



Przekonania – nieprawdziwe prawdy.

Z jednej strony wiemy bardzo dużo o przekonaniach i ich działaniu, z drugiej żyjemy w taki sposób, jakbyśmy nic o nich nie wiedzieli. To tak, jakby cała wiedza była w głowie i nie mogła przeniknąć do serca – a wiadomo, że to jest właściwe centrum decyzyjne. Jest wiedza i nie ma adekwatnego działania, czyli mądrość jest zablokowana. Tak, ponieważ mądrość jest wiedzą w działaniu. **Mądrość potrzebuje serca, by zaistnieć.**

Większość naszych kłopotów bierze się z faktu, że nasze myślenie jest pełne różnorodnych przekonań, a my tego często zwyczajnie nie dostrzegamy. O niektórych swoich myślach i w niektórych sytuacjach potrafimy mieć odpowiednie postrzeganie – wiemy, że to jedynie nasz ograniczony sposób myślenia. O wielu jednak nie. Wiele przekonań traktujemy jak najświętsze prawdy, dla których (w imię których) należy poświęcić miłość, radość, spokój, a nawet życie i nie zauważamy, że to tylko przekonania. Do głowy nam to nie przychodzi – niestety. To jest wielkie nieporozumienie, niewidzialna pułapka w której tkwimy.

Na poziomie lingwistyki bardzo precyzyjnie potrafimy zdefiniować przekonanie. Ale to nie wszystko, ponieważ z niezliczonej liczby przekonań wybieramy i tak tylko niektóre (według jakiegoś klucza) i wydaje nam się, że jeśli te „rozpracujemy”, to po problemie. Jest to jedna z możliwości doświadczenia syzyfowej pracy. W międzyczasie nieświadomie pomijamy znacznie więcej, niż świadomie wychwytywamy. Tak to wygląda. To przypomina wydobywające się bąbelki w butelce szampana. Lecą i lecą, a płynu wciąż dużo.

Większość tego co myślimy lub wypowiadamy to przekonania – mówimy przekonaniami. Gdybyśmy przeanalizowali poprzednie trzy akapity jedynie pod kontem konstrukcji, to by się okazało, że zdecydowana większość to przekonania. Jeżeli ktoś miałby ochotę, to każde zdanie mógłby odrzucić jako „prywatną niedorzeczność autora”. Większość czytających nie uczyni tego. Powodów jest wiele. Czyjeś przemyślenia mogą pomóc spojrzeć na coś w nowy sposób. Jesteśmy do tego przyzwyczajeni i nie robi to na nas większego wrażenia. Sami tak mówimy – taka jest nasza codzienność. Bardziej poszukujemy inspiracji do własnego myślenia, niż gotowych prawd. Zakładamy, że ktoś chce nam coś przekazać, ma ważniejszy cel niż dokonywanie oceny za oceną lub tylko wymądrzanie się. Można wymienić znacznie więcej powodów. Nie o to jednak chodzi.

Generalnie każdemu jest wiadome, że cokolwiek czyta, doświadcza jedynie cudzej percepcji danego zjawiska lub rzeczy, a nie kompletnej pełni. Akceptujemy to, a nawet uczyniliśmy z tego sposób na poszerzanie własnych horyzontów. Mamy jakby niepisaną umowę gwarantującą nam możliwość wymiany poglądów. Owa „umowa” nie nakazuje nikomu zgodzić się z kimś innym. Każdy to rozumie. W innym razie w ogóle musielibyśmy przestać do siebie mówić – no może za wyjątkiem przekazywania sobie „suchych” informacji.

Czym różni się przekonanie od informacji? Mówiąc o faktach nie dokonujemy żadnych ocen, opisujemy jedynie zaistniałe zdarzenie. **Ocena jest domeną przekonań.** Stosunek emocjonalny również. Dla przykładu: „człowiek upadł na chodnik” – informacja, „człowiek ucierpiał” – przekonanie. Trudno sobie nawet wyobrazić życie „informacyjne”. Oznaczałoby to, że pozbawiamy się własnej ekspresji, wyrazistości, odczuwania, empatii – wielu rzeczy. To jak rezygnacja z człowieczeństwa. Każdy miałby poczucie jałowości życia lub wręcz własnej nieobecności. Jak mielibyśmy żyć bez zaangażowania? Energia przestałaby płynąć. To byłby koniec tego, co żywe. Równie dobrze możnaby nas wtedy nazwać robotami.

