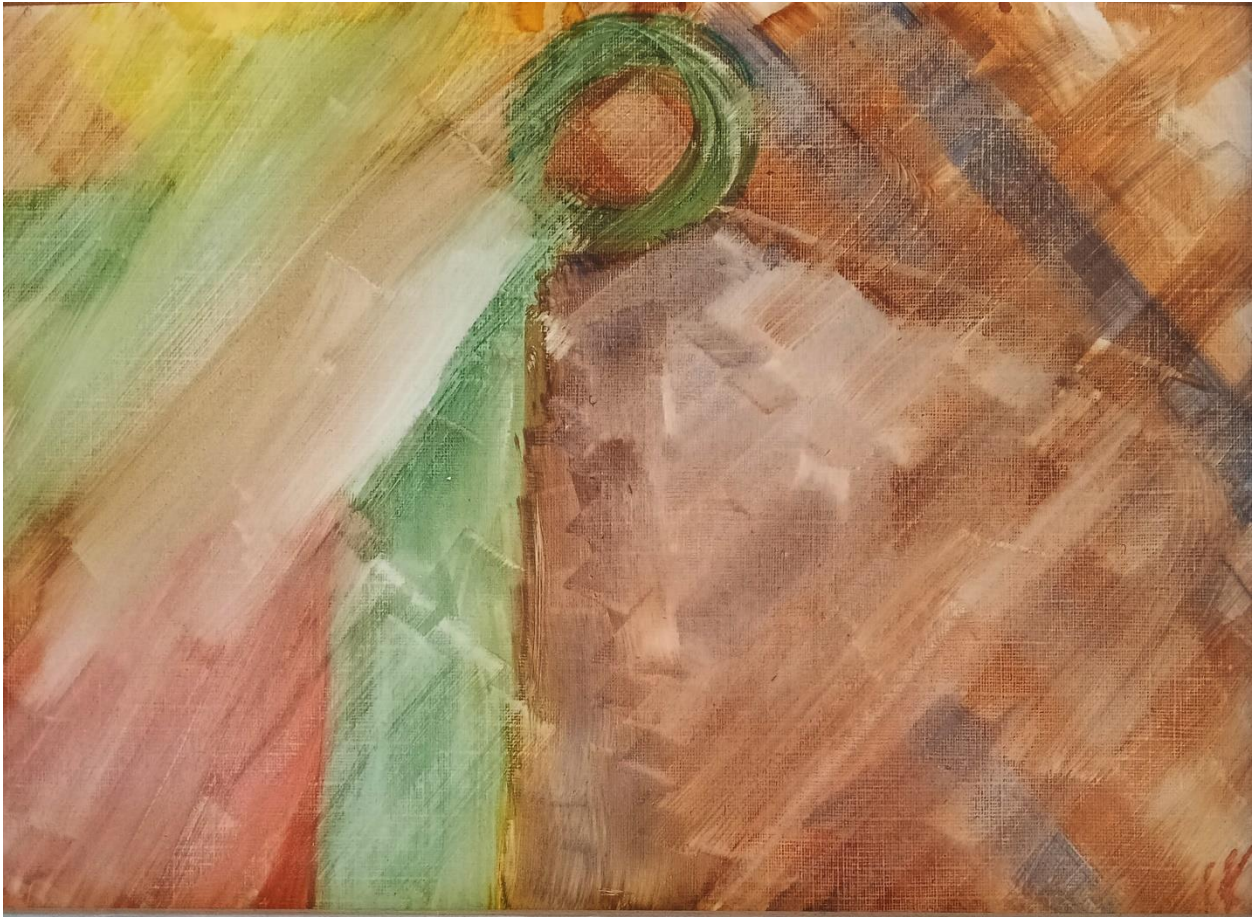


Ο εαυτός μας ως στόχος  
Για να ζούμε το έξω από μέσα



Ιωάννης Καλλιγάς

## Περιεχόμενα

Πρόλογος .....	1
Προυπάρχουσες Αρχές .....	2
Ανάγκες .....	2
Τύποι Περιβάλλοντος .....	3
Ασφάλεια .....	5
Οργάνωση .....	6
Επιβίωση .....	6
Προσδιορισμός .....	7
Επικεντρωμένοι στο στόχο .....	8
Κραδασμοί στόχου .....	8
Φορτία στόχου .....	9
Υπεροχή .....	12
Μετάθεση η αρχή της συντήρησης .....	14
Ακολουθίες .....	14
Απόδειξη κενών .....	15
Μαχόμενη θέση .....	16
Διάρκεια .....	17
Κατευθύνσεις .....	17
Η αναμέτρηση των εννοιών .....	18
«Εργαλεία» Στόχου .....	21
Επίλογος .....	26

## Πρόλογος

Κινούμαστε μέσα σε όρια. Προσαρμοζόμαστε ευκολότερα σε ότι δημιουργεί συνήθεια, σε ότι υπάρχει καταγραφή και ιστορικότητα, μιμητικά. Το άγνωστο, το καινούριο, είναι πρόκληση, ικανή να ανατρέψει την όποια συνήθεια. Είναι το πλαίσιο γνωριμίας με εμάς τους ίδιους. Αν αποφεύγουμε, διαρκώς, αυτήν την γνωριμία τότε η ασφάλεια, που γεννά το γνώριμο, και ο φόβος, η αποκόλληση του από αυτό, θα δημιουργούν αντίδραση για το νέο, το άγνωστο που όμως είναι βέβαιο πως θα αναζητήσουμε. Θα αναζητήσουμε δυνατότητες που θα μας ενεργοποιήσουν και απελευθερώσουν. Όταν νιώσουμε την δική μας αξία, μέσα σε στόχους που μας χαρακτηρίζουν, τότε θα εκκλείψει οποιαδήποτε αδυναμία. Θα δημιουργήσουμε σύνολα επικοινωνίας που θα μας εξελίσσουν εκφραστικά και η όποια συνήθεια θα βρίσκεται σε διαρκής ανανέωση.

## Προυπάρχουσες Αρχές

### Ανάγκες

Η καθημερινότητά μας κατακλίζεται από ανάγκες. Από την γέννησή μας μέχρι την στιγμή θανάτου μας δημιουργούνται ανάγκες στις οποίες χρειάζεται να ανταποκριθούμε ώστε να φτάσουμε στο σημείο αυτονομίας. Θα λέγαμε πως η πορεία μας στην ζωή είναι ένας συνεχόμενος επαναπροσδιορισμός αναγκών. Καθώς προχωράμε στην εξέλιξή της νέα δεδομένα καθορίζουν τον τρόπο διαχείρησής τους. Όταν όμως η διαχείριση αυτή παραμένει στάσιμη η ζωή φαίνεται ακίνητη, προσκολλημένη στο περιβάλλον ύφανσης.

Με τον όρο ύφανση εννοούμε την περίοδο που αδυνατούμε να ανταποκριθούμε στα θέλω μας, που προσκολλούμαστε στις συνήθειες του περιβάλλοντός μας, στις προτροπές του, μέσα από χαρακτηριστικά που αποκτήσαμε από αυτό. Αν αφευθούμε σε αυτήν την ύφανση, για μεγάλο χρονικό διάστημα, και αποσπαστούμε από το κομμάτι ενεργητικότητάς μας, μεταθέτοντας τις αποφάσεις μας στους άλλους, για τον χώρο διεκδίκησής μας, τότε διακινδυνεύουμε, καθώς συνεχίζουμε την πορεία εξέλιξης, να παραμείνουμε αδύναμοι στις αλλαγές που έπονται. Αλλαγές που θα προκύψουν καθώς οι ανάγκες μας θα μας εξωθούν να προσδιορίσουμε τον τρόπο κάλυψής τους.

Είναι χρήσιμο να κατανοήσουμε τη σημασία που έχει το σύστημα αναγκών στην συμπεριφορά και εξέλιξή μας. Ανάγκες που ανάλογα την λειτουργικότητά τους, την σκοπιμότητα που επιτελούν, τις προσωπικές επιδιώξεις που τις συμπεριλαμβάνουν, της όποιας αλληλεπίδρασης έχουμε με τον χώρο, δημιουργούν ένα σύνολο στοχεύσεων το οποίο χρειάζεται να αξιολογήσουμε βάση του τι μας καθορίζει και τι καθορίζεται από εμάς. Επίσης, οι ανάγκες είναι ο χώρος αλληλεπίδρασης με εμάς και τους γύρω μας. Δημιουργούν τις επιλογές μας. Μαζί προκαλούν διαβαθμίσεις σε συναισθηματικό και νοητικό επίπεδο ικανό να μας οδηγήσει σε εκτιμήσεις, για την προσωπικότητά μας, και τους στόχους μας, άλλοτε θετικά και άλλοτε αρνητικά. Παρατηρώντας τον ρόλο μας ανάμεσά τους, ερμηνεύοντας και επεμβαίνοντας στο αίτιο που προκαλεί την όποια διάθεσή μας, θετική ή αρνητική, όταν εκπληρώνονται ή όχι, αποκτούμε μία ολοκληρωμένη απόψη απέναντι στο τι θεωρούμε χρηστικό. Για να αποφύγουμε όμως την συγκριτική τους διάσταση, προκαλώντας μας ανισορροπία για το ποσοτικό τους αποτύπωμα, στην καθημερινότητά μας, θα πρέπει να εντοπίσουμε τι είναι ανάγκη για εμάς και τι πλασματική. Να διαχωρίσουμε τα στοιχεία πολυπλοκότητας, και εναλλαγής τους, τον τρόπο που συντίθενται, το πως κεντρίζουν το ενδιαφέρον μας, με σκοπό να εστιάσουμε καλύτερα στις προτιμήσεις μας ειδικά όταν εμείς τοποθετούμαστε απέναντί τους με αβεβαιότητα. Γιατί δίχως να παίρνουμε θέση, στο τι μας εξωθεί να ενεργούμε αυτοματοποιημένα, χωρίς την δική μας συγκατάθεση, τα θέλω μας θα βρίσκονται σε διαρκή επιρροή από ότι προβάλλεται ως αναγκαίο. Κατ'αυτόν τον τρόπο αποκαλύπτουμε την ποιοτική σχέση μαζί τους και προχωρούμε στην διαμόρφωσή τους σύμφωνα με την προτεραιότητα που τους αποδίδουμε.

Περιβάλλον ισοδυναμεί με ανάγκες. Όσο προσδιορίζεται τόσο δημιουργείται και ο τρόπος που αυτές καλύπτονται. Τρόπος είναι η γνώση. Το περιβάλλον εμείς. Προσεγγίζοντάς τις χωρίς να γνωρίζουμε εμάς προσκολλούμαστε στο εξωτερικό τους περίβλημα, το φαινομενικά υποχρεωτικό, καλύπτοντας με αυτό το εσωτερικό, το δικό μας. Γινόμαστε έτσι ένα φορτίο αναγκών αλλά ποτέ δεν ξέρουμε αν το βάρος τους συμπιέζει την θέση μας. Στον αντίποδα όσο πλησιάζουμε το γνωστικό επίπεδο της ανάγκης, τι μας παρέχει, τόσο περισσότερο μπορούμε να αντιληφθούμε την καταλληλότητά της για μας. Όταν αυτό είναι ελλειπές προκαλείται φόβος, αδυναμία να προσεγγίσουμε τους στόχους μας, με δικές μας δυνάμεις, και απλά συγκεντρώνουμε ανάγκες συγκαταβατικά.

Είναι βέβαιο πως η γνώση που έχουμε μέσα μας μπορεί να υπερβεί οποιαδήποτε αδυναμία ειδικά όταν αυτός ο εαυτός αποτινάξει τις δεσμεύσεις μιας κοινωνικότητας που του παρουσίασε να αποζητά ανάγκες χωρίς όμως να μαθαίνει να τις επιλεγεί. Όταν γνωρίσουμε καλύτερα τον εαυτό μας θα καταλάβουμε και από που πηγάζουν οι διάφορες ανάγκες, τον σκοπό που εξυπηρετούν, ποιες μας χρειάζονται και ποιες όχι. Θα λειτουργούμε ως φίλτρο στον αγωγό επικοινωνίας που τις συνδέει με μας συγκρατώντας την παρόρμησή μας να απορροφηθούμε στην μεγιστοποίησή τους.

## Τύποι Περιβάλλοντος

Εκτός από ανάγκες το περιβάλλον διακατέχεται από τύπους προσαρμογής, συντήρησης, και αλλαγής. Η δομή και σύνδεσή τους με την προσωπικότητά μας φανερώνει το ποσο λειτουργούμε βάση ενός μοντέλου που προϋπάρχει, και ποσο μπορούμε να ανταποκριθούμε στις επιλογές μας όταν αυτό αποδειχθεί ανεπαρκές για τις επιδιώξεις μας. Ποσο αυτόνομα, και αυτόβουλα, αντιμετωπίζουμε την ζωή μας, ποσο αναπτυσσόμαστε μέσα στα μοτίβα του μοντέλου αυτού και με ποιο τρόπο.

Προσαρμογή είναι να ακολουθείς ότι προάγεται στο περιβάλλον χωρίς επιλογές. Να ταυτίζεις τις ανάγκες σου με ότι σου παρέχεται δίχως όμως να δημιουργείς εσύ το περιβάλλον που ανήκεις. Σημαίνει αναστέλλω την δύναμη που εσωκλείω για την εξέλιξή μου, και αδυνατώ να εξωτερικεύσω, για να υπηρετήσω τον ρόλο που μου υπαγορεύεται. Είναι έντας τύπος μαζικοποίησης που μας συντονίζει με το ρυθμό ασφάλειας παρουσιάζοντάς μας το ομοιογενές ως πολύπλευρο και το διαφορετικό μέσα από τον φόβο αλλαγής του.

Προσκήμενοι στην ασφάλεια, που μας προσφέρει το περιβάλλον, και μας διέπει ως ανασφαλή άτομα, περιοριζόμαστε στην αυτοσυγκράτηση. Μαθαίνουμε, σταδιακά, χάρην αυτής, να αρνούμαστε, τις περισσότερες φορές χωρίς να το καταλαβαίνουμε, τις δυνατότητες εξέλιξής μας. Σκοπός είναι να βγούμε από την αβεβαιότητα, πως είμαστε ικανοί μονωμένοι στα στοιχειώδη, πως αναζητούμε οπισθοδρόμηση ενώ ο δρόμος είναι μπροστά. Να απαλλαγούμε από την αμφισβήτηση και σταθερότητα που συντηρούν την παραίτηση σε κάθε επικείμενο στόχο μας. Όταν μαθαίνουμε στην συνήθεια η απαλλαγή από την συντήρησή της είναι μία μετ'εμποδίων διαδρομή. Βλέποντας το εμπόδιο επιλέγουμε να σταθούμε πίσω του παρά να το υπερπηδήσουμε. Αυτό είναι το γεγονός μίας διαδρομής σύντομης που δεν μας αφήνει να προχωρήσουμε προς την εξέλιξή μας. Διστάζουμε να προσπαθήσουμε και ταυτοποιούμαστε εμείς ως εμπόδιο παρά το εμπόδιο το ίδιο.

Συντήρηση είναι να απολαμβάνουμε την προσαρμογή σαν κάτι ηθελημένο και παραγωγικό. Να περιοριζόμαστε στο κλίμα που επικρατεί και να συνθηκολογούμε με την υποψία πως μπορεί και να είναι αβέβαιη η ασφάλειά μας σε αυτό. Η ανταποδοτικότητα σε αυτό το περιβάλλον, η επικράτησή μας στην θέση που αποκτούμε, είναι παροδική, γιατί επαναπροσδιορίζεται, συνεχόμενα, μέσα από κοινωνικές συνθήκες, που εξελίσσονται, ειδικά όταν είναι αμέτοχη η παρουσία μας σε αυτές. Εφησυχασμένοι στην συντήρησή μας όταν χαθεί η αμεσότητα που δημιουργεί με την αίσθηση ασφάλειας, και οι συνθήειές μας σταματήσουν να υφίστανται, τότε θα αισθανθούμε την εκτροπή από την ψευδαίσθηση που αποκτήσαμε καθώς είχαμε την βεβαιότητα πως όλα παραμένουν σταθερά. Σταθερότητα σε ένα σύστημα που λειτουργεί εξελικτικά, οργανικά, δίνει την εντύπωση πως παραμένει αμετάβλητο αλλά ταυτόχρονα προετοιμάζεται για την νέα του φάση μέσω των συσχετισμών που το προσδιορίζουν. Και αυτοί είναι οι τρόποι διαχείρισής του που ανανεώνονται κεντρικά τοποθετώντας τους παράγοντες μετεξέλιξής του, τις ανάγκες που προάγουν την ανάπτυξή του, ώστε να μετατοπίζεται η αλλαγή του προοπτικά. Θα ήταν ενδιαφέρον να δούμε και τον εαυτό μας ως ένα σύστημα ανάπτυξης που περνάει από στάδια ώστε να συγκεντρώσει χαρακτηριστικά που θα εκπληρώνουν τις λειτουργίες του. Θα πρέπει να αναγνωρίσουμε πως μέσα από εμάς επικυρώνεται η εφαρμογή ή όχι όλων των στόχων που θέτουμε και πάλι εμείς μπορούμε να επαναπρογραμματίσουμε τις συνθήκες που μας εξυπηρετούν.

