους οποίους σχετίζεστε να αισθάνονται μοναξιά. Καθώς είναι από τη φύση της αναληθής και προσποιητή, σας απομονώνει από τη ζωή και από τους άλλους. Όλα αυτά είναι βέβαιο ότι θα σας φέρουν πόνο, θα σας πληγώσουν, θα σας δημιουργήσουν σύγχυση και θα σας απογοητεύσουν. Επιλέγετε να δραπετεύετε από τον πόνο και την απογοήτευση, όμως αυτός ο δρόμος δεν έχει αποδειχτεί απλά ανεπαρκής, αλλά και θα σας φέρει ακόμα πιο πολλά από όσα θέλατε να αποφύγετε. Ωστόσο, για να αναγνωρίσετε ξεκάθαρα αυτή την πραγματικότητα και για να κάνετε τις απαραίτητες συνδέσεις, απαιτείται να εργαστείτε ενεργά για την ειλικρινή αναζήτηση του εαυτού σας.

Η τελειομανία που είναι τόσο βαθιά ριζωμένη μέσα σας και μέσα στις εξιδανικευμένες εντυπώσεις που έχετε για τον εαυτό σας, καθιστούν αδύνατον να αποδεχτείτε τον εαυτό σας και τους άλλους, να αποδεχτείτε τη ζωή, όπως πραγματικά είναι και ως εκ τούτου, δεν μπορείτε να αντιμετωπίσετε τη ζωή και να επιλύσετε τα προβλήματά σας. Σας κάνει να αποφεύγετε να ζείτε με την πραγματική έννοια.

Οι περισσότεροι από εσάς, φίλοι μου, έχετε δει και διαπιστώσει πολλά που σχετίζονταν με τα εσφαλμένα συμπεράσματά σας, τις παρανοήσεις, τις εντυπώσεις και τις ψευτο-λύσεις σας. Συνειδητοποιείτε, τουλάχιστον σε κάποιο βαθμό, την ιδιαίτερη φύση της εξιδανικευμένης εικόνας του εαυτού σας. Έχετε μια κάποια ιδέα για το λόγο για τον οποίο έχετε αποξενωθεί από τον εαυτό σας και είστε τελειομανείς. Έχετε συνεπώς συνειδητοποιήσει την έκταση της ζημιάς που προκαλέσατε στον εαυτό σας και στους άλλους και έχετε δει πόσο δεν σας ικανοποιεί αυτή η ψευτο-άμυνα και η προστασία. Μπορεί να μην αντιλαμβάνεστε όλοι σας πλήρως αυτούς τους παράγοντες, όμως οι περισσότεροι από εσάς τους αντιλαμβάνεστε επαρκώς ώστε μέσα σας να είστε έτοιμοι να τους εγκαταλείψετε. Μερικοί από εσάς έχετε στην πραγματικότητα φτάσει στο όριο να ανοίξετε το δρόμο προς έναν νέο εσωτερικό τρόπο ζωής όπου θα είστε διατεθειμένοι να εγκαταλείψετε όλες τις άμυνες. Η συνεχής παρατήρηση των μη ρεαλιστικών και ανώριμων συναισθημάτων και αντιδράσεών σας αποδυναμώνει τον αντίκτυπό τους και ενεργοποιεί σχεδόν αυτόματα μια διαδικασία διάλυσής τους. Όταν διαλυθούν κάποια πράγματα, η ψυχή θα είναι έτοιμη να ξεπεράσει το όριο. Όμως αυτό θα είναι αρχικά οδυνηρό.

Κάποιος θα περίμενε πως μόλις διασχίσει αυτό το σημαντικό όριο τα καινούργια και εποικοδομητικά πρότυπα συμπεριφοράς θα μπορέσουν αμέσως να αντικαταστήσουν τα παλιά. Μια τέτοια προσδοκία δεν είναι ρεαλιστική και δεν είναι ακόλουθη με την αλήθεια. Τα εποικοδομητικά πρότυπα συμπεριφοράς δεν μπορούν να έχουν σταθερή βάση αν δεν περάσετε πρώτα μέσα από τον πρωταρχικό πόνο και την απογοήτευση από την οποία είχατε αποδράσει. Πρέπει πρώτα να αντιμετωπίσετε, να αισθανθείτε, να κατανοήσετε, να συμφιλιωθείτε και να αφομοιώσετε όλα αυτά. Τότε, όλα όσα δεν είναι υγιή και ρεαλιστικά θα μπορέσουν να διαλυθούν, καθετί που είναι ανώριμο θα μπορέσει να ωριμάσει και οι υγιείς αλλά καταπιεσμένες δυνάμεις θα μπορέσουν να οδηγηθούν προς τα κατάλληλα κανάλια ώστε να λειτουργήσουν εποικοδομητικά προς όφελός σας. Όσο περισσότερο καθυστερείτε αυτή την επώδυνη διαδικασία, τόσο περισσότερο θα δυσκολευτείτε (όταν θα είστε επιτέλους έτοιμοι) να περάσετε από την παιδική ηλικία στην ενηλικίωση. Ακόμα κι αν πεθάνετε παιδί σε αυτή τη ζωή, σε κάποια περίοδο της πνευματικής εξέλιξής σας θα πρέπει να ξεπεράσετε αυτό το όριο. Ο πόνος είναι ένας υγιής πόνος ανάπτυξης και το φως θα γίνει ορατό όταν θα ξεπεράσετε την αντίστασή σας σε αυτή τη διαδικασία. Η ισχύς, η αυτοδυναμία και η ικανότητά σας να έχετε μια ζωή γεμάτη, με τα εποικοδομητικά πρότυπά σας σε λειτουργία, είναι επαρκής αποζημίωση για όλα τα χρόνια που ζούσατε καταστροφικά και αντιπαραγωγικά καθώς και για τον πόνο που αισθανθήκατε όταν περάσατε το όριο προς τη συναισθηματική ενηλικίωση.