Przekonania są i zawsze będą. Są nam potrzebne do Życia. Podkreślam to – zwłaszcza w kontekście poprzednich kilku zdań – do żywego Życia.

Czym są przekonania?



Są to zdania twierdzące, które uznajemy za najświętsze prawdy w naszym świecie. Ślepo w nie wierzymy. Części z nich jesteśmy świadomi, ale znacznie większej części nie. Tak czy inaczej nasze przekonania organizują nasz świat i wpływają na nasze zachowania. Działamy w zgodzie z nimi. Dzięki nim mamy poczucie bezpieczeństwa (tak nam się przynajmniej wydaje). Tak, to bezpieczeństwo całkowicie iluzoryczne.

Przekonania to twory myślowe. Nie mają nic wspólnego z egzystencją. Egzystencja jest rzeczywista, a przekonania to fikcja, która chce przysłonić Prawdę.

Podzielono je na różne sposoby: prawdziwe i fałszywe, generalne i rekomendujące, jawne i ukryte, użyteczne i nieużyteczne, dobre i złe, nasze i nie nasze, zbudowane przez siebie i nabyte od innych, indywidualne i zbiorowe. Wydaje się to dość sensowne, ale to jedynie nasze przekonanie. Przekonania są jednocześnie i takie i takie. Nie są tylko takie lub tylko takie. Wszystko zależy jedynie od punktu widzenia, od płaszczyzny rozpatrywania. To, co z punktu A wydaje się nieużyteczne, z punktu B jest bardzo użyteczne, potrzebne, a nawet niezbędne. Jedno i to samo przekonanie może spełniać diametralnie różne funkcje w tym samym czasie i dla tej samej osoby. Może kogoś zarówno wyniszczać, jak i „ratować” mu życie. Taki fenomen. Życie jest pełne cudów.

Przekonania są naszymi wierzeniami na temat siebie, innych ludzi, życia, świata i wszystkiego, co istnieje. Wierzymy w nie, ponieważ są nasze i nam się wydaje, że są prawdą. Jednak nie zawsze mają coś wspólnego z Prawdą. Mówiąc inaczej są naszą prawdą, ale nie muszą być Prawdą w ogóle. Można powiedzieć, że wywodzą się z Prawdy, ale nie są z nią tożsame.

Przekonania się wciąż zmieniają. Ludzie wymyślają tysiące sztucznych technik, by dokonać zmiany przekonań – wiele skutecznych – ale bez nich przekonania również się zmieniają. Życie polega na zmianie, więc wraz z nim i nasze przekonania muszą się zmieniać. Co było prawdą dziś, nie musi nią być jutro. To, co dziś było niedorzecznością, jutro może stać się podstawą naszego istnienia. Najgorsze co może się nam przydarzyć w tej sprawie, to chęć zachowania tych samych przekonań na zawsze. Mało realne, ale niektórzy próbują. Wysiłek jest daremny, ponieważ we Wszechświecie ruchu i zmiany nie da się wprowadzić nieruchomości i niezmienności. To byłoby niezgodne z główną zasadą Życia.

Więc, jeżeli ktoś uwierzy, że coś jest na zawsze, że jest pewne – tkwi w pułapce. Na zawsze i pewna jest tylko zmiana. Taka wiara jest wrogiem człowieka. Powoduje, że przestajemy być wnikliwi, ciekawi. Przestajemy zadawać pytania i dosiekać. Taka wiara czyni bezkrytycznym i leniwym. Kończy proces myślowy. Hamuje rozwój. W rzeczywistości odgradza nas od życia i nas prawdziwych, a trzyma nas w świecie mentalnych tworów. Być może ma nas chronić przed ryzykiem, ale jak na ironię czyni nasze życie wielce ryzykownym. Tak się właśnie dzieje, gdy chcemy zastąpić Wiedzę (przez duże „W”) wiarą (przez małe „w”).

Im mniejsza świadomość tym destrukcyjna moc przekonań większa.

