



DE ESMIN MEMET

DREPTURI DE AUTOR

Drepturile asupra cărții de față sunt rezervate și atribuite exclusiv autorului, respectiv Esmin Memet.

CUPRINS

Introducere	(pagina 3)
Partea I : Sinele fals	(pagina 4)
Partea a II-a : Sinele real	(pagina 5)
Încheiere	(pagina 6)

INTRODUCERE

Fiind inspirat de motivul cultural exemplificat de legenda lui Faust, am pus ideile mele în structura acestuia, luând naștere cartea de față.

Al doilea volum este creat pe 2 părți.

Prima parte surprinde declarațiile sinelui fals, scenariu în care acesta îl ghidează pe omul care și-a dat sufletul, în schimbul aprecierii celor din jur.

A doua parte reprezintă mărturia sinelui real, aflat la puterea celui ce-și urmează sufletul.

Lucrarea de față prezintă, la un nivel mai profund, ce se întâmplă în interiorul unei persoane, atunci când își sacrifică sufletul pentru validare socială, spre deosebire de momentul în care își prioritizează liniștea sufletească.

Motivul pactului este constituit de sacrificiul sufletului, în schimbul aprecierii oamenilor din jur, diavolul (sinele fals) fiind cel care trece la stăpânire.

Partea I : Sinele fals

Vreau ca prin alegerile mele să-i mulțumesc pe cei din jurul meu. Prefer să-i știu pe ei bucuroși, vizavi de mine. Dacă ei sunt fericiți, și eu sunt.

Nu vreau să supăr pe nimeni, mai ales pe cei care m-au crescut și iubit, sacrificându-se pentru binele meu. Le sunt dator ca prin viața mea să-i fac mulțumiți.

Motivul tuturor acțiunilor mele este reprezentat de a fi apreciat și aprobat de către ceilalți. Nu știu sigur dacă fac ce îmi place și sunt confuz referitor la ce vreau de la viață, dar apropiații mei au toate răspunsurile și mă pot încrede în spusele lor. Dacă îmi cere cineva ajutorul, n-am cum să spun nu. Acest cuvânt i-ar putea supăra pe cei ce au nevoie de mine.

Oamenii de care sunt apropiat au niște așteptări de la mine și trebuie să mă ridic la nivelul lor. N-am cum să-i dezamăgesc.

Dacă sunt indecis, așa cum se întâmplă de obicei, fac alegerea pe care cei din jurul meu o consideră corectă pentru mine. Mă liniștește să-i aud cum îmi spun că am făcut foarte bine.

Spun mai tot timpul ce se vrea auzit de la mine, nu ce gândesc de fapt și fac mereu ce se dorește de la mine, nu ce simt eu. N-aș vrea să fiu în dezacord cu cineva. Indiferent de ce spune cel din fața mea, are dreptate. Nu vreau să-i spun ceva ce l-ar face să se supere pe mine.

Fac pe cât posibil să elimin orice posibilitate a dezaprobării, controverselor sau condamnării, aspecte ce mi-ar submina sentimentul de sine, făcându-mă să simt că nu sunt bun.

Ajutând, mă sacrific pe mine, dar nu-i problemă. Nu pot să-i spun nu.

Sunt dependent de a mi se confirma că sunt suficient de bun. Nu-mi pot permite nicio posibilitate de a mi se spune contrariul, deci trebuie să-i fac pe toți mulțumiți.

Mă las pe mine pentru ei, dar cum aș putea să-i refuz?!

S-a supărat pe mine.... Mă simt prost. Simt că am fost egoist, nesimțit sau superficial... exact cum mi-a spus. N-am să mai fac niciodată așa ceva. Trebuie să mă revanșez cumva, astfel încât să primesc o confirmare că sunt un om bun.

Nu aș vrea să ies prea mult în evidență, întrucât atenția primită ar putea lua forma dezaprobării, afectându-mi negativ stima de sine.

Oare mă plac? Ce ar trebui să fac sau spun ca să mă dorească în preajma lor?

Trebuie să mint, pentru că dacă îi spun adevărul, se va supăra pe mine.

Să minți e deplorabil, iar eu sunt o persoană de joasă speță că am făcut-o!

Mereu mă las pe mine pentru alții, dar nu înțeleg de ce rareori sunt mulțumiți de mine?!

Nu mă simt apreciat/iubit de ceilalți, în ciuda eforturilor pe care le fac. Nici măcar eu nu mă pot iubi, deoarece m-am sacrificat de atâtea ori.

Cu cât încerc mai mult să pretind că nu-mi pasă de părerea celorlalți, cu atât mai mult sunt influențat de ea.

Nu sunt suficient de bun...

Partea a II-a : Sinele real

Mereu mă pun pe mine pe primul loc. Liniștea mea e prioritară.

Sunt recunoscător celor care m-au crescut și iubit, dar datoria față de ei nu mă obligă să nu-mi trăiesc viața așa cum consider de cuviință, sacrificându-mi ambițiile/idealurile.

Motivul a ceea ce fac e a mă simți împăcat cu mine însumi, pe termen lung. Atât timp cât prin acțiunile mele nu fac rău în mod direct celor din jur, nimeni nu are dreptul să mă judece.

Fac alegerile în viață bazându-mă pe propria judecată și intuiție, asumându-mi consecințele acțiunilor mele.

Neavând o identitate, nu mă poate afecta nicio formă de insultă/dezaprobare. Acestea pur și simplu trec prin mine.

Dacă îmi cere cineva să-l ajut, o fac bucuros, atât timp cât îmi stă în putință și posibilități.

Vreau ca prin alegerile mele să valorific propria ființă, fiind împăcat cu ce fac. Îmi pare rău, dar ajutorul oferit ar fi în detrimentul meu, deci va trebui să spun nu. S-a supărat, dar eu sunt împăcat cu decizia pe care am luat-o, deci nu mă interesează.

Poate că încă mai sunt afectat, într-o oarecare măsură de vorbele celorlalți, dar nu mai opun rezistență la felul în care mă fac să mă simt și nu le mai permit să-mi controleze acțiunile. Poate că încă mă mai interesează ce cred și spun ceilalți despre mine, dar nu îmi mai subjug comportamentul părerilor lor.

Fac ce simt și spun ce gândesc, asumându-mi faptul că s-ar putea să supăr anumite persoane. N-am cum să nu fiu conform cu mine însumi.

Îmi sunt recunoscător că i-am lăsat pe ei pentru mine.

Pacea interioară întrece detașat validarea socială.

A fi singur nu e plictisitor, ci liniștit.

Caut pe cât posibil să evit persoanele ce îmi provoacă neliniște sau stres și îmi țin mintea închisă la gândurile negative sau limitative, constituite de părerile, criticile sau descurajările celorlalți. Nu pot permite acestor gunoaie energetice să-mi paraziteze ființa.

În orice fac, am o stare dominată fie de bucurie, fie de antuziasm, fie de acceptare. Indiferent de reacția celorlalți, mă comport mereu așa cum simt și cred eu că e corect și bine vizavi de propria persoană.

Sunt dispus să pierd în anumite părți, ca să câștig în altele. Nu opun rezistență față de consecințele alegerilor pe care le fac.

Pentru mine sunt cel mai important.

ÎNCHEIERE

Atunci când îți dai sufletul pe validare socială, de fapt le pierzi pe amândouă.
Uitându-te în oglindă, îl vei vedea pe cel care poate să-ți facă viața un rai sau
un iad.

Tu îți ești cel mai bun prieten și cel mai mare dușman