Μπορείτε να φανταστείτε τι θα γινόταν αν μπορούσατε να αποφύγετε να βιώσετε τον πόνο εξαιτίας του οποίου είχατε εδραιώσει τα καταστροφικά πρότυπα συμπεριφοράς; Αυτά τα είχατε χρησιμοποιήσει για να αποφύγετε κάτι που συνέβη στη ζωή σας και δεν έχει ιδιαίτερη σημασία αν ήταν κάτι πραγματικό ή φανταστικό. Η ασθένεια της ψυχής σας προκλήθηκε όταν μπήκατε στη διαδικασία να εύχεστε να δραπετεύσετε από αυτό και να αποφύγετε να δείτε κάτι που υπάρχει ή που υπήρχε, και συνεπώς, να μη αντιμετωπίσετε την πραγματικότητά σας. Ως εκ τούτου, τώρα πρέπει να αντιμετωπίσετε αυτή την περιοχή. Αυτός είναι ο λόγος για τον οποίο όσοι ξεπεράσατε το όριο και κάνατε τα πρώτα δειλά βήματα (μπορεί να υπάρξουν περιστασιακές υποτροπές, επειδή καμία εσωτερική διαδικασία δεν εξελίσσεται μόνο μέσω ομαλής δράσης) προβληματίζεστε για τον έντονο πόνο που βιώνετε. Συχνά δεν μπορείτε να κατανοήσετε γιατί σας συμβαίνει αυτό. Μπορεί να έχετε μια κάποια αόριστη ιδέα και κάποιες απαντήσεις, αλλά αυτή η διάλεξη θα σας βοηθήσει να το κατανοήσετε πιο ουσιαστικά.

Διανοητικά, όλοι σας γνωρίζετε ότι αυτό το μονοπάτι δεν είναι ένα παραμύθι μέσα στο οποίο θα ανακαλύψετε τις αποκλίσεις, τις παρανοήσεις και τις υπεκφυγές σας και αφότου το κάνετε αυτό θα ακολουθήσει ευτυχία και τίποτε άλλο. Είναι αλήθεια, φυσικά, ότι η απελευθέρωση από τα δεσμά, τα σφάλματα και τις αποκλίσεις θα σας φέρει την ευτυχία. Αλλά μέχρι να φτάσετε σε αυτό το στάδιο πρέπει πρώτα να βιώσετε πολλές περιοχές της ψυχής σας προτού η ψυχή σας να είναι πραγματικά εξοπλισμένη για να ζήσει τη ζωή στο έπακρον. Ακόμη κι όταν θα έχει αφομοιωθεί ο έντονος πόνος και θα πάψει να υπάρχει, θα έχετε μια μη ρεαλιστική, αν και συχνά ασυνείδητη προσδοκία, ότι τώρα η ζωή θα σας προσφέρει διαρκώς όλα όσα επιθυμείτε. Όχι, φίλοι μου. Παρ’ όλα αυτά, η πραγματικότητα είναι πολύ καλύτερη. Στην πραγματικότητα θα μάθετε να αντιμετωπίζετε τις ατυχίες και τις δυσκολίες αντί αυτές να σας διαλύουν. Δεν θα ενισχύετε τις καταστροφικές άμυνες σας. Αυτό με τη σειρά του, θα σας εξοπλίσει με τα εργαλεία που χρειάζεστε για να κάνετε το καλύτερο που μπορείτε σε κάθε ευκαιρία που σας δίνεται και θα αποκομίσετε το μέγιστο δυνατό όφελος και τη μέγιστη ευτυχία από κάθε βίωμα της ζωής.

Περιττό να πω ότι αυτό δεν θα το καταφέρετε ποτέ με τους καταστροφικούς μηχανισμούς άμυνας και τις διάφορες εντυπώσεις σας. Επιτρέψτε μου να επαναλάβω αυτό που έχω πει πολλές φορές: Αρχικά, θα συνεχίσετε να έρχεστε αντιμέτωποι με εξωτερικά αρνητικά γεγονότα που είναι αποτέλεσμα των προηγούμενων και βαθιά ριζωμένων προτύπων σας, αλλά θα τα αντιμετωπίζετε με διαφορετικό τρόπο. Καθώς θα μαθαίνετε πώς να το κάνετε αυτό, θα συνειδητοποιήσετε πόσες ευκαιρίες είχατε στο παρελθόν να είστε ευτυχισμένοι και τις είχατε αγνοήσει. Με αυτό τον τρόπο θα αρχίσετε να αλλάζετε τα πρότυπά σας, έως ότου σταδιακά, ίσως και μετά από αρκετές ενσαρκώσεις, τα δυσάρεστα εξωτερικά γεγονότα διαρκώς θα λιγοστεύουν. Όμως όταν βρίσκεστε στο ξεκίνημα αυτής της φάσης, μην περιμένετε άμεσα ικανοποίηση και ευτυχία σε όλους τους τομείς. Μην περιμένετε ότι αυτά θα έρθουν από κάπου έξω από εσάς, χωρίς εσείς να τα έχετε δημιουργήσει μέσα σας μαθαίνοντας και ζώντας εποικοδομητικά. Αρχικά, πρέπει να δείτε τις δυνατότητές σας, τις ευκαιρίες σας και την ανεξάρτητη ικανότητα επιλογής που έχετε, αντί να είστε εντελώς αβοήθητοι και να περιμένετε την τύχη να σας φέρει την ευτυχία.