Przychodzi mi taka myśl do głowy, że jakość przekonań świadczy o poziomie świadomości danej jednostki, o jej dojrzałości. Każdy ma przekonania, to pewne i nie to jest problemem. Przekonanie to pewien rodzaj, typ konstrukcji – forma. Problemem jest treść, zawartość owej formy. Forma przyjmie wszystko i rzeczywiście można tam nawkladać mnóstwo „śmiecia” lub mnóstwo „skarbów”. To jest sedno sprawy. Każdy człowiek decyduje o tym sam. Każdy ma wybór. Naprawdę wszyscy są równi w tej sprawie.

Jedynie człowiek jest wyróżniony wśród stworzeń i ma Wolną Wolę. Nie korzysta z niej w pełni lub w ogóle, ale to inna kwestia. Właśnie na tym polega paradoks, że Wolna istota – człowiek – jest najbardziej zniewolona. Człowiek sam to sobie czyni.

Wmówiono nam, że to, co myślimy zależy od wielu różnych ludzi, zjawisk, rzeczy. Wytresowano nas na zależność. Ale prawda jest taka, że to zależy jedynie od nas samych, od naszych wyborów, od naszych decyzji. To kłamstwo, że myślisz to, co myślisz, dzięki



komuś innemu niż samemu sobie. To kłamstwo, że wierzysz w to, co wierzysz, dzięki komuś innemu niż samemu sobie. Może gdy byłeś dzieckiem mogłeś sobie w ten sposób pobłażać, dać sobie „luz” i pójść na łatwiznę takiego podejścia, ale nie wtedy, gdy dorosłeś. Jako dziecko mogłeś nie mieć świadomości, ale nie jako dorosły. Dorosły znaczy świadomy. Jako dziecko mogłeś nie wiedzieć, że można inaczej, mogłeś nie wiedzieć, że masz wybór, ale dziś już to wiesz. **Masz wybór i ty decydujesz o tym, jak myślisz.** Jeżeli myślisz inaczej, to tylko myślisz, że myślisz – w rzeczywistości się jedynie oszukujesz i odtwarzasz (jak maszyna – magnetofon) głupoty, którymi nasiąkłeś jako dziecko. Proponuję, żebyś nagrał sobie „nowy utwór” – własny utwór. Bądź artystą, a nie jednym z milionów rzemieślników.

Kiedy zaczynasz słyszeć zdanie mówione twoim głosem i zaczynające się słowami: „wierzę, że...”; „myślę, że...”; „mam przekonanie, że...”; „wszyscy ludzie wiedzą, że...”; „każdy twierdzi, że...” lub temu podobne, to natychmiast się zastanów, kiedy to nagrałeś i czy rzeczywiście to nagranie nadal ci się podoba. Pomyśl, jakie ma konsekwencje dla twojego życia. Zadań sobie pytanie: „Skoro w to wierzę, to w jaki sposób moje życie musi wyglądać, by mi potwierdzić, że mam rację?” Uważaj, to może być nieco zaskakujące, a nawet bolesne. Możesz również zacząć od drugiej strony i zadać sobie pytanie: „Skoro moje życie wygląda tak, jak wygląda, to w co ja muszę wierzyć?” Jest wiele sposobów, by skonfrontować się ze swoimi przekonaniem, ale najpierw musisz odnaleźć w sobie odwagę. Bez tego znów pójdziesz na łatwiznę i popłyniesz znaną rzeką – prosto do „ścieku”.

To jest naprawdę twoja sprawa – pamiętaj o tym zawsze.

Wiele napisano i powiedziano na temat przekonań. Różni ludzie zajmują się tym tematem na wiele różnych sposobów. Oczywiście każdy zajmuje się tym tematem „w ramach” swoich przekonań. To tak oczywiste, że zupełnie pomijane, a ma wielkie znaczenie. Zasada jest dość prosta: możesz pokazać innym to, co sam widzisz. Ważne są również intencje. Jedni chcą ludziom pokazać drogę do pełnej wolności, a inni chcą ich uzależnić jeszcze bardziej. Są też tacy, którzy w ogóle się nad tym nie zastanawiają. Penetrują temat, nie przejmując się lub nawet nie mając świadomości własnych ograniczeń, a pokory na przyjęcie innego punktu widzenia też jak na lekarstwo. Tak czy inaczej są tacy, którzy motywują do myślenia, do pracy nad sobą i tacy, którzy obiecują „złote góry”, które mogą komuś dać.

