

Увод

*И най-важно:
бъди на себе си във всичко верен
и както ден след нощ от туй ще следва,
че няма никога да се окажеш
неверен и към другите.*

Уилям Шекспир*

Прочутите думи на Полоний към сина му Лаерт в Първо действие на Шекспировия *Хамлет* звучат толкова ясно и недвусмислено. Казват ни, че за да поддържаме искрени отношения с околните, преди всичко трябва да оставаме верни на себе си. И все пак, ако Лаерт би бил напълно откровен със себе си, може би ще осъзнае, че баща му говори празни приказки. В края на краищата на кой от многото „себе си“ да бъдем верни? На това, което демонстрираме, когато сме в лошо настроение, или на онова, което изниква, когато се чувстваме смирени от допуснатите грешки? На говорещото

* Хамлет, Първо действие, Трета сцена, в превода на Валери Петров.
– Бел. пр.

от мрачните дълбини на сърцето, когато сме подтиснати или разстроени; или на появяващото се в онези мимолетни моменти от съществуването, когато животът ни се струва тъй чуден и светъл?

От тези въпроси виждаме, че концепцията за нашето „аз“ вероятно ще се окаже по-неуловима, отколкото първоначално ни се струва. Може би ако Лаерт получи възможност да се обърне към традиционната психология, това би хвърлило известна светлина по въпроса. Фройд (1927), бащата на психологията, разделя психиката на три части: ид, его и суперего.

В ид (или то) той съзира първичната ни природа; в суперего (или свръх-аз) системата за оценка, която обществото е насадило в нас; а в его (или аз) нашия собствен представител пред външния свят, който се опитва да наложи баланс между другите две могъщи сили. Но това със сигурност не би помогнало на Лаерт. В крайна сметка на коя от тези сили в постоянен конфликт трябва да оставаме верни?

Отново виждаме, че нещата невинаги са толкова прости, колкото изглеждат. Ако се осмелим да погледнем отвъд повърхността на „аз-а“, възникват въпроси, които много хора биха предпочели да не задават: „Има ли много аспекти на моето съществуване, които поравно са части от моето „аз“, или съм един-единствен – и ако е така, кой, къде, как и защо?“

В следващите глави от тази книга ще предприемем пътешествие, в което ще изследваме нашето „аз“. Но няма да го направим по традиционния начин. Няма да се позоваваме на експертите по психология, нито на великите философи. Няма да привеждаме аргументи, нито да взимаме страна в изпитаните от времето религиозни възгледи или да прибъгваме до статистически утвърдените проучвания в областта на общественото мнение. Вместо това ще се обърнем към един източник, който разполага с феноменално, директно познание по въпроса. Ще се обърнем към онзи експерт,

който във всеки един момент, във всеки един ден от живота си, е събирал необходимите сведения, за да може най-после да изясни веднъж завинаги отговора на това фундаментално запитване. Този експерт сте вие.

Но преди да се развълнувате прекалено много или да решите, че не можете да се справите с тази задача, първо разберете, че целта ни не са възгледите или мненията ви по темата. Нито ни интересува какви книги четете, какви курсове или семинари сте посетили. Интересуваме се единствено от интуитивното ви разбиране за това кой е най-вероятно да сте вие. Не търсим познанието ви; търсим непосредствените ви преживявания.

Разбирате ли? Не можете да се провалите, защото вашето „аз“ е онова, което сте, през цялото време и навсякъде. От нас се иска просто да го установим. Все пак там вътре понякога е доста объркващо.

Главите в тази книга не са нищо повече от огледала, в които да видите своето „аз“ от различни ъгли. И макар пътуването, което се каним да предприемем, да е вътрешно, то ще засегне всеки аспект от живота ви. Единственото изискване е да се вгледате искрено в себе си по възможно най-естественния, интуитивен начин. Не забравяйте: ако търсим корена на нашето „аз“, онова, което търсим в действителност, сте вие.

Отгръщайки страниците на тази книга, ще откриете, че знаете далеч повече, отколкото сте мислели, по някои наистина задълбочени въпроси. Факт е, че вече ви е известно как да намерите себе си; просто вниманието ви е било отклонено, изгубили сте ориентация. Щом веднъж се съсредоточите отново, ще разберете не просто че имате способността да откриете себе си, но и че сте способни да се освободите. Дали ще изберете да го сторите, зависи изцяло от вас. Но след като приключите пътешествието си из тези глави, вече няма да изпитвате объркване, няма да се

чувствате без права и няма да търсите вината в другите. Ще знаете съвсем точно какво трябва да направите. И ако изберете да се посветите на по-нататъшното пътуване в самоосъзнаването, ще развиете изключително уважение към себе си като човек. Едва тогава ще оцените напълно и в дълбочина значението на съвета: „И най-важно: бъди на себе си във всичко верен.“