**Η Αποξένωση από τον Εαυτό και ο Δρόμος της Επιστροφής στον Αληθινό Εαυτό**

Pathwork Guide Διάλεξη αρ. 95 / 5 Ιανουαρίου 1962

Πολυαγαπημένοι μου φίλοι σας χαιρετώ. Ο Θεός να ευλογεί τον καθένα από εσάς. Ευλογημένος να είναι ο θαρραλέος αγώνας σας για να βρείτε τον εαυτό σας.

Αυτή την ώρα (για σας η αρχή μιας καινούργιας χρονιάς, αν και για μας ο κατακερματισμός του χρόνου, όπως εσείς τον ονομάζετε, δεν υπάρχει) θα ήθελα να σας δώσω να καταλάβετε συνολικά την τρέχουσα εργασία σας. Θα χρησιμοποιήσω μια προσέγγιση που είναι προσαρμοσμένη στις καινούργιες γνώσεις σας.

Ας κατανοήσουμε αρχικά τον ανθρώπινο αγώνα ως έχει. Η ανθρώπινη κατάσταση είναι πρόβλημα επειδή βρίσκεστε σε μια ενδιάμεση κατάσταση. Έχετε αφυπνιστεί από μια χαμηλότερη κατάσταση, από τη μορφή του φυτού ή του ζώου στην οποία βρισκόσαστε αρμονικά σε μια κατάσταση ύπαρξης, αλλά δεν είχατε επίγνωση. Δεν έχετε ακόμα φτάσει σε μια αρμονική κατάσταση ύπαρξης όπου θα έχετε επίγνωση. Αυτή η ενδιάμεση κατάσταση είναι ο ανθρώπινος αγώνας. Ένας αγώνας όχι μόνο για όσους βρίσκονται σε μια πορεία και προσπαθούν να βρουν τον εαυτό τους, αλλά για κάθε ανθρώπινο ον, ανεξάρτητα από το στάδιο της εξέλιξής του, του χαρακτήρα του ή της προσπάθειάς του. Η μόνη διαφορά ανάμεσα σε εκείνους που εργάζονται ενεργά για να βρουν τον εαυτό τους και σε εκείνους που δεν το κάνουν, είναι ότι οι πρώτοι έχουν επίγνωση αυτού του αγώνα ενώ οι άλλοι τον αγνοούν. Ο αγώνας σας είναι να ανακαλύψετε την κατάσταση της ύπαρξής σας έχοντας επίγνωση. Όταν έχετε επίγνωση μπορείτε να καταλήξετε σε έναν κατάλληλο συνδυασμό δραστηριότητας και παθητικότητας, δράσης και αδράνειας. Συχνά μπερδεύεστε σε σχέση με αυτό.

Ο ανθρώπινος αγώνας επιχειρεί να ξεπεράσει τα εμπόδια που προέρχονται από την άγνοια. Άγνοια σημαίνει έλλειψη πραγματικότητας, σημαίνει αναλήθεια. Η αναλήθεια προκαλεί πόνο. Αυτό μπορούμε να το πούμε και ως πάλη ανάμεσα πνεύμα και την ύλη. Η ύλη είναι αποτέλεσμα της έλλειψης επίγνωσης, της έλλειψης πραγματικότητας και της αναλήθειας. Η ανθρωπότητα έχει προσπαθήσει να κυριαρχήσει επί της ύλης με πολλούς τρόπους, όμως αυτό τελικά πρέπει πάντα να σημαίνει κυριαρχία επί της αναλήθειας. Μέσα σας. Ατομικά. Μόνο όταν αντιληφθείτε τη δική σας και όχι τη γενικότερη αναλήθεια, θα μπορέσετε τελικά να την ξεπεράσετε.

Μόνο καθώς θα ανακαλύπτετε τη δική σας έλλειψη πραγματικότητας, τα λάθος συμπεράσματά σας, τις ψεύτικες λύσεις σας, τις υπεκφυγές σας, θα μπορέσετε να φτάσετε στον πυρήνα της ύπαρξής σας. Αργά αλλά σταθερά θα αρχίσετε να δράτε και να αντιδράτε μέσα από τον πυρήνα σας και όχι μέσα από τις εσφαλμένες και διαστρεβλωμένες επικαλύψεις σας. Μόνο όταν δράσετε και αντιδράσετε από τον πυρήνα της ατομικότητάς σας θα αγγίξετε και θα επηρεάσετε τον πυρήνα των άλλων, ανεξάρτητα από το αν οι ίδιοι εργάζονται προς αυτή την κατεύθυνση. Αυτό ακολουθεί το νόμο των συγγενειών: την προσέλκυση των όμοιων και την απώθηση των ανόμοιων ουσιών.

Μάταια αναζητάτε διαρκώς τον αληθινό εαυτό σας, τον πυρήνα της ύπαρξής σας. Είστε μπερδεμένοι επειδή θεωρείτε ότι οι επικαλύψεις σας είναι ο αληθινός εαυτός σας, μόνο και μόνο επειδή τις έχετε συνηθίσει τόσο πολύ. Μπορεί να έχετε ανακαλύψει πόσο καταστροφικές και τεχνητές είναι, αλλά ακόμα δεν έχετε μπορέσει να απαλλαγείτε από αυτές. Ακόμα δεν έχετε αποκτήσει αίσθηση, δεν έχετε επίγνωση και το βίωμα του αληθινού εαυτού σας. Ρωτάτε τον εαυτό σας: «Ποιος είμαι; Πού είναι ο αληθινός μου εαυτός;»

Προσπαθώ να σας καθοδηγήσω προς τον πυρήνα της φύσης σας από διαφορετικές γωνίες, από διαφορετικές προσεγγίσεις. Μπορώ να σας βοηθήσω, αλλά εσείς θα πρέπει να κάνετε την εργασία της αναγνώρισης, της αντιμετώπισης και της αλλαγής. Εν ολίγοις, αυτός είναι ο αγώνας σας. Αν θέλετε να είστε ευτυχισμένοι, να ζήσετε μια γόνιμη και πλούσια ζωή, πρέπει να είστε ακέραιοι, αδιαίρετοι. Και αυτό μπορεί να συμβεί μόνο αν είστε ο αληθινός εαυτός σας. Είναι λογικό και εύλογο ότι εσείς πρέπει να δώσετε τον αγώνα και να κάνετε την προσπάθεια εάν επιθυμείτε να συνειδητοποιήσετε ποιος είναι ο εαυτός σας.

Η κατάσταση της αποξένωσης από τον εαυτό σας (η κατάσταση όπου κάποιος δεν είναι ο αληθινός εαυτός του) κυριαρχεί τόσο πολύ ώστε τα συμπτώματά της δεν είναι φανερά. Δεν τα παρατηρείτε επειδή είναι τόσο γενικευμένα ώστε τα θεωρείτε «φυσιολογικά».

Ας δούμε ξανά την αποξένωση από τον εαυτό και τι σημαίνει, πώς εκδηλώνεται και πώς μπορεί κανείς να την αναγνωρίσει. Ένας τρόπος για να την εντοπίσετε είναι καθορίζοντας σε ποιους τομείς της ζωής σας αισθάνεστε ανίσχυροι και παγιδευμένοι σε καταστάσεις πάνω στις οποίες δεν έχετε έλεγχο. Σε όποιον τομέα κι αν αισθάνεστε ανίσχυροι, από κάτω πρέπει να υπάρχει ένα πρόβλημα, μια άλυτη σύγκρουση. Κάνοντας ένα βήμα παρακάτω, μπορεί να δείτε ότι μια τέτοια άλυτη σύγκρουση είναι το αποτέλεσμα της αποξένωσης από τον εαυτό σας ή μπορεί να δείτε την αποξένωση από τον εαυτό σας ως το αποτέλεσμα ενός άλυτου προβλήματος. Με όποιον τρόπο κι αν επιθυμείτε να το διατυπώσετε, όταν αισθάνεστε ανίσχυροι, αδύναμοι και ότι έχουν παραλύσει οι ικανότητές σας, αυτό είναι αποτέλεσμα της αποξένωσης από τον εαυτό σας. Αυτό είναι στενά συνδεδεμένο με τα άλυτα προβλήματα που βασίζονται σε σφάλματα.