Jedno jest jednak jasne, że **przekonań nikt za nikogo zmienić nie może.** Nie można kogoś uwolnić z zewnątrz z niczego, co dzieje się w jego wnętrzu. Nie ma zbawicieli na zewnątrz. I to trzeba zrozumieć – to nie jest moje przekonanie, to jest fakt. Nawet Jezus pokazywał Drogę i zapraszał do podróży, ale sam nikogo nie nosił na siłę i na własnych plecach. Wiedział, że są sprawy, które można załatwić jedynie od wewnątrz i samemu. Więc, jeżeli ktoś, coś może zrobić, to sam zainteresowany i tylko dla siebie. Pomoc z zewnątrz polega jedynie na tym, że ktoś daje wsparcie, jest towarzyszem, przykładem, inspiracją lub lustrem – lustrem, nie krzywym zwierciadłem.

O zasadzie lustra było już w wielu wcześniejszych artykułach. Jeżeli ktoś się z tym jednak nie spotkał, to warto w jednym zdaniu wyjaśnić. **W zasadzie lustra chodzi ogólnie rzecz ujmując o to, że ludzie wokół ciebie są „żywą informacją zwrotną” o tobie samym.** „Wyświetlają” swoim zachowaniem jakiś aspekt, któremu powinieneś się w sobie przyjrzeć. Czasem to irytuje, czasem złości, a czasem cieszy. Teraz dodajmy jeszcze jeden element z głębszego poziomu działania owej zasady. Dotyczy szczególnego i wielce specyficznego rodzaju „oglądu”. Bardzo intymny, głęboki, całościowy, totalny ogląd. Chodzi o to, że „w oczach innych ludzi” możesz się przejrzeć jak w lustrze. **Jednak jedynie wtedy, gdy jest w nich Miłość.** Jeżeli nie ma Miłości masz do czynienia z krzywym zwierciadłem. Nie widzisz siebie w lustrze. To jest niezmiernie ważne. Jedynie wtedy można naprawdę ujrzeć rzeczy najważniejsze, wyjątkowe. To może odmienić życie. To bardzo szczególna szansa na rozwój. Podkreślam jednak, że Miłość jest tu konieczna.



Wielu jest takich, którzy odwiedzili kilku lub kilkunastu terapeutów i zawsze wyszli z tym samym. Dlaczego? Z tego właśnie powodu. Nikt za nich niczego dokonać nie może. Mogli uzyskać chwilową ulgę spowodowaną zewnętrznym działaniem, ale nie zmianę, bo ta zależy zawsze od wewnętrznej decyzji i własnej pracy nad sobą. Terapeuci są pomocni, ale nikogo nie mogą wyręczyć. Nawet jeżeli dokonają uleczenia, a człowiek nie zmieni swojego życia – nawyków w myśleniu i działaniu – to wcześniej lub później choroba wróci (ewentualnie przyjdzie nowa). **Nie ma dróg na skróty.**

Nie będziemy zajmować się w tym momencie terapeutami. To nie jest nasz cel. Bogu dzięki, że są i są dostępni. Robią kawał ważnej roboty. Uczą wielu ważnych rzeczy – jeśli ktoś chce się oczywiście czegośkolwiek nauczyć.

Zajmiemy się jedynie przekonaniem.

Sprzeczamy się o to, czy zebra jest czarna w białe paski czy biała w czarne. Zebra raczej nie ma zdania w tej sprawie. Zresztą, nie ma to chyba większego znaczenia dla nikogo poza człowiekiem. Zebra jest jaka jest i nawet nie wiadomo, czy rozróżnia czarne i białe lub paski. Ot jakiś wzór. Jest piękna – to wszystko. Ale nie dla człowieka. Człowiek musi coś udowodnić i się sprzecza.

