

Przemysł

Chociaż człowiek posiada rzeczywistą sferę duchową, to jednak pozostaje ona połączona ze sferą cielesną. To powiązanie uwidacznia się szczególnie, gdy zwrócimy uwagę na podatność naszej świadomości na zewnętrzne czynniki. Zarówno choroba, brak snu, jak i nadużywanie alkoholu mogą zaćmiec naszą świadomość, która jest przecież głównym narzędziem oddziaływania na nasze "ja", które stanowi centrum naszej wolności. Rozszerzanie naszej wewnętrznej wolności musi zatem współgrać z rozszerzaniem przestrzeni, w której nasza wolność działa. Ona musi zadbać, aby podstawowe potrzeby naszego ciała były realizowane w taki sposób, aby nie było to sprzeczne z jej samorozumieniem oraz by braki cielesne nie wpływały negatywnie na możliwości duchowe.

Wielką pomocą w komunikacji między naszym duchem i ciałem są nasze pragnienia. One informują naszego ducha o naszych cielesnych potrzebach. W ten sposób głód lub pragnienie domagają się od naszego ducha, aby się do nich ustosunkował. Istnieje możliwość całkowitego poddania się człowiekowi swoim potrzebom. Wtedy pojawia się jakieś

pragnienia wywołuje automatyczną chęć jego spełnienia. Możemy to zauważyć szczególnie u niemowląt. Jednak z czasem okazuje się, że człowiek może się ustosunkować do swoich pragnień w przeróżny sposób. Może je choćby odłożyć w czasie.

Nie można jednak całkowicie zrezygnować z tych potrzeb, które są wyrażone w pragnieniach. Jeśli pojawia się pragnienie w człowieku, to jest ono wyrazem niespełnienia jakiejś potrzeby. Jednak spełnienie tej potrzeby nie zawsze musi iść za pragnieniem. W człowieku, który ma problemy żołądkowe może pojawić się pragnienie zjedzenia czegoś niewłaściwego. Powstrzymanie swojego pragnienia i ukierunkowanie go na jakąś inną potrawę, która pozwoli zarówno nabrać sił jak i oszczędzić żołądek będzie spełnieniem potrzeby wyrażonej w tym pragnieniu, chociaż wiąże się to z rezygnacją z tej konkretnej rzeczy, na którą to pragnienie było pierwotnie ukierunkowane.

Istnieje zatem potrzeba, aby rozeznaczyć czego to konkretne pragnienie dotyczy. Na tej podstawie trzeba podejmować kroki, które rzeczywiście pomogą nam spełnić to pragnienie. Nasze pragnienia często bywają nieuporządkowane. Oznacza to, że najgłośniejszemu odzywają się pragnienia, które w tym momencie nie są najważniejsze. Wynika to zazwyczaj z tego, że pozwoliliśmy na pobudzenie tego konkretnego pragnienia. Taki jest zazwyczaj cel reklamy, która stara się wzbudzać w nas

Pragnienia informują naszego ducha o naszych cielesnych potrzebach

konkretne pragnienia, które mogą być spełnione przez oferowany produkt. Aby odróżnić rzeczywiste aktualne pragnienia od tych, które w sposób sztuczny zostały wywołane, należy ogólnie zadbać o wyciszenie. Jest to podobne do rozmowy, którą próbujemy prowadzić na środku głośnego targu, w którym każdy reklamuje swoje produkty. Aby wejść w lepszą rozmowę z naszą cielesnością, powinniśmy zadbać o przestrzeń i czas, które pozwolą nam zrozumieć nas samych.

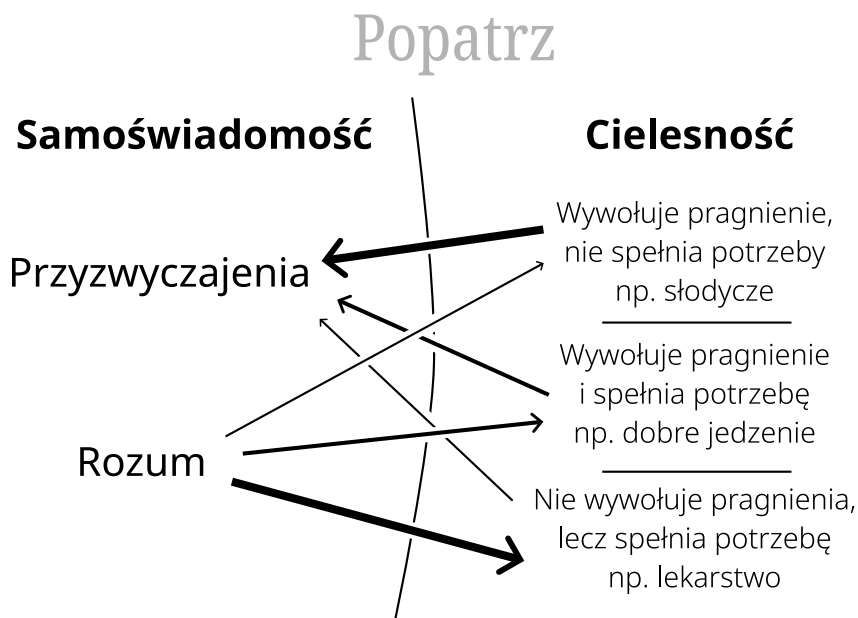
Reklamy rozbudzają nasze pragnienia i mogą prowadzić do nieuporządkowania