Είναι πολύ εύκολο να παρερμηνευτούν αυτά τα λόγια, ιδιαίτερα από κάποιον που έχει επιλέξει την ψευτο-λύση της δύναμης. Το να μην αισθάνεστε ανίσχυροι δεν σημαίνει ότι πάντα θα κερδίζετε, ότι δεν θα απογοητεύεστε, ότι δεν θα αισθάνεστε ανικανοποίητοι, ότι όλα θα πηγαίνουν πάντα σύμφωνα με τα ιδανικά σχέδιά σας. Αντιθέτως. Αν υιοθετείτε την ψευτο-λύση της δύναμης, εξαρτάστε περισσότερο από τους άλλους και από τη ζωή. Πρέπει να κερδίσετε! Ο άμεσος στόχος σας πρέπει να ικανοποιηθεί! Αν δεν γίνει αυτό, αισθάνεστε αποδυναμωμένοι και ταπεινωμένοι. Επειδή η ικανοποίηση των επιθυμιών σας και τέτοιου είδους νίκες δεν εξαρτώνται μόνο από εσάς, είστε εξαρτημένοι. Επενδύετε την εσωτερική, εγγενή δύναμή σας στους άλλους, τους οποίους συνειδητά ή ασυνείδητα πιέζετε να εκτελέσουν τις προσταγές σας. Τοποθετείτε τη δύναμη σας, την ευρηματικότητα σας και τη λογική σας εκτός του εαυτού σας και τα οδηγείτε προς τους άλλους αντί να τα χρησιμοποιείτε για σας. Αυτή είναι η αποξένωση από τον εαυτό σας. Σας οδηγεί να είστε τόσο ανίσχυροι όσο ένα υποταγμένο, συμβιβασμένο και αδύναμο άτομο.

Όταν λέω ότι όταν θα είστε ο αληθινός εαυτός σας θα γίνετε κυρίαρχοι της ζωής σας, εννοώ κάτι διαφορετικό από το να έχετε μια δυναμικά καθοδηγούμενη παρόρμηση για να κερδίζετε και να μη στερείστε ποτέ αυτά που επιθυμείτε. Όταν ο αληθινός εαυτός σας κυριαρχεί στη ζωή σας, οι δυνάμεις σας εργάζονται δημιουργικά και παραγωγικά επειδή υπάρχουν ελάχιστα εσωτερικά προβλήματα. Δεν παραλύουν εξαιτίας μιας εσωτερικής κακοδιαχείρισης. Ο πλούτος του πνεύματός σας και της ανθρώπινης ατομικότητάς σας, θα αποκαλυφθεί με όλες τις δυνάμεις του. Όταν θα βρεθείτε σε μια δύσκολη κατάσταση, θα χρησιμοποιήσετε τη δύναμή σας για να βρείτε εσωτερικές και εξωτερικές λύσεις. Επειδή πάντα υπάρχει μια καλή λύση. Το μόνο που έχετε να κάνετε είναι να τη δείτε.

Όταν δεν θα βιώνετε τον εαυτό σας, τους άλλους και τη ζωή διαστρεβλωμένα, αλλά σύμφωνα με την πραγματικότητα, θα εκφράσετε όλες τις καλές δυνάμεις σας (τη λογική, την αγάπη, την κατανόηση, τη διορατικότητα, τη δύναμη, την επινοητικότητα, την προσαρμοστικότητα, την ευελιξία, την αυτοεπιβεβαίωση, τη δημιουργικότητα) με τις οποίες είναι προικισμένος ο αληθινός σας εαυτός. Θα εκφράζεστε όπως πρέπει και θα γίνεστε κατανοητοί, επειδή ο αληθινός εαυτός σας είναι ελεύθερος. Θα είστε σε θέση να διακρίνετε, δηλαδή να κάνετε επιλογές και να παίρνετε αποφάσεις, επειδή ο φόβος και το άγχος θα έχουν απομακρυνθεί. Κάνοντας σωστές και ώριμες επιλογές μπορείτε να διακρίνετε τι είναι αληθινό, έγκυρο και εποικοδομητικό και τι δεν είναι. Έχοντας αυτή τη διαύγεια, θα ξεπεράσετε κάθε δυσκολία και η δυσκολία θα γίνει ένα ακόμα σκαλοπάτι.

Μπορείτε να φτάσετε σε αυτό το στάδιο μόνο όταν δεν θα διαλύεστε επειδή κάτι δεν πραγματοποιήθηκε. Γιατί έχει αυτό τέτοια επίδραση πάνω σας; Επειδή το βίωμα του εαυτού σας και των άλλων είναι τόσο διαστρεβλωμένο ώστε θεωρείτε κάθε απογοήτευση ως προσωπική απόρριψη και ως απόδειξη της ανεπάρκειάς σας. Μπορείτε να παραιτηθείτε από αυτή τη στάση μόνο κατανοώντας πλήρως ότι η αξία σας και το πόσο αξιαγάπητοι είστε δεν εξαρτάται από το αν κάτι πραγματοποιήθηκε ή όχι. Η έλλειψη ικανοποίησης μπορεί να είναι αποτέλεσμα της περιορισμένης δύναμής σας. Αυτή η δύναμη είναι ο αληθινός εαυτός σας, όμως ο περιορισμός δεν έχει καμία σχέση με το αληθινό σας ον. Απλώς το αληθινό σας ον αδρανοποιείται λόγω της διαστρεβλωμένης που έχετε για την πραγματικότητα σε κάποιους τομείς της ζωής σας.

Το άτομο που έχει αποξενωθεί από τον εαυτό του βιώνει την απογοήτευση πιο επώδυνα από ότι βιώνει την ανικανοποίητη επιθυμία ή τον ανεκπλήρωτο στόχο. Με άλλα λόγια, ο πόνος που βιώνετε όταν δεν έχετε αυτό που θέλετε είναι πολύ μικρότερος από αυτόν που βιώνετε όταν προστίθεται ο παράγοντας της φαινομενικής απόδειξης της ανικανότητάς σας, της ανεπάρκειάς σας και του ότι δεν αξίζετε να σας αγαπούν, δηλαδή του ότι είστε ένα τίποτα. Φυσικά, αυτό γίνεται ασυνείδητα. Στην πραγματικότητα κάνετε μεγάλη προσπάθεια για να μην αντιληφθείτε αυτό το συμπέρασμα. Το καλύπτετε με αντίθετες τάσεις, σκέψεις, συναισθήματα και συμπεριφορές. Ωστόσο, υπάρχει ένα κομμάτι του εαυτού σας το οποίο αντιλαμβάνεται τα πράγματα με αυτόν ακριβώς τον οδυνηρό τρόπο. Αυτό εξηγεί τον πόνο που είναι συχνά δυσανάλογος της αποτυχίας, της απόρριψης ή της έλλειψης επιτυχίας σε ένα συγκεκριμένο τομέα. Μπορείτε να τον εκλογικεύσετε ρίχνοντας την ευθύνη σε μια κατάσταση που είναι πράγματι δύσκολη. Παρ’ όλα αυτά, μέσα σας θα συνδέετε την αξία σας με την εξωτερική κατάσταση. Μόνο αφότου κατανοήσετε αυτή τη διαδικασία και τον λανθασμένο συλλογισμό σας θα είστε σε θέση πρώτον, να αντιληφθείτε την πραγματικότητα και συνεπώς να ανακαλύψετε τον εαυτό σας από αυτή την άποψη και δεύτερον, να μην αποξενώνεστε πια από τον αληθινό σας εαυτό. Μόνο τότε θα μπορέσετε να αλλάξετε και την εξωτερική κατάσταση.

Καθώς θα περνάτε μέσα από αυτή τη διαδικασία και θα αποκτάτε γνώση της διαστρεβλωμένης αίσθησης που έχετε για την πραγματικότητα, η αίσθηση αυτή θα βελτιωθεί αυτομάτως. Το αποτέλεσμα θα είναι ότι αναπόφευκτα θα επιρρίπτετε μικρότερη ευθύνη στις εξωτερικές καταστάσεις από ότι κάνατε προηγουμένως. Θα αισθάνεστε λιγότερο ανίσχυροι καθώς θα μπορείτε να κινητοποιείτε την έμφυτη δύναμή σας και άλλες ικανότητες για να ζήσετε μια πιο πλούσια ζωή. Η παράλυση αυτών των ικανοτήτων ήταν αποτέλεσμα της αποξένωσης από τον εαυτό σας η οποία με τη σειρά της ήταν συνδεδεμένη και ήταν το αποτέλεσμα του διαστρεβλωμένου τρόπου με τον οποίο βιώνατε τη ζωή και τον εαυτό σας, της αδυναμίας σας να παραιτηθείτε από αυτόν και της ψευδαίσθησής σας ότι θα διαλυθείτε, θα εκμηδενιστείτε και δεν θα αξίζετε τίποτα αν κάποιες επιθυμίες σας δεν ικανοποιηθούν όπως το σχεδιάζατε.