Zmiana przekonań opiera się właściwie jedynie na tym, by zauważyć, że przekonanie to fikcja i można ją w każdej chwili zastąpić inną fikcją. Może być czasowo użyteczna, ale nie zmienia to faktu, że jest jedynie tuwarem myślowym. Chodzi o zauważenie, zrozumienie, że przekonanie jest indywidualnym wyborem, decyzją, a wiadomo, że decyzję zawsze można zmienić. To nie jest żadne fatum. Nikt nie został skazany na jakiś rodzaj myślenia. Przecież nie odbywa się (o ile mi wiadomo) żadne losowanie, kto i w jaki sposób będzie myślał. Każdy sam sobie buduje swój świat i tworzy swoje myślenie. Oczywiście każdy podlega większym lub mniejszym wpływom zewnętrznym, ale to i tak nie decyduje. Pomimo tego każdy decyduje sam w swoim wnętrzu o swoim sposobie myślenia i w każdej chwili może dokonać każdej zmiany. Każdej, jakiej zechce. Jedyne, co może go blokować, to jego wierzenie, przekonanie, które sam sobie stworzył. Jeżeli wierzy, że nie jest w stanie, to nie jest. Ludzie są dziwni. Najpierw stwarzają sobie „fikcyjną prawdę”, a później poświęcają swoje życie na to, by sobie tę „prawdę” udowodnić. To czysta paranoja.

Mówi się, że jedynie krowa nie zmienia poglądów. Trochę racji w tym jest. Ale to nie oznacza, że krowa ciągle zmienia poglądy. To raczej oznacza, że krowa nie musi ich zmieniać, ponieważ ich w ogóle nie posiada. Kto to słyszał, żeby wymienić poglądy z krową i kto zbadał (i w jaki sposób), że zmieniła jakiś pogląd? Co za bzdura.

Wyjaśnijmy to sobie. **Człowiek jest taką istotą (jedyną w swoim rodzaju i w ogóle jedyną), która ma możliwość zmieniania swoich poglądów.** Ma taką możliwość i takie prawo. Ironia polega na tym, że bardzo często nie korzysta z tej możliwości i z tego prawa. Dobrze, że życie jest sprzymierzeńcem człowieka i przychodzi mu z pomocą – wymusza zmianę myślenia. Gatunek ludzki dawno by wyginął, gdyby nie ta „pomoc”. Czasem odnosi się wrażenie, że coś musi człowieka zmusić, by czegoś sensownego dokonał. Czasem. Być może dlatego tak lubimy nagradzać się „Noblami”, gdy zrobimy coś inaczej niż zwykle. Niech się każdy dowie, że nie wszyscy ludzie potrzebują „bata”: „Zobaczcie, to jest człowiek, który podjął wysiłek, ryzyko innego myślenia. W ogóle ktoś myśli. Radujmy się.” (Lekka ironia oczywiście.)

O przekonaniach mówi się, że są samospełniającymi się przepowiedniami. Jeżeli ktoś wierzy, że ludzie są nieuczciwi, to niewątpliwie takich spotka na swojej drodze. Jeżeli ktoś wierzy, że ludzie są pełni współczucia, to takich oczywiście spotka. Cokolwiek jest we wnętrzu, objawi się też na zewnątrz. Dlatego się mówi: „Jako w niebie, tak i na ziemi.”



Ponieważ nasze myśli, wierzenia się materializują, powyższe stwierdzenie wydaje się być prawdą. Mimo tego nie jest. To błędne myślenie. **Przekonanie nie jest samospełniającą się przepowiednią.** Nic się samo nie dzieje. Ktoś to robi. W tym wypadku każdy sam dla siebie to czyni.

W rzeczywistości przekonanie jest kierunkiem zmierzania, „azymutem” drogi. **Człowiek, który w coś wierzy, nieświadomie zmierza ku temu, można powiedzieć nawet, że sam stwarza rzeczywistość, która potwierdzi jego wierzenie.** Nic się samo nie spełnia. Człowiek w coś wierzy (ma jakieś przekonanie), a w związku z tym jakoś działa i stwarza swoją przyszłą rzeczywistość. Życie zawsze mówi tak, więc w efekcie odnosi się wrażenie, że samo się spełniło – ale to tylko wrażenie. Kolejność jest zupełnie odwrotna. Powszechnie się uważa, że jest tak: „coś się wydarza, więc ja jakoś myślę, w coś wierzę”. Naprawdę jest natomiast tak: „ja w coś wierzę, więc to się wydarza”. Ci, którzy to zrozumieli, żyją tak, jak chcą żyć, a nie tak, jak muszą. To jest Wolność. To takie proste. Popytaj tych, którym według ciebie wszystko się świetnie układa w życiu. Jeżeli rzeczywiście świetnie się układa, to dowiedz się z czego to wynika. Zapytaj tych ludzi o to, jakie są ich wierzenia, a wszystko zrozumiesz. Poznasz ich „największą tajemnicę”, która jest wiadoma i dostępna każdemu człowiekowi, ponieważ to żadna tajemnica.