Συνοψίζοντας προσαρμογή, και συντήρηση, καθώς και η μετεξέλιξή τους σε αντικείμενα που αντηχούν την σημασία τους, για να συστηματοποιείται η διαχείριση αποτροπής τους, μας περιορίζουν στην φόρμα τους χωρίς να μπορούμε να την αποδομήσουμε. Εφόσον συμπεριλαμβανόμαστε εκ προοιμίου σε αυτήν κάθε μας ενέργεια υποκινείται και από αυτήν. Είναι ένα είδος ιστορικής μνήμης που εισχωρεί στην διαδρομή μας χωρίς να μπορούμε να διακρίνουμε την πιθανότητα να μην είμαστε καν μέρος της ιστορίας αυτής. Και ενώ αξιολογούμε εξονυχιστικά από εκείνη, ως αποτύπωμά της, συμφέρει να διατηρούμε την συνέχισή της ώστε να εγκολπώνεται η προσαρμοστικότητα της μέσα μας. Σίγουρα ο ρόλος της ιστορίας είναι να κατανοήσουμε την στάση μας απέναντί της και να προεκτείνουμε την δική μας. Πολλές φορές όμως γίνεται τροχοπέδι ειδικά όταν αποκτά βαρύτερη μεγαλύτερη από αυτή που διεκδικείται καθημερινά, και χάνει συγχρονισμό με μας που θέλουμε να την αλλάξουμε, που θέλουμε να την κατευθύνουμε στις ιδιοστατικές μας συντεταγμένες.

Αλλαγή σημαίνει να ξεπεράσουμε κάθε προσαρμογή, και συντήρηση. Να θέσουμε το ερώτημα αν η πλασιώσή μας μέσα στην απολυτότητά τους εξυπηρετεί την εξέλιξή μας ή αν εμείς είμαστε ο χώρος δημιουργίας μίας ατομικότητας που μας επιτρέπει να την αλλάζουμε σύμφωνα με τα δικά μας κριτήρια κάθε φορά. Είναι το πέρασμα από την αδρανή ασφάλειά μας, παθητικότητα, σε ενεργητικότητα. Το πρωτεύον στοιχείο που μας τροφοδοτεί να αναζητούμε ολοκλήρωση έστω και αν οι συνθήκες μας τοποθετούν να σταθούμε οι ίδιοι εμπόδιο στα σχέδιά μας. Η αποφυγή του τεχνάσματος που ορίζεται στο κοινωνικό πλαίσιο να σταματούμε στις γύρω εντυπώσεις και να χάνουμε την διάθεσή μας να συνεχίσουμε. Γιατί το σύνθημα είναι να θέλουμε κάτι από εμάς και αυτό να προσδιορίζεται ως αδύνατο από έξω. Εκεί είναι το σημείο που χρειάζεται να δούμε πως το έξω ζωντανεύει από μέσα. Αν το μέσα είναι δεδομένο, πως αλλάζει, τότε αλλάζει και το έξω και η αδυναμία προσέγγισής του γίνεται κίνητρο για να εκδηλωθεί το μέσα. Οπότε η εξωτερική κατάσταση χάνει την τυποποίησή της και ο ρόλος μας, εσωτερικά, προσδιορίζει την διαφορετικότητά μας στην εξέλιξή της.

Μπορούμε να δούμε την αλλαγή ως χαρακτηριστικό ένταξης στην δομή μίας νέας πραγματικότητας για εμάς. Μία αφητηρία που μπορούμε να σταθούμε στην εκκίνησή της οποιαδήποτε χρονική στιγμή. Πρέπει να έχουμε υπόψη πως μπροστά της εγείρονται ερωτήματα για το πως θα υποστηρίξουμε την απόφασή μας, ποια μέθοδος θα μας οδηγήσει σταδιακά στο μέτρο που θέλουμε να φτάσουμε. Αρχή λοιπόν κάθε αλλαγής είναι η αβεβαιότητα. Το άγνωστο περιβάλλον που πρέπει να διερευνήσουμε. Προτεραιότητα η γνωριμία με τον εαυτό μας, χωρίς το επιστέγασμα του χώρου που λειτουργούμε ως επένδυσή του. Τα χαρακτηριστικά μας είναι η επιφάνειά μας. Αρχικά χωρίς ένταση. Σταδιακά δυναμώνουν και αποτυπώνονται στην προσωπικότητά μας. Συνδιάζοντάς τα δημιουργούμε νέα. Ανανεώνουμε το προφίλ μας και συγχρόνως αποκτούμε διάσταση. Και ενώ αποτελούμαστε από πληθώρα χαρακτηριστικών τις περισσότερες φορές χάνουμε την έντασή τους γιατί δυναμώνονται συναισθηματικά κάποια τα οποία προκαλούν ανάλογα ασφάλεια ή ανασφάλεια. Διαφαίνεται πως το αίσθημα ασφάλειας έχει μία δυναμική που μας αποδιοργανώνει να αναζητήσουμε περισσότερες μορφές χαρακτηριστικών στην επιφάνειά μας. Μας παρασύρει να δεχτούμε την βεβαιότητά της, που είναι η αποτροπή από τα θέλω μας, παραδειγματίζοντάς μας πως αν ξεφύγουμε από τα όριά της θα βρεθούμε εκτός επιφάνειας, δημιουργώντας μας αίσθηση αστάθειας, αίσθηση φόβου. Όμως αυτό είναι η βάση αλλαγής για μας που θέλουμε να μετατρέψουμε χαρακτηριστικά που στο παρελθόν δημιουργούσαν κάτι ακανόνιστο, κάτι ανεπαρκές, κάτι μη αναγνωρίσιμο, σε κάτι πιο ενδεδειγμένο για μας. Χρειάζεται να αισθανθούμε πως πραγματικότητα είναι η αλλαγή χαρακτηριστικών που καθορίστηκαν από εξωτερικούς παράγοντες και η αναζήτηση συνόλων αλήθειας πιο κοντά σε μας. Με άλλα λόγια η αλλαγή προτίστως συντελείται μέσα μας και όχι εξωτερικά. Όσο νωρίτερα γνωρίσουμε τον εαυτό μας τόσο συντομότερα θα σχεδιάσουμε την δική μας πορεία, και τόσο ευκολότερα θα αποφύγουμε, ίσως όχι στο εκατό τις εκατό, επηρεασμούς της κοινωνικότητάς μας. Χρειάζεται να θυμόμαστε πως η κοινωνική μας ταυτότητα είναι ένα μέσο κατεύθυνσης αλλά όχι τελικός προορισμός μας. Στόχος μας είναι η γνώση των κατευθύνσεων και ποια οδηγεί σε μας με τον πιο βέλτιστο τρόπο. Όχι μία υπόδειξη πως ο δρόμος τελειώνει σε μία ευθεία

διαγραμματισμένη με τέτοιο τρόπο ώστε να μην μπορούμε να βγούμε από τα όριά της. Περνώντας τα ανοίγεται η δική μας πορεία.

Οι παραπάνω τύποι συνεξελίσσονται, συνολικά και ατομικά, παράλληλα με τη συνειδητότητά μας. Πολλές από τις σκέψεις μας είναι παράγωγά τους και μας επιδεικνύουν το πως να αποφασίζουμε βασισμένοι σε αυτούς. Σαφώς υπάρχει και ένα ποσοστό που έχει την δική μας σφραγίδα ανάλογα την θέση που πήραμε σε αποφάσεις εξέλιξης του χαρακτήρα μας. Αυτή η θέση είναι το αντικείμενο αλλαγής μας που εναντιώνεται στην προσπάθεια του χώρου να αναπτυχθούμε στο πλαίσιο του ώστε να διαμορφωθεί το αντικείμενο της λογικής του εξάρτησης με ότι μπορεί να το αμφισβητήσει. Όταν επιμένουμε στο δικό μας αποτύπωμα τότε διακόπτουμε τη σύνδεση με την επικράτηση του χώρου ενισχύοντας την εγκυρότητα του εαυτού μας. Αυτό μπορούμε να το αντιληφθούμε μέσα από την πληρότητα που νιώθουμε, ποσο επαρκές είναι αυτό που βιώνουμε για εμάς, τι μας επιτρέπουμε και τι όχι, ανάλογα τις επιμέρους αναζητήσεις μας. Επιπρόσθετα οι τύποι αυτοί δημιουργούν τις συνθήκες που αναπτυσσόμαστε και επηρεάζουν την συμπεριφορά μας, τον τρόπο που εξετάζουμε τα πράγματα, τα θέλω μας. Δημιουργούν συγκλίσεις και αποκλίσεις στον χαρακτήρα μας προβάλλοντας πάνω μας την σχέση που χρειάζεται να αποκτήσουμε μαζί τους ώστε να ενισχυθεί η ατμόσφαιρα υποστήριξής τους. Στην σχέση αυτή εισερχόμαστε προσαρμοστικά μέσω της εκπαίδευσης, αδύναμοι αρχικά αντίδρασης. Παράλληλα όμως κωδικοποιείται και ο τρόπος που μπορούμε να διαχωριστούμε από την προβολή τους, πάνω στην ατομικότητά μας, ώστε να δημιουργηθεί ο χώρος που καθορίζει τον καθένα μας ξεχωριστά. Στην όποια συνθήκη θα πρέπει να αποφασίσουμε ποια στοιχεία, κοινωνικά, επικοινωνιακά, ατομικά, μας οδηγούν στην επίτευξη των στόχων μας, ποια όχι, ξέχωρα από το πόσο πρόσφορο είναι το περιβάλλον για μας.

Είτε ζούμε σε ιδανικές συνθήκες είτε όχι η ρήξη με την πραγματικότητα είναι ενέργεια επιβίωσης αλλά και αποδέσμευσης. Όταν όμως επικοινωνιακά η «πραγματικότητα» καθορίζει τι είναι αποδεκτό και τι όχι, ποιο συμπεριφορικά είναι το συμφέρον μας, τότε εμείς έχουμε ήδη ατονίσει ως προς το τι μπορούμε να επιζητήσουμε ως νέο δεδομένο για την αποδέσμευσή μας αυτή. Αφομοιωνόμαστε στην οργάνωσή της, επαληθεύοντας τον έλεγχο πάνω στην δική μας ανάπτυξη, καλύπτοντας ότι έχει δυνατότητα να την αλλάξει. Μία τέτοια εξέλιξη προσκρούει σε έναν ατελή σχεδιασμό, γιατί συγκεντρώνει την προοπτική σε χαρακτηριστικά που προάγουν την τυποποίηση και συνεχόμενα επαναλαμβάνεται με κάποιες μικρές διαφορές παρά αλλάζει ολοκληρωμένα.

## Ασφάλεια

Μαζί προσαρμογή και συντήρηση δημιουργούν εξάρτηση με την ασφάλεια. Είναι κομμάτια της και επηρεάζουν εξίσου την κοινωνικότητά μας. Δέσμοι να επιζητούμε ασφάλεια, σε κάθε μας σχέση, γίνομαστε προσκείμενοι στην όποια αναπτυξιακή ή μη υπόδειξή της. Είναι σαν τροφός. Όσο παραμένουμε στην επιμέλειά της τόσο θα χάνουμε την αναπτυξιακή μας πορεία. Παγίωση που επισφαλίζει κοινωνικά την ενότητα των συνόλων, παραμένοντας όμως στείρα για χάρη της αγωγιμότητάς τους, σε αυτήν, παρεμποδίζοντας την κατεύθυνσή τους προς την ολοκλήρωση που είναι η εκατό τις εκατό βίωση του εαυτού μας.

Είναι βέβαιο πως κατανοούμε την δυσλειτουργία που επιφέρει η ασφάλεια στο επίπεδο αλλαγής μας. Αδυνατούμε όμως να εκτεθούμε πέραν από αυτήν φοβούμενοι πολλές φορές την απομόνωση. Νιώθουμε πως αν φύγουμε από την μαζικότητα, και τον μιμητισμό, θα αμφισβητηθούμε και θα περιθωριοποιηθούμε. Αποτέλεσμα να απομακρυνόμαστε από την παραγωγική και εκφραστική μας διάθεση ασπάζοντας την μετριότητα που έχει υιοθετηθεί από τον χώρο ώστε να συνηθίζουμε την τυποποίησή του σε έναν εαυτό που φοβόμαστε να αποχωριστούμε. Μία τέτοιου είδους αντιμετώπιση είναι επίπλαστη, γιατί όλα είναι προσκείμενα αναθεώρησης και επανεξέτασης. Αν παραμένουμε αγκυροβολημένοι στις συνθήκες που μας κάνουν ελεγχόμενα υποζύγιο τους, είτε το καταλαβαίνουμε είτε

όχι, δημιουργούνται αδυναμίες στην προσωπικότητά μας που μακροπρόθεσμα θα λειτουργήσουν ενοχικά ως προς την μη προσπάθεια αντιμετώπισής τους.

## Οργάνωση

Γίνεται κατανοητό πως η οργάνωση μας ενδυναμώνει ή αποδυναμώνει ώστε να εργαλιοποιείται η συμμετοχή μας ανάλογα τον τρόπο που εξασφαλίζεται η λειτουργία της. Εκπαιδευόμαστε στο να την διαχειριζόμαστε, εξοπλίζοντάς μας με χαρακτηριστικά, προς όφελος μίας συλλογικής ταυτότητας, που θα μας δώσει προοπτική, μέσα από αυτήν, πολεμώντας το όμως με αυτά την μοναδικότητά μας. Μέσα σε ένα τέτοιο πλαίσιο, γίνεται κατανοητό, πως το να μας απορροφά ο χώρος σε σχέση με το να ενυπάρχουμε στο χώρο είναι ένα παίγνιο αντίληψης που εκκινεί μηχανισμούς συνειδητότητας για το πως εξελισσόμαστε μέσα σε αυτό, με ποιον τρόπο οι αποφάσεις μας είναι σύμφωνες με την δική μας οργάνωση, αν θέτουμε ως προϋπόθεση την ολοκλήρωσή μας.



Από τα παραπάνω προκύπτει πως χρειάζεται η απόφασή μας για να θα κινηθούν τα γρανάζια της προσαρμογής, συντήρησης και αλλαγής. Επιλέγοντας να είμαστε εμείς ο στόχος, μακριά από κάθε ασφάλεια, προκαλούμε τον εαυτό μας να ανταποκριθεί σε μας και τις επιδιώξεις μας. Ενδυναμώνει τα χαρακτηριστικά μας και εντείνει την προσπάθειά μας ώστε να στρέψουμε τον δείκτη οργάνωσης προς το μέρος μας παρά να δείχνει συνεχόμενα μία κατεύθυνση απέναντί μας, μία κατεύθυνση άγνωστη. Και αν όλοι επιμένουμε προς τα «εκεί» τότε θα χάσουμε την γνωριμία με τον εαυτό μας που είναι η εδώ εκτίμηση, το μέλλον στο παρόν του.