Ο φόβος σας μην αποτύχετε δεν είναι τόσο έντονος λόγω της αποτυχίας αυτής καθεαυτής, αλλά επειδή αυτή υποδηλώνει ότι αποτύχατε λόγω κατωτερότητας. Ο φόβος σας να αναλάβετε ευθύνες δεν είναι τόσο μεγάλος λόγω της οκνηρίας σας, αλλά επειδή η αποτυχία να φέρετε κάτι εις πέρας υποδηλώνει κατωτερότητα. Ο φόβος σας μήπως και δεν πραγματοποιηθεί αυτό που σας ευχαριστεί δεν είναι τόσο έντονος επειδή δεν μπορείτε να ζήσετε χωρίς αυτό, αλλά επειδή υποδηλώνει κατωτερότητα. Μόλις δείτε και βιώσετε αυτή τη στρέβλωση, θα την ξεπεράσετε. Καθώς θα το κάνετε αυτό, θα μεγαλώσει η ικανότητά σας να αντιλαμβάνεστε και να βιώνετε καταστάσεις όπως την επιτυχία, την υπευθυνότητα και την ευχαρίστηση όπως πραγματικά είναι και θα αποκτήσετε πρόσβαση στον αληθινό σας εαυτό. Δεν θα χρειάζεται πλέον να ζείτε προσποιούμενοι, κάτι που σας αποξενώνει από τον πυρήνα της ατομικότητάς σας. Θα συνειδητοποιήσετε αυτό που υπάρχει μέσα σας και που μέχρι τώρα ήταν μόνο μια δυνατότητα. Αυτό μπορεί να συμβεί μόνο όταν σταματήσετε να ζείτε στην περιφέρεια και επιστρέψετε στο κέντρο της ύπαρξής σας.

Όσο ζείτε στην περιφέρεια, τοποθετείτε τη δύναμή σας κάπου εκτός του εαυτού σας. Μπορεί να εφοδιάζετε κάποια αρχή με αυτές τις δυνάμεις, είτε πρόκειται για κάποιο άτομο ή για κάποιο θεσμό. Ίσως απλά να εναποθέτετε τις έμφυτες δυνάμεις σας στη ζωή και τη μοίρα και στις «αμετάβλητες καταστάσεις». Τότε περιμένετε ανήμποροι τη μοίρα να σας ευνοήσει και αν αυτό δεν συμβεί, κατηγορείτε τον άδικο κόσμο και την αυθαιρεσία αντί για το σφάλμα σας. Ψάχνετε προς λάθος κατεύθυνση. Δεν σας περνάει από το μυαλό να ψάξετε προς τα εκεί που μπορεί να βρείτε λύσεις. Προτιμάτε να παραμένετε ανίσχυροι και να ξοδεύετε τις δυνάμεις σας και τις ικανότητές σας στην περιφέρεια. Έτσι, δεν είστε ποτέ σε θέση να επιλύσετε οτιδήποτε.

Η αποξένωση από τον εαυτό υπάρχει και με στη μορφή της προβολής των ικανοτήτων και των δυνάμεών σας πάνω σε ορισμένες πτυχές του εαυτού σας. Μπορεί να νομίζετε ότι αυτό δεν μπορεί να ισχύει επειδή από τη στιγμή που το κάνουμε στον εαυτό μας δεν μπορούμε να μιλάμε για αποξένωση από τον εαυτό. Ωστόσο είναι αποξένωση από τον εαυτό σας η προβολή ικανοτήτων, εξουσίας, εξάρτησης και ισχύος σε μεμονωμένα τμήματα της προσωπικότητάς σας και όχι στο σύνολο της. Αν περιμένετε να έχετε μια καλή και πλούσια ζωή, αν περιμένετε μια λύση στα προβλήματα και τις δυσκολίες σας που θα προέλθει μόνο από ένα ή από μερικά προτερήματά σας και όχι από τον αρμονικό συνδυασμό όλων, τότε λόγω της υπερβολικής έμφασης που δίνετε σ’ αυτά, γίνεστε άκαμπτοι. Με αυτόν τον τρόπο παραμελείτε άλλες ικανότητές σας και συνεπώς αποξενώνεστε από τον εαυτό σας επειδή δεν έχετε αναθέσει κάτι σε ένα σημαντικό τμήμα του εαυτού σας.

Αυτό ισχύει ακόμα περισσότερο όταν χρησιμοποιείτε τις διάφορες ψευδείς λύσεις. Αν διαβάσετε ξανά τις διαλέξεις που σχετίζονται με αυτό το θέμα και με την εξιδανικευμένη εικόνα του εαυτού, θα καταλάβετε τι σημαίνει αυτό σε σχέση με την αποξένωση από τον εαυτό σας. Εστιάζετε την προσοχή σας σε κάτι εξωπραγματικό και παράλογο, σε κάτι ξένο προς τον αληθινό εαυτό του οποίου η φύση είναι η πραγματικότητα και η λογική. Οι ψευδείς λύσεις και η εξιδανικευμένη εικόνα που έχετε για τον εαυτό σας είναι προφάσεις. Ο αληθινός εαυτός είναι εκ γενετής αυθεντικός.

Στη διάρκεια αυτής της εργασίας, οι περισσότεροι από εσάς έχετε αντιληφθεί ότι σε ορισμένες καταστάσεις δεν λειτουργείτε με τον τρόπο που λειτουργείτε σε άλλους τομείς όπου είστε ελεύθεροι από τέτοια προβλήματα. Έχετε αναστολές. Δεν μπορείτε να εκφραστείτε. Δεν μπορείτε να επικοινωνήσετε και να κατανοήσετε ούτε τον εαυτό σας, ούτε τους άλλους. Είστε μπερδεμένοι και ανήσυχοι. Οι ικανότητές σας έχουν παραλύσει. Αυτό δεν συμβαίνει επειδή είστε πράγματι έτσι και δεν μπορείτε να κάνετε κάτι γι’ αυτό. Αυτό συμβαίνει επειδή ο αληθινός σας εαυτός δεν λειτουργεί σε αυτές τις καταστάσεις. Είστε αποξενωμένοι από τον αληθινό εαυτό σας επειδή δεν αντιλαμβάνεστε την πραγματικότητα, επειδή προσποιήστε και επιμένετε να παραμένετε στην περιφέρεια και να αναζητάτε μια «λύση» από εκεί.

Οι άνθρωποι που δεν είναι αποξενωμένοι από τον εαυτό τους βιώνουν τον πλούτο της ατομικότητάς τους. Βιώνουν τη δύναμή τους. Εμπιστεύονται τον εαυτό τους επειδή μπορούν να παραιτηθούν και να απελευθερωθούν από τους καταναγκασμούς και το άγχος. Καταλαβαίνουν τον εαυτό τους, είναι σε επαφή με τον πυρήνα του όντος τους και συνεπώς, μπορούν να καταλαβαίνουν και τους άλλους. Όλα αυτά συμβαίνουν χωρίς να υπερεκτιμούν τον εαυτό τους. Δεν έχουν ανάγκη τη δόξα και την τελειότητα και γι’ αυτό χρησιμοποιούν τον άπειρο πλούτο του όντος τους. Αυτό θα μπορούσατε να το εκφράσετε λέγοντας: «Είμαι δυνατός. Έχω πολλές δυνατότητες κι αν παρουσιαστούν εξωτερικές δυσκολίες μπορώ να τις ξεπεράσω, να τις αντιμετωπίσω και να τις διαχειριστώ πρόθυμα και ειλικρινά, όχι επιφανειακά και όχι για να κρατήσω τα προσχήματα. Δεν χρειάζεται να είμαι σπουδαίος. Δεν χρειάζεται να είμαι υπέροχος ή ιδιαίτερος. Είμαι ένας απλός άνθρωπος, όπως και τόσοι άλλοι, αλλά είμαι προικισμένος με μεγάλες δυνάμεις που δεν έχουν εκδηλωθεί ακόμα. Αυτές οι δυνάμεις δεν μπορούν να εκφραστούν και να εμφανιστούν επειδή δεν έχω επαφή με την πραγματικότητα εξαιτίας του διαστρεβλωμένου τρόπου με τον οποίο βλέπω τα πράγματα. Υπάρχουν μέσα μου, αλλά μπορούν να εκδηλωθούν μόνο όταν θα αρχίσω να αντιλαμβάνομαι την πραγματικότητα με μεγαλύτερη ειλικρίνεια». Αυτός είναι ο τρόπος με τον οποίο θα βιώσουν τον εαυτό τους οι άνθρωποι που δεν είναι αποξενωμένοι από αυτόν. Είναι εξοπλισμένοι για να αντιμετωπίσουν κάθε κατάσταση που θα τους φέρει η ζωή. Θα βιώσουν τον εαυτό τους μέσα από μια ρεαλιστική σχέση γενικά με τον κόσμο καθώς και με άλλα άτομα.

Οι άνθρωποι που έχουν αποξενωθεί από τον εαυτό τους τον βιώνουν είτε ως πολύ μικρό ή ως πολύ μεγάλο και αμφιταλαντεύονται ανάμεσα σε αυτές τις δύο διαστρεβλώσεις. Οι άλλοι άνθρωποι τους κάνουν να αισθάνονται είτε άχρηστοι και εξαρτημένοι ή τους διογκώνουν το εγώ τους. Αυτό γίνεται τόσο διακριτικά ώστε δεν μπορείτε να το αντιληφθείτε αμέσως. Διανοητικά νομίζετε ότι ξέρετε τι γίνεται και δεν συνειδητοποιείτε καθόλου ότι συναισθηματικά βιώνετε την επίδραση που έχουν οι άλλοι πάνω σας. Χρειάζεται να αναλογιστείτε επί του εαυτού σας και να τον παρατηρείτε προκειμένου να αποκτήσετε επίγνωση του τι συμβαίνει διαρκώς μέσα σας.