Τώρα πια, θα πρέπει να έχετε καταλάβει ότι από πολλές απόψεις, εσείς έχετε προκαλέσει τη δυστυχία σας μέσα από τις καταστροφικές και μη ρεαλιστικές υπεκφυγές και άμυνες σας. Τώρα, καθώς αισθάνεστε μια νέα δύναμη, θα συνειδητοποιήσετε ότι εσείς μπορείτε να δημιουργήσετε την ικανοποίηση και την ευτυχία σας. Και πάλι, αυτό δεν μπορεί να πραγματοποιηθεί μέσω της διανοητικής κατανόησης. Είναι μια εσωτερική διαδικασία που αναπτύσσεται οργανικά. Επειδή τώρα κατανοείτε βαθιά ότι καμία σκληρή μοίρα ούτε κάποιος άπονος θεός δεν σας έχουν τιμωρήσει και δεν σας έχουν παραμελήσει, θα κατανοείτε, επίσης βαθιά, και θα γνωρίζετε ότι εσείς είστε αυτοί που μπορείτε να δημιουργήσετε κάθε ικανοποίηση που λαχταρά η ψυχή σας. Μια λαχτάρα την οποία δεν είχατε καν συνειδητοποιήσει όταν ξεκινήσατε να βαδίζετε σε αυτό το μονοπάτι.

Η νέα συνειδητότητα μπορεί να προκύψει μόνο έπειτα από μια πληρέστερη κατανόηση όλων των ψευτο-λύσεων και των παρανοήσεων σας, τα βάθη των οποίων θα σας κάνουν να συνειδητοποιήσετε τις ανάγκες σας. Το πρώτο αποτέλεσμα σε αυτό το μονοπάτι θα είναι να κατανοήσετε τα δικά σας αίτια και αποτελέσματα και την αίσθηση της δύναμης, της ανεξαρτησίας της αυτάρκειας και της δικαιοσύνης που προσφέρει στο άτομο μια τέτοια κατανόηση. Ο χρόνος ο οποίος απαιτείται για την εκκίνηση αυτής της νέας δύναμης και την μετέπειτα αύξησή της, εξαρτάται από τις προσπάθειες σας, την εσωτερική σας θέληση και από το αν θα ξεπεράσετε την πανταχού παρούσα αντίσταση η οποία αρχίζει να φθίνει μόνο αφότου αναγνωρίσετε επαρκώς τους δόλιους τρόπους της.

Τώρα, φίλοι μου, όταν αντιμετωπίζετε τον πόνο, είναι πράγματι απλώς ο πόνος που βιώσετε κάποτε ως παιδιά; Είναι πράγματι η απογοήτευση που βιώνει ένα παιδί για τους γονείς του και τίποτα παραπάνω; Όχι, φίλοι μου, αυτό δεν είναι εντελώς σωστό. Είναι αλήθεια ότι ο πρωταρχικός πόνος και η απογοήτευση έχουν επηρεάσει την προσαρμοστικότητα της ψυχής σας και σας έκαναν ανίκανους να τον αντιμετωπίσετε. Σας έκανε να τον αποφεύγετε και να αναζητάτε «λύσεις» που δεν είναι ικανοποιητικές. Όμως ο πόνος που βιώνετε αυτή τη στιγμή είναι περισσότερο ο τωρινός πόνος της έλλειψης ικανοποίησης που προκαλούν τα μη παραγωγικά πρότυπά σας. Δεν μπορείτε να τα ξεχωρίσετε αυτά συνειδητά. Μπορεί να μη αντιλαμβάνεστε καν τον πρωταρχικό πόνο της παιδικής ηλικίας. Μπορεί να χρειαστεί χρόνος και αυτοπαρατήρηση προκειμένου να μπορέσετε να διακρίνετε αυτόν τον πόνο. Αφού το κάνετε αυτό, θα δείτε ότι ο πόνος είναι πιο έντονος για τον τωρινό σας εαυτό και για την τωρινή σας ζωή και όχι για το παρελθόν. Το παρελθόν είναι σημαντικό μόνο επειδή τότε εδραιώσατε τους μη παραγωγικούς τρόπους σας που ευθύνονται για τον τωρινό σας πόνο.