## Επιβίωση

Η επιβίωση μας προετοιμάζει για κάθε αναμέτρηση μαζί της. Μέσα μας υπάρχει κωδικοποιημένη η σχέση αναγκών, και στόχων, που καλούμαστε να προσδιορίσουμε ανάλογα το περιβάλλον δραστηριοποίησής μας. Να ερμηνεύσουμε και διαμορφώσουμε χαρακτηριστικά που θα λειτουργήσουν ως βάση συμμετοχής στο σύνολο των επιλογών μας. Η βάση είναι ο εαυτός μας που θα μας επιτρέψει να επικεντρωθούμε στις δυνατότητές μας βοηθώντας μας να αναζητήσουμε μία πορεία πλησιέστερα στις ανάγκες μας εξωτερικεύοντάς τις με τις αποφάσεις μας. Και ενώ αρχικά σκοπός μας είναι η επιβίωση στη συνέχεια γίνεται η πρόκληση αν είναι και ο μοναδικός στόχος μας ή όχι. Αμφισβητώντας την διάσταση που τις αποδίδουμε, με το να κυριαρχεί στη ζωή μας, αναζητούμε το αν η θέση που κατέχουμε, ως μοναδικότητα, μπορεί να μεταστρέψει την επίδραση του περιβάλλοντος σε κάτι ποιο ενδεδειγμένο στα χαρακτηριστικά έκφρασής μας. Χαρακτηριστικά που απομονώνονται όσο διαρκεί η διείσδυσή μας στον καθορισμό επιβίωσης, και μόνο, οριοθετώντας τα με αντιδράσεις παρά με ενέργειες. Είναι σχεδόν βέβαιο πως με το ερώτημα αυτό θα πλανόμαστε για μεγάλα χρονικά διαστήματα μέχρι να εντοπίσουμε πως το κυριότερο αξιακό σύστημα στο περιβάλλον είναι η αλλαγή. Αλλαγή του κέντρου αποφάσεων από μας. Η μετατροπή της επιβίωσης σε σχέση διαβίωσης. Τη στιγμή που θα το εντοπίσουμε τότε θα βάζουμε σε προτεραιότητα την ατομικότητά μας σε σχέση με την κοινωνικότητα και θα μπορούμε να διοχετεύουμε την ενέργειά μας εσωτερικά και εξωτερικά χωρίς να μας υποθάλπει η «επιβίωση» αναγκών.

## Προσδιορισμός

Πολλές φορές το περιβάλλον που κοινωνικοποιούμαστε καθορίζει τι είναι απαραίτητο και τι όχι. Απαραίτητη είναι η επιβίωση αλλά ίσως μην είναι απαραίτητο να την ακολουθήσουμε μακριά από αυτό που είμαστε. Εφορμεί πάνω στην ατομικότητά μας και μας προειδοάζει σε μία διαμάχη μεταξύ της προοπτικής που μας δίνει και της δικής μας επιλογής. Ακολουθώντας την γινόμαστε εξάρτημά της διακόπτοντας την έκφρασή μας κάτι που θα αναζητήσουμε μακροπρόθεσμα. Πάλι η αρπαγή από την ασφάλειά της μας σπρώχνει όλο και περισσότερο μακριά από αυτό που θέλουμε να είμαστε.

Απαραίτητο σε μία κοινωνικότητα, που ελέγχεται πάνω στις αποφάσεις της, είναι να απαλλαγούμε από το μανδύα που καλύπτει τις επιλογές μας. Δίχως όμως να γνωρίζουμε τι είμαστε και χωρίς αυτόν διχαζόμαστε ανάμεσα στο υποθετικό, που μας καλύπτει, και το επιτακτικό που έχουμε ανάγκη. Όταν ο μανδύας αυτός δεν είναι στα μέτρα μας καλύτερο είναι να διακρίνουμε τι μας προκαλεί φορώντας τον και τι μας δημιουργεί η αποτίναξή του. Εντοπίζοντας την διαφορά κατανοούμε αισθητικά τις δυναμικές που προκαλούν δέσμευση ή όχι σε αυτό που νιώθουμε ότι είμαστε δίχως κάποιο πέπλο εξαναγκασμού. Σίγουρα η επιβίωση δεν είναι επιλογή. Επιλογή ίσως είναι ο τρόπος που επιβιώνουμε. Ποσο πρόσφορος είναι στο να αναπτυχθούμε ολοκληρωμένα στην προοπτική που θα μας εξυψώσει ατομικά. Όταν όμως η επιβίωση μεγιστοποιείται καταναλωτικά τότε το περισσότερο είναι σκόπιμα το επιδιωκόμενο. Επιβίωση δεν σημαίνει περισσότερη επιβίωση οδηγώντας μας σε μετρικές περιλήψεις ευχαρίστησης. Δεν ταυτίζεται δηλαδή με την προωθητική πλευρά αναγκών που χρησιμοποιούνται ως εργαλεία για να αφομειώνεται συναισθηματικά, και υποσυνείδητα, η κτητικότητα αγαθών ή προσώπων, ως προτεραιότητα δίχως να εξετάζεται η επιλογή. Μέσω της αγοραστικής της προτίμησης μεγενθύνεται και μετατρέπεται σε σκοπιμότητα, σε ένα προστιθέμενο σύστημα αναγκών που στοιχειοθετεί την σύγχρονη τάση επιβίωσης, την μεγιστοποίησή της.

Χαρακτηριστικό της επιβίωσης είναι ότι προκαταλαμβάνει την λειτουργικότητά μας. Προδιαθέτει την διαμόρφωση των στόχων μας και τον τρόπο προσέγγισής τους. Μας εξωθεί στην «υπερβίωση» της, την παρόρμηση να την επιζητούμε ανεξέλεγκτα, παράγοντας ανασφάλεια στο κάθε τι που συνδέεται μαζί της. Για παράδειγμα η εργασία μας, ο τρόπος ζωής μας, η οικογένειά μας, η επικοινωνία με τους γύρω μας, γίνονται σταδιακά αναμέτρηση που θέλοντας να υπερκεράσουμε ταλαντεύομαστε ανάμεσά τους χάνοντας τελικώς την ισορροπία μας. Είναι φυσικό αυτό γιατί διασπόμενοι από τις εντάσεις που προκύπτουν μέσα σε ένα πολυπαραγωγικό περιβάλλον, που τοποθετεί μεταβλητές κάθε στιγμή και στον καθένα, αντιδρούμε απρόσκοπτα χωρίς να λαμβάνουμε υπόψη την σημασία της όποιας ενέργειάς μας. Αυτό έχει σαν επακόλουθο να προκαλείται μέσα μας σύγχυση, αγωνία, στο αν η κάθε επιλογή μας μπορεί να μας συντηρήσει και κατ'επέκταση αν συντηρούνται και όλες αυτές οι διαιρεμένες σχέσεις μας από εμάς τους ίδιους. Έτσι εξαντλούμαστε μέσα σε απρόσωπα ενδεχόμενα αμφισβητώντας τις ενέργειές μας και τον ρόλο μας. Για να μειώσουμε την ένταση που προκαλείται από όλες αυτές τις εναλλαγές συναισθηματικής φόρτισης χρειάζεται να σκεφτούμε πως αναλώνουμε τις δυνάμεις μας σε αντιδράσεις που έχουν έλλειψη στόχου. Που επαναλαμβάνονται, καταρρίπτονται, αναδεικνύονται, και ανασυντάσσονται συνεχόμενα για να μας παρασύρουν στην αβεβαιότητα, ατέρμονα, αφαιρώντας μας την αίσθηση σκοπού ύπαρξης. Μέσα από αυτό το πλαίσιο αντιλαμβανόμαστε την σημασία που έχει η απόσταση από θέσεις διαμάχης που αμβλύνουν τις σχέσεις με τους γύρω μας και πόσο σημαντικό είναι να μετατρέψουμε την επιβίωση ζωτικά σε επικοινωνία.



Αναμφισβήτητα κινητήριος δύναμη της ζωής είναι η επιβίωση. Η διατήρησή της αυξάνεται εκθετικά με τις ανάγκες που δημιουργούνται γύρω από αυτή. Όταν έχουμε πρωτοβουλία στην επίλυση αναγκών, που προκύπτουν, τότε τοποθετούμαστε διακριτά στην σημασία των λειτουργιών που την αποτελούν. Στον

κώδικα συστημάτων που κρυπτογραφούν αδιαπραγμάτευτα τις επιλογές μας, κατακρατώντας στο εσωτερικό μας αυτό που θέλουμε, δυσκολεύοντάς μας να το αποσαφινήσουμε, και που χρειάζεται να χρησιμοποιήσουμε τον εαυτό μας ως «κλειδί», μέσο, για να εισχωρήσουμε βαθύτερα στον ρόλο μας. Μία τέτοια είσοδος ανοίγει τον δρόμο μεταξύ υποκειμενικότητας και αντικειμενικότητας στον οποίο παραλληλίζεται ιστορικά και η θέση μας. Όταν η θέση μας έχει αόριστους προσδιορισμούς, χωρίς συγκεκριμένες συντεταγμένες, απομακρύνεται από την ιστορικότητά της, που συντελείται στο τώρα, και την υποκαθιστά ουδέτερη αντί επίκεντρό της.



Φαίνεται τελικά πως οι συνθήκες δεν έχουν την έμφαση που τους αποδίδουμε, στο αν κυριαρχούν στην τροπή που πέρνει η ζωή μας όταν αποφασίσουμε αλλαγή συνέχειας της ιστορικότητάς μας. Θα λέγαμε πως η επίτευξη στόχων είναι η κατανόηση του τώρα και η απόσταση από την ιστορία. Από τους παράγοντες που την συντήρουν, με παρελθοντικά μέσα, τοποθετώντας μας στην ασφάλεια του χθες, όταν αυτό είναι αποδεδειγμένα το φρένο μετεξέλιξής της και συνάμα το δικό μας. Έτσι ενώ οι συνθήκες φαίνεται πως δημιουργούν προϋποθέσεις, παίζοντας ένα σημαντικό ρόλο στην πραγμάτωση στόχων, για το κομμάτι αλλαγής οι συνθήκες είναι πάντα ίδιες αρκεί να διακρίνουμε πως η ιστορική ανομοιογένεια ατομικά και η ιστορική ομοιογένεια κοινωνικά καθορίζει την τροποποίησή τους.



Πάντα θα υπάρχει η διαμάχη του τι έχουμε, τι μπορεί να χάσουμε, τι μπορεί να κερδίσουμε, που μπορούμε να φτάσουμε, και που μπορούμε να βασιστούμε. Χωρίς να λαμβάνουμε υπόψη το τι είμαστε και πως βελτιώνεται αυτό που είμαστε το περιβάλλον μας στρέφει στο ένστικτο. Στην δύναμη του δημιουργώ ανισότητες για να επικρατώ στην μηχανιστική τους διάθεση αποκλείοντας τον εσωτερικό εαυτό μου, τον τρόπο έκφρασής μου. Εμμένοντας σε συμπεριφορές κτητικότητα γκρεμίζουμε την γέφυρα επικοινωνίας με αυτό που πραγματικά είμαστε, και που είναι η σύνδεση με το όλο ελεύθερα, με αποτέλεσμα να γίνεται αντικείμενο λογικής αποδυνάμωσης συνόλων που τελικώς μας αφαιρούν από τον ίδιο μας τον σχεδιασμό.

## Επικεντρωμένοι στο στόχο

### Κραδασμοί στόχου

Όταν οφελούμαστε από το αποτέλεσμα ενός στόχου μας αισθανόμαστε πληρότητα. Όταν νιώθουμε ανικανοποίητοι χάνουμε την σύνδεση μαζί του. Καταφεύγουμε σε συνήθειες που θα μας χαροποιήσουν, προς στιγμήν, και μεταθέτουμε την ενασχόληση μαζί τους κάποια στιγμή που θα μας το επιτρέπουν οι “συνθήκες”. Ξεχνάμε πως συνθήκη είναι ο συμβιβασμός με αυτήν μας την αντίδραση. Εγκλωβισμένοι σε αυτήν την συναισθηματική περιδήνηση αποκοβόμαστε από την εξέλιξή μας, το ζητούμενο που αρχικά κατευθυνόμασταν, και που πάντα θα μας σπρώχνει εμπρός είτε προχωράμε προς αυτό είτε όχι. Σίγουρα ο εσωτερικός κόσμος καθώς και η ηλικία που συντελούνται αυτές οι διακυμάνσεις είναι διαφορετικές στον καθένα μας αλλά η προσήλωσή μας στον στόχο είναι ο μοχλός που επαναφέρει την διάθεσή μας στον σκοπό της.

Αφημένοι σε κάθε είδους συναισθηματική φόρτιση, που όταν είναι θετική νιώθουμε πληρότητα ενώ όταν είναι αρνητική έλλειψη, δείχνει την βαρύτητα του πως αντιμετωπίζουμε οτι μας συμβαίνει, τον τρόπο που μας επηρεάζει, το πως μας προσδιορίζει, και εν τέλει το πως ελέγχεται η συνειδητότητά μας

από αυτήν. Δεχόμενοι πως το συναίσθημα μας υποβάλλει σε μία κανονιστική συμπεριφορά, δηλαδή μας κατευθύνει χωρίς να το ελέγχουμε στο πλαίσιο του, ρυθμίζοντας ανάλογα τον χαρακτήρα μας, θα πρέπει να εστιάσουμε στο πως θα βγούμε από αυτό. Τρόπος είναι η προσπάθεια. Η επιδίωξη να σχηματίσουμε τον χώρο σύνδεσής μας με τα θέλω μας γνωρίζοντας πως μόνο εμείς μπορούμε να αφαιρέσουμε τα επιμέρους στοιχεία που μας καθιστούν εκτός του. Θα πρέπει να γνωρίζουμε πως το σχήμα που δημιουργείται, με την προσπάθεια μας, καταλαμβάνει νοητά χώρο είτε η προσπάθειά μας είναι ολοκληρωμένη είτε όχι. Όσο την ενισχύουμε τόσο περισσότερο σχηματίζει την επιφάνεια που μπορούμε να βασιστούμε, πάντα σε συνάρτηση με την δυναμική που της αποδίδουμε. Η θέληση να ακουμπήσουμε αυτήν την επιφάνεια είναι η αρχή της αλλαγής, πως μπορούμε να κρατηθούμε από αυτήν, και να γίνουμε σταδιακά μέρος άλλων προσπαθειών. Με τα υπόλοιπα σχήματα στο γύρω μας περιβάλλον συμπληρώνοντας την θέση μας ανάμεσά τους, λειτουργώντας ως σύμπλεγμα το οποίο καταλαμβάνει διάσταση, στην πληρότητά του, δημιουργώντας ευκαιρίες ανάπτυξης ατομικά και συνολικά. Ουσιαστικά το σχήμα είμαστε εμείς οι ίδιοι. Η διάσταση της δικής μας πλευράς στο χώρο. Όταν λειτουργούμε ως χώρος, συνολικά, και όχι ως σχήμα, μεμονωμένα, τότε διαστέλλουμε την δημιουργία ατέρμονα και το όποιο αρνητικό αποδυναμώνεται και φορτίζει το θετικό με τα στοιχεία του καθιστώντας ισχυρότερους δεσμούς με αυτό που θέλουμε.



Πολλές φορές η απομάκρυνσή μας από έναν στόχο έχει ως αίτιο κάποιο συναίσθημα σύγχυσης, απογοήτευσης, μίας συγκριτικής κατάστασης, που μας υποσκελίζει, με αποτέλεσμα να αποτυγχάνουμε να εστιάσουμε στο κέντρο επιλογής μας. Παρασυρόμενοι από αυτό που νιώθουμε, ίσως στιγμιαία, ίσως και μετέπειτα, χάνουμε τον χαρακτήρα της προσπάθειάς μας, ως ενέργεια, και αμφισβητούμε την επιλογή μας. Χωρίς περιορισμό ή αποκοπή των επιθέσεων σε αυτόν τον συναισθηματισμό μας, που επιδέχεται αδόκιμες τοποθετήσεις για το ποιο είμαστε, και ποια η μεθοδολογία και ο χρόνος που χρειάζεται η επίτευξη κάθε μας στόχου, δημιουργούμε μία διστακτικότητα που μας απομακρύνει από αυτόν. Με αυτήν μας την αντιμετώπιση συνεισφέρουμε σε ένα μακροπρόθεσμα εσωτερικό κενό που θα έχουμε μόνοι μας δημιουργήσει.