Niemniej nieporozumienia często wynikają z naszych przyzwyczajeń. Bardzo dobrze widać to na przykładzie jedzenia. Nasz rozum wie, że wiele potraw, które lubimy, są dla nas niekorzystne. Nie pozostaje to bez wpływu na nasz organizm. Niezdrowe jedzenie powoduje, że cały nasz organizm gorzej funkcjonuje. On co prawda potrafi dostosować się do naszych przyzwyczajeń – jednak z konsekwencjami, których chcielibyśmy uniknąć – na przykład jakaś choroba. Dlatego organizm może być przez nas w taki sposób wytrenowany, że zaczyna dążyć do rzeczy, które są mu potrzebne, równocześnie dążąc w innych obszarach do rzeczy, które są dla niego niekorzystne. Wynika to w dużej mierze z tego, że nasza cielesność w naturalny sposób koncentruje się bardziej na krótkotrwałych korzyściach, przez co długotrwałe konsekwencje nie wpływają w tej samej mierze na nasze przyzwyczajenia.

Rozwiązanie tego ograniczenia polega na tym, że nasz rozum musi ingerować w nasze pragnienia i je w taki sposób kształtować, aby uwzględniały nie tylko krótkotrwałe korzyści, ale także długotrwałe konsekwencje. Dlatego

tak potrzebnym jest, by nie tylko reagować na konkretne pragnienie, ale żeby za pomocą pragnień coraz lepiej rozumieć potrzeby i ukształtowanie naszego własnego ciała. Nie może być celem rezygnacja z pragnień na rzecz rozumu, ponieważ rozum sam z siebie nie zna potrzeby całego ciała. Musi więc dojść do współpracy między rozumem a ciałem, aby te wzajemnie ubogacały i rozwijały swoje możliwości.

Rozum powinien kształtować pragnienia, by prowadziły do spełnienia potrzeb



Nasz rozum stara się o rzeczywiste potrzeby ciała, podczas gdy przyzwyczajenie szuka realizacji pragnień

Wyćwicz

Przewycięzanie wewnętrznego oporu

Wiele naszych decyzji jest torpedowanych przez nasze przyzwyczajenia. Możemy chcieć zrezygnować ze słodyczy - jednak ich widok może nas złamać. Równocześnie po długim czasie rezygnacji z cukru możemy mieć wielką łatwość, aby nasz rozum a nie ochota decydowała o tym, czy warto zjeść coś słodkiego. Może w tym także pomóc, gdy uświadomimy sobie niepożądane konsekwencje swoich przyzwyczajzeń.

Cała praca polega zatem na tym, aby nasz rozum szukał sposobu współpracy z ciałem w ramach obecnych możliwości. O ile rezygnacja z leżących przed nami na stole słodyczy może być niemożliwą, o tyle rezygnacja z kupienia ich może już mieścić się w ramach naszej przestrzeni wolności.

Nie ma pod tym względem jednego rozwiązania, ponieważ każdy człowiek jest inny. Tym ważniejszym jest uświadomienie sobie swoich możliwości i ograniczeń. Czasami trzeba przyznać się do tego, że obecnie nie możemy dwóch rzeczy równocześnie robić - na przykład jeść słodycze od czasu do czasu, ale nie jeść ich za dużo. Wtedy trzeba dokonać jednoznacznego i świadomego wyboru jednego na rzecz drugiego.

Zadanie

Znajdź w swoim życiu takie rzeczy, które starasz się zrobić równocześnie, podczas gdy one pozostają ze sobą sprzeczne.

Zastosuj

Poranna modlitwa

Wyobraź sobie jak jakaś osoba podchodzi do Pana Jezusa. Po chwili Pan Jezus patrząc sobie na nią mówi jej "Idź i nie grzesz więcej". Pomyśl sobie o tym, że słowa te są dla niej z jednej strony wielką zachętą. Z drugiej strony istnieje w niej wielka obawa, bo pamięta jak bardzo była niestała w swoich postanowieniach. Wyobraź sobie, że Pan Jezus wypowiada te słowa wobec Ciebie.

Południowy rachunek sumienia

Zastanów się nad każdą świadomą decyzją podjętą w tym dniu. Czy w czasie tych decyzji uświadomiłeś sobie wszystkie konsekwencje? Czy patrząc na te decyzje żałujesz braku świadomości pewnych konsekwencji?

Wieczorne podsumowanie

Uświadom sobie najpierw obecność Pana Boga. Pomyśl sobie o tym, że Pan Bóg ogarnia cały świat swoją opieką. On pamiętał o wszystkich, którzy zostali przez Ciebie zapomniani. On pomógł wszystkim, którzy nie doczekali się Twojej pomocy. Najpierw dziękuj Panu Bogu, że zbawienie drugiego człowieka nie jest zależne od Ciebie, ale od Jego łaski. Potem podziękuj Jemu, że pragnie Ciebie wykorzystać, by zbawić drugiego.