

# Zrozumienie zasad działania

## Krytyka

Pierwszym krokiem w jakimkolwiek zrozumieniu jest poznanie. Jeśli chcesz zrozumieć zasady matematyki czy fizyki – musisz najpierw je poznać, jeśli chcesz zrozumieć zachowanie człowieka, musisz poznać jego przeszłość razem z poglądami jakie wyznaje, . A jeśli chcesz zrozumieć Krytyka, musisz zapoznać się z jego dogmatami, zrozumieć dlaczego dalej się ich trzyma, a także jakie jest jego powołanie.

Zacznijmy od poznania „tożsamości” naszego niepokornego i agresywnego przyjaciela. Nazywam go Krytykiem, gdyż jest on głosem wewnętrznym, który za główny cel stawia sobie negowanie niektórych decyzji i myśli, których jesteś autorem. Powiedziałem niektórych gdyż Krytyk nieustannie i czujnie filtruje wszystkie myśli, i wyłapuje te, które mogłyby Ci w jakiś sposób zaszkodzić.

Krytyk jest naszą barierą, ochroną przed destruktywnymi czynami i myślami, to on powstrzymuje nas przed zabijaniem ludzi, przed kradzieżami, popełnianiem wykroczeń, biciem dzieci i innymi strasznymi i niemoralnymi czynami. Jednak pomimo, iż nasz przyjaciel czyni wiele dobra, potrafi także sukcesywnie nam zaszkodzić, co czyni za każdym razem, gdy nasze postanowienia nie zgadzają się z utrwalonymi w nim dogmatami.

Jak działa Krytyk? Szepcze, krzyczy, narzeka, mówi, lecz nie ma wpływu na ciało. Jeśli coś sobie postanowiłeś, możesz przeciwstawić się Krytykowi i robić swoje. Lecz wiesz, że on Cię ostrzegał. Często występuje on w postaci sumienia bądź głosu rozsądku – jak kto woli. Jednak dlaczego?

Krytyk jest jednym z naszych psychicznych mechanizmów ochronnych. Jest zaprogramowany przy użyciu jakichś pojęć, stereotypów, lub przekonań, by chronił nas przed popełnianiem błędów, których konsekwencje mogą sprawić nam ból. Jego zaprogramowanie zawdzięczamy po części naszym rodzinom (jest naturalnym procesem wychowawczym, wpajaniem dziecku np. zasad moralności), a po części otoczeniu (szkoła, znajomi, przyjaciele, partnerzy, współpracownicy – których ich poglądy wywierają na nas bardzo silny wpływ gdyż spędzamy w ich otoczeniu więcej czasu niż z rodziną).

Zaprogramowanie krytyka na stałe nie może się nigdy udać, gdyż świat zmienia się z dnia na dzień. Kiedyś, gdy Ziemia była jeszcze płaska, guślarka musiała być wiedźmą, a wiedźmy paliło się na stosach – Krytycy byli programowani i utrzymywani na stałe gdyż średnia długość życia człowieka wynosiła ok. 45 lat. W tamtych czasach, podczas 45 lat niewiele mogło się stać, więc takie zaprogramowanie działało doskonale. Jednak teraz rozwój świata następuje tak szybko, że nie ma możliwości jednostajnego nakierowane nakierowania się na stałe dogmaty.

Istnieją zasady uniwersalne, których zmieniać nie ma sensu, są to na przykład:

- Poszanowanie życia i to, że zabijać po prostu nie wolno
- Poszanowanie zasad prawa
- Szacunek do naszego ciała
- Wiara w coś, wyznawana religia

Sam wiesz najlepiej jakie zasady uniwersalne wyznajesz, siądź przez chwilę i wypisz je na kartce. Czego robienie bądź nierobienie pozwoli Ci żyć w społeczeństwie i nie szkodzić bliźnim? Zastanów się nad tym przez chwilę. Drugim elementem są wartości zmienne. Je możesz dowolnie modyfikować, bez szkody dla innych. Jeśli jesteś osobą, która aktywnie żyje w społeczeństwie, wartości zmienne będą kreowane właśnie przez grupę w jakiej się znajdujesz. Jednak najważniejszą rolę w całym procesie odgrywasz Ty. Możesz dowolnie zmieniać wartości choćby takie jak:

- Pogląd na pieniądze
- Pogląd na ludzi i ich rasy
- Pogląd na biedę i patologię
- Myśli na temat ryzyka
- Jakie ryzyko możesz podjąć
- Ile to dużo a ile to mało
- Co jest dobre a co złe (z tym radzę ostrożnie)