## Φορτία στόχου

Κάθε μας ενέργεια φορτίζει την εμπειρική διαδικασία, καθολικά, είτε εμείς παραμείνουμε στις συνήθειές μας είτε προσπαθήσουμε να τις αλλάξουμε. Μόνη διαφορά το πρόσημο που βάζουμε μπροστά στο κάθε φορτίο ενέργειας. Μπορούμε να συμφωνήσουμε πως τα πρόσημα εναλλάσσονται και ποτέ δεν είναι όλα θετικά ή όλα αρνητικά. Σκοπός μας να βρίσκουμε δυνατότητες έστω και όταν τα μειονεκτήματα φαντάζουν περισσότερα από τα πλεονεκτήματα. Αυτό επιτυγχάνεται από το πως αντιλαμβανόμαστε το χώρο, από το πως είναι καταχωρημένες οι λειτουργίες του από τις συνήθειες, και αντιλήψεις μας, από το πόσο δεκτικοί είμαστε να δούμε θετικά την όποια αρνητική - μη επιθυμητή κατάσταση. Η ιστορικότητα είναι πάλι ο καταλύτης για να αφουγκραστούμε τι σημαίνει θετικό και αρνητικό. Ποσο ισχυρούς δεσμούς διατηρεί το παρελθόν με το παρόν, πως διαπραγματεύεται το μέλλον, και πως ενεργοποιείται από εμάς η αλληλουχία των γεγονότων που μας αφορούν και θέτουμε υποκειμενικά ως διαδρομή.

Ανατρέχοντας στην ιστορία παρατηρούμε πως μέσα από τα αρνητικά παρήχθηκε το θετικό. Πως με λιγοστές δυνάμεις κάποιοι τροποποίησαν το περιβάλλον τους και ανέδειξαν την σημαντικότητα στο επίπεδο αλλαγής τους έστω και είχαν περιορισμένα μέσα. Αυτό που τους έκανε να ξεχωρίσουν ήταν ότι επέμεναν στην θέση τους, αξιολογώντας κάθε θετικό και αρνητικό, προσδιορίζοντας έτσι την σημασία που είχαν για την επίτευξη του στόχου τους.

Βάζοντας πρόσημα στις προσπάθειές μας, με απαίτηση το καλύτερο, δημιουργούμε μία σκιαμαχία με τον ίδιο μας τον εαυτό από την οποία εξαντλούμαστε και σταδιακά οδηγούμαστε στην ματαίωση των επιλογών μας. Προτιμότερο λοιπόν είναι να απελευθερώσουμε τις δυνάμεις μας από το να είναι επιβεβλημένες να μάχονται αυτό που θέλουμε. Να γίνουν αντίσταση χτυπημάτων ώστε να γνωρίσουμε τα ευάλωτα σημεία μας. Έτσι θα προφυλασσομάστε από τυχόν επιθέσεις του περιβάλλοντός μας και θα νιώθουμε την όποια εμπειρία, που αποκτούμε, ως ευκαιρία για να μεγιστοποιούμε θετικά τον εαυτό μας. Κατα αυτόν τον τρόπο η στάση μας απέναντι στον όποιο στόχο, ο τρόπος που θα καλύπτουμε κενά που νιώθουμε ότι μας επηρεάζουν, το ποσο δεκτικοί είμαστε στην όποια έκβαση της προσπάθειάς μας, θα μας απαλλάξει από την ανισότητα των προσήμων. Θα γίνει επίκεντρό μας, γιατί θα προσεγγίζουμε τον πυρήνα του εαυτού μας αντλώντας δυνάμεις από εμάς τους ίδιους οι οποίες από μόνες τους θα φέρουν αποτέλεσμα, στον εσωτερικό εαυτό μας, χωρίς τη δική μας περαιτέρω συναισθηματική διακύμανση.



Όταν όλα είναι εξέλιξη, όταν εμείς οι ίδιοι είμαστε εν εξέλιξη, η γενική και ειδική σχέση των ενεργειών μας στο περιβάλλον καθορίζει τις συνθήκες που συμπληρώνουν τον σκοπό αυτής της εξέλιξης. Γενική σχέση με την εξέλιξη είναι πως αποτελούμε μέρος μίας συνολικής προσπάθειας που επιμερίζεται σε ατομικές επιδιώξεις, σε ειδική σχέση με αυτήν. Καθένας μας δημιουργεί έναν συγκερασμό πράξεων που αποδίδει στην εξέλιξη, στην βάση της οποίας συστηματοποιείται η κοινωνία που υπολογίζει σε αυτήν. Στην περίπτωση που αυτές οι επιδιώξεις απομονώνονται, είτε από την γενική τους τοποθέτηση, είτε από την ειδική, δημιουργούν ψευδαίσθηση για το θετικό που προσφέρουν. Μόνο όταν λειτουργούν ως δίαυλος μεταξύ τους αποτελούν εξέλιξη ολοκληρωμένα. Εξέλιξη η οποία συστέλλεται και διαστέλλεται ανάλογα από το πως την συρρικνώνουμε ή μεγενθύνουμε στην ατομικότητά μας, στον χρόνο και τρόπο που ενεργούμε, και στο σημείο που βρισκόμαστε στην προοπτική της.



Μαζί στόχος και επιτυχία αναδεικνύουν έννοιες όπως η απόδειξη, η επιβεβαίωση, και η αποδοχή. Στην κοινωνία η επιτυχία μεγιστοποιεί την αίσθηση της σημαντικότητάς μας ώστε να ισχυροποιούμαστε στο γύρω μας περιβάλλον. Δημιουργεί έναν άξονα επικράτησης στον οποίο βασίζουμε την οποιαδήποτε σχέση μας. Αποκτά μεγαλύτερη δυναμική κάθε φορά που περισσότεροι στηρίζονται σε αυτόν δίνοντάς μας την ικανοποίηση πως περιστρέφονται οι επιλογές τους γύρω από εμάς. Αυτό μας ωθεί εντονότερα στην αυταρέσκεια μέχρις ότου μας απορροφήσει τόσο ώστε να διχαστούμε ανάμεσα στο τι χρειαζόμαστε πραγματικά, τι μας παρακινεί να το αποκτήσουμε, σε σχέση με αυτό που είμαστε, με αυτό που θέλουμε να είμαστε, αλλά για ποιον σκοπό, και για ποιους.

Αν αναρωτηθούμε γιατί προσπαθούμε να κρατήσουμε μία ισχυρή θέση απέναντι στους άλλους, κάτι που μας στρέφει σταδιακά στον ατομισμό, είναι γιατί αγνοούμε το κενό που δημιουργεί αυτή η ισχύς, το ρήγμα στις σχέσεις μας και η ανικανοποίητη συναισθηματικά ύπαρξή μας. Για να μην πέσουμε σε αυτό επιλέγουμε την αυτοεκτίμησή μας. Το περιβάλλον που έχουμε δημιουργήσει, την βεβαιότητα της σιγουριάς μας, της ισχύς που μας εξυπηρετεί. Στην ουσία όμως καταναλωνόμαστε σε εφάνταστα δημιουργήματα που μόνο εμείς ικανοποιούμαστε και ενεργοποιούμε για να υπάρχουμε. Προσπαθώντας να αποδείξουμε πως μπορούμε να διαχειριστούμε την ισχύ, χωρίς να καταλαβαίνουμε πως είναι ανυπέρβλητη από κάθε αποτέλεσμα που παράγουμε, μιας που εξυψώνεται με την εξέλιξη αυθύπαρκτα, γινόμαστε υποστηρικτές μίας ψευδαίσθησης. Η ισχύς είναι κάτι που εμπίπτουμε μόνο συνολικά και που δίχως μέτρο δίνουμε όλη μας την ενέργεια για να την κρατάμε στο επίπεδο της εξαντλώντας τα δικά μας ψυχικά αποθέματα.



Κυνηγώντας στόχους παράγεται άγχος για το αν θα τους κατακτήσουμε ή όχι. Πολλές φορές αυτό το άγχος μας ακινητοποιεί στο περιβάλλον του και αδυνατούμε να συγκεντρωθούμε στον στόχο. Αυξάνει την ένταση μέσα μας, μεγενθύνοντας, τις περισσότερες φορές, το αίσθημα της παραίτησης που είναι πλησιέστερο στον τροπο που μαθαίνουμε να εξυπηρετούμε τις ανάγκες μας, μέσω μίας ισχυρότερης θέσης από εμάς που μας υποβοηθά. Το άγχος είναι διαίρεση της προσπάθειάς μας, και στόχου μας, από εμάς. Η αδυναμία να το περιορίσουμε επαληθεύεται στην όποια κατάσταση βιώνουμε. Αν αιτία είναι η επιθυμία μας για ένα άμεσο αποτέλεσμα θα πρέπει να κατανοήσουμε πως ο χρόνος δεν είναι επιτακτικά αναγκαίος να προσδιορίσει τον τελικό μας στόχο τώρα. Αυτό μας βοηθά να αποσυμπιεστούμε από τα όρια που θέτουμε στον εαυτό μας, για την επίτευξη του, και να απομονώσουμε τον χρονικό περιορισμό του, χωρίς αυτό να σημαίνει μετάθεση ή παραίτηση. Απλά είναι ο τρόπος που ο στόχος μικραίνει σε σχέση με το μέγεθος που εμείς του δίνουμε όταν είμαστε σε κατάσταση άγχους.



Πίσω από κάθε στόχο βρίσκεται κρυμμένη η έννοια της ευθύνης. Μεταφορά ευθύνης προς τα εμας, προς τον εσωτερικό εαυτό μας, είναι μία δεικτική συμπεριφορά που μας υποβάλλει να κρίνουμε την επάρκειά μας σε συνθήκες, αίτια και αποτελέσματα, πολύ περισσότερο από όσο πρέπει. Είναι μία συναισθηματική φόρτιση που πηγάζει από διαφορετικές χρονικά καταστάσεις και είναι δύσκολο να τις εντοπίσουμε την στιγμή που θέλουμε να επιτύχουμε κάτι. Προτιμότερο λοιπόν είναι να προσδιορίζουμε την παρακίνηση των θέλω μας, να λειτουργούν ως απόφασή μας, παρά να νιώθουμε ευθύνη σε αυτό που θέτουμε ως σημαντικό για την εξέλιξή μας.

Πρακτικά η ευθύνη επαφύεται στην διάκριση της όποιας ενέργειάς μας. Θα λέγαμε πως είναι περισσότερο μία κοινωνική τοποθέτηση που απορρυθμίζει τελικώς την προσπάθειά μας αντί να την ενισχύει. «Ευθύνη» είναι να διατηρούμε την ευχαρίστηση σε ότι κάνουμε παρά να αναζητούμε να την προσδιορίσουμε στα μέτρα που της αποδίδει η κοινωνία για να διατηρεί μία ψευδαίσθηση που δεν εφαρμόζεται πουθενά.



Παρακολουθώντας τις σκέψεις μας εξετάζουμε αυτά που μας συμβαίνουν. Ξεδιπλώνονται οι εμπειρίες μας που μετά από έναν μακροσκελή αφαιρετισμό ενδυναμώνουν την αντίληψή μας αν και μόνο αν αποδεχτούμε τον αντικειμενικό τους χαρακτήρα. Όταν οι σκέψεις μας είναι προϊόν εντυπώσεων, και κρίνουμε υποκειμενικά, χωρίς να έχουμε ολοκληρωμένη άποψη για το τι πρεσβεύει κάθε ιδέα που υποστηρίζουμε, διακατεχόμαστε από άγνοια. Γι'αυτό είναι καλύτερο να αφήνουμε περιθώριο στην όποια κατάσταση να παρουσιάσει περισσότερα στοιχεία ώστε να αντλήσουμε πληροφορίες που θα μας οδηγήσουν σε μία πιο δραστική αντιμετώπιση παρά αντίδραση αυτών που μας απασχολούν.



Για να αντιμετωπίσουμε τα συναισθήματά μας, που εφορμούν από συγκριτικές και επικριτικές τοποθετήσεις, χρειάζεται να οριοθετούμε τις διαστάσεις τους. Θα πρέπει να εντοπίζουμε την προέλευση αυτών των επιθέσεων, στην συνειδητότητά μας, ποσο μας επηρεάζουν, αν ενισχύονται από εμάς, αν δηλαδή προκαλούμε από μόνοι μας την ψευδαίσθηση γύρω από χαρακτηριστικά που διέπουν την κοινωνικότητά μας, που έχουμε εξιδανικεύσει, ως δημιουργό του τρόπου αξιολόγησής μας.

Ότι και αν προκαλεί επιθετική ή αμυντική συμπεριφορά θα λέγαμε πως αντηχεί την ακατέργαστη πλευρά του εαυτού μας. Αν επιμείνουμε σε αυτόν τον πόλεμο θα παραμείνει ανοιχτό το πλαίσιο αυτής της εικόνας μας και θα είμαστε ευάλωτοι σε συνθήκες πίεσης από εξωγενείς παράγοντες που θα θελήσουν να προσπελάσουν αυτήν μας την αδυναμία. Γι'αυτό είναι προτιμότερο να μην προσωποποιούμε καταστάσεις, που μας εξωθούν σε αντιδράσεις άσκοπα, στοχοποιώντας ευρύτερα τον χαρακτήρα μας, και να αφήνουμε αυτό που συμβαίνει χρονικά στο παρόν να λειτουργήσει αφ' εαυτού στην ανατροπή του που σίγουρα θα παράξει το μέλλον.



Πολλές φορές τα δεδομένα που έχουμε είναι αντίθετα στις προθέσεις μας. Μας υποβάλλουν μία εξέλιξη, που αρνούμαστε να δεχτούμε, διασπώντας την προσοχή μας με τα κριτήριά της ώστε να εστιάσουμε υποσυνείδητα σε αυτά, σε κάτι που εν τέλει θα μας επιλέξει και όχι θα επιλέξουμε. Αυτή η διάσπαση είναι η πρώτη αμφισβήτηση των επιθυμιών μας, γιατί μας κατευθύνει να επιδιώκουμε την επίτευξή της χωρίς εμείς να μπορούμε να αντισταθούμε.

Στο σύνολό τους τα δεδομένα δημιουργούν, από τη μία, τάσεις ενδιαφέροντος, παράλληλα με τα θέλω μας, και από την άλλη κινούνται αντίρροπα ώστε να ανακόψουν την όποια προσπάθειά μας. Χωρίς να καθορίζεται το ποτε στρέφονται εναντίον μας και ποτε λειτουργούν βοηθητικά οδηγούμεστε σε μία υποκειμενικότητα με ερμηνείες για το καλό ή κακό που προσδίδουν. Μάλλον είναι αναγκαίο να συμμετέχουμε σε μία διεγκιστίδα άγνοιας επικαλύπτοντάς την με δεδομένα που εξυπηρετούν ντεντερμινιστικά την γενίκευση της ατέλειας και όχι της γνώσης. Καλό είναι να θυμόμαστε πως τα δεδομένα είναι μία μορφή γνώσης από μόνη της ημιτελή. Χρειάζεται μία συνδιαστική σχέση μεταξύ τους για να αποσαφηνιστεί η πληροφόρηση που μεταφέρουν. Γι'αυτό όσες περισσότερες πληροφορίες έχουμε τόσο περισσότερες είναι οι δυνατότητες που μας δίδονται στο να επέμβουμε πάνω σε αυτές, να αυξήσουμε τον παραγωγικό τους ρόλο, προς όφελός μας, και να ελαχιστοποιήσουμε την αβεβαιότητα που προκαλούν, καθώς πλησιάζουμε στην συσχέτισή τους με τις επιδιώξεις μας. Συνδιάζοντάς τις δομούμε ολοκληρωμένα κάθε σχεδιασμό μας και προσομειώνουμε την ανάπτυξή μας με στόχο την διαβάθμιση των ικανοτήτων μας. Θα πρέπει να σκεφτόμαστε πως μέρος της εξέλιξής μας είναι η επεξεργασία και η προσαρμογή σε νέα δεδομένα. Όταν αυτά τα δεδομένα είναι “ξένα” προς εμάς τότε αδυνατούμε να εντωπίσουμε την χρησιμότητα στις επιδιώξεις μας, αδυνατούμε να προσεγγίσουμε την αλλαγή, που μας δίδεται ως ευκαιρία, για τον μοναδικό λόγο ότι απομακρυνόμαστε από την κατανόησή τους. Τα δεδομένα συγκεντρώνουν το λογιστικό μέρος της πληροφορίας που καλούμαστε να εξετάσουμε, να αποσαφηνίσουμε, και τέλος χρησιμοποιήσουμε. Όταν βρούμε τον συνεκτικό κρίκο της χρησιμότητας των δεδομένων αυτών, με την δική μας τοποθέτηση, στο χώρο που εκτιλίσονται, τότε θα αποκτήσουμε εφαρμογή στην όποια εμπειρία μας.