Μόλις λειτουργήσετε μέσα από τον αληθινό εαυτό σας δεν θα τον βλέπετε ως υποδεέστερο ή ανώτερο από τους άλλους. Μπορεί να παρατηρείτε τις ελλείψεις των άλλων, αλλά αυτό δεν σημαίνει ότι θα αισθάνεστε ανώτεροι τους. Μπορεί να παρατηρείτε στους άλλους ικανότητες που εσείς δεν έχετε, αλλά αυτό δεν σημαίνει ότι θα αισθάνεστε κατώτεροι. Όσο πιο άχρηστοι και ανάξιοι αισθάνεστε σε κάποιες κρυφές σχισμές της προσωπικότητάς σας, τόσο περισσότερο θα έχετε την τάση να διογκώνετε το εγώ σας. Όσο λιγότερο παραλύει το αληθινό εγώ σας, τόσο πιο λίγο θα χρειάζεται να το διογκώνετε. Η σχέση σας με τους άλλους εξαρτάται από το πώς τους αντιλαμβάνεστε και πώς αντιλαμβάνεστε τον εαυτό σας σε σχέση με εκείνους.

Καθώς αμφιταλαντεύεστε ανάμεσα στο να είστε κάτι περισσότερο και στο να είστε κάτι λιγότερο από αυτό που πραγματικά είστε, αποξενώνεστε από τον εαυτό σας. Δεν βιώνετε την αληθινή κατάσταση του εαυτού σας. Τότε πώς μπορείτε να βιώσετε την πραγματικότητα των άλλων; Βιώνετε ορισμένες πτυχές τους στις οποίες μπορεί να δίνετε υπερβολική έμφαση, ανάλογα με το πώς αυτές οι πτυχές φαίνεται να μειώνουν ή να ανεβάζουν την προσωπικότητά σας. Με άλλα λόγια, κάποιος που σας φαίνεται ισχυρός, δυνατός και άτρωτος και που επιθυμείτε την αποδοχή του, τον περικλείετε μέσα σε μια αύρα δέους που είναι δυσανάλογη με την πραγματικότητα. Έχετε ένταση και άγχος με ένα τέτοιο άτομο και το αντιμετωπίζετε με πολύ διαστρεβλωμένο τρόπο.

Η διανοητική αξιολόγησή σας μπορεί να είναι αρκετά ακριβής, αλλά παρ’ όλα αυτά, το συναισθηματικό βίωμα σας χρωματίζεται από τους φόβους και τις επιθυμίες σας που σχετίζονται με αυτό το άτομο. Ακόμα κι αν δεν έχετε άλλο στόχο από το να χρησιμοποιήσετε αυτό το άτομο για να ανεβάσετε τον εαυτό σας, για να βγάλετε τον εαυτό σας έξω από το αίσθημα κατωτερότητας που σας πνίγει. Με λίγα λόγια, όταν είστε αποξενωμένοι από τον εαυτό σας δεν βλέπετε τους άλλους όπως πραγματικά είναι και σας επηρεάζουν ανάλογα με ποια είναι τα δικά σας προβλήματα. Δεν είναι δυνατόν να επικοινωνήσετε μέσα σε αυτή την κατάσταση, παρ’ όλα αυτά, η επικοινωνία είναι συχνά απαραίτητη για να εξαλείψετε ένα εξωτερικό πρόβλημα. Ασυναίσθητα μπορεί να βλέπετε τους άλλους ως πιθανούς εχθρούς ή σκλάβους, όπως κι εσάς που πότε είστε το ένα και πότε το άλλο.

Πώς μπορείτε να απολαύσετε τη ζωή και να χαρείτε τον πλούτο της όταν η αντίληψη σας είναι τόσο θολωμένη; Μόνο όταν είστε ο εαυτός σας μπορείτε να είστε ευτυχισμένοι. Τώρα εύκολα μπορείτε να το δείτε αυτό. Η επίγνωση αυτών των καταστάσεων, δηλαδή της περιορισμένης οπτικής και του περιορισμένου βιώματος, που είναι προϋπόθεση για να αλλάξετε την ικανότητα με την οποία βιώνετε τον εαυτό σας και τους άλλους όπως πραγματικά είναι, προϋποθέτει να παρατηρήσετε πολύ τον εαυτό σας από ένα νέο επίπεδο συναισθημάτων . Επίσης απαιτεί μια ορισμένη πρόοδο προς αυτή την κατεύθυνση προτού μπορέσετε να προχωρήσετε οργανικά σε αυτό το στάδιο. Η είσοδος σε αυτή τη σφαίρα γίνεται σταδιακά, ως αποτέλεσμα της προόδου που έχει προηγηθεί. Συμβαίνει τόσο διακριτικά, ώστε αρχικά μπορεί να μην συνειδητοποιήσετε καν ότι έχετε πράγματι εισέλθει σε μια τέτοια φάση.

Αλλά επιτρέψτε μου να σας διαβεβαιώσω, φίλοι μου, ότι τη στιγμή που θα βιώσετε τον εαυτό σας όπως είναι εκτός πραγματικότητας, μόλις δείτε με ποιο τρόπο δεν σχετίζεστε με τον εαυτό σας και με τους άλλους, με ποιον τρόπο έχετε, από αυτή την άποψη, αποξενωθεί από τον εαυτό σας, τότε θα κάνετε ένα πιο μεγάλο βήμα προς την πραγματικότητα από αυτό που θα κάνατε αν αναγκάζατε τον εαυτό σας να κάνει αυτό το βήμα προτού ήσαστε έτοιμοι. Εδώ ξανά, όπως πάντα, πρέπει αρχικά να βιώσετε πλήρως τη διαστρέβλωση προτού μπορέσετε να βγείτε απ’ αυτή. Το γεγονός πως έχετε επίγνωση ότι είστε εκτός πραγματικότητας, είναι ένα σημαντικό βήμα για να μπορέσετε να βγείτε από αυτή την κατάσταση. Δεν μπορείτε να έρθετε σε επαφή με τον αληθινό εαυτό σας προτού βιώσετε πλήρως τον τρόπο με τον οποίο εξακολουθείτε να μην βρίσκεστε σε επαφή μαζί του.

Χρησιμοποιήστε τους διάφορούς δείκτες που σας έδωσα για να βιώσετε την αποξένωση από τον εαυτό σας. Εξετάστε οποιοδήποτε από τα τρέχοντα προβλήματά σας και δείτε με ποιον τρόπο αισθάνεστε πράγματι θύμα των περιστάσεων. Στη συνέχεια παρατηρήστε με ποιον τρόπο απογοητεύεστε όταν εκφράζετε τις επιθυμίες και τις ιδέες σας στους άλλους. Δείτε πόσο αβέβαιοι και μπερδεμένοι είστε για αυτά τα ζητήματα και γι’ αυτό που πραγματικά επιθυμείτε. Αναλογιστείτε σε ποιους τομείς μπορείτε να αλλάξετε τα πράγματα και σε ποιούς όχι. Έχετε πράγματι διερευνήσει όλες τις δυνατότητες που υπάρχουν στη διάθεσή σας; Είστε εντελώς ανοιχτοί σε νέες ιδέες, σε νέες λύσεις; Είναι η εσωτερική σας θέληση ενεργή και ικανή να λάβει εκ νέου έμπνευση προκειμένου να αλλάξει τις παλιές σας ασθένειες που προήλθαν από τον τρόπο με τον οποίο δρούσατε ή μήπως απαιτείτε να σας δοθεί η λύση στο χέρι; Αυτή η εξάρτηση δεν θα δείξει μόνο την αποξένωση από τον εαυτό σας, αλλά και την επιθυμία σας να παραμείνετε έτσι όπως είστε. Επίσης, παρατηρήστε τις συναισθηματικές αντιδράσεις σας προς τους άλλους και τον τρόπο που αυτές σας επηρεάζουν. Σας κάνουν να αισθάνεστε μικρός ή σπουδαίος; Αντιμετωπίζετε τους ανθρώπους ως πολύπλευρα και πολύπλοκα όντα που έχουν τις δικές τους ευαισθησίες, που δίνουν τους δικούς τους αγώνες ή είναι για εσάς, συναισθηματικά, απλώς χειρότεροι ή καλύτεροι, πιο δυνατοί ή πιο αδύναμοι από ότι είστε εσείς;

Όταν δεν είστε ικανοποιημένοι από τη ζωή σας αναρωτηθείτε αν αυτό μπορεί να οφείλετε στο ότι αισθάνεστε πως δεν έχετε αντιληφθεί όλες τις δυνατότητές σας. Αν η απάντηση είναι ναι, τότε είστε αποξενωμένοι από τον εαυτό σας. Αλλιώς δεν θα αισθανόσαστε ποτέ δυσαρεστημένοι από τη ζωή σας, ανεξάρτητα από τις περιστασιακές καταιγίδες. Έχετε τη δύναμη να το αλλάξετε αυτό, βήμα προς βήμα, μέσα από τη διαδικασία αυτής της εργασίας.