Czasem człowiek zapytuje: „dlaczego mi się to znów zdarza?” Już samo zdanie w takiej konstrukcji implikuje, że to skądś przychodzi i „mi się zdarza” – tak, jakby poza moim wpływem. Tak, ów człowiek myśli, że to coś, na co sam nie ma wpływu, a nie przychodzi mu do głowy, że powinien właśnie (tylko i jedynie) samemu sobie podziękować. Zwłaszcza jeżeli mówi „znów”. Dopóki nie zmieni myślenia, nic się nie zmieni, ponieważ nie zmienią się również jego działania. Ot i wszystko. Proste, naprawdę proste.

Pomyśl, co by się stało, gdyby nagle wielu ludzi załapało tę prostą zależność? Myślisz: „byłoby pięknie”. Tak i nie. „Tak”, ponieważ rzeczywiście ludzie mogliby zacząć stwarzać świadomie swoją przyszłość i żyć w taki sposób, jaki by ich uszczęśliwiał. „Nie”, ponieważ zniknąłby powód do narzekań, przestałoby istnieć wiele wydumanych problemów i przestałby również istnieć „wymyślony winny”, na którego zawsze i wszystko można zwalić. „Nie”, ponieważ każdy musiałby wziąć odpowiedzialność za siebie, swoje myśli i swoje działania – za całe swoje życie. Wielu ludzi nie jest na to gotowych i dlatego jest tak, jak jest. Czekają na kogoś, kto ich uszczęśliwi. Na kogoś, kto przyjdzie i coś zmieni. Co za głupota – nikt nie nadejdzie. Wszyscy już tu są. „Impreza” się dawno zaczęła i trwa w najlepsze. Jesteśmy w centrum „zabawy”. Są wszyscy goście i jest gospodarz. Niestety większość śpi albo się upiła, niektórzy oślepli, inni ogłuchli, a pozostali nic nie czują. „impreza” trwa, jest wiele „pomieszczeń” na wielu „piętrach”. Jedni pojechali na ślub, a drudzy na pogrzeb – zapomnieli, że są wciąż na tej samej „Imprezie” pełnej niespodzianek. Rewelacji i zamieszania jest wciąż sporo – inaczej byłoby dość nudno. Ale to wciąż ta sama niekończąca się „Impreza”. Troszkę tragiczna przerośnięta. A może raczej zbyt prawdziwa? Niech każdy sam oceni. To tylko przerośnięta. Zresztą żadna przerośnięta nie jest prawdą – wskazuje jedynie na jakąś prawdę.

Jesteśmy strasznie zapominalscy. Urodziliśmy i natychmiast zapomnieliśmy o wszystkim, co istotne. Zasnęliśmy i zapomnieliśmy, że trzeba się przebudzić. Spać jest wygodnie, być przebudzonym nie zawsze. Ma to swoje plusy, ale czasem też troszkę „boli”. Niestety ludzie zrobią wszystko – a już na pewno bardzo wiele – by nie bolało. Jeżeli trzeba, to będą spać bez końca. Nawet jeżeli to oznacza przeoczyć własne życie.

Wiąż się pojawiają w tekście uogólnienia. Wiem, że nie powinny, ponieważ nigdy nie można powiedzieć, że wszyscy ludzie, żaden człowiek lub zawsze, wszędzie, itp., itd.