Αν δεν κρυφτείτε από τον πόνο αλλά περάσετε μέσα απ’ αυτόν και αντιληφθείτε τη σημασία του, θα συνειδητοποιήστε ότι αυτό που σας προκαλεί πόνο είναι οι ανικανοποίητες ανάγκες που έχετε τώρα. Θα συγχυστείτε με την ανικανότητά σας, σε αυτή τη φάση, να προσφέρετε στον εαυτό σας ικανοποίηση. Η απογοήτευσή σας θα σχετίζεται με την τωρινή σας ανικανότητα για ικανοποίηση. Δεν μπορείτε ακόμα να δείτε τι θα μπορούσατε να κάνετε γι’ αυτό. Αισθάνεστε ότι έχετε πέσει στην παγίδα σας και δεν βλέπετε με ποιον τρόπο θα βγείτε, συνεπώς, εξαρτάστε από μια εξωτερική παρέμβαση πάνω στην οποία δεν έχετε κανένα έλεγχο. Μόνο αφότου αντιληφθείτε με θάρρος αυτές τις εντυπώσεις και τις αντιδράσεις θα βρείτε σταδιακά μια διέξοδο και ως εκ τούτου, δεν θα αισθάνεστε πλέον τόσο αβοήθητοι και θα αυξήσετε την ανεξάρτητη δύναμή σας και την επινοητικότητά σας.

Σε μια προηγούμενη διάλεξη συζητήσαμε το θέμα των ανθρώπινων αναγκών. Προτού αποκαλύψετε τα διάφορα «προστατευτικά στρώματα» δεν μπορείτε να συνειδητοποιήσετε πλήρως τις αληθινές ανάγκες σας. Μπορεί να γνωρίζετε κάποιες από τις ανάγκες σας που δεν είναι πραγματικές, αλλά μόνο έπειτα από μια πληρέστερη κατανόηση του εαυτού σας θα αρχίσετε σταδιακά να αντιλαμβάνεστε τις βασικές, καθαρές ανάγκες τις οποίες κρατούσατε υπό τον έλεγχό σας. Όταν βιώσετε τον πόνο που προηγείται της μετάβασης στην συναισθηματική ωριμότητα και τα δημιουργικά πρότυπα συμπεριφοράς, έχετε τη δυνατότητα, εάν το επιλέξετε, να συνειδητοποιήσετε με ακρίβεια αυτές τις ανάγκες. Αυτό δεν μπορείτε να το αποφύγετε εάν επιθυμείτε να βγείτε από την τωρινή κατάσταση του αντιπαραγωγικού τρόπου ζωής.

Καθώς θα αρχίσετε να αντιλαμβάνεστε τις ανάγκες σας και την απογοήτευση που σας προκαλεί η μη ικανοποίησή τους, θα ανακαλύψετε αρχικά την απαιτητική ανάγκη σας να σας αγαπούν σαν ένα παιδί που χρειάζεται να λάβει αγάπη και στοργή. Ωστόσο, δεν μπορούμε να πούμε ότι η ανάγκη κάποιου να αγαπηθεί είναι παιδαριώδης και ανώριμη. Είναι έτσι μόνο όταν ο ενήλικας έχει φυλακίσει την ψυχή του και αρνείται να ωριμάσει μέσα από την ικανότητά του να προσφέρει αγάπη. Έτσι, η ανάγκη του να λάβει παραμένει απομονωμένη και συγκαλυμμένη. Μέσα από τα καταστροφικά πρότυπα συμπεριφοράς ωθήσατε στο ασυνείδητο την επώδυνη ανάγκη σας να λαμβάνετε. Λόγω αυτής της άγνοιας και των διαφόρων αμυντικών μηχανισμών, η ικανότητα σας να προσφέρετε δεν μπορεί να αναπτυχθεί στην ψυχή σας. Ωστόσο, στην εργασία που έχετε ήδη κάνει, δεν έχετε συνειδητοποιήσει μόνο πολλά από αυτά που είχατε κρυμμένα, αλλά έχετε ξεκινήσει να διαλύετε και ορισμένα καταστροφικά επίπεδα. Αυτό έχει επιτρέψει να έρθει στην επιφάνεια η ικανότητά σας να προσφέρετε αγάπη, ακόμα κι αν δεν μπορείτε να το αντιληφθείτε πλήρως.

Καθώς αντιμετωπίζετε τον πόνο, στην πραγματικότητα βιώνετε την τεράστια πίεση που ασκούν οι ανάγκες σας. Από τη μία πλευρά, έρχεστε αντιμέτωποι με την ανάγκη σας να λάβετε, που θα παραμένει ανικανοποίητη για όσο καιρό θα επικρατούν τα καταστροφικά πρότυπα. Απαιτείται χρόνος για να αποκτήσετε την απαραίτητη δύναμη και επινοητικότητα για να μπορέσετε να ικανοποιήσετε την ανάγκη σας να λαμβάνετε. Από την άλλη πλευρά, μέχρι να φτάσετε σε αυτό το στάδιο η ανάγκη σας να προσφέρετε δεν μπορεί να βρει διέξοδο. Ως εκ τούτου, δημιουργείται μια διπλή απογοήτευση και ασκεί τεράστια πίεση. Είναι αυτή η πίεση που είναι τόσο οδυνηρή. Φαίνεται να σας διαλύει.