Σε όλη την διάρκεια της ζωής μας αναλύουμε δεδομένα, είτε νέα είτε παλαιότερα. Θα πρέπει να σκεφτόμαστε πως ένα νέο δεδομένο πρακτικά δεν είναι νέο. Υφίσταται μία διαρκής ανανέωση. Στηρίζεται σε μία βάση και επαναλαμβάνεται. Αν αντιληφθούμε πως η βάση του είναι η γνώση τότε θα αναζητήσουμε την σύνδεσή της μαζί μας. Και η γνώση είναι μέσα μας. Το δεδομένο που πρέπει να γνωρίσουμε.

## Υπεροχή

Όταν πρόθεσή μας είναι η υπεροχή μας χαρακτηρίζει σκοπιμότητα. Θεωρούμε πως οτιδήποτε πρέπει να εξυπηρετήσει αυτήν μας την συμπεριφορά, να εξυπηρετήσει το συμφέρον μας. Μας αρκεί να επιβεβαιωνόμαστε, να αμφισβητούμε, να αντιπαρατιθέμεθα ή και να απομακρύνουμε την όποια διαφορετική τοποθέτηση, αδιαπραγμάτευτα, αν αυτό είναι ενάντιο σε ότι πιστεύουμε. Σίγουρα το

παρελθοντικό μας στέλεχος, η ενστικτώδης κτητικότητα, μας παρακινεί για εκμετάλλευση, για πραγμάτωση των επιθυμιών μας έστω και αν αποποιηθούμε την ευθύνη αυτής της εκλογής μας όταν τα πράγματα αποδειχθούν μειονεκτικά για εμάς.

Μετριάζοντας την συγκριτικά προδιάθεσή μας για απόκτηση, θέτοντας προϋποθέσεις, και δείκτες, σε κάθε μας ενέργεια, διατηρούμε μία ουδετερότητα απέναντι στις αρχές της κοινωνικότητας, που προυπάρχουν, και μας καθιστούν αντίπαλους για τον όποιο ρεβανσισμό. Αποφεύγουμε έτσι να θεωρούμε τον εαυτό μας κυνηγό, στο παιχνίδι της δυνατής πλαisiώσης, της βεβαιότητας πως είμαστε κυριαρχικοί, εντοπίζοντας πως και το θήραμα, επίσης, έχει χαρακτηριστικά που αποτελούν προϋπόθεση αυτής της υπεροχής. Αδιάκοπα αυτοί οι ρόλοι εξουσίας πολιορκούν την πραγματικότητά μας, μέχρι να εκτραπούμε από την πραγματικότητα χρονικά.

Μπορούμε να περιγράψουμε την υπεροχή ως το συμφέρον που δημιουργεί ασφάλεια στον προκαθορισμένο τύπο μετριότητας που παρέχει το περιβάλλον στο άτομο. Εφόσον διοχετεύεται, επικοινωνιακά, η μεγιστοποίηση της δύναμης μεταξύ ατόμου ατόμου είναι αδύνατον να σκιαγραφηθεί διαφορετικά η υπεροχή. Προτείνεται ως πλεονέκτημα και πολεμάται κάθε προσπάθεια να αλλοιώσει την υπερθετική της θέση. Έτσι προάγεται ο ανταγωνισμός, προς κέρδος του κέρδους, της κοινωνικότητας που στοχεύει σε δυνάμεις που υπερβαίνουν τα δεδομένα κάθε εποχής και προκαλούν μετατόπιση των συνθηκών διαβίωσης, τουλάχιστον επικοινωνιακά, ως καλύτερευση. Σε αυτό το πλαίσιο, υποθετικής καλύτερευσης, εγκλωβίζεται κάθε ισχυρός και ανίσχυρος αφού η υπεροχή καλύπτει τα πάντα με υπερβολή που ποτέ κανείς δεν μπορεί να υπερβεί. Έτσι το να επιχειρούμε στην υπεροχή είναι μία υπερβολή που αδυνατούμε να ξεπεράσουμε άρα που δεν χρειάζεται να εκτιμούμε ότι έχουμε την αντοχή να την υπερασπιστούμε.

Εκπαιδευόμαστε με υπεροχή και την συνδέουμε με την κάλυψη αναγκών. Με την καλύτερευση των συνθηκών που βιώνουμε, μέσα από έναν τρόπο ζωής που επαληθεύει το εγώ μας. Μας ενδιαφέρει η υπεροχή μας απέναντι στους άλλους, ο εντυπωσιασμός, και όχι αν θα αγγίξουμε την ίδια την ζωή στο κέντρο του εαυτού μας, στην μηδενική φύση του εγώ, υπερβαίνοντάς το. Πρέπει να κατανοήσουμε πως υπεροχή είναι μία «φυγοκεντρική» δύναμη με εμάς κέντρο οπότε και οι όποιες πιέσεις ασκούνται σε εμάς. Για να αντέξουμε σε αυτές τις πιέσεις χρειάζεται να αποκτήσουμε την μεταφορική σημασία της που όπως το λέει και η λέξη είναι φεύγω από το κέντρο, φεύγω από την υπεροχή.

Σίγουρα θέλουμε πάντα μία εικόνα ισχυρή, απόλυτη, για εμάς, μία εικόνα που να είναι αδιαπραγμάτευτα αρεστή. Αυτό και μόνο επηρεάζει την επικοινωνία και διάθεσή μας. Όταν αντιληφθούμε πως η στάση μας είναι αδύνατον να είναι πάντα ισχυρή, απόλυτη, τότε θα κατανοήσουμε πως έστω και αν ανατραπεί θα έχει ξεπεράσει αυτήν την δέσμευση. Και όταν η δέσμευσή αυτή τελικώς μειωθεί τότε ακριβώς θα είναι και η στιγμή που θα έχουμε την μόνιμη σταθερά, τον εαυτό μας, που θα έχει απελευθερωθεί από την εξάρτησή της, που θα προσεγγίζει την ισχύ εσωτερικά και διευρημένα.



Μέριμνά μας είναι κατά πόσο θα οφεληθούμε περισσότερο από τους άλλους, με ποιον τρόπο θα αποκτήσουμε αυτό που θέλουμε. Σκοπός μας γίνεται η διεκδίκηση με όποιο το κόστος. Το κέρδος έχει υλικό αποτύπωμα. Επιβεβαιώνει την επιτυχία μας, την δύναμη της αγοραστικής μας ικανότητας. Χωρίς να μετέχουμε σε αυτήν την αγοραστική αρένα νιώθουμε σαν να μην υπάρχουμε. Όταν όλα έχουν κάποια τιμή η αξία βρίσκεται στον τρόπο απόκτησης, στον τρόπο που υπολογίζω πως με τίποτα δεν θα τα χάσω. Εφόσον το κέρδος είναι συνηφασμένο με κάτι υλικό η επιβεβαίωση και η απόδειξη σταματούν μόνο όταν το κατακτήσουμε. Κέρδος είναι να μπορούμε να διαχειριστούμε στο έπακρον τον εαυτό μας και τις επιλογές μας αμείωτα με αυτό που είμαστε.

Η περίπτωση του κέρδους είναι ένα άνισο κομμάτι με τον εαυτό μας. Είναι ατέρμονο ενώ οι δικές μας δυνάμεις μας εγκαταλείπουν σταδιακά καθώς το κέρδος εκτιμάται με διαφορετικούς συσχετισμούς κάθε φορά. Μοναδικό στοιχείο που χρειάζεται να παραμένει σταθερό είναι η ψυχική μας κατάσταση και το

πως αντιλαμβανόμαστε το κέρδος. Όταν για παράδειγμα αφήσουμε το κέρδος, που μας εξασφαλίζει υπεραξία, και ασχοληθούμε με το όφελος που έχουμε, κατανοώντας την σημαντικότητα της άμετρης αφοσίωσης στον εαυτό μας, τότε θα παρατηρήσουμε πως η κερδοφορία είναι οφέλιμη μόνο και μόνο όταν χαθεί η εξίσωση εαυτού κέρδους. Εξάλλου κανείς δεν κερδίζει αν δεν χάσει.



Μαθαίνουμε να αντιμετωπίζουμε τα πάντα με σκοπιμότητα. Να αποζητάμε το κέρδος προς όφελος ικανοποίησης της αναγωγής της ευχαρίστησης σε μακροπρόθεσμα πλάνα εφόσον όμως επιτύχουμε να την προσδιορίσουμε ως δυνατότητα που μας δίδεται στο τώρα. Υπολογίζουμε δηλαδή μελλοντικά πως θα νιώσουμε ικανοποίηση έστω και αν αυτό φαντάζει ψευδαίσθηση έστω και αν αυτό δεν μας ευχαριστεί στο παρόν, έστω και εάν παραμείνει απραγματοποίητο στο μέλλον, έστω κι αν χάνουμε το παρόν.



Στο κοινωνικό πλαίσιο υπάρχουν οι έννοιες της ανωτερότητας και κατωτερότητας που επηρεάζουν το πως αξιολογούμε τον εαυτό μας. Χωρίς την ανάλυσή τους βρισκόμαστε στο ιδεολογικό τους στόχαστρο. Υπερεκτιμούμε την σημασία τους, που προβάλλεται επικοινωνιακά στην κάθε μας ενέργεια, ως ακολουθία τους, και αδυνατούμε να εντωπίσουμε τι πραγματικά προσδιορίζουν. Έννοιες που μας διαπερνούν ανεπαίσθητα την ανισότητα δημιουργώντας μας εσωστρέφια, ρίχνοντάς μας μέσα σε προυποθέσεις για τον αντίκτυπο των ενεργειών μας. Δύο επίπεδα που χάνουν το μέσο διάστημα που είναι η πραγματικότητα αποσπασμένη από την διαφορά που δημιουργούν.

## Μετάθεση η αρχή της συντήρησης

Αλλαγή είναι στάδιο εξέλιξης το οποίο προυποθέτει την απόφασή μας. Αν νομίζουμε πως μελλοντικά θα αλλάξουμε διακατεχόμαστε από μία ψευδαίσθηση που μας δίνει ελπίδα χωρίς όμως να ανταποκρίνεται επαρκώς στην στιγμή που βιώνουμε την ανάγκη για αυτήν την αλλαγή. Είναι φυσικό να συμβαίνει αυτό εφόσον όλα προεκτείνονται στο μέλλον. Πάντα υπολογίζουμε στο μετά. Επικοινωνιακά είναι μία παρανόηση της πραγματικότητας. Αυτό που θα συμβεί μετά πρέπει να συμβεί τώρα για να υπάρξει στο μετά. Όταν όμως όλα είναι συνηφασμένα να πέρνουν μετάθεση για κάποια άλλη χρονική στιγμή η αναβλητικότητα που μας διέπει ελαχιστοποιεί την διάθεσή μας και οδηγούμαστε στην αδράνεια. Γι'αυτο όταν επιδιώκουμε να αλλάξουμε χρειάζεται να επιλέγουμε το άμεσο και όχι το έμμεσο. Αυτό που πραγματώνεται και όχι αυτό που θα πραγματοποιηθεί.

## Ακολουθίες

Πρότυπα που μας περιβάλλουν αντανακλούν την εικόνα τους πάνω μας. Εμείς επιλέγουμε το πόσο θα εισχωρήσει ή όχι το κάθε πρότυπο εντός μας, και τον τρόπο που θα το υπηρετήσουμε. Είναι άτοπο να ακολουθούμε πρότυπα που τροποποιούν την ουσία του χαρακτήρα μας για να τα ενδυναμώσουμε με ψευδείς και ηθικοπλαστικές αναλογίες στο χώρο. Πρέπει να καταλάβουμε πως χωρίς πρότυπα είμαστε πιο κοντά σε εμάς, είμαστε πρόσφιλοι στις δικές μας επιδιώξεις. Σίγουρα ο τρόπος που εκπαιδευόμαστε μας προετοιμάζει να ακολουθήσουμε έναν ρόλο ενταγμένο και στοιχειοθετημένο με ότι επισφαλίζει την λειτουργικότητα της κοινωνίας μας. Ο ρόλος αυτός έχει δύο όψεις. Η μία είναι της κοινωνίας και η άλλη η δική μας. Δύο συγκινούντα δοχεία που ολοκληρώνουν την εικόνα μας έστω και αν υψώνεται ένα τοίχος μεταξύ κοινωνίας και ύπαρξης. Συνήθως η κοινωνία έχει κυρίαρχη θέση και τοποθετεί την ύπαρξη

στο να την υπηρετεί. Όσο ισχυρότερη η κοινωνική φύση τόσο ανίσχυρη η παρουσία μας ως προς τον εαυτό μας. Για να επιτύχει η κοινωνία να δεσμεύει το άτομο, στον σκοπό της κραταιάς της επιρροής, δημιουργεί πρότυπα-λειτουργούς που εξελίσσονται για να παράξουν πρόοδο ως τάση φυσικά συνδεδεμένη με αυτήν. Σε κάθε άλλη περίπτωση η διάδραση με το περιβάλλον θεωρείται αναποτελεσματική εφόσον χωρίζει τον τρόπο λειτουργίας με τα μέρη της.

Όταν αποστασιοποιούμαστε από την κοινωνία, από στοιχεία που την αποτελούν, από έννοιες που περιλαμβάνουν τον τρόπο οργάνωσής της, τότε εκπίπτει η θέση μας, γιατί ως μέρος της προσδιοριζόμαστε στο χώρο ύπαρξής της αλλά όχι στον υπαρξιακό μας χώρο. Ίσως είναι αναποτελεσματικό να μην εφαιπτόμαστε με την κοινωνία και να επιζητούμε τον διαχωρισμό από αυτήν όταν εμείς έχουμε επιτρέψει να αντλεί την δύναμή μας χωρίς να διαφυλάττουμε την ακεραιότητά μας. Αν αποτρέψουμε την «αρπαγή» από την κοινωνικότητά μας δηλαδή αν αντισταθούμε από την καθοδήγησή της, στο πως να λειτουργούμε, τότε θα αναπτύξουμε την ατομική μας διάθεση για εξέλιξη. Προτιμότερο είναι να αντλήσουμε το γνωσιακό επίπεδο της συμμετοχικότητας παρά να αρνούμαστε να το κατανοήσουμε, παρά να επιμένουμε στην μη διαπραγματέυσή του τόσο εσωτερικά όσο και εξωτερικά. Σκοπός μας πρέπει να είναι η συσχέτιση με το περιβάλλον. Με τις ιδιότητές του, με την τοποθέτησή μας χρονικά σε αυτό σύμφωνα με τα χαρακτηριστικά μας ώστε να προκύπτει σύνδεση μεταξύ ανάγκης και θέλω ταυτόσημα με αυτό που είμαστε.

Εφαρμογή στο περιβάλλον σημαίνει συγχρονισμός με τα μεγέθη του και όχι να νομίζουμε πως μπορούμε να τα υπερβούμε χωρίς να γνωρίζουμε τις δυνάμεις που εσωκλείονται σε αυτά. Αναλύοντας αυτές τις δυνάμεις θα αποκαλυφθεί η πρωτογενής σύστασή τους, η διεύρυνση της δικής μας ατομικότητας. Όταν κατανοήσουμε πως πάνω στον άξονα πολυπλοκότητάς τους εγείρεται η πολύπλευρη στόχευση όλων των ενεργειών μας, η πολυσχεδής συμπλήρωσή τους θα φτάνει το μέγεθός μας.

Συμμετοχή σημαίνει διεύρυνση εμπειρικής και γνωσιακής βάσης. Πέρασμα από τον τρόπο οργάνωσης στον τρόπο εξέλιξης. Είναι η διάσταση της ατομικότητας ολοκληρωμένη στο σύνολό της.