To następna rzecz dotycząca przekonań. Są uogólnieniami – przekonania to generalizacje. **Rzeczy generalne to najprawdziwsza bzdury.** Stwierdzenie typu: „wszyscy ludzie są żywi” jest prawdą, ponieważ widzisz wokół siebie gadające istoty, które się poruszają – więc są żywi. Jednocześnie prawdą nie jest, ponieważ jeśli ktoś zmarł, to już się go nie



określa mianem człowiek. Mówi się ewentualnie: „złożymy ciało Pana X lub Pani Y w grobie” – czyli nie mówi się już o człowieku, a on tu jeszcze mimo wszystko jest. Jest też nie prawdą, ponieważ wielu „ludzi” żyje jak nie-ludzie. A wielu choć żyje, to i tak nie żyje. Kwestia podejścia i kryteriów – było już na ten temat.

Jedni wierzą, że „wszyscy są tacy sami”, drudzy, że „każdy jest wyjątkowy i niepowtarzalny”. Są też tacy, którzy mówią obie rzeczy jednocześnie. Kto ma rację?

Każdy. Każde przekonanie jest bowiem prawdziwe.

Nikt. Każde przekonanie jest bowiem nieprawdziwe.

Jesteśmy jednocześnie tacy sami i zupełnie się od siebie różnimy. Każdy człowiek ma niepowtarzalne linie papilarne, ale też każdy człowiek na ziemi ma taki sam wymiar jednej z części oka. Każdy człowiek ma kanał praniczny wzdłuż kręgosłupa, ale też każdy ma swój specyficzny rozmiar tego kanału (jest on wyznaczany przez połączenie kciuka z palcem wskazującym). Każdy ma jakąś długość stopy, ale też u każdego człowieka jest on taki sam, jak długość kości od nadgarstka do łokcia. Każdy człowiek ma osiem komórek w swoim ciele (w kroczu), to jedyne, które mamy od narodzin do śmierci – wszystkie inne się wymieniają. Żadna komórka w naszym ciele nie ma więcej niż siedem lat. A my poszukujemy staruszków na świecie. Najstarszy człowiek ma fizjologicznie siedem lat.

I tak dalej i dalej.

Więc jak to jest, jesteśmy zupełnie różni, czy zupełnie tacy sami? A to zależy, jak na to spojrzymy. Nie będziemy w to teraz zbyt głęboko wchodzić – to ciekawostki. Zajmujemy się przekonaniem. W tej chwili wiadomo, że przekonania to generalizacje.

Dodajmy jeszcze kilka zdań w tej kwestii.

Generalizacja ma to do siebie, że coś wycina, by coś bardziej wyeksponować. To pokazuje rzeczywistość w nieco krzywym zwierciadle – mówiąc bardzo delikatnie. Mówiąc wprost, w ogóle „niszczy” rzeczywistość. Zaczyna „istnieć” jakaś generalizacja na temat jakiejś części rzeczywistości. Całą rzeczywistość oczywiście taka nie jest. Wielu ludzi tego nie dostrzega (niestety) i udowadniając swoje racje zblażnia się.

Każda generalizacja jest pewnego rodzaju „skrzywdzeniem” kogoś lub czegoś.

Jeśli potraktujemy powyższe zdanie jak przekonanie – ktoś lub coś dozna skrzywdzenia. Na przykład „generalizacja” może się poczuć pokrzywdzona. Jeżeli zaś potraktujemy powyższe zdanie jak informację, ktoś się zastanowi i może na tym skorzystać. Na przykład zamiast się irytować różnymi stwierdzeniami jakiegoś człowieka, dostrzeże, że to jedynie dokonywane przez niego uogólnienia, a nie ostateczne prawdy. I będzie mógł żyć spokojniej mając swoje uogólnienia na różne tematy i okazje.

Ważne, by się do niczego nie przywiązywać zbyt mocno, a właściwie w ogóle. Niezależnie czy jest to człowiek, przedmiot czy sposób myślenia. Człowiek kiedyś „odejdzie”, przedmiot się zniszczy lub zostanie tu, gdy ty pójdziesz tam, a sposób myślenia się zmieni.