Μην πιστεύετε, φίλοι μου, ότι η πίεση, η απογοήτευση δεν υπήρχε προτού την αντιληφθείτε. Υπήρχε, αλλά είχε βρει άλλες διεξόδους. Ίσως μέσα από μια σωματική ασθένεια ή μέσα από άλλα συμπτώματα. Καθώς θα αρχίσετε να αντιλαμβάνεστε τον κεντρικό πυρήνα, η πίεση και ο πόνος μπορεί να γίνουν ακόμα πιο έντονοι, αλλά αυτή είναι η διαδικασία επούλωσης. Έτσι, οδηγείτε την αντίληψή σας προς την κύρια αιτία του προβλήματος. Εστιάζετε την προσοχή σας στη ρίζα του προβλήματος. Δίνετε έμφαση στην πραγματικότητα και όχι στην αποφυγή της. Πρέπει να βιώσετε τον πόνο σε όλες τις αποχρώσεις και τις ποικιλίες του. Πρέπει να συνειδητοποιήσετε ότι έχετε ανάγκη να προσφέρετε αλλά και να λαμβάνετε. Πρέπει να αισθανθείτε και να παρατηρήσετε τη σύγχυση που σας προκαλεί η συσσωρευμένη πίεση, η στιγμιαία αδυναμία να βρείτε ανακούφιση και ο πειρασμός να αποδράσετε ξανά. Καθώς θα πολεμάτε μέσα σε αυτή τη φάση και θα δυναμώνετε, δεν θα δραπετεύετε πλέον από τον εαυτό σας και από το φαινομενικό ρίσκο της ζωής. Θα έρθουν ευκαιρίες. Θα τις δείτε και θα τις εκμεταλλευτείτε. Θα σας διδάξουν να μη σταματάτε να αναπτύσσεστε και να δυναμώνετε μέχρι να ικανοποιηθούν, αρχικά μερικώς και μετά ολοένα και περισσότερο, οι ανάγκες σας καθώς θα μεγαλώνετε και θα αλλάζετε τα πρότυπά σας.

Πρέπει να καταλάβετε ότι κατά την περίοδο αυτή θα βρεθείτε σε ένα ενδιάμεσο στάδιο. Πρέπει να αντιληφθείτε την ανάγκη σας να λαμβάνετε, που από μόνη της είναι υγιής. Όμως αυτή η ανάγκη έχει γίνει υπερβολικά ισχυρή και είναι συνεπώς ανώριμη επειδή την είχατε καταπιέσει και επειδή σας απογοητεύει η υγιής ικανοποίηση που αισθάνεστε όταν λαμβάνετε. Όταν δεν λαμβάνετε επαρκώς, η απαίτησή σας μεγαλώνει υπερβολικά, ιδιαίτερα αν είναι ασυνείδητη.

Λόγω της προόδου σας και της ανάπτυξης που πραγματοποιήθηκε μέσα σας, η ώριμη ανάγκη σας να προσφέρετε έχει επίσης μεγαλώσει. Προηγουμένως δεν μπορούσατε να βρείτε κάποια διέξοδο επειδή τα καταστροφικά πρότυπά σας ήταν ακόμα σε ισχύ, είτε μερικώς, είτε τροποποιημένα. Μπορεί ακόμη και να έχετε κάνει προσπάθειες συμβιβασμού ανάμεσα στον παλιό και το νέο, επιθυμητό τρόπο. Ωστόσο, μην ξεχνάτε ότι τα αποτελέσματα θα έρθουν μόνο όταν τα νέα πρότυπα γίνουν μια αναπόσπαστη και σχεδόν αυτόματη αντίδραση μέσα σας. Είχατε τα παλιά πρότυπα για χρόνια, για δεκαετίες και συχνά για πολλές ζωές στις οποίες αποφεύγατε να αντιμετωπίσετε αυτά τα προβλήματα και να αντιμετωπίσετε τη ζωή όπως είναι. Τώρα που μαθαίνετε να το κάνετε αυτό και έχετε αρχίσει να αλλάζετε εσωτερικά, η εξωτερική αλλαγή δεν θα έρθει μονομιάς. Κατά την περίοδο αυτή, η εσωτερική πίεση μπορεί να γίνει πολύ έντονη. Παρ’ όλα αυτά, αν τα συνειδητοποιήσετε όλα αυτά και έχετε το θάρρος να τα ξεπεράσετε, θα γίνετε ένας δυνατότερος και πιο ευτυχισμένος άνθρωπος, καλύτερα εξοπλισμένος για να ζήσει, με την πραγματική έννοια της λέξης. Προσέξτε να μην προσπαθήσετε ξανά να δραπετεύσετε. Μην πιστέψετε ότι αυτή η προσωρινή περίοδος κατά την οποία αντιμετωπίζετε όλη τη συσσωρευμένη εσωτερική πίεση και που σας κάνει να αισθάνεστε αβοήθητοι, ανεπαρκείς και σε σύγχυση, είναι και το τελικό αποτέλεσμα. Είναι το τούνελ μέσα από το οποίο πρέπει να περάσετε, φίλοι μου.