Η φράση «βρίσκω τον εαυτό μου» που χρησιμοποιούμε διαρκώς, τώρα θα αποκτήσει νέο νόημα για σας. Στην κυριολεξία σημαίνει να βρίσκεις τον αληθινό σου εαυτό. Δεν μπορείτε να βρείτε τον εαυτό σας αν δεν ενεργήσετε για να αλλάξετε κάτι μέσα σας. Βασικά αυτή η διαδρομή μπορεί να χωριστεί σε δύο κύριες φάσεις. Η πρώτη φάση είναι η αναγνώριση και η συνειδητοποίηση της ρίζας των προβλημάτων σας, των σφαλμάτων σας και της ουτοπίας σας, η κατανόηση του εύρους και του βάθους τους, των αιτιών, των επιπτώσεων, των συνδέσμων και των συνδέσεών τους. Η δεύτερη φάση είναι η αλλαγή. Η αλλαγή μπορεί να συμβεί με διάφορους τρόπους. Μπορεί να γίνει σταδιακά και αυτόματα, έτσι ώστε να μην την αντιληφθείτε καν. Θα συμβεί όταν απλά θα γνωρίσετε και θα κατανοήσετε την ουτοπία και τις στρεβλώσεις σας. Όσο πληρέστερη είναι η κατανόησή σας, τόσο θα αλλάζετε αυτομάτως. Μια τέτοια αλλαγή βασίζεται στους νόμους της εξέλιξης και της οργανικής ανάπτυξης.

Όμως υπάρχει και ένα άλλο είδος αλλαγής που ισχύει για ορισμένες πτυχές των προβλημάτων της πραγματικότητας. Αυτός ο τύπος απαιτεί ένα νέο και διαφορετικό τρόπο δράσης και αντίδρασης αφού αρχικά έχετε αποκτήσετε αρκετή γνώση και κατανόηση. Αυτή η αλλαγή είναι λιγότερο βαθμιαία. Αποτελείται από έναν νέο και αποφασιστικό τρόπο δράσης, είτε εξωτερικά, είτε εσωτερικά. Απαιτεί να έχετε αποφασιστικότητα προκειμένου να μην ακολουθήσετε τα παλιά μοτίβα συμπεριφοράς. Απαιτεί να έχετε θέληση προκειμένου να καθιερώσετε ένα νέο πρότυπο. Ωστόσο, δεν πρέπει ποτέ να το κάνετε αυτό αν δεν έχετε πειστεί για την αξία που έχει για σας και για τους άλλους, αν η απόφαση δεν είναι εντελώς δική σας, αλλά βασίζεται σε μια εξωτερική αρχή. Αλλά από τη στιγμή που θα φτάσετε στο σημείο να έχετε πείσετε τον εαυτό σας, πρέπει να χρησιμοποιήσετε ένα είδος αυτοπειθαρχίας.

Και αυτό, επίσης, είναι ένα λεπτό θέμα και μπορεί εύκολα να οδηγήσει σε παρερμηνείες. Εάν επιβάλετε την πειθαρχία χωρίς η απόφασή σας να είναι ανεξάρτητη και δίχως να είστε εντελώς πεπεισμένοι, τα κίνητρά σας δεν θα είναι υγιή και δεν θα αποφέρουν εποικοδομητικά αποτελέσματα. Τα κίνητρα μπορεί να είναι η επιθυμία σας να υπακούτε και να καθησυχάζετε τους άλλους και μπορεί να προέρχονται από την εξιδανικευμένη εικόνα που έχετε για τον εαυτό σας. Το αποτέλεσμα θα είναι άγχος και νέες καταστροφικές συνήθειες.

Παρ’ όλα αυτά, έρχεται κάποια στιγμή που η επαναλαμβανόμενη αυτοπειθαρχία και η αποφασιστικότητα είναι απαραίτητες, αλλιώς δεν μπορέσετε να ξεριζώσετε τις παλιές και βαθιά ριζωμένες συνήθειες, παρά την ελεύθερη βούλησή σας και την κατανόηση σας. Μόνο εσείς ξέρετε αν είστε ή δεν είστε έτοιμοι για αυτή την πιο δραστική αλλαγή. Αν τα συναισθήματά σας εξακολουθούν να αμφισβητούν την εγκυρότητα και τα πλεονεκτήματα αυτού του νέου τρόπου, τότε δεν είστε έτοιμοι. Αν εξακολουθείτε να έχετε πολύ άγχος όταν προσπαθείτε να απαλλαγείτε από τον παλιό τρόπο, τότε δεν είστε έτοιμοι να παραιτηθείτε από αυτόν τον τρόπο και να κάνετε δραστικές αλλαγές. Σε αυτή την περίπτωση πρέπει να συνεχίσετε να βγάζετε τα κρυμμένα σφάλματά σας στο φως. Η ερώτηση: «Γιατί αισθάνομαι έτσι;» φέρνει πάντα αποτελέσματα, αν θέλετε πραγματικά να βρείτε την απάντηση. Όσο σας προκαλεί άγχος η καλοσύνη της ορθής κατεύθυνσης, έχετε ακόμα την εντύπωση, τουλάχιστον από αυτή την άποψη, ότι η καλοσύνη γίνεται εις βάρος σας. Φυσικά, στην πραγματικότητα δεν είναι έτσι. Όμως πρώτα πρέπει να φτάσετε στο σημείο να εφαρμόσετε την εξωτερική γνώση που λέει ότι καλοσύνη σημαίνει να ζείτε παραγωγικά ακόμα και με το συγκεκριμένο εσωτερικό σας πρόβλημα.

Δεν μπορεί να υπάρξει πραγματική ανάπτυξη και ευτυχία εκτός αν υπάρξει αλλαγή στην προσωπικότητα. Μπορώ να διαβάσω μερικές από τις σκέψεις σας. Μην πείτε ότι δεν υπάρχει αλλαγή. Είναι λάθος. Το σύμπαν και τα πάντα μέσα σ’ αυτό, αλλάζουν διαρκώς, είναι σε διαρκή ροή. Ακόμα και το σώμα σας δεν είναι όπως ήταν πριν μερικά χρόνια. Όλα αλλάζουν, ακόμα και στη σωματική ύλη, παρ’ όλο που μπορεί να μην το αντιλαμβάνεστε. Όταν βρίσκεστε συνεχώς μαζί με ένα ζωντανό ον που αναπτύσσεται, δεν βλέπετε την ανάπτυξη του. Την παρατηρείτε μόνο εκ των υστέρων. Αλλά η ίδια η ουσία της ζωής είναι η αλλαγή. Αν δεν υπάρχει αλλαγή, δεν υπάρχει ζωή. Αν παραμένετε στατικοί βρίσκεστε σε δύσκολη θέση. Είστε δυστυχισμένοι. Δεν είστε ζωντανοί. Όμως σε ένα μεγάλο βαθμό, ο ανθρώπινος αγώνας υπάρχει επειδή ένα μέρος σας αναπτύσσεται οργανικά και με υγιή τρόπο, σύμφωνα με τους νόμους της φύσης, ενώ ένα άλλο μέρος σας παραμένει στατικό.

Συχνά ρωτάτε γιατί ορισμένοι άνθρωποι, οι οποίοι είναι προφανώς ακόμα σε ένα χαμηλό στάδιο εξέλιξης, ζουν σχετικά αρμονικά, ενώ άνθρωποι που είναι πολύ πιο εξελιγμένοι παλεύουν, ζουν δυσαρμονικά και είναι δυστυχισμένοι. Η αιτία, φίλοι μου, είναι ότι οι πρώτοι εξελίσσονται σταθερά και σύμφωνα με τις δυνατότητές τους. Η ζωή τους είναι σταθερή, χωρίς αντιφάσεις. Οι πιο εξελιγμένοι άνθρωποι συχνά δεν αντιλαμβάνονται τις ικανότητές τους και δεν εκπληρώνουν τις εγγενείς δυνατότητές τους. Επειδή βρίσκονται πιο ψηλά στην κλίμακα θα μπορούσαν να κάνουν περισσότερα. Παρ’ όλα αυτά, δίνουν υπερβολική έμφαση στις πλευρές τους που είναι ήδη εξελιγμένες και που δεν χρειάζεται να εξελιχτούν άλλο σε αυτό το σημείο, ενώ παραμελούν τομείς του όντος τους που παραμένουν στατικοί. Δεν υπάρχει αλλαγή επειδή δεν έχουν την επιθυμία να αλλάξουν. Επικεντρώνονται σε αυτά που απολαμβάνουν επειδή είναι ήδη απελευθερωμένα, ενώ αυτά πάνω στα οποία πρέπει να εργαστούν παραμένουν άγονα. Δεν προκαλεί μόνο αυτή η αντίφαση δυσαρμονία, αλλά και το γεγονός ότι έχουν την ικανότητα να επιτύχουν περισσότερα. Θα μπορούσαν να ζωντανέψουν όσα είναι νεκρά και στατικά.

