

Multe 'eu'-ri

"Prima dificultate pentru oricine este cuvântul 'eu'. Spui 'eu' și nu te gândești că este doar o mică parte din tine cea care vorbește." Peter Ouspensky

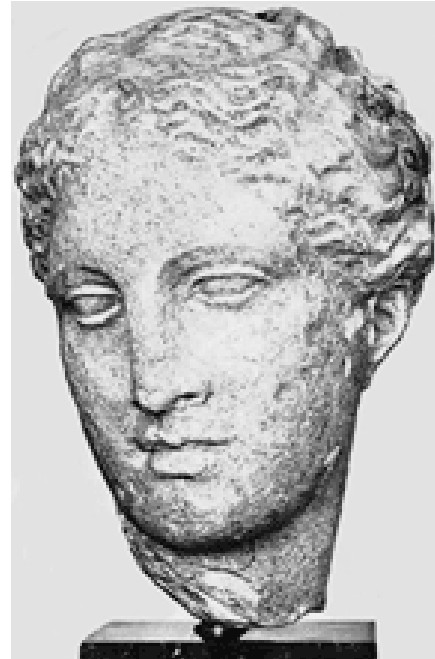
Practic fiecare respirație a noastră este însoțită de senzația de 'eu': eu gândesc, eu vreau, eu știu cel mai bine, eu prefer, eu sunt fericit, flămând, obosit. Conform celei de a Patra Căi, toate aceste senzații de 'eu' sunt mici [funcții](#) independente ale mașinii noastre umane. Nici unul dintre 'eu'-ri nu este 'eul real' al [conștiinței](#).

Diferența dintre conștiință și funcții nu pare evidentă la început deoarece suntem atât de obișnuiți cu sentimentul de sine din 'eu'-ri și pentru că nu cunoaștem conștiința ca pe o stare separată, de [prezență](#) fără cuvinte. 'Eu'-ri diverse trec în mod continuu prin noi în timp ce conștiința, dacă este prezentă, stă deoparte și le privește doar. Dar aceasta necesită prezența [amintirii de sine](#). Fără amintire de sine, conștiința adoarme în postul său și este depășită de fiecare 'eu' care apare.

Sistemul arată că toate 'eu'-rile noastre reprezintă funcțiile a patru minți independente numite [centri inferiori](#): centrul intelectual, centrul emoțional, centrul motor și centrul instinctiv. Urmează o descriere pe scurt a fiecăruia, dar cel mai important lucru este să se înțeleagă că toți cei patru centri pot funcționa cu sau fără ca noi să fim conștiinți de aceștia, și deci că funcțiile nu reprezintă conștiința.

[Centrul intelectual](#) produce 'eu'-ri sub formă de cuvinte, teorii, concepte, comparații logice și gânduri asociative. El descifrează această frază acum. Centrul intelectual este în principal un depozit ce colecționează, sortează și regăsește informație. Astfel, de obicei acesta răspunde lumii cu etichete, definiții, opinii și analize. Când nu poate, de obicei respinge subiectul.

Prin contrast, [centrul emoțional](#) reacționează la oameni, impresii vizuale și la intriga evenimentelor omenеști, fie acestea pozitive sau negative. Avem experiența 'eu'-rilor emoționale sub formă de plăcere și neplăcere, de admirație și apreciere, de invidie sau gelozie, de critică și suspiciune, de bunătate și compasiune. Centrul emoțional este sensibil în primul rând la oameni și se supără când aceștia nu-mi dau 'mie' destul din ceea ce mi se cuvine. Este de asemenea rădăcina simțului nostru



Hygieia. Marmură, 350-340 î.E.N. Atribuită lui Praxiteles. Muzeul Național de Arheologie, Atena, Grecia.

Reflecții despre multele 'eu'-ri

Omul nu posedă individualitate. El nu are un 'eu' mare și unic. Omul este divizat într-o multitudine de 'eu'-ri mici. Iar fiecare 'eu' mic și separat este capabil să se dea drept întregul, să acționeze în numele întregului, să aprobe și să dezaprobe, să promită, să ia decizii; iar un alt 'eu' sau întregul vor trebui să facă față consecințelor. Aceasta explică de ce, adesea, oamenii iau decizii pe care rareori le duc la bun sfârșit.

George Gurdjieff

Principala greșeală pe care o facem despre noi înșine este aceea de a ne considera ca fiind un întreg; de obicei vorbim despre noi ca despre 'eu' și presupunem că ne referim mereu la același lucru pe când, în realitate, suntem divizați în sute și sute de 'eu'-ri diferite. Aceste 'eu'-ri se schimbă tot timpul; se suprimă unul pe altul, se înlocuiesc unul pe altul, iar toată această luptă constituie viața noastră interioară.

Peter Ouspensky

de justiție și de aprobare sau dezaprobare a comportării oamenilor.

Un tărâm complet diferit de percepție este [centrul motor](#) care produce 'eu'-ri prin mișcarea fizică, plăcerea mișcării și vizualizarea spațiului tri-dimensional, ca atunci când conducem un automobil sau rezolvăm probleme de inginerie sau de programare. 'Eu'-rile din centrul motor se mândresc cu viteza și eficiența lor și devin nerăbdătoare când întâlnesc obstacole și întreruperi. Deseori cu cât ești mai ocupat cu atât acestea se simt mai vii. Așa cum explică a Patra Cale, totuși, mișcarea se întâmplă datorită impulsului și are prea puțină legătură cu acțiunea conștientă.