Αφού το κάνετε αυτό, η αίσθηση της δύναμής, της επάρκειας και της επινοητικότητας σας θα αυξηθεί σταδιακά, φυσικά με περιστασιακές υποτροπές, όμως αν κάθε υποτροπή χρησιμεύσει ως ένα ακόμα σκαλοπάτι, ως ένα ακόμα μάθημα, τα νέα πρότυπα συμπεριφοράς τελικά θα εδραιωθούν στο εσώτερο ον σας και θα σας κάνουν να δείτε τις δυνατότητές σας που για τόσο καιρό παραβλέπατε. Τότε θα έχετε το θάρρος να διερευνήσετε αυτές τις δυνατότητες, αντί να τις απορρίπτετε φοβισμένα. Έτσι, και μόνον έτσι, θα έρθει η ικανοποίηση.

Είναι τόσο σημαντικό να το κατανοήσετε αυτό και να το αφομοιώσετε εις βάθος, φίλοι μου. Αν το κάνετε αυτό, θα σας βοηθήσει. Είναι σαφές, φίλοι μου;

Υπάρχουν ερωτήσεις σχετικά με αυτό το ζήτημα;

**Ερώτηση:** Όταν περνάω κάποιες φάσεις, με διάφορους φόβους, αυτό συνδέεται με το θέμα που συζητήσατε απόψε;

**Απάντηση:** Ναι, συνδέεται. Οι φόβοι είναι συχνά ένα τέχνασμα για να κρυφτείτε από τον βασικό πυρήνα του πόνου. Δημιουργούνται εξαιτίας όλων όσων αποφεύγετε. Σε αυτή την εργασία θα έχετε συχνά προσέξει πως όταν αρχίζετε να προοδεύετε, οι φόβοι αρχίζουν να εξαφανίζονται συχνότερα και τότε αντιλαμβάνεστε τον πόνο. Ο φόβος είναι το αθέλητο αποτέλεσμα όσων αποφεύγατε και το οποίο, φυσικά, δεν επιλέξατε σκόπιμα. Όμως το να αισθανθείτε τον πρωταρχικό πόνο θα φέρει λιγότερα δυσάρεστα αποτελέσματα από όλα όσα αποφεύγετε. Όσο δυσάρεστος κι αν είναι ο πρωταρχικός πόνος, τη στιγμή που κάποιος θα αποδεχτεί την αλήθεια του, θα ζήσει καλύτερα, ευκολότερα, πιο ειλικρινά και πιο υγιεινά με αυτόν τον πόνο αντί με οποιοδήποτε άλλο αποτέλεσμα των υπεκφυγών, είτε αυτό είναι ο φόβος ή οτιδήποτε άλλο. Επειδή ο φόβος εξαφανίζεται μόνο όταν τον δείτε, τον αντιμετωπίσετε και συμφιλιωθείτε μαζί του, ο πόνος που υπάρχει πίσω από τον φόβο πρέπει να αντιμετωπιστεί με παρόμοιο τρόπο.

Παρ’ όλα αυτά, δεν λουφάζετε μόνο εξαιτίας του πόνου που προκαλεί η έλλειψης ικανοποίησης. Δεν θέλετε, επίσης, να αναλάβετε την ώριμη ευθύνη του εαυτού σας. Αυτό μπορεί να μην αφορά σε όλη την εξωτερική υλική ζωή, αλλά μπορεί να αφορά στο συναισθηματικό πεδίο. Αν δεν θέλετε να αγαπάτε και ζείτε με το φόβο μήπως πληγωθείτε, αν δεν θέλετε να αναλάβετε το ρίσκο να ζείτε, τότε επιθυμείτε να παραμείνετε το παιδί που περιμένει αβοήθητο τη ζωή να ικανοποιήσει τις ανάγκες του χωρίς το ίδιο να χρειαστεί να ασχοληθεί με αυτό. Το τίμημα που πληρώνετε με αυτές τις υπεκφυγές είναι πολύ υψηλό. Πολλοί από εσάς δεν συνειδητοποιείτε ακόμα πόσο υψηλό είναι αυτό το τίμημα. Η απόδραση από την ευθύνη του εαυτού σας και από το φαινομενικό ρίσκο του να ζείτε και να αισθάνεστε, προκαλείται από μια αρχική αίσθηση ανεπάρκειας και οι συνεχείς αποδράσεις αυξάνουν την αίσθηση της ανεπάρκειας. Μόνο όταν αλλάξετε αυτό το πρότυπο συμπεριφοράς θα ανακαλύψετε τη δική σας αίσθηση επάρκειας και αυτοπεποίθησης. Ο ψυχικός νόμος λέει πως όταν αποφεύγετε τον πρωταρχικό πόνο της έλλειψης ικανοποίησης, αυξάνετε την έλλειψη ικανοποίησης και γι’ αυτό ο πόνος είναι κι εδώ ενεργός.