## Απόδειξη κενών

Μέσα στην κοινωνία η απόδειξη έχει πρωταγωνιστική θέση. Όλοι προσπαθούμε να παρουσιάσουμε έναν τέλειο χαρακτήρα, χωρίς κενά, ικανό να ανταποκριθεί σε οποιαδήποτε κατάσταση ώστε να αποδείξουμε την αξία μας λαμβάνοντας την αντίστοιχη ικανοποίηση. Όμως τα κενά υπάρχουν χωρίς να συσχετίζονται επαρκώς με το αν τα έχουμε καταφέρει ή όχι. Υπάρχουν νοητά κενά, γνωσιακά κενά, συναισθηματικά κενά τα οποία προσδιορίζουν το ένα το άλλο και στο τέλος εμάς τους ίδιους. Εμείς καλούμαστε να τα καλύψουμε. Όταν όμως λείπει η απαιτούμενη γνώση και εμπειρία απλά δίνουμε την εντύπωση πως το έχουμε καταφέρει.

Όσο διστάζουμε να αναλύσουμε τι δημιουργεί αυτά τα κενά θα αποξενωνόμαστε ολοένα και περισσότερο από τον ίδιο μας τον εαυτό. Τα κενά είναι η ιστορία μας. Θα λέγαμε πως είναι τα επιμέρους στάδια της κοινωνικότητας που διαδεχόμαστε και μας διαδέχεται. Είναι πάντα μπροστά, πίσω, δίπλα και εισχωρώντας σε αυτά, με επίγνωση, ώστε να μην επηρεαζόμαστε και να μην υπερεκτιμούμε ή υποτιμούμε την όποια έκβασή τους, καταφέρνουμε να συνδέσουμε τις επιλογές μας με εμάς τους ίδιους, να σταθούμε στο κέντρο τους, να τα ενώσουμε με μας.

Κάλυψη κενών, σε μία κοινωνία, σημαίνει συνέργεια. Είναι αδύνατον να γνωρίζουμε το αίτιο των κενών που δημιουργούνται μέσω συναναστροφής, μέσω επικοινωνίας, χωρίς να πλησιάσουμε το σημείο δημιουργίας τους, ξεκινώντας από εμάς. Έχοντας αυτήν την αρχή σκιαγραφούμε το τι μας συνδέει μαζί τους. Αν και πολλές φορές λείπει η ερμηνεία για το πως σχηματίζονται η ικανότητά μας να διεισδύουμε βαθύτερα σε μας δημιουργεί ταύτιση με τον ρόλο που έχουμε αποκτήσει και που θέλουμε να δούμε από που πηγάζει. Εφόσον κατορθώσουμε να εμβαθύνουμε στον τρόπο επιρροής τους, πάνω μας, θα

προσεγγίσουμε καλύτερα την εικόνα μας και θα εμπλουτίσουμε με περισσότερα στοιχεία την όποια διαδρομή μας καλύπτοντας τα σημαντικότερα κενά μας.

Είναι ανέφικτο να καλύψουμε όλες τις ελλείψεις στο χώρο. Οι ελλείψεις μας προσδιορίζουν. Υπάρχουν για να ανακαλύπτουμε την γνώση που τις αποτελούν. Αποδεχόμενοι την έλλειψη αποδεχόμαστε το καθε τι που ενώνεται μαζί της για να γεφυρωθεί μία πραγματικότητα που απαρτίζεται από μέρη ικανά να αλληλοσυμπληρώνουν το όλο, να παράγουν πληρότητα. Χωρίς να κατανοήσουμε, σχηματικά τουλάχιστον, αυτήν την υπάρχουσα δυναμική τότε θα επενδύουμε σε μηχανιστικές μεθόδους που θα προσδίδουν άγχος μιας που η έλλειψη ξαναπλάθεται κάθε φορά που την κατακτούμε απομονωμένοι σε μας.



Χρειάζεται να αντιληφθούμε πως είναι αδύνατον να πλησιάσουμε το “απόλυτο” χωρίς να προκύπτουν συμπεριφορικά κενά. Επιδιώκοντας την επιτυχία, διακινδυνεύοντας τις σχέσεις μας με τους άλλους, μπορεί να φαίνεται ως κάτι αδιάφορο ή κάπως πρόσφορο, ειδικότερα όταν βρισκόμαστε σε διαδικασίες εξέλιξης, όμως ατονεί τον τρόπο που αντιλαμβανόμαστε τον ρόλο που διαδραματίζουν σε έναν απότερο σκοπό που είναι η εκτίμηση που αποκτούμε από το σύνολο, στο σύνολο των επιλογών μας. Μέσω των άλλων μαθαίνουμε πως το απόλυτο είναι συλλογικό και όχι ατομικό. Θέτοντας τον εαυτό μας ως αδιαπραγμάτευτα πρώτο, νομίζοντας πως αυτό είναι και πραγματικότητα, εστιάζουμε αδιάλλακτα στον τρόπο σκέψης μας, ως την ισχύουσα κατάληξη στην όποια περίσταση. Η απόρριψη γνώσης που παρέχει κάθε κατάσταση, οπότε και εμπειρία, μας καθιστά στήρους στις δικές μας υποθέσεις. Πιστεύοντας σε έναν απόλυτο εαυτό, που δεν έχει ελλείψεις σε τίποτα, επινοούμε μία επιτυχία δίχως να εξετάζουμε αν αυτή η τάση μας μας αποτυγχάνει επικοινωνιακά στο περιβάλλον.



Πάντα θα έχουμε την πεποίθηση πως η έλλειψη είναι δική μας ενώ είναι το πλαίσιο συνειδητότητας που μας ολοκληρώνει αρκεί να κατανοήσουμε πως είμαστε ελλειπτικοί άρα αυθεντικοί και αλληλοσυμπληρωμένοι.

## Μαχόμενη θέση

Όταν σκοπός μας είναι να επικεντρωθούμε στην αυτοβελτίωσή μας, απομονώνοντας συναισθήματα, προκαλούμε παράλληλα την «ανθρώπινή» μας πλευρά. Η διαρκής επιδίωξη να «νικήσουμε», μας συρρίκνώνει αισθητικά μεγιστοποιώντας το ανύπαρκτο απόλυτο, την ψευδαίσθηση του πρωταγωνιστή που αφήνει του θεατές ακίνητους στην δική του παρουσία. Αυτό όμως που συμβαίνει στην πραγματικότητα είναι ότι ενώ το περιβάλλον συνεχίζει να εξελίσσεται, το συναίσθημα της υπεροχής, που αισθανόμαστε, παραμένει στο ανύπαρκτο, γιατί ότι και αν εμπεριέχει είναι απομονωμένο στη θέση αυτή, ακίνητο να συμμετέχει. Είναι ένα υποκατάστατο της κοινωνικής μας ανεπάρκειας συναισθηματικά και αισθητικά.



Συνεχόμενα πρέπει να αποδεικνύουμε την θέση μας, να αγωνιζόμαστε για την επικράτησή της. Συνδέοντας την με την απόδειξη και επιτυχία δυναμώνουμε την αρχή της ισχύς, της μοναδικότητας, της τελειότητας, του απόλυτου. Θεωρούμε πως καταφέροντας να υπερτερήσουμε έναντι των υπολοίπων αυτό μας κάνει ξεχωριστούς, διαφέρουμε. Το να διαφοροποιηθούμε όμως από το σύνολο αποκρύβει

έναν εντυπωσιασμό που στη συνέχεια μας καθυποτάσσει στο να θεωρούμε την δύναμη, που αποκτούμε, ως έλεγχο και επιρροή πάνω στους άλλους. Γίνεται αυτοσκοπός και επιμένουμε σε αυτό τον ρόλο χωρίς όρια. Ελέγχοντας όμως τους άλλους αρχίζουμε, χωρίς να το καταλαβαίνουμε, να ελέγχουμε και τους ίδιους μας τους εαυτούς με αποτέλεσμα να επιτηρούμε με την ίδια αυστηρότητα τόσο εμάς όσο και ότι περιστοιχίζεται γύρω μας. Επιβάλλουμε με έναν τρόπο σε μας τους ίδιους την θέση που πρέπει να έχουμε ώστε να διατηρούμε με πάση θυσία αυτόν τον έλεγχο. Καταλήγουμε έτσι να επικρίνουμε οτιδήποτε δεν εξυπηρετεί τις δικές μας απαιτήσεις, ακόμα και τον εαυτό μας, αμβλύνοντας το κενό στις σχέσεις μας, αποτρέποντάς μας από τον ζωτικό χώρο εξέλιξης, που είναι η αλληλοκατανόηση και ο σεβασμός.

## Διάρκεια

Οι στόχοι που θέτουμε βρίσκονται πάντα σε συνάρτηση με το χρόνο, τις προϋποθέσεις επίτευξής τους, του αποτελέσματός τους, και της καταλληλότητάς τους. Ο χρόνος καθορίζει την σχέση μας με τον όποιο στόχο, σε οποιαδήποτε κατάσταση και αν βρισκόμαστε. Εφόσον ο χρόνος είναι μέρος της διαδικασίας προσέγγισης στόχου η οργάνωσή του κρίνεται αναγκαία καθώς και οι προτεραιότητες που δημιουργούν σημαίνουν παράγοντα ώστε να καθοριστεί το πλαίσιο στο οποίο θα επενδύσουμε την όποια δράση μας μέσα σε αυτό.

Για την επίτευξη στόχων ο χρόνος είναι παραγοντικός εφόσον μας εντάσσει σε μία ροή παρακολούθησής του, αλλά όχι καθοριστικός για το αποτέλεσμα. Αν συνδέσουμε το αποτέλεσμα με την επιτυχία ή αποτυχία τότε το όποιο χρονοδιάγραμμα θα επεκτείνεται στο διηνεκές. Θα επιζητούμε ολοένα και περισσότερα πλαίσια, περισσότερο χρόνο, χωρίς τέλος, χωρίς ευχαρίστηση. Αυτό συμβαίνει γιατί το υπαρξιακό ζητούμενο είναι μακριά από την στόχευσή του, μακριά από τον υπολογισμό πως είναι ατελές στο να καθορίζεται από αποτελέσματα χρονικά τοποθετημένα.

Χρειάζεται να αναφέρουμε πως ότι κι αν πετυχαίνουμε ή όχι η ευχαρίστηση είναι σχετική, και έχει πεπερασμένη διάρκεια. Το να εξασφαλίσουμε μία συνεχόμενη ευχαρίστηση έχει περισσότερο να κάνει με το πως αξιολογούμε και αξιοποιούμε το τι συμβαίνει γύρω μας. Αν προσπαθούμε να περνάμε καλά ενώ μέσα μας αισθανόμαστε διαφορετικά τότε κάθε κατάσταση θα γίνεται αιτία να απογοητευόμαστε και να αισθανόμαστε δυσαρέσκεια έστω και αν έχει χαρακτηριστικά απόλαυσης. Για το λόγο αυτό καλύτερο είναι να αποφεύγουμε τις εκάστοτε προσδοκίες, από τις ενέργειες που κάνουμε, και να απολαμβάνουμε την έκβασή τους, όπως κι αν αυτές εξελίσσονται, ώστε να μένουμε έκπληκτοι παρά ευχαριστημένοι.



Συνήθως είμαστε συνδεδεμένοι με αυτό που κάνουμε αλλά πολλές φορές δεν είμαστε συνδεδεμένοι με αυτό που είμαστε.

## Κατευθύνσεις

Τα χαρακτηριστικά είναι εγγενή σε μας αλλά επηρεάζονται εξίσου και από το γύρω περιβάλλον. Πολύ περισσότερο στη νεανική ηλικία όπου η γνωσιακή και εμπειρική μας κατάσταση είναι σε στάδιο ανάπτυξης. Είναι λογικό λοιπόν πως καθώς εντασσόμαστε σε ρόλους περιβάλλοντος να επιφορτιζόμαστε με τα γνωρίσματά τους τα οποία μας κατευθύνουν προς την αποδοχή τους αλλά όχι για την αναβάθμισή τους. Έτσι γινόμαστε ολοένα και περισσότερο η φιγούρα που εξυπηρετεί συγκεκριμένους σκοπούς, από τις οποίες δύσκολα μπορούμε να αποστασιοποιηθούμε, παρά αναγνωρίζουμε την θέση μας απέναντι σε οποιονδήποτε ρόλο, σε οποιαδήποτε παραδοχή που ενδυναμώνει την ταύτισή μας με αυτόν. Είναι

προυπόθεση μίας υπολογιστικής μεθόδου της κοινωνικότητάς μας και η καταλληλότητά μας κρίνεται διαρκώς πάνω σε αυτόν τον σχεδιασμό.

Όταν αδυνατούμε να υποστηρίξουμε κάποιον ρόλο, λόγω μη αποδοχής του τύπου ένταξης με επιλογές που άλλοι έχουν ορίσει, τότε δημιουργείται μία άγνωστη πλευρά μέσα μας που μας αποξενώνει από τον ίδιο μας τον εαυτό. Συνηθίζουμε, σταδιακά, να την υποστηρίξουμε απομονώνοντας την πραγματική μας εικόνα. Όταν θα αναζητήσουμε αλλαγή αυτής της εικόνας η υποχωρητικότητα που υποδείξαμε όλο αυτό το διάστημα, που έστω και αν αντιδράσαμε πέτυχε την συρρίκνωση της ατομικότητάς μας, εφόσον έμεινε στην ίδια πλευρά, θα μεγιστοποιεί την ανασφάλειά μας για να προχωρήσουμε προς την όποια αλλαγή. Μέσα από αυτήν την αφαίρεση προσωπικότητας αμφισβητείται η ταυτότητά μας αφού αποκτήσαμε χαρακτηριστικά που όμως δεν γνωρίζουμε αν θέλουμε πραγματικά. Αυτό οδηγεί σε απογοήτευση, που μπορεί και να μην διακρίνεται, προσάπτοντας στον ίδιο μας τον εαυτό την υπαιτιότητα πως δεν ενήργησε κατάλληλα την στιγμή που έπρεπε με αποτέλεσμα να εγκλωβιζόμαστε υπαρκτικά. Για να αποφύγουμε την περιηδίνηση των συνειδητοποιήσεων, που θα ακολουθήσουν, θα πρέπει να χαρτογραφήσουμε την συνθήκη που συντήρησε την αλλοίωση των χαρακτηριστικών μας και να ανασύρουμε την εικόνα που αντέξε αυτήν την υποχρεωτικότητα αντλώντας την ενέργεια που κατακρατήθηκε ως ασφάλεια για αυτήν την ανάκληση.

## Η αναμέτρηση των εννοιών

Κάθε στόχος περιέχει έννοιες όπως η ευθύνη, η επιτυχία, η επιβεβαίωση, η αποδοχή, η εκτίμηση, η αξία αλλά και τις αντίθετές τους. Συνήθως η θετική πλευρά προάγεται περισσότερο από την αρνητική, γιατί υποδηλώνεται έτσι η ενεργητικότητα παρά η παθητικότητα. Όποια πλευρά, θετική ή αρνητική, η επιδίωξη στόχου είναι ο διάδρομος που θα καθορίσει το ακατέργαστο και ασχημάτιστο σε παράγωγο της μορφής που θα του δώσουμε. Χρήσιμες και οι δύο όψεις, γιατί μαθαίνουμε την πραγματική πορεία του στόχου που είναι μία διαρκής μάχη με τον εαυτό μας ο οποίος πολλές φορές μας υποσκελίζει δημιουργώντας την ψευδαίσθηση πως τα εμπόδια είναι απέναντί μας ενώ είναι μέσα μας.



Καταλυτικό ρόλο, όχι μόνο στην επίτευξη στόχων αλλά σε όλη την συναισθηματική μας προσέγγιση με τον γύρω κόσμο, με τον ίδιο μας τον εαυτό παίζει η επιβεβαίωση-επιβραύβηση. Όσο όμως συνηθίζουμε σε αυτό θα εξαρτόμαστε από εξωγενείς παράγοντες και όχι από εμάς τους ίδιους. Αν χρειαζόμαστε επιβεβαίωση για αυτό που κάνουμε-επιλέγουμε θεωρώντας πως αυτό επικροτεί το περιβάλλον μας τότε θα προσδιοριζόμαστε από συνθήκες που επικρατούν γύρω μας. Είναι η μέθοδος για να ομαδοποιούμαστε, η ασφαλής δημιουργία τους. Όταν όμως εκλείψει, εσωτερικά, αυτή η ομαδοποίηση και αισθανθούμε την διαφορετικότητά μας, που ίσως να μην γίνεται αποδεκτή, τότε όπου και αν στρέψουμε το βλέμμα μας η εικόνα μας θα αντικρίζει το αταίριαστο. Εκείνη την στιγμή, που θα επιζητούμε την αλλαγή μας, θα βρίσκουμε απέναντί μας το συγκεκριμένο πλαίσιο αποδοχής που ήμασταν, την αυτοπροβολή πως η εικόνα μας είναι ακαθόριστη χωρίς αυτό. Στο σημείο αυτό θα πρέπει να πάρουμε την απόφαση πως ο δρόμος που επιλέγω, για εμένα, μακριά από κάθε τι άλλο, είναι ατομικός με κατεύθυνση αντίθετη από τη φορά που βρίσκομαι και πορεύομαι. Παραμένοντας στο ρεύμα έκφρασής μου οι απαιτήσεις του περιβάλλοντος θα φιλτράρονται, εσωτερικά, και θα συγκρατώ αυτές που με οφελούν ως προς την στόχευσή μου.