Αυτός ο παράγοντας είναι ένα σημαντικό κομμάτι του ανθρώπινου αγώνα. Αν για σας η ανάπτυξη και η αλλαγή είναι ευχάριστες επειδή κατά την εξέλιξή σας στο παρελθόν έχετε απελευθερωθεί από τα δεσμά σε έναν τομέα, τότε βρίσκεστε σε διαρκή ροή. Ταυτόχρονα, η αντίστασή σας στην αλλαγή και την ανάπτυξη στα σημεία που χρειάζεται να κάνετε τη δύσκολη εργασία της αντιμετώπισης και της εκκίνησης της αλλαγής, σας κάνει να παραμένετε ακίνητοί και άκαμπτοι σε κάποιον άλλο τομέα της προσωπικότητάς σας. Αυτή η ασυμμετρία προκαλεί περισσότερο πόνο από τον πόνο που προκαλείται όταν η προσωπικότητα βρίσκεται συνολικά εν ύπνω. Όταν θα έχετε φτάσετε σε κάποιο επίπεδο, δεν θα μπορείτε να πάτε πίσω και να «κοιμίσετε» τον εαυτό σας τεχνητά. Θα πρέπει να ακολουθήσετε τον ρυθμό της φύσης και του σύμπαντος. Η μόνη λύση για να φτάσετε ξανά στην αρμονία είναι να αντιληφτείτε πληρέστερα την πραγματικότητα, την εξέλιξη και την αλλαγή σε όλα τα επίπεδα της ύπαρξής σας.

Οπότε μη λέτε πως δεν μπορεί να υπάρξει αλλαγή. Θα μπορούσα να πω ότι αυτό είναι το μόνο δυνατό. Η αλλαγή είναι η μόνη οργανική, φυσιολογική διαδικασία της δημιουργίας και γι’ αυτό υπάρχει μέσα σας. Αν εργαστείτε σωστά σε αυτό το μονοπάτι, αποψύχετε διαρκώς την ουσία στην ψυχή σας που μέχρι τώρα ήταν παγωμένη. Την βάζετε σε κίνηση και έτσι της επιτρέπετε να εξελιχθεί, ώστε τελικά να προκύψει μια αληθινή και αισθητή αλλαγή.

Επιτρέψτε μου να πω κάτι ακόμα για τον αληθινό εαυτό, μια ακόμα ένδειξη για το πώς να τον βρείτε. Θέλω να σας δείξω έναν ρυθμό εξέλιξης σε μια συγκεκριμένη φάση που είναι κατάλληλος αυτή τη στιγμή επειδή πολλοί από εσάς, φίλοι μου, είτε είστε ήδη σε αυτή τη φάση ή πρόκειται να την προσεγγίσετε.

Πρόσφατα συζητήσαμε για τις ανάγκες σας. Κατ’ αρχάς, δεν αντιλαμβάνεστε καν κάποιες ιδιαίτερες ανάγκες. Φυσικά, θεωρητικά γνωρίζετε ότι ο καθένας έχει ανάγκες, σωματικές και άλλες, αλλά δεν αισθάνεστε κάποιες ιδιαίτερες συναισθηματικές ανάγκες. Αυτή η άγνοια δεν αφορά μόνο στο άτομο που μόλις ξεκίνησε να βαδίζει σε ένα τέτοιο μονοπάτι. Ακόμα κι αν έχετε ήδη προχωρήσει σημαντικά με άλλους τρόπους, μπορεί να εξακολουθείτε να αγνοείτε τις ανάγκες σας. Για να γνωρίσετε τις ανάγκες σας, έστω και επιφανειακά, χρειάζεται να εστιάσετε την προσοχή σας, χρειάζεται να είστε πολύ ειλικρινείς με τον εαυτό σας και να σκάψετε πολύ. Τώρα, φίλοι μου, αν πρέπει πρώτα να απομακρύνετε τα εξωτερικά στρώματα της συνειδητότητας για να βρείτε τις λάθος ανάγκες σας προτού βρείτε τις αληθινές, αυτό δεν είναι άλλη μια σημαντική απόδειξη της αποξένωσης από τον εαυτό σας; Αν είχατε σχέση με τον αληθινό σας εαυτό, αν είχατε επαφή με την πραγματικότητά του, θα είχατε απόλυτη αντίληψη των αληθινών αναγκών σας, ανεξάρτητα από το αν αυτές έχουν ικανοποιηθεί ή όχι.

Καθώς λοιπόν προχωράτε, αντιλαμβάνεστε τις αληθινές ανάγκες σας. Οι αληθινές ανάγκες σας μπορούν να χωριστούν σε υποδιαιρέσεις. Κατ’ αρχάς, θα συνειδητοποιήσετε την ανάγκη σας να λαμβάνετε, είτε αυτό πρόκειται για αγάπη, για κατανόηση, για να αισθάνεστε οικειότητα με τους άλλους ή για να ικανοποιήσετε τη δημιουργικότητά σας. Αγωνίζεστε για όλα αυτά θέλοντας να τα λάβετε. Με τη συναισθηματική σας αντίληψη νομίζετε ότι χρειάζεστε κάποιον ή κάτι προκειμένου να ικανοποιήσετε αυτές τις ανάγκες, κάτι που θα σας δοθεί έστω και διακριτικά. Όλες οι ανάγκες που μόλις σας ανέφερα μπορεί να είναι αληθινές ή ψεύτικες. Το γνωρίζετε αυτό.

Τότε θα αντιληφθείτε την ανάγκη σας να προσφέρετε. Μπορεί να χρειάζεται να προσφέρετε αυτό που έχετε ανάγκη να λάβετε, αλλά η έμφαση που δίνετε στα συναισθήματά σας αλλάζει. Η ανάγκη να προσφέρετε αγάπη αντί να λαμβάνετε, εισχωρεί περισσότερο στη συνείδησή σας. Η ανάγκη να νιώσετε τους άλλους και να τους κατανοήσετε, αντί να σας κατανοούν εκείνοι, γίνεται πιο ξεκάθαρη. Ακόμα και σε σχέση με αυτό μπορεί να μη βρείτε διέξοδο. Εξαρτάστε από το να βρείτε το υποκείμενο και όσο δεν το βρίσκετε, οι ανάγκες σας παραμένουν ανεκπλήρωτες. Η μόνη διαφορά μεταξύ του τώρα και του πριν είναι πως τώρα έχετε πλήρη επίγνωση των αναγκών σας και του πόσο ανικανοποίητοι είστε, ενώ πριν ήσαστε θολωμένοι και βιώνατε την έλλειψη ικανοποίησης με έμμεσο τρόπο. Η αντίληψή σας για αυτό που παραμένει ανικανοποίητο μπορεί στην πραγματικότητα να έχει εντελώς διαφορετικές ρίζες από αυτές που έχει η μη ικανοποίηση των αληθινών αναγκών σας, γιατί αυτές δεν είναι ποτέ επείγουσες και δεν προκαλούν άγχος. Συνεπώς, όταν αντιλαμβάνεστε τις αληθινές ανάγκες σας, ακόμα και προτού μπορέσετε ενδεχομένως να τις ικανοποιήσετε και βιώνετε συνειδητά την έλλειψη ικανοποίησης, αυτό θα σας φέρει ανακούφιση, αρμονία και ηρεμία επειδή θα έχετε εισέλθει σε ένα επόμενο στάδιο της πραγματικότητας και της αλήθειας.

Απομακρύνεστε από το να έχετε επίγνωση των αληθινών αναγκών σας όχι μόνο επειδή η αντιμετώπιση της έλλειψης ικανοποίησης είναι επώδυνη, αλλά επειδή η έλλειψη ικανοποίησης σημαίνει για σας ότι αποδεικνύεται η κατωτερότητά σας. Μόλις αποκτήσετε τη δύναμη, το θάρρος, την ταπεινότητα, την αποφασιστικότητα και έχετε αντίληψη της πραγματικότητας για να αντιμετωπίσετε τις αληθινές ανάγκες σας (για να λάβετε και να προσφέρετε) και για να αντέξετε τις προσωρινές απογοητεύσεις, τότε θα έχετε προσεγγίσει ένα πολύ μεγαλύτερο πεδίο του αληθινού εαυτού σας απ’ ό,τι νομίζετε. Επειδή αυτός είναι ο αληθινός εαυτός σας. Το πρόβλημα της έλλειψης ικανοποίησης υποχωρεί όταν το συγκρίνετε με τη δύναμη που κερδίζετε βρίσκοντας το σπίτι σας. Ο ξένος, ο αποξενωμένος εαυτός σας, βρίσκεται κατ’ οίκων μέσα στην πραγματικότητα του πυρήνα της ύπαρξής σας.

