

Transformacja charakteru

Oryginał angielski © 2007 Adeptus Luminatus
Wersja polska © 2007 FranzBardon.pl

Koncepcja transformacji charakteru jest jednym z tych obszarów, których szczegółów Bardon nie przedstawił, a które są bardzo ważne. Prawdopodobnie nie przedstawił tej koncepcji głębiej, gdyż istnieje wiele systemów, które mogą nam w tym temacie pomóc. Większość takich systemów nie mówi zbyt dużo o transformowaniu cechy negatywnej w jej pozytywne przeciwieństwo lecz poprzestaje na sposobach wykorzenia negatywności.

W obrębie danego systemu jedno rozwiązanie niekoniecznie będzie właściwe dla wszystkich negatywnych cech charakteru. Postaram się jednak przedstawić jedną metodę, która może pomóc w zajmowaniu się wieloma rodzajami cech negatywnych. Kluczowym słowem będzie tutaj „obserwacja”.

Jako przykładu użyję „gniewu/złości”, gdyż ta cecha występuje w ludziach dość powszechnie w mniejszym lub większym stopniu. Większość ludzi wyraża gniew na zasadzie re-akcji (reakcji na konkretne zdarzenia, które wyzwalają ekspresję gniewu). Emocja zachodzi bardzo szybko i zazwyczaj nie ma czasu na kontemplowanie jej ekspresji przed działaniem, a zatem istnieje niewielka szansa na jej transformację. Jak zatem zastosować w tym przypadku system „obserwacji”?

Zaczynasz od obserwowania po fakcie wskazując sobie „właśnie wyraziłem gniew, a nie lubię tej cechy w sobie”. Następnym razem gdy się to zdarzy zrób tak samo. Generalnie starasz się być coraz bardziej uważny i spostrzegawczy wobec samego siebie i robisz to coraz częściej. Z czasem będziesz niewątpliwie w stanie obserwować gniew coraz bliżej punktu w którym się wyraża i ostatecznie będziesz nawet w stanie widzieć go tuż przed jego ekspresją. W tym miejscu faktycznie możesz zewnętrznie zatrzymać jego wyrażanie.

Nie należy się tutaj zatrzymywać. Tak naprawdę negatywna energia wciąż jest w tobie i może wyrazić się później, jeśli nie zostanie zaobserwowana przed momentem jej wyrażenia. Szczególnie w przypadku gniewu, nie jest korzystnie „trzymać” go wewnątrz i powinieneś uwolnić tę energię – jeśli nie potrafisz rozpuścić go w swoim wnętrzu, to spróbuj chociaż nie wyrażać go wobec innych ludzi. Na przykład zrób sesję ćwiczeń fizycznych, potrenuj boks, pływanie lub poćwicz jogę. Po pewnym czasie gniew utraci swoją siłę, a równocześnie odniesiesz korzyść fizyczną. Kiedy umysł jest odwrócony od konkretnej rzeczy, traci ona swoją moc. W tym przypadku tą rzeczą są gniewne myśli. Jeśli wykonasz trudne ćwiczenia jogi, to będziesz musiał całkowicie skupić swój umysł na odpowiednich pozycjach, by się nie przewrócić. Twój umysł będzie wtedy zbyt zajęty by mieć jeszcze siłę równocześnie podgrzewać twe gniewne myśli.

Można by rzec, że samo w sobie to jest już transformacja, lecz nie o to chodzi w hermetyzmie. Tutaj należy iść jeszcze dalej, ponieważ nie zajęliśmy się jeszcze prawdziwą przyczyną i sama negatywna cecha charakteru wciąż istnieje i może wyrazić się później.

Idąc dalej z systemem obserwacji samego siebie, możliwe jest obserwować gniew w jeszcze wcześniejszych jego etapach. Następane stadium obserwacji to punkt w którym gniew zaczyna

rosnąć siłę w twoim wnętrzu (przed zewnętrzną ekspresją ale też przed szczytowym punktem wewnętrznej intensywności). Jeśli to zaobserwujesz, to ponownie możesz zrobić coś by rozproszyć jego ostateczną ekspresję i jeśli zajmiesz się tym wystarczająco wcześniej, gniew będzie wystarczająco słaby, byś faktycznie mógł go w sobie rozpuścić bez konieczności późniejszego uwalniania go innymi środkami. Ta obserwacja musi iść jednak w parze z pewnym stopniem zrozumienia by akt rozpuszczania był naprawdę skuteczny. Sama wola może tutaj nie wystarczyć. Rozpuszczenie najlepiej jest wykonywać w spokoju, a stosowanie woli jest jak siłowe usuwanie innej siły. Może czasem działać, lecz nie zawsze jest najskuteczniejszym środkiem.

Poprzez samoobserwację tego pojawiającego się gniewu możesz zacząć zauważać, że istnieją czynniki, które powodują jego powstanie. W tym momencie faktycznie zaczynasz mieć władzę nad tą negatywną cechą charakteru, gdyż w tym miejscu możesz rozpuścić gniew natychmiast gdy zaczyna się pojawiać albo przejść do następnego etapu, którym byłoby pełne zrozumienie wszystkich okolicznościach, które wyzwalają tę negatywną cechę charakteru w tobie, a następnie unikanie tych czynników – przynajmniej na chwilę, gdy jest to możliwe. Oczywiście nie zawsze jest to możliwe. Na przykład, kiedy czynnikiem wyzwalającym jest współpracownik, który codziennie siedzi obok ciebie, oczywiste jest, że możesz nie być w stanie tak łatwo unikać tej osoby, a gdybyś to robił, to tworzyłoby to pewnie nowe problemy. Tak naprawdę zmiana środowiska może dać dużo świeżości i spokoju w życiu, a w tym przypadku również i większą szansę na pokonanie negatywnej cechy charakteru. Wiedz jednak, że ta cecha charakteru nie zniknie dopóki nie zajmiesz się jej źródłową przyczyną. Nie chodzi tutaj o zewnętrzny czynnik wyzwalający lecz raczej o coś w tobie, czy też brak czegoś jak w tym konkretnym przypadku.

Wejść zatem do kontemplacyjnego aspektu obserwacji. Konieczne jest, byś analizował, który konkretny czynnik powoduje powstanie gniewu. Unikanie tych czynników jest użytecznym lecz tymczasowym ćwiczeniem do momentu, gdy jesteś już wystarczająco spokojny, by kontemplować swoją sytuację głębiej i by zyskiwać jej rozumienie. Na tym etapie szczególnie użyteczny jest system psychologii, gdyż jest on wyjątkowo pomocny w zrozumieniu dlaczego zachowujemy się w dany sposób. Prawie zawsze negatywne cechy czy emocje są przyswajane we wcześniejszym czasie naszego życia. W końcu przecież noworodki nie rodzą się pełne gniewu – wszystkie zachowania są wyuczone, a zatem można się ich również oduczyć i to samo w sobie jest już wielką transformacją.

Jeśli zastosuje się ją poprawnie, psychologia może prowadzić do znacznej ilości rozumienia. Nie będzie ono dotyczyć tylko ciebie lecz również czynników zewnętrznych, którymi często są inni ludzie. Lecz walka nie jest jeszcze wygrana... ostatnim krokiem jest działanie z pozycji rozumienia w chwilach, w których wcześniej wyzwalałby gniew. A kiedy będziesz to robić, to faktycznie przekształcisz swój gniew w jego pozytywne przeciwieństwo. W tym przypadku w empatię, współczucie i tak naprawdę – w miłość.

Kiedy osoba rozumie, dlaczego ktoś inny zachowuje się w określony sposób, to jak można równocześnie złościć się na nią? **Gniew pochodzi generalnie z braku zrozumienia.** To właśnie tego rozumienia na początku w tobie brakowało. Rozumieniem nie nazywam czystego intelektualnego rozumienia, lecz dużo głębszy, empatyczny poziom – istniejący w samym sercu!

Podsumowując, w taki sposób można użyć systemu obserwacji najpierw do rozbicia negatywnej cechy charakteru, a potem do jej przekształcenia. Jeśli chcesz przyspieszyć te

rzeczy, to spędzaj codziennie więcej czasu na medytacji, szczególnie na medytacji obserwacyjnej (np. takiej jak w kroku I przy obserwowaniu myśli. Inną popularną medytacją jest obserwowanie swojego oddechu, gdyż to zwiększa twoją zdolność do lepszego obserwowania rzeczy i będzie w naturalny sposób pojawiała się, gdy będziesz potrzebował ją zastosować.

Jedną z metod rozpoznawania oświecenia w innej osobie jest to, czy jest ona w stanie być całkowicie w chwili obecnej w każdym momencie, bez wyjątku. Taka osoba ma ogromną moc obserwacji i jest w stanie objąć i docenić każdą chwilę obecną, zamiast plątać się w myślenie o przeszłości czy zamartwiać przyszłością, jak reszta z nas ;-). Zatem praktykując obserwację, faktycznie pracujesz ku ostatecznemu celowi Hermetyzmu (czy jakiegokolwiek innego systemu rozwoju).

Adeptus Luminatus