**Ερώτηση:** Τελευταία, κατά τη διάρκεια της εργασίας μου, αισθάνομαι περιστασιακά την ανάγκη να προσφέρω αγάπη και όχι μόνο να λάβω. Όμως αυτό το συναίσθημα φεύγει ξανά. Πώς μπορώ να μάθω να αισθάνομαι διαρκώς την ανάγκη να προσφέρω;

**Απάντηση:** Αγαπητέ μου φίλε, θα ήταν παραπλανητικό να σας πω ότι μπορείτε να το μάθετε αυτό. Αυτό δεν είναι κάτι που μπορείτε να το μάθετε επειδή το θέλετε. Μια τέτοια προσπάθεια θα ισοδυναμούσε με χειραγώγηση των συναισθημάτων σας, και σε τελική ανάλυση, δεν θα ήταν ειλικρινής. Όταν είναι αληθινό, συμβαίνει φυσικά, από μόνο του, όπως θα έχετε ήδη παρατηρήσει. Αυτό θα συμβαίνει όλο και πιο συχνά και θα διαρκεί περισσότερο, θα γίνεται δυνατότερο, αλλά μόνο εάν δεν το εξαναγκάζετε. Ο καλύτερο τρόπος για να φτάσετε σε αυτό το σημείο ανάπτυξης, ωριμότητας και παραγωγικού τρόπου ζωής, είναι με την απλή παρατήρηση των συναισθημάτων σας. Παρατηρήστε τον τρόπο με τον οποίο συνεχίζουν να προσανατολίζονται προς τη μονοδιάστατη και παιδαριώδη επιθυμία τους να λαμβάνουν μόνο. Όσο πιο αντικειμενικά παρατηρείτε τον εαυτό σας, τόσο θα ανακαλύπτετε τα βαθύτερα αίτια μιας τέτοιας ανισορροπίας και θα επιταχύνετε τη διαδικασία της ανάπτυξης, η οποία τελικά θα σας επιτρέψει όχι μόνο να βιώσετε την ανάγκη να προσφέρετε όση αγάπη λαμβάνετε, αλλά τελικά να βρείτε και τον κατάλληλο τρόπο να την διοχετεύσετε.

Θα επαναλάβω ξανά και ξανά ότι η εσωτερική ανάπτυξη δεν μπορεί να πραγματοποιηθεί απότομα. Αρχικά, θα έχετε μια αναλαμπή, ένα στιγμιαίο βίωμα ενός καινούργιου τρόπου με τον οποίο θα αισθάνεστε. Ύστερα αυτό θα φύγει. Αν σε μια τέτοια στιγμή δεν αποθαρρυνθείτε και δεν υποχωρήσετε μπροστά στο συναίσθημα που θα λέει ότι αυτό είναι κάτι άχρηστο επειδή φαινομενικά υποτροπιάσατε όπως κάνατε παλιά, αλλά συντηρήσετε αυτό το βίωμα, οι περίοδοι που θα έχετε καλά και υγιή συναισθήματα θα παρουσιάζονται συχνότερα και θα διαρκούν περισσότερο. Κάθε υποτροπή φαίνεται να σας πηγαίνει πίσω, στο ίδιο παλιό τούνελ, αλλά δεν είναι έτσι. Είναι ένα καινούργιο. Αν περάσετε μέσα απ΄ αυτό, η στιγμιαία αναλαμπή της δύναμης, της αγάπης και του φωτός θα επανέλθει έως ότου γίνει τελικά ένα κομμάτι του εαυτού σας.

**Ερώτηση:** Ανακάλυψα στην εργασία μου ότι η υγιής και παραγωγική ευχαρίστηση είναι αναμεμιγμένη με την καταστροφική ή την αυτοκαταστροφική ευχαρίστηση. Την τελευταία δεν την διακρίνω πάντα και είναι δύσκολο να την ξεφορτωθώ. Φαίνεται πως μέσα μου υπάρχει μια σύγχυση σχετικά με την αρχή της ευχαρίστησης και την απόρριψη, καθώς και μεταξύ της ευτυχίας και του εγωισμού. Τι προτείνετε;

**Απάντηση:** Πέραν από το θέμα του μαζοχισμού για το οποίο έχω μιλήσει εκτενώς στο παρελθόν, και ως απάντηση σε μια πρόσφατη ερώτηση, έχω να πω το εξής: Εδώ επικρατεί η στάση «είτε/ή» του παιδιού. Το παιδί μέσα σας αισθάνεται πως αν ψάχνετε για ευχαρίστηση, είστε εκτός πραγματικότητας. Πραγματικότητα σημαίνει απόρριψη και έλλειψη ευχαρίστησης και ως εκ τούτου, την αποφεύγετε και χτίζετε την ευτυχία σας εντός της φαντασίας. Τότε αυτό φαίνεται να επιβεβαιώνει τον ισχυρισμό σας ότι η πραγματικότητα και η ευχαρίστηση είναι ασύμβατες. Σε έναν μικρότερο βαθμό, αυτό μπορούμε να το δούμε σε κάθε άνθρωπο, αλλά σε μεγαλύτερη έκταση αυτό το βλέπουμε στις συναισθηματικές και ψυχικές ασθένειες. Αν αυτή η παρανόηση δεν υπήρχε εξ’ αρχής, αν κάποιος ήξερε ότι πραγματικότητα δεν σημαίνει μόνο να αισθάνεσαι απόρριψη αλλά και ευχαρίστηση, τότε δεν θα έψαχνε την ευχαρίστηση μόνο μέσα στην έλλειψη πραγματικότητας. Αυτή είναι η σύγχυση. Με την ίδια λογική, η σύγχυση σε σχέση με την ευτυχία και τον εγωισμό βασίζεται κι αυτή στην αρχή του «είτε/ή». Το παιδί μέσα σας αισθάνεται ότι αν είστε ευτυχισμένος αναγκαστικά είστε εγωιστής, ενώ οτιδήποτε ανιδιοτελές είναι αυτομάτως ενάντια στα συμφέροντά σας και την ικανοποίηση σας. Περιττό να πω ότι αυτό δεν ισχύει στην πραγματικότητα. Μόνο η διαδικασία ανάπτυξης θα σας προσφέρει εσωτερική κατανόηση και την πεποίθηση ότι η ευτυχία και η ανιδιοτέλεια δεν είναι ασύμβατες.