Για να φτάσετε σε αυτό το σημείο θα πρέπει να ταξιδέψετε μέσα από πολλούς παράδρομους και παρακάμψεις και μόλις φτάσετε εκεί, θα πρέπει να περάσετε μια κενή περίοδο, μια περίοδο που θα αντιλαμβάνεστε τις ανικανοποίητες ανάγκες σας και τη λαχτάρα σας γι’ αυτές. Όμως καθώς θα βλέπετε όσα δεν έχουν ικανοποιηθεί και θα τα αντέχετε, όχι μέσω μιας λανθάνουσας ταπεινότητας και αδυναμίας, αλλά έχοντας τη δύναμη να μπορείτε να τα υπομένετε για όσο καιρό χρειάζεται ως συνέπεια των μοτίβων που θέτατε σε κίνηση και των οποίων οι επιδράσεις δεν έχουν ακόμα εξασθενίσει, τότε δεν θα έχετε την ίδια αγωνία που είχατε προτού αποκτήσετε επίγνωση. Το αντίθετο. Μέσα από την βαθύτερη και πληρέστερη γνώση και συνεπώς έχοντας μεγαλύτερη επαφή με την πραγματικότητα, θα αρχίσετε σταδιακά να έχετε διαφορετικά αποτελέσματα. Αυτό δεν θα συμβεί εν μία νυκτί.

Έπειτα από μια ορισμένη περίοδο όπου οι αληθινές ανάγκες παραμένουν συνειδητά ανικανοποίητες (σε αντίθεση με την προηγούμενη όπου η έλλειψη της ικανοποίησης των αληθινών αναγκών ήταν ασυνείδητη και οι ψευδείς ανάγκες εκπληρώνονταν συνειδητά) και ενώ αναζητάτε και μαθαίνετε και κατακτάτε κι άλλο την πραγματικότητα του εαυτού σας, θα προκύψει μια περίοδος μερικής ικανοποίησης. Θα υπάρξουν οπισθοδρομήσεις και περιστασιακές απογοητεύσεις κατά τις οποίες θα έχετε την ευκαιρία να παρατηρήσετε την εσωτερική υποτροπή στα παλιά πρότυπα που μπορεί να προκύψουν χωρίς να το γνωρίζετε. Συνεπώς, αυτές οι εξωτερικές οπισθοδρομήσεις και απογοητεύσεις είναι κατά κάποιο τρόπο μια απαραίτητη περίοδος ενίσχυσης του νέου τρόπου ζωής. Τον ενσωματώνουν, τον κάνουν κομμάτι σας μέχρι αυτός να γίνει η «αρχική φύση σας», όπως κατ’ ουσίαν είναι.

Σε αυτό το σημείο έχετε ανακαλύψει το δρόμο για το σπίτι σας. Έχετε κάνει κάποια δειλά βήματα προς τα εκεί και ως εκ τούτου, έχετε κατά διαστήματα αποκομίσει καρπούς, όμως δεν έχετε ακόμα ριζώσει σταθερά σε αυτό το νέο έδαφος. Εξακολουθείτε να έχετε διακυμάνσεις και να απομακρύνεστε από εκεί, μπαίνοντας στον πειρασμό των παλιών συνηθειών σας. Μέσω της εναλλαγής από αυτά που σας ικανοποιούν και αυτά που σας αφήνουν ανικανοποίητους, έχετε την ευκαιρία να αποκτήσετε μια σταθερή βάση στο έδαφος του σπιτιού σας, εάν επιθυμείτε να εκμεταλλευτείτε αυτή την περίοδο κατ’ αυτόν τον τρόπο. Έτσι ανοίγετε το δρόμο για να δημιουργήσετε ένα τελείως καινούργιο μοτίβο, έναν καινούργιο σκοπό, υγιή, πραγματικό και παραγωγικό. Ωστόσο, τα αποτελέσματα δεν θα εκδηλωθούν μέχρι να ωριμάσει αυτός ο σκοπός.

**Ερώτηση:** Καθώς πειθαρχείς τον εαυτό σου φτάνοντας σε ένα σημείο όπου θέλεις να αλλάξεις ένα μοτίβο επειδή έχεις αναγνωρίσει κάποια πράγματα, ξεκινάει μια μάχη. Μπορεί να το κάνεις, αλλά δεν αισθάνεσαι καλά. Παρ’ όλο που ξέρεις ότι είσαι δυστυχισμένος με τον παλιό τρόπο και θέλεις να τον αλλάξεις, δεν αισθάνεσαι καλά ούτε όταν ενεργείς σωστά. Σας άκουσα να λέτε πως σε αυτό το στάδιο δεν είμαστε έτοιμοι, αλλά πότε είναι κανείς έτοιμος να πειθαρχήσει τον εαυτό του;

**Απάντηση:** Σε αυτό το στάδιο η πειθαρχία πρέπει να πάρει τη μορφή της αναζήτησης για τα αίτια που σας κάνουν να μην αισθάνεστε καλά σχετικά με αυτό. Τι είναι αυτό που στέκεται εμπόδιο στην κατανόησή σας; Πρέπει να υπάρχει κάτι μέσα σας που δεν έχει πειστεί ακόμα, που εξακολουθεί να αμφιβάλει ότι αυτό είναι κάτι καλό, ωφέλιμο, ασφαλές ή οτιδήποτε άλλο. Πρέπει να υπάρχει κάτι μέσα σας που εξακολουθεί να μένει προσκολλημένο στον παλιό καταστροφικό τρόπο, παρ’ όλο που ακόμα κι εσείς τον βλέπετε ως καταστροφικό. Φέρτε το στην επιφάνεια και τότε μπορείτε να εξαλείψετε αυτό το σφάλμα. Ως εκ τούτου, μην πιέζετε τον εαυτό σας και μη τον πειθαρχείτε όταν ενεργείτε προς τους άλλους, αλλά χρησιμοποιήστε την πειθαρχία για να ανακαλύψετε περισσότερα για τον εαυτό σας.

**Ερώτηση:** Όταν είσαι δυστυχισμένος, όταν έχεις χωρίσει με κάποιον και ξέρεις ότι έτσι έπρεπε να γίνει και το αποδέχεσαι, εξακολουθείς να νιώθεις έναν βαθύ πόνο. Ακόμα περισσότερο, όταν αντιλαμβάνεσαι τα συναισθήματά σου και συνειδητοποιείς το βάθος της αγάπης σου. Αυτό είναι υγιές, έτσι δεν είναι; Δεν παίρνει χρόνο για να επουλώσεις τις πληγές σου;

**Απάντηση:** Δεν μπορώ να απαντήσω στην ερώτηση λέγοντας ότι αυτό είναι ή δεν είναι υγιές. Εξαρτάται αποκλειστικά από το πώς αισθάνεστε. Μπορεί να είναι κάτι εντελώς υγιές. Όμως μπορεί επίσης να περιέχει και ορισμένες νοσηρές τάσεις. Αυτό είναι πολύ δύσκολο να προσδιοριστεί μέσα από μια γενική απάντηση. Εξαρτάται απόλυτα από το άτομο. Η συμβουλή μου είναι ότι για να προσδιορίσει κάποιος αν αυτό είναι ή δεν είναι υγιές, να αναρωτηθεί πού υπάρχει απελπισία, αδυναμία, αυτολύπηση και μια αίσθηση ότι υπομένει την αθλιότητα της ζωής. Εάν αισθάνεστε αποδυναμωμένοι, εάν η προσωπικότητά σας αισθάνεται ότι έχει αποδυναμωθεί από έναν τέτοιο χωρισμό, τότε μαζί με τη φυσιολογική θλίψη πρέπει να υπάρχει και μια θλίψη που δεν είναι υγιής. Όμως αν αισθάνεστε την απώλεια ως κάτι επώδυνο αλλά χωρίς να αισθάνεστε αποδυναμωμένοι, τότε είναι ξεκάθαρα υγιής.

**Ερώτηση:** Αν ένας άνθρωπος ανακαλύψει δύο αντικρουόμενες τάσεις μέσα του, αν αναγνωρίσει το σφάλμα της μίας τάσης και τότε εμφανιστεί η δεύτερη, σε ποιο σημείο εμφανίζεται η πειθαρχία;