Człowiekiem się ciesz. Ciesz się z całego serca, gdy jest – dopóki jest. Wykorzystaj każdą chwilę. Wysyć każdy moment tak bardzo, jak tylko to możliwe. Bądź obecny zamiast martwić się, że kiedyś wszystko się zmieni. Bądź tu i teraz – wraz z nim skoro jest tak ważny – ponad wszystko i zawsze, zamiast odbywać jakieś mentalne podróże do nikąd, tam, gdzie was nie ma. To są skradzione Wam chwile. Nie wrócą. Odeszły. Nie szkoda ci czasu? Ciesz się Nim, ciesz się sobą. Ty również znikasz, twój czas też znika, gdy podróżujesz w przeszłość lub w przyszłość. Ta chwila jest jedyną, którą możesz przeżywać. Te, które były dawno znikły. Te, które będą jeszcze nie zaistniały. Jest tylko Teraz. Tu jesteś i Tu jest ten Ktoś. Tylko Tu i tylko Teraz – ciesz się Nim i z Nim.

Przedmiotów używaj. Używaj zgodnie z ich przeznaczeniem. Nie zbieraj ich na „prywatnej wystawie”. Ciesz się nimi. Mają ci ułatwiać życie, a nie cię uwięzić „w



posiadaniu” lub lęku, że stracisz. I tak kiedyś stracisz. Nawet jeżeli włożą to z twoim ciałem do trumny, nic ci po tym. A wiadomo, że i tak wszystko ci się tam nie zmieści. Poza tym w trumnie i tak już ciebie nie będzie. Więc te wszystkie rzeczy nie ty zabierzesz ze sobą i nie daleko, bo tylko po ziemię.

Z myślenia korzystaj. Korzystaj, by wzrastać i stawać się Wolnym. Nie pozwól zamknąć się w klatce. Komu? Jak to komu? Samemu sobie nie pozwól. Pamiętaj, że jedynie sam możesz tego dokonać – tylko sam możesz się zamknąć w klatce. Nikt inny tego zrobić nie może. Twój sposób myślenia jest bardzo istotny. Pamiętaj, sposób myślenia nie jest nawet czymś, co masz w ścisłym sensie. To nie jest nawet rzecz. To jedynie twój wybór lub aż twój wybór. Nie jest to materialne, ale w ten sposób stwarzasz swoją materialność. Możesz myśleć tak lub inaczej – twoje prawo – możesz zmienić swój sposób myślenia w tej chwili, jeżeli zechcesz. Nie potrzebujesz niczyjzego pozwolenia, potrzebujesz jedynie sam podjąć decyzję. To takie proste i jednocześnie najtrudniejsze. Gdyby jacyś politycy ci czegoś zabronili lub coś pozwolili byłoby prościej, ale oni nie mogą tego zrobić – nikt nie może, tylko ty sam. Zrób eksperyment i kup do jedzenia coś czego jeszcze nigdy nie jadłeś. Nie masz pojęcia jak to smakuje i nikt ci o tym nie mówił. Nie masz na ten temat żadnego zdania – po prostu. To ważne. Pomyśl, że jest to najsmaczniejsze na świecie jedzenie i zjedz. Później kup coś innego i zanim zjesz, pomyśl, że jest to najmniej smaczne jedzenie, jakie mógłbyś zjeść. Później porozmawiaj ze znajomymi. Ciekawe co oni powiedzą o tych potrawach? Ale najpierw zjedz. Jeśli porozmawiasz wcześniej, to możesz przyjąć cudze założenia – wtedy eksperyment nie ma sensu. Nie doświadczysz wyboru swojego myślenia. Ciekawe, jakie będziesz miał wnioski z tego doświadczenia na temat swojego myślenia? Może po raz pierwszy zbudujesz sobie własne przekonanie – świadomie. Lecz nie przywiązuj się do niego, ponieważ ktoś może to samo danie przyrządzić zupełnie inaczej i wszystko się zmieni. Tak może być. Możesz zjeść coś, co uważasz za smaczne i zupełnie ci nie posmakuje, ale sposób myślenia możesz zmienić lub nie. Możesz powiedzieć: „myliłem się, to nie jest smaczne” lub „to jest smaczne, ale trzeba to przyrządzać inaczej”. To zawsze jest twój wybór. Nie oszukuj się, że jest inaczej, ponieważ nie jest. Wolny człowiek zawsze sam decyduje co, w jaki sposób, kiedy i o czym myśli.

Sposób myślenia to wybór – indywidualny i wolny wybór.

Zróbmy małą przerwę, a później od tego miejsca zaczniemy dalej.

Zapraszam za miesiąc.

W międzyczasie zjedz coś nowego i dobrego.

;o)

KefAnn