**Ερώτηση:** Είπατε στην τελευταία διάλεξη ότι η επίδραση ενός ατόμου που βρίσκεται εντός της αλήθειας έχει μεγαλύτερη συμπαντική αξία απ’ ό,τι αντιλαμβανόμαστε. Μπορείτε να το εξηγήσετε αυτό;

**Απάντηση:** Αν σκεφτείτε για μια στιγμή την επίδραση που έχουν τα αρνητικά και παραμορφωμένα μέρη της ψυχής ενός ανθρώπινου όντος, όπως τα συζητήσαμε απόψε, θα κατανοήσετε και το αντίθετο. Κάθε ψεύτικη λύση θα απορρίπτει υποχρεωτικά κάποιον άλλον άνθρωπο. Όταν είστε υποταγμένοι δεν βιώνετε την αλήθεια της ανθρωπιάς ενός άλλου ατόμου, τις ανάγκες του, τις ευαισθησίες, τα προβλήματα και την ανασφάλειά του. Όταν απαιτείτε να έχετε έναν ισχυρό προστάτη που θα σας αγαπά για πάντα, θα απογοητευτείτε, έστω ασυνείδητα, και ίσως, πάλι ασυνείδητα, να γίνετε εχθρικοί μέσα στην απογοήτευσή σας.

Όταν είστε επιθετικά αλαζόνες και αρνείστε την ανάγκη σας για αγάπη, στοργή και επικοινωνία, απορρίπτετε εντελώς το άλλο άτομο. Όταν έχετε αποτραβηχτεί, δεν προσφέρετε ζεστασιά, δεν ικανοποιείτε τις ανάγκες του άλλου. Όταν έχετε αποξενωθεί από τον εαυτό σας και είστε τελειομανείς, δεν μπορείτε παρά να πληγώνετε τους άλλους. Όταν λειτουργεί το πρόσχημα του εξιδανικευμένου εαυτού σας, δεν αφήνετε κάποιον άλλο να σας πλησιάσει επειδή ασυνείδητα φοβάστε μην εκτεθείτε και αναγκάζεστε επανειλημμένως να τον απορρίψετε, ακόμη κι αν δεν το αντιλαμβάνεστε. Είναι βέβαιο πως όταν απορρίπτετε, απομονώνετε και πληγώνετε τους άλλους, θα δυναμώσουν οι δικοί τους καταστροφικοί μηχανισμοί άμυνας, με τον ίδιο τρόπο που οι δικοί τους καταστροφικοί μηχανισμοί θα ενισχύσουν τους δικούς σας. Αυτό θα συνεχιστεί, εκτός αν βρεθείτε σε ένα μονοπάτι όπως αυτό και αρχίσετε να βλέπετε αυτή τη διαδικασία όπως πραγματικά είναι.

Τώρα, αντιστρέψτε τη διαδικασία. Φανταστείτε τι επίδραση θα είχε στο περιβάλλον σας να μη βρίσκεστε πλέον σε άμυνα, να μην είσαστε φοβισμένοι, να μην είχατε αποτραβηχτεί και να μην είχατε μια εσφαλμένη αίσθηση ανωτερότητας. Τότε θα ήσασταν ανοιχτοί προς τη ζωή και προς την καρδιά κάποιου άλλου ατόμου. Το θάρρος για να ζήσετε και να αγαπήσετε σας δίνει τη δυνατότητα να βοηθήσετε τους άλλους να αποδυναμώσουν τις άμυνες τους και τα καταστροφικά μοτίβα τους, ακόμα κι αν δεν έχουν εξελιχθεί τόσο ώστε να επιλέξουν ένα μονοπάτι για να ανακαλύψουν τον εαυτό τους. Συνεπώς, επηρεάζεται ο καθ’ ένας με τον οποίο έρχεστε σε επαφή. Και αυτή η επίδραση προεκτείνεται σε όλους αυτούς με τους οποίους έρχονται και εκείνοι σε επαφή στη συνέχεια. Δημιουργούνται κρίκοι αλληλεπίδρασης. Αν το σκεφτείτε υπό αυτούς τους όρους, αναγκαστικά θα φανταστείτε την αλήθεια.

Αγαπημένοι μου φίλοι, να είναι ευλογημένος ο καθένας από εσάς. Είθε αυτά τα λόγια να είναι ένα ακόμα κλειδί και μια βοήθεια για τη διαρκή ανάπτυξη σας και την απελευθέρωση σας. Είθε να σας βοηθήσουν να γίνετε ο εαυτός σας, να έχετε πλήρη κυριαρχία σε αυτό που είστε, με όλα τα μέσα, τη ισχύ, την επινοητικότητα, τη δημιουργικότητα και τη δύναμη της αγάπης που υπάρχει μέσα σας και που περιμένει να της επιτραπεί να λειτουργήσει ελεύθερα. Να είστε εν ειρήνη. Να είστε εν Θεώ!