**Απάντηση:** Όπως είπα προηγουμένως, η χρήση της λέξης «πειθαρχία» μπορεί να οδηγήσει σε παρανοήσεις. Μπορεί να οδηγήσει στην καταστολή, στην καταπίεση, σε μια βίαιη, επιβλητική ενέργεια που δεν μπορεί να εξυπηρετήσει την πραγματική εξέλιξη. Η προσοχή σας και η αποφασιστικότητά σας πρέπει να κατευθυνθούν προς την περαιτέρω κατανόηση των αίτιων αυτής της τάσης. Η εξωτερική απάντηση μπορεί να είναι σχετικά προφανής, αλλά παρ’ όλα αυτά πρέπει να υπάρχει και μια εσωτερική απάντηση που δεν έχει ιδιαίτερη σχέση με την εξωτερική. Αυτή η τάση μπορεί να είναι ένα είδος ψεύτικης προστασίας. Μπορεί να ικανοποιεί μια ψεύτικη ανάγκη. Βρείτε τη σημασία της και έτσι θα ξέρετε πώς να προχωρήσετε. Η πρώτη απάντηση που θα βρείτε μέσα σας μπορεί να μην είναι η τελική απάντηση. Μπορεί να περιέχει και ένα επιπλέον «γιατί». Το στάδιο που περιγράφετε δείχνει ότι δεν έχετε ακόμα ολοκληρώσει τη φάση της αναζήτησης στη συγκεκριμένη περιοχή και ως εκ τούτου, η αλλαγή, με την απαραίτητη γι’ αυτήν πειθαρχία, να είναι ακόμα κάτι πρώιμο. Ψάξτε κι άλλο προκειμένου να αποκτήσετε μεγαλύτερη επίγνωση. Μπορεί να έχει υπάρξει αλλαγή σε κάποιον άλλο τομέα, αλλά όχι σε αυτό το θέμα. Επαναλαμβάνω: Αυτή η αναζήτηση προκαλεί διαρκώς αλλαγές στο συναισθηματικό, στο διανοητικό, στο πνευματικό, ακόμα και στο υλικό ον σας, επειδή αντιμετωπίζετε τον εαυτό σας με απόλυτη ειλικρίνεια. Όμως αυτό είναι το πρώτο είδος αλλαγής για το οποίο σας μίλησα και ούτε το δεύτερο που απαιτεί μια πιο άμεση μορφή πειθαρχίας. Και στο πρώτο στάδιο πρέπει να υπάρχει πειθαρχία, όμως δίδοντας έμφαση στην αντιμετώπιση του εαυτού σας και στο να λαμβάνετε υπόψη αυτά που πραγματικά αισθάνεστε και τα αίτια τους.

**Ερώτηση:** Οπότε, εφ’ όσον υπάρχουν δύο αντικρουόμενες τάσεις, εξακολουθεί να υπάρχει η ανάγκη να πάει κανείς βαθύτερα;

**Απάντηση:** Ω ναι.

**Ερώτηση:** Διστάζω να κάνω ερωτήσεις λόγω της πρόσφατης αναστάτωσης που προκάλεσαν οι ερωτήσεις μου. Φαίνεται ότι δεν θεωρούνται «έξυπνες». Πριν θέσω το ερώτημά μου, θα ήθελα να σας ρωτήσω ειλικρινά, αν εσείς οι πιο εξελιγμένες ψυχές χρησιμοποιείτε μια λογική που εγώ δεν έχω την ικανότητα να χρησιμοποιήσω, γιατί αν δεν επικοινωνούμε σε κοινή βάση, φοβάμαι πως δεν έχουμε τον τρόπο να επικοινωνήσουμε μεταξύ μας.

**Απάντηση:** Αγαπητέ μου φίλε, κατ’ αρχήν δεν νομίζω πως μπορεί κάποιος να πει ότι αν κάποιος δεν καταλαβαίνει κάτι, αυτό δείχνει έλλειψη νοημοσύνης. Οι πιο έξυπνοι άνθρωποι έχουν μπλοκαρίσματα εκεί που έχουν προβλήματα. Σε αυτούς τους τομείς δεν λειτουργεί η  ευφυΐα που κατά τ΄ άλλα διαθέτουν. Αυτό συμβαίνει στον καθένα. Σε κάποιους πιο εμφανώς από ότι στους άλλους, αλλά παρ’ όλα αυτά συμβαίνει σε όλους. Δεν υπάρχει ανθρώπινο ον που να έχει απελευθερωθεί πλήρως από αυτό. Δεν έχω δει ακόμα ένα ανθρώπινο ον το οποίο να μην έχει κάπου ένα σφίξιμο, μια προκατάληψη, ένα κλείσιμο, ένα φόβο να παραιτηθεί από κάποια προκατάληψη. Αυτό φυσικά οφείλεται στον αμυντικό μηχανισμό που επιλέγει μια συγκεκριμένη οπτική ως αναγκαία και ασφαλή, αλλά αυτό είναι μόνο μια εξήγηση. Δεν απομακρύνει το ίδιο το γεγονός. Οι άνθρωποι που είναι μπλοκαρισμένοι θα παρεξηγούν και θα παρερμηνεύουν, θα είναι ανήσυχοι και θα βρίσκονται σε σύγκρουση σχετικά με αυτό το θέμα ή θα ακούνε το αντίθετο από αυτό που λέγεται. Μόνο ο βαθμός διαφέρει και όποιος κι αν κρίνει, είναι πιθανό να έχει το ίδιο θέμα, ίσως σε έναν μικρότερο ή λιγότερο ευδιάκριτο βαθμό που αφορά σε ένα διαφορετικό θέμα. Οπότε, έχετε καλή παρέα. Μπορεί να θέτετε τα ερωτήματά σας με έναν πιο επιθετικό τρόπο, αλλά αυτό δεν με πειράζει και σας ενθαρρύνω να θέτετε αυτά τα ερωτήματα, εφ’ όσον είστε ειλικρινής και έχετε καλή πρόθεση, ανεξάρτητα από το τι μπορεί να λένε κάποιοι από τους ανθρώπους φίλους μας. Είναι αναγκαίο. Είναι καλό για σας. Και είναι καλό για όλους.

Ως προς τα διαφορετικά είδη λογικής: Υπάρχει μόνο μια λογική. Δεν υπάρχουν διαφορετικά είδη. Και πάλι, μόνο ο βαθμός διαφέρει. Η διαφορά είναι ότι τα ανθρώπινα όντα που εξακολουθούν να δίνουν τον ανθρώπινο αγώνα, έχουν εξασθενημένη λογική. Η νοημοσύνη τους μπορεί να μην είναι εξασθενημένη, αλλά η λογική τους είναι. Η λογική πηγάζει από τον αληθινό εαυτό, οπότε στο βαθμό που κάποιος είναι αποξενωμένος από τον εαυτό του, στον ίδιο βαθμό η λογική του δεν λειτουργεί. Ο αληθινός εαυτός είναι καθαρή λογική και καθαρή αγάπη. Το ένα δεν νοείται χωρίς το άλλο. Δεν μπορεί να υπάρξει λογική ή σοφία χωρίς αγάπη, και το αντίστροφο.

Έτσι, όλοι έχουμε τα ίδια όργανα για να επικοινωνούμε. Αν ένα ον έχει εξελιχθεί περισσότερο από ένα άλλο επειδή έχει ξεπεράσει κάποιους αγώνες, αυτό δεν σημαίνει πως η επικοινωνία με αυτό το ον δεν είναι εφικτή. Η επικοινωνία εξαρτάται σε μεγάλο βαθμό από την προθυμία των εμπλεκόμενων ατόμων. Αν υπάρχει προθυμία για να κατανοήσει κανείς και να γίνει κατανοητός, έχει κερδηθεί ο μισός αγώνας. Δεν νομίζω πως κάποιος από εσάς δυσκολεύτηκε ποτέ να επικοινωνήσει μαζί μου.

Προτείνω να θέσετε τα ερωτήματά σας την επόμενη φορά. Αν έχετε όλοι σας αρκετά ερωτήματα μπορούμε να κανονίσουμε μια συνάντηση για ερωτήσεις και απαντήσεις.

Αγαπημένοι μου φίλοι, να είστε όλοι ευλογημένοι εν πνεύματι, ψυχή και σώματι. Είθε αυτά τα λόγια να σας βοηθήσουν να συνεχίσετε να γνωρίζετε τον εαυτό σας ενεργά, να αναδείξουν τη λογική, την αγάπη, τη δημιουργικότητα, την επινοητικότητα, τη χαρά και την ικανότητα για ευτυχία που ήδη υπάρχει μέσα σας. Δεν χρειάζεται να αρπάξετε αυτά τα πράγματα κάπου έξω από εσάς. Υπάρχουν μέσα σας, σαν θησαυρός. Απελευθερώστε τα από το σφάλμα, από την υπεκφυγή, από το φόβο σας να αντιμετωπίζετε την αλήθεια του εαυτού σας. Παραιτηθείτε από τον επιφανειακό τρόπο ζωής, δηλαδή από το να ικανοποιείτε τον κόσμο και όχι τα δικά σας πρότυπα. Μη ζείτε ανάλογα με το πώς σας βλέπουν οι άλλοι, σε κανέναν τομέα της ζωής σας. Ζήστε με αλήθεια και πραγματικότητα. Αντιμετωπίστε πλήρως όλα τα θέματα. Εξετάστε τα με αντικειμενική ματιά. Μην τα προσπερνάτε και θα βρείτε το δρόμο σας προς τον αληθινό εαυτό σας.

Να είστε ευλογημένοι. Να χαίρεστε για όλα όσα αναμένουν να απελευθερωθούν μέσα σας. Δεν έχετε παρά μόνο χαρά να προσμένετε. Σύντομα μπορεί να φτάσετε στο σημείο όπου ο ανθρώπινος αγώνας θα είναι πηγή χαράς και κάθε βήμα προς τα πάνω θα σημαίνει για σας υλοποίηση της εξέλιξης και της ευτυχίας. Να είστε εν ειρήνη, να είστε εν Θεώ!