Τα χαρακτηριστικά λειτουργούν ως επαφή με τους γύρω μας. Είναι κώδικας επικοινωνίας. Όσα περισσότερα χαρακτηριστικά έχουμε τόσο περισσότερο ανοίγει το φάσμα επικοινωνίας με τους άλλους. Με αυτά τα χαρακτηριστικά καλούμε τους γύρω μας να μας αποδεχτούν. Η αποδοχή είναι κάτι που επιθυμούμε, να μας καταλάβουν, και να μας παροτρύνουν ώστε να γινόμαστε καλύτεροι. Το να βασίζουμε την καλύτερη των χαρακτηριστικών μας στους άλλους πολλές φορές δείχνει πως η αυτοπεποίθησή μας εξαρτάται από τον τρόπο που οι γύρω μας μας συμπεριφέρονται, με το πόσο μας εκτιμούν. Όπως αναφέραμε και πιο πάνω όλοι έχουμε κενά που δεν μπορούμε να καλύψουμε αν δεν στηριχτούμε στις δικές μας δυνάμεις. Οι γύρω μας μπορεί φαινομενικά να είναι ένας τρόπος στηρίγματος αλλά είναι φτιαγμένοι να στηρίζουν τους εαυτούς τους, κατά προσέγγιση, και στην δύσκολη στιγμή ίσως να μην αντέξουν να μας κρατήσουν.



Όσο το περιβάλλον, που δραστηριοποιούμαστε, δημιουργεί ασφάλεια οι επιλογές μας θα βρίσκονται σε συνάρτηση με αυτό. Μέσω της αποδοχής εκτιμούμε τις ενέργειές μας, ως κάτι χρηστικό για τους άλλους, νιώθοντας δυνατοί στο μέρος της ομάδας που μας παρέχει ασφάλεια. Αν όμως προσέξουμε τι μας προσφέρει αυτή η αποδοχή θα δούμε πως δείχνουμε εμπιστοσύνη στην κρίση των άλλων, πως εμπιστευόμαστε αυτό που συνηθήσαμε να μας υποστηρίζει. Όταν όμως σταματήσουν να μας αποδέχονται ή επιβραβεύουν τότε το μήνυμα που στείλαμε, χωρίς να βρίσκει παραλήπτη, θα παραμείνει σε εμάς και η ερμηνεία του θα μας επισημαίνει την ανάγκη να το επαληθεύσουν οι άλλοι, οι οποίοι όμως θα έχουν χαθεί. Το μήνυμα είμαστε εμείς και θα πρέπει να γνωρίσουμε την γραφή του, το συντακτικό της ύπαρξής μας, την περίληψη της προβολής των άλλων πάνω μας, ώστε να εκτιμήσουμε σε δεύτερο χρόνο πως το υστερόγραφο στο μήνυμα αυτό θα το γράψουμε εμείς με τον δικό μας γραφικό χαρακτήρα.



Για να αλλάξουμε δεν φτάνει μόνο να το επιθυμούμε. Όταν επιθυμούμε κάποια αλλαγή χρειάζεται να αποστασιοποιηθούμε από ότι έχουμε εκείνη την στιγμή θέσει ως συγκεκριμένο και “σίγουρο”. Εξάλλου η απόφασή μας για αλλαγή μας υπενθυμίζει πως έχουμε κουραστεί από αυτό. Επιδιώκουμε το νέο σαν ανάγκη να πλησιάσουμε περισσότερο αυτό που είμαστε.



Όταν απογοητευόμαστε και χάνουμε το ενδιαφέρον μας, σε ότι έχουμε θέσει ως στόχο, δημιουργείται ένα είδος παραίτησης. Καταλήγουμε στην αδιαφορία και ενώ φαινομενικά το θεωρούμε επιλογή, και αφορά εμάς και μόνο, μας ακινητοποιεί και καταλήγουμε στην απραξία. Η μη συμμετοχή, σε μία εξέλιξη που θα μας ακολουθεί είτε θέλουμε είτε όχι, δεν είναι ιδανικό. Χρειάζεται να αξιολογούμε τι μας συμβαίνει και να απομακρυνόμαστε από την λογική πως τίποτα δεν έχει σημασία. Νόημα δίνουμε εμείς σε εμάς και σε ότι μας απασχολεί. Είναι μία καθημερινή επεξεργασία που μας κάνει καλύτερους, από μόνη της, ειδικά την στιγμή που έχουμε διαδραστικότητα με τις προκλήσεις που συντελούνται γύρω μας και δείχνουν πως είμαστε μέρος τους, πως αγωνιζόμαστε να αναπτύξουμε την προοπτική μας.



Υπάρχει μία ζυγαριά μέσα μας που θα μας κάνει να πάρουμε την σωστή απόφαση. Πολλές φορές όμως καταφέρνουμε να την μοιράζουμε, γιατί φοβόμαστε την αλλαγή. Στο σημείο αυτό η διαπραγματεύση φτάνει στο κομβικό σημείο του χαρακτήρα που έχουμε αναπτύξει. Υποβοηθούμενοι και δημιουργώντας

ένα περίβλημα, που θα πρέπει να σπάσουμε για να αποδράσουμε, φέρνει το αντίθετο αποτέλεσμα στο να εξωτερικεύσουμε τον εαυτό μας και μας γυρίζει πίσω σε αυτό. Μία ρωγή στο περίβλημα είναι η απόφαση που πρέπει να πάρουμε για να δημιουργηθεί η απώλεια της σιγουριάς του και ασφάλειάς μας.



Το να προκαλούμε τον εαυτό μας στην αμφισβήτηση είναι μία ατέρμονη αβεβαιότητα. Το να τον υποβάλλουμε συνεχόμενα σε ερωτήσεις ενώ έχουν απαντηθεί ιστορικά είναι ένα ατόπυμα την άγνοιας που έχουμε. Προβλήματα τύπου αν γίνεται κάτι δεν θα έπρεπε να μας απασχολούν. Όλα αποδεδειγμένα συμβαίνουν και μπορούν να συμβούν αρκεί να αποκτήσουμε την αντίληψη που τα δημιουργούν. Θα πρέπει μόνο να έχουμε σαν σκέψη να ωθούμε τον εαυτό μας στη συνάντηση με τον στόχο μας που θα μας χαρίσει την έκπληξη της πραγμάτωσης και θα μας απαλλάξει από τις όποιες αμφιβολίες, και στη συνέχεια.



Οι επιλογές μας δεικνύουν τον τρόπο σκέψης μας, το πως εξετάζουμε το περιβάλλον και κατά συνέπεια τον κάθε στόχο. Αν αφήσουμε τον τρόπο σκέψης μας να υπερκαλύψει αυτό που είμαστε τότε οι επιλογές μας θα είναι συνυφασμένες με την οποιαδήποτε κατάσταση που μπορεί να μην είμαστε εμείς. Είναι προτιμότερο λοιπόν να στραφούμε στην πραγματική μας εικόνα παρά να απομακρυνθούμε από αυτό που νιώθουμε, εσωτερικά, προσπαθώντας να διαφοροποιηθούμε με έναν τρόπο σκέψης που έχουμε υιοθετήσει και δεν μας αρμόζει.



Μέσα μας γίνεται αγώνας για να υπερβούμε την «μετριότητα». Κάθε φορά ο πήχης μπαίνει ολοένα και πιο ψηλά και ερχόμαστε στην σύγκριση και σύγκρουση με μας και τους γύρω μας. Θέτοντας όμως σαν στόχο να κατακτήσουμε εξ'αρχής τον υψηλότερο στόχο δεν υπολογίζουμε το μέτρο στο οποίο είναι. Η επιθυμία μας φτάνει κατευθείαν εκεί χωρίς να έχουμε περάσει από χαμηλότερα στάδια. Στην προσπάθεια αυτή χρειάζεται υπομονή, επιμονή, όρια και αποστάσεις.



Καθ'όλη την διάρκεια εξέλιξής μας ασχολούμαστε με στόχους που μεταβάλλονται. Εφόσον μεταβάλλονται, ενώ εμείς παραμένουμε στατικοί, τότε δυσκολευόμαστε να τους κατορθώσουμε. Χρειάζεται, λοιπόν, να αλλάζουμε συν τω χρόνω. Επιμένοντας στον ίδιο εαυτό, με διαφορετικούς αναζητήστες, κάθε φορά, δεικνύει πως αδυνατούμε να ακολουθήσουμε την προοπτική μας, την επιλογή που πρωταρχικά θέσαμε. Νοιώθουμε ανάγκη μετακίνησης αλλά παραμένουμε στις συντεταγμένες που αντιλαμβανόμαστε ως βάση. Μόνο όταν αποκολληθούμε από αυτήν την βάση θα αποκτήσουμε αλλαγή κατεύθυνσης, αλλαγή σε μια νέα πορεία που θα μας δώσει το νόημα πως υπάρχει δυνατότητα.



Όταν διχαζόμαστε μεταξύ των χρονικών φάσεων πριν και μετά είναι αδύνατον να παράξουμε αυτό που θέλουμε και έχουμε ανάγκη στο τώρα. Είναι μία άνιση χρονικά μάχη εφόσον είναι απροσπέλαστη υπαρκτά. Προτιμότερο είναι το τώρα να αναδείξει τι πραγματικά είμαστε, τι μας απασχολεί, και κατά

πόσον είμαστε διατεθειμένοι να καταλάβουμε μέρη του εαυτού μας που θα μας προετοιμάσουν για ότι επιδιώκουμε.



Εξέλιξη πεπερασμένα, με δεδομένα αναχρονιστικά, επιφέρει στασιμότητα και επανάληψη.

## «Εργαλεία» Στόχου

Η αντίληψή μας επεξεργάζεται περιβάλλον. Οι εικόνες που το πλαισιώνουν έχουν την ιδιότητα να μεγενθύνονται και να μικραίνουν ανάλογα την σημασία που τους δίνουμε, όταν δεν κατανοούμε το νόημά τους, όταν μας επιβάλλονται ως αναγκαιές. Σε αυτήν την μεγένθυση ή σμίκρυνση συσχετιζόμαστε, πλήρως, τις περισσότερες φορές χωρίς την συγκατάθεσή μας. Λαμβάνουμε δηλαδή τις δύο αυτές δυναμικές του περιβάλλοντος με έλλειψη επίγνωσης του ελέγχου τους. Μας διαχειρίζονται με μεγάλες και μικρές εικόνες και προσκολλούμαστε πάνω τους δεχόμενοι το μέγεθός τους. Καταβάλλουμε όλες μας τις δυνάμεις να ταυτοποιηθούμε μέσα σε αυτές και ξεχνάμε την δική μας εικόνα, την προσωπική μας κατάσταση που έχει χώρο πέρα του πλαισίου τους.

Κάθε μέγεθος φαίνεται καλύτερα σε σχέση με την απόσταση που παίρνουμε απέναντί του. Άλλες φορές χρειάζεται να πάμε πολύ κοντά και άλλες φορές χρειάζεται να το δούμε από πιο μακριά. Μόνο τότε θα διαχωρίσουμε τον σκοπό που έχει η θέση που είμαστε σε σχέση με τα μεγέθη και τις αναλογίες τους. Είναι αδύνατον να αποκτήσουμε το μέγεθος των μεγεθών και ίσως είναι αδύνατον να κατανοήσουμε με άλλον τρόπο το μέγεθός μας. Εφόσον η παρατήρηση είναι το μέτρο για να γνωρίσουμε την αδύνατη προσαρμογή μας στα μεγέθη τότε είναι καλύτερα να έχουμε αυτήν την σταθερά ώστε να μπορούμε να καταλάβουμε αν το κάθε μέγεθος είναι στα μέτρα μας.



Στο περιβάλλον η απόκτηση δύναμης είναι αυτοσκοπός. Μέσα στην κοινωνία παρουσιάζεται με την μορφή της ανταγωνιστικότητας. Αυτό και μόνο είναι αρκετό για να μας περιπλέξει με την φύση εξουσίας και να δημιουργήσει ένα μέσο χειραγώγησης απέναντι σε ότι θέλουμε να αποκτήσουμε. Αυτή η τάση υποβοηθάται με την σύγκριση, με την συνεχόμενη επιδίωξη της απόλυτης εικόνας.

Η δύναμη εξισώνεται με τον χρόνο. Είναι χαρακτηριστικό και όπως όλα τα χαρακτηριστικά αλλοιώνεται, μετατρέπεται, χάνεται, ανάλογα την χρονική στιγμή. Επενδύοντας στην δύναμη αρνούμαστε την αφαίρεσή της, την μείωση της έντασής της από την αρχή ως το τέλος. Έστω και αν επιμείνουμε σε αυτό η δύναμη αντανακλά την διάσπασή της. Είναι αδύνατον να διατηρηθεί ως έχει, με την ίδια αναλογία, αφού συσχετίζεται με άλλες δυνάμεις, αντίρροπες, που στο τέλος δημιουργούν την εξουδετέρωσή τους, οδηγούν στην ουδετερότητα, την καθεαυτού φύση της δύναμης που έχουμε μέσα μας. Είναι αχρείαστο να την μεταβολίζουμε σε υπερδύναμη, είναι αχρείαστο να παλεύουμε με δύναμη για την δύναμη εφόσον θα καταλήξουμε στην ουδετερότητά της. Όταν καταλάβουμε τον χρόνο που δαπανάμε για την δύναμη θα απλοποιήσουμε και τις ενέργειές μας για την απόκτησή της.



Όταν εστιάσουμε στο τι χρειαζόμαστε, αποφεύγοντας την μεγιστοποίηση των αναγκών μας, οπότε και της συνεχόμενης βελτιστοποίησής τους, που αφαιρεί σταδιακά την προσωπική ευχαρίστηση, και φανερώνει την υλική μας προσήλωση, θα «υπερτερούσαμε». Θα φτάναμε στην παραδοχή πως το

σύνολο των πραγμάτων που έχουμε ανάγκη είναι ο εαυτός μας και τίποτα περισσότερο. Τα υπόλοιπα είναι κουτάκια που απλά χρειάζεται να τα τοποθετήσουμε στη σειρά που θέλουμε. Εμείς είμαστε η βάση. Όσο πιο σταθερά νιώθουμε την βάση αναγκών μας τόσο λιγότερο το βάρος που σηκώνουμε.



Ένας τρόπος για να αποφεύγουμε την συνήθεια είναι να παίρνουμε πολλές κατευθύνσεις και όχι μία που μας υπέδειξαν να ακολουθήσουμε. Να αναζητούμε οδούς που εξελίσσουν τα χαρακτηριστικά μας έστω και αν δεν είναι διακριτά στον παρόντα χρόνο. Σταδιακά θα αναπτυσσόμαστε μέσα στις ιδιότητές τους, θα ανατροφοδοτούμαστε από το περιβάλλον, αποκτώντας την σημασία του, και σημασία μας, πλησιάζοντας στο επίκεντρο της δυναμικής συλλογικότητας και συλλογιστικής που χαράζει μία πορεία ατομικά και ολοκληρωμένα. Ζητούμενο λοιπόν είναι να μην γινόμαστε απλά δέκτες χαρακτηριστικών και συγκαταβατικά να ακολουθούμε επικοινωνιακούς συσχετισμούς, που μας προσδίδουν αλληλεπίδραση με μέσα κατεύθυνσης, αλλά να δημιουργούμε διεπαφές που παράγουν μεγαλύτερα σύνολα σκέψης μακριά από μερίσματα τυπολατρίας. Μετασηματίζουμε έτσι, συνεχώς, την προσωπικότητά μας και απομακρυνόμαστε σταδιακά από τα όρια της νόρμας που επικροτεί το στατικό για τις σταθερές που το χρειάζονται.



Καθώς βρισκόμαστε πάντα κάτω από την επιρροή και επίδραση άλλων το να παίρνουμε μόνοι μας πρωτοβουλία για θέματα που μας αφορούν δείχνει πόσο κοντά βρισκόμαστε στην ανάγκη των επιλογών μας.



Πολλές φορές οι επιδιώξεις μας βρίσκονται περιπλεγμένες σαν κόμπος μαζί με ότι μπορεί να επιφέρει άγχος, αναβλητικότητα, αλλαγή, οι σχέσεις μας με τους άλλους, το άγνωστο, καθε τι που αφήνεται ημιτελές. Οι κόμποι «πλέκονται» με την ευθύνη, την υποχρέωση, την απόδειξη, την ανάγκη. Υπάρχουν κόμποι που λύνονται και κόμποι όπου χρειάζεται η αποφασιστικότητά μας για να τους κόψει, όπως στο παράδειγμα του γόρδιου δεσμού που η δυσκολία του να λυθεί χρειάστηκε μία άλλη μέθοδο, μία διαφορετική προσέγγιση. Πολλές φορές χρειάζεται να αποφασίσουμε εκτός του συνηθισμένου ή εκτός του τι επικρατεί γύρω μας για να προχωρήσουμε σε αυτό που επιθυμούμε. Αν αυτό που θέλουμε είναι άγνωστο, αν έχουμε αμφιβολίες στο αν πραγματοποιείται, τότε καλό είναι να βρούμε παραδείγματα ανθρώπων που εκπλήρωσαν τον σκοπό τους και που αισθάνθηκαν την ίδια πίεση που αισθανόμαστε και εμείς εκείνη την στιγμή. Απο κει και πέρα η απόφαση είναι δική μας, και η προσωπικότητά μας διαφορετική ικανή να υποστηρίξει εμάς με τις δυνάμεις της στραμμένες στο επιθυμητό αποτέλεσμα. Η ενδυνάμωση του χαρακτήρα μας προκύπτει από την αλήθεια που τον αντιμετωπίζουμε. Συνεχόμενα πρέπει να αντικρίζουμε αυτήν την αλήθεια ώστε να δομείται λειτουργικά το περιεχόμενο της μεταφέροντάς μας ακόρεστα στον σκοπό της αναζήτησής μας.



Η διαδρομή μας όπως επίσης και το περιθώριο αλλαγής της ξεκινάει από πριν της επιλογής μας. Επιμηκύνοντας την στο παρελθόν στο παρόν και στο μέλλον αφουγκραζόμαστε σημεία του χαρακτήρα μας που ανήκουν στα τρία αυτά χρονικά σημεία και καταλλήλως μπορούμε να τροποποιήσουμε και

μεταβάλλουμε. Όταν επιτύχουμε να τα καθορίσουμε θα καταφέρουμε να δημιουργήσουμε το διάστημα της προσωπικότητάς μας.



Η αντιμετώπιση κάθε στόχου ανήκει, αποκλειστικά, στη δική μας κυριότητα. Αμφισβητώντας την απομακρυνόμαστε από τον έλεγχό της.



Ο χώρος είναι δημιουργημένος για την όποια ενέργειά μας αρκεί να το εκφράζουμε, να το υποστηρίζουμε, χωρίς να περιμένουμε απαντήσεις σε θέματα που είναι αποδεδειγμένα ότι λειτουργούν κατά αυτόν τον τρόπο ιστορικά. Το να προβάλλουμε αντίσταση είναι σπατάλη ενέργειας και χρόνου. Καλύτερα να χτίζουμε πάνω στη φόρμα και μετά να αφαιρούμε ότι αφήνει ανικανοποίητη την δική μας αισθητική. Αυτή είναι και η ζύμωση με την οποία είμαστε φτιαγμένοι ως κομμάτι ιστορικό. Καταλαμβάνομαστε από πολιτισμικά και ιστορικά χαρακτηριστικά που λειτουργούν ως διάδρομος με κατάληξη εμάς τους ίδιους. Φτάνοντας στο σταυροδρόμι που ενώνει τις επιλογές μας με αυτόν η ώθηση της προοπτικής που μεταφέρει θα αναδείξει την όποια πρόθεσή μας για ανάπτυξη ή μη.



Είναι διαφορετικό να έχεις μία ανοιχτή δίοδο και διαφορετικό να την ανοίξεις ο ίδιος για να φτάσεις τελικά σε εσένα. Από αυτήν την δίοδο έχουν ήδη περάσει και άλλοι πριν από εσένα. Σκοπός σου είναι να βρεις, εισχωρήσεις στην δίοδο, να αντέξεις στις πιέσεις, και τέλος να εξορύξεις ο ίδιος τα κομμάτια που εμποδίζουν την συνέχεια σε αυτήν σου την πορεία.



Σε κάθε ξεκίνημα το αποτέλεσμα είναι κάπως δυσδιάκριτο. Πολλές φορές είναι αβέβαιο και το αν θα καταβάλλουμε όλες μας τις δυνάμεις. Έχουμε αμφιβολίες γις τις δυσκολίες που θα αντιμετωπίσουμε και μας προκαλεί ερωτηματικά αν όντως χρονικά είναι εφικτό αυτό που επιδιώκουμε. Είναι φυσικό να υπάρχουν δυσκολίες και είναι θεμιτό να προσπαθούμε να τις αντιμετωπίσουμε. Πρέπει να καταλάβουμε πως η κούραση υφίσταται περισσότερο όταν δεν τολμάμε να αλλάξουμε αυτό που μας ενοχλεί παρά όταν νιώθουμε πως είναι χρήσιμο να ενεργήσουμε για την αλλαγή που μας προσδιορίζει. Γι'αυτό είναι καλύτερο να σκεφτόμαστε τι μας προσφέρει κάθε ξεκίνημα, τι μας δημιουργεί αμφιβολία, πως μπορούμε να το μοιράσουμε σε στάδια, πως να το οργανώσουμε. Κάθε στιγμή που μεσολαβεί σχηματίζει ένα κομμάτι της προσπάθειάς μας. Επιμένοντας, συνεχόμενα, στην δημιουργία κομματιών, που χρειαζόμαστε για να ολοκληρώσουμε την προσπάθειά μας, θα φανερωθεί και η τελική εικόνα. Διατηρώντας αυτήν την συνοχή κρατάμε τον σκοπό μας ενεργό και πλησιάζουμε ολοένα και περισσότερο τον στόχο μας. Στην όποια φάση θα συνδεθεί και η όποια δυσκολία ως σημείο επαναπροσδιορισμού του κομματιού που θεωρούμε πως κατέχουμε αλλά στην ουσία έχουμε παραλείψει κάτι στην κατανόησή του. Συνεχίζοντας την συλλογή στοιχείων, ως προς αυτό το κομμάτι δυσκολίας, παρατηρούμε καλύτερα την θέση μας απέναντί του, μαθαίνουμε τα σημεία στήριξής του, τις τεχνικές που χρειάζεται να αναπτύξουμε για να το προσεγγίσουμε, την διάκριση που πρέπει να έχουμε ώστε να αντιληφθούμε από που πηγάζει η σύνθεσή του. Εστιάζοντας σε όλα αυτά τα σημεία οξύνουμε σκέψη και παρατηρητικότητα τα οποία είναι έμφυτα μέσα μας απλά χρειάζεται να τα ενεργοποιήσουμε. Όταν το καταφέρουμε η

σύνδεση μας με κάθε κομμάτι στόχου θα είναι μία διαδικασία που θα έχει πλέον την δική μας πλευρά αλληλένδετη με εκείνα ώστε να παρουσιάζεται ολοκληρωμένα και κεντρικά από εμάς.



Αν βρεθούμε σε φάση παραίτησης τότε μάλλον έχουμε απομακρυνθεί από αυτό που θέλουμε. Μπορεί να σημαίνει πως η στοχοθεσία μας βρίσκεται σε αδράνεια, είναι στραμμένη σε λάθος πλευρά.



Πολλές φορές οι στόχοι μας είναι προϊόν επισημάνσεων από το γύρω περιβάλλον ως προς τι είναι κατάλληλο για την επιβίωσή μας και ανάδειξη της προσωπικότητάς μας. Οι υψηλοί στόχοι τίθενται ως μέγιστης σημασίας για να μπορέσουμε να προχωρήσουμε ιδανικά στην κατεύθυνση της κοινωνίας. Η αναγκαιότητα και υποχρεωτικότητα που προκύπτει από αυτό είναι κάτι που πρέπει να ξεετάσουμε εάν και εφόσον επιθυμούμε να αναπτύξουμε την δική μας προσέγγιση για το ποιο είναι το όριο της ατομικής μας πρόθεσης και της χρονικής τυποποίησης που μας περιβάλλει.



Σε ένα μεταβαλλόμενο σύστημα η θέση μας χρειάζεται να παραμένει σταθερή ως προς το γνωσιακό αντικείμενο που μας εξελίσσει. Οι αλλαγές που συμβαίνουν γύρω μας επηρεάζουν και εμάς τους ίδιους.



Η επιτυχία και η αποτυχία έχουν συναισθηματική αξία. Όταν αστοχούμε, σε κάτι που θέλουμε, παράγεται αρχικά απογοήτευση αλλά εκ των υστέρων γνώση αν αναλύσουμε την αιτία και καταφέρουμε να την διαχειριστούμε.



Έχει σημασία να επαληθεύονται οι επιλογές μας όπως επίσης το να παρατηρούμε ότι αυτές οδεύουν στην κατεύθυνση που επιθυμούμε. Η τυχαιότητα στις κινήσεις μας είναι αυτή που θα δημιουργήσει την αλυσίδα λάθος-απογοήτευση-σύγχυση σε αυτό που στοχεύουμε.



Υπάρχει δέσμευση με αυτό που επιλέγουμε και συνέπεια στο να το ολοκληρώσουμε. Αν δεν είμαστε σίγουροι για αυτό που αναλαμβάνουμε είναι προτιμότερο να αποφεύγουμε εκ των προτέρων την δέσμευση αυτή, γιατί θα δημιουργήσει άγχος οπότε και αδυναμία να συνεχίσουμε την προσπάθειά μας. Σε κάθε περίπτωση πρέπει να είμαστε ξεκάθαροι με τον εαυτό μας ότι είναι επιθυμία μας να γνωρίσουμε τις δυνατότητες που απορρέουν από την προσήλωσή μας σε έναν στόχο και στην αλλαγή της συμπεριφορικής μας νοοτροπίας όταν αυτός ο στόχος δημιουργεί μία αλληλουχία συγκρούσεων με το αρχικό του αποτύπωμα άρα και αλλαγή.

Η επιτυχία είναι σύνθεση προτεραιότητας και επιλογών. Είναι η ανάλυση της ασφάλειας προς όφελος μίας ανασφάλειας.



Επιλογή σημαίνει κατεύθυνση. Όταν επιβλέπω αυτήν την κατεύθυνση, μέσα στις εναλλαγές της, μαθαίνω εξίσου για τις προτεραιότητές μου. Προεκτείνω και εποφελούμαι από τις μετατροπές της και ενδυναμώνω το παρόν τους στην προοπτική τους.



Τα εμπόδια είναι αδιευκρίνηστα δεδομένα συναισθηματικής έντασης. Η αποτύπωσή τους συνδέει την αντίληψή μας για αυτά με τη διάθεσή μας.



Πολλές φορές νιώθουμε πως είμαστε συγκαταβατικοί, πως συμβιβαζόμαστε με πράγματα που δεν μας αντιπροσωπεύουν και ενώ θέλουμε να αλλάξουμε αυτήν την κατάσταση η συνήθεια ή η ασφάλεια που μας παρέχουν μας κάνουν αδύναμους να πάρουμε την απόφαση αυτής της αλλαγής. Πνίγουμε το δικό μας θέλω και υποκύπτουμε χρόνο με το χρόνο σε μία ψευδαίσθηση πως αυτό που έχουμε είναι και αυτό που αναζητούμε με αποτέλεσμα να νιώθουμε ελλειπείς μπροστά στο εαυτό μας, ένοχοι που αφήνουμε αυτήν την κατάσταση να εξελίσσεται χωρίς εμείς να διαθέτουμε τις ανάλογες αντιστάσεις. Για να αποφεύγουμε τέτοιες περιπτώσεις θα πρέπει να είμαστε ξεκάθαροι ποσο σημαντικό είναι για εμάς να παραμένουμε ο εαυτός μας και κατά πόσον είμαστε διατεθειμένοι ποσοτικά και ποιοτικά αυτό να το υποστηρίξουμε. Κανείς δεν μπορεί να πάρει την θέση μας αν εμείς οι ίδιοι δεν το επιτρέψουμε.



Συνήθεια είναι ο κοινός τρόπος που εξετάζουμε όλοι τα «πράγματα». Μπορεί να είναι και εφησυχασμός ή ακόμα και παραίτηση σε ότι συμβαίνει γύρω μας. Μέσα στην συνήθεια, την επανάληψη, ο κορεσμός είναι αναπόφευκτος. Βέβαια κάποια στιγμή θα επέλθει και ο κορεσμός και η συνήθεια. Μέχρι όμως εκείνο το σημείο θα πρέπει να τροφοδοτούμε τον εαυτό μας με ότι μας ευχαριστεί ψυχικά, σωματικά, και πνευματικά.

Επανάληψη επέρχεται όταν αντί να επιλέγουμε αυτό που μας κεντρίζει το ενδιαφέρον συμβιβάζομαστε με την γενίκευση των «πραγμάτων» πως όλα είναι ίδια, ακολουθώντας τις νόρμες της καθημερινότητας χωρίς να προσέχουμε τον εαυτό μας ψυχικά, σωματικά, πνευματικά. Όταν αντιληφθούμε την φθορά που προκαλεί ο χρόνος στις επιλογές και ανάγκες μας, και εστιάσουμε στις δυνατότητες του χαρακτήρα μας, είτε μεγάλες είτε μικρές, τότε η όποια συνήθεια ή επαναληπτικότητα θα μας ξεκουράζει και θα μας ευχαριστεί.

## Επίλογος

Η μη αποδοχή της διαφορετικότητας και η στερεοτυπική μας ανάγκη να υπερισχύουμε μπορεί να φέρει απομόνωση. Η επικοινωνία μας με τους άλλους αντί να στοχεύει στην ανταλλαγή απόψεων καταπιάνεται με την ιδέα που έχει ο καθένας μας για τον εαυτό του, με έλλειψη κοινωνικής συνείδησης. Αυτό προκαλεί απόσταση που ίσως προέρχεται από συναισθηματική αποκοπή, ιδιαιτέρως μετά από απογοητεύσεις είτε σε επαγγελματικό είτε σε διαπροσωπικό επίπεδο. Αποτέλεσμα να δημιουργείται μία εικόνα που υποψιάζεται πως αν αφεθεί στην κοινωνικότητά της κινδυνεύει και πάλι στο να απομονωθεί περισσότερο συναισθηματικά.

Μάλλον είναι αναγκαία η απομάκρυνσή μας από την αυταρέσκεια θεωρώντας πως αυτό που συμβαίνει σε εμάς είναι μοναδικό. Ότι δεν υπάρχει κατανόηση γύρω μας κάνοντάς μας επιφυλακτικούς και εν τέλει απομονωμένους. Ίσως και η ευαισθησία να είναι μία κάλυψη των δικών μας ελλείψεων ως προς το τι προσφέρουμε στους άλλους ή ακόμα το ότι θέλουμε να έχουμε το λιγότερο πιθανό κόστος θεωρώντας πως έτσι αποφεύγουμε την έκθεσή τους. Σε αυτό το σημείο η θέση της έκφρασης είναι απαραίτητη ώστε να δημιουργείται η συσχέτιση πως τίποτα δεν μπορεί να βρίσκεται μόνο του σε συνθήκες κοινωνίας που αποζητά συμμετοχή έστω και αν αυτή χάνει το ιδεατό της χαρακτήρα. Είναι αυτή η ζύμωση με τον κόσμο που μας κάνει να ελπίζουμε πως όλοι έχουμε θέση και κανείς δεν βρίσκεται εκτός. Αυτός είναι ο στόχος.