Cel mai puțin evident printre cei patru centri inferiori este [centrul instinctiv](#) care guvernează cele cinci simțuri și toată fiziologia internă precum respirația, digestia, tusea, strănutul și vindecarea. Centrul instinctiv este totodată domeniul percepției noastre senzoriale. Prin tentaculele sale, ne acomodăm la temperatură, climă și anotimp; sesizăm că alți oameni sunt bolnavi, sau prietenoși sau amenințători; sesizăm faptul că suntem priviți sau abordați din spate. Acestea precum și alte 'eu'-ri instinctive pot deveni uneori foarte acute și sunt interpretate în mod greșit drept conștientă datorită naturii lor intuitive și alerte. Conștientă este, totuși, ceva mai mult.

Însumând, 'eu'-rile instinctive simt momentul, 'eu'-rile de mișcare îl pilotează, 'eu'-rile emoționale îl evaluează iar 'eu'-rile intelectuale îl explică. Toți cei patru centri se suprapun în țesătura atitudinilor, dispozițiilor și acțiunilor noastre, totuși fiecare centru are propriile preferințe, propria memorie, propria imaginație. Și mai important, toți cei patru centri, precum și toate 'eu'-rile pe care le produc, sunt o reacție mecanică la moment. Nici unul dintre aceștia nu este conștient de el însuși ca fiind prezent în moment. Asta ei nu pot face.

Separarea conștienței de funcții

Lucrul într-o școală de a Patra Cale se învârtă în jurul metodelor de a învăța să observi 'eu'-rile și să separi treptat conștientă de funcții, în principal prin [divizarea atenției](#).

Un mod de a practica acest lucru este să faci o plimbare cu scopul de a te concentra asupra efortului de a fi prezent. În timp ce mergi, încearcă să menții divizarea atenției și să privești la ceea ce se află în fața ta. Observă atent și vei vedea cum 'eu'-ri întâmplătoare din cei patru centri inferiori îți îndepărtează conștientă de la divizarea atenției către [imaginație](#).

Un alt mod de a separa conștientă de funcții este să

În mod obișnuit, nu există nici permanență nici conștientă în om. Fiecare dintre funcțiile sale vorbește în el, automat și pe rând, cu o voce diferită, pentru propriile interese, indiferentă la interesele celorlalte sau ale întregului, dar folosind limba și numele individului. Astfel sunt multele 'eu'-ri ale omului.

Rodney Collin

Multe 'eu'-ri te învârt în cerc. Este dificil să te dezlipești de acestea. Unele 'eu'-ri sunt inofensive, totuși ele există pe cheltuiala amintirii de sine. Trebuie să încerci să nu le iei drept sinele propriu, pentru că ele nu sunt sinele propriu. Trebuie să înveți să nu fii păcălit de mașina proprie și de modurile prin care aceasta încearcă să-ți submineze munca.

Robert Earl Burton

Cine sunt eu în mijlocul acestui trafic al gândurilor?

Rumi

Să realizezi că nu este nevoie să urmezi aceste diverse 'eu'-ri obișnuite reprezintă zorii unei noi vieți.

Maurice Nicoll

Mintea devine adesea năpăstuită când marea muncă de amintire este uitată.

Hafiz

Luptă cu toate gândurile străine. Focalizează-ți mintea asupra a ceea ce faci, fie în exterior sau în interior.

Gujduvani

Calea spre eliberare constă din a-ți antrena mintea să trăiască în prezent.

Buddha

Prezentul ni se oferă doar pentru o secundă și apoi scapă simțurilor.

Plutarh

Imitațiile nu sunt tu însuși.

Walt Whitman

Devii epuizat de a te recupera la nesfârșit.

Rainer Maria Rilke

Încetinești și să te concentrezi asupra divizării atenției proprii. De exemplu, încearcă să nu te grăbești de la un lucru la altul. Nu depăși limita de viteză când conduci un automobil. Închide încet portiera mașinii. Ridică și pune înapoi telefonul într-un mod intenționat. Lasă-i pe ceilalți să vorbească fără a-i întrerupe. Prin aceste mici eforturi, vei vedea din nou cum în mod repetat multele 'eu'-ri te îndepărtează de la amintirea de sine.

Amintirea de sine are nevoie întotdeauna de efort special iar susținerea ei necesită o imensă disciplină interioară. Așa cum spunea Robert Earl Burton: "Când amintirea de sine dispare, imediat unul dintre cei patru centri inferiori îi ia locul, iar centrul inferior nu are nici un interes să fie prezent".

Notă: Pentru explicații mai detaliate despre cei patru centri inferiori, vezi [*Psihologia evoluției posibile a omului*](#) de Peter Ouspensky.

Subiectul ediției următoare: Transformarea suferinței

DI. Ouspensky spunea, "Suferința este cel mai bun ajutor posibil pentru amintirea de sine, dacă înveți cum să o folosești. Nu ajută de la sine; poți suferi întreaga viață și să nu obții un cât de mic rezultat, dar dacă înveți să *folosești* suferința, aceasta va deveni de ajutor." În următoarea ediție vom explora ce înseamnă acest lucru și cum să îl aplicăm într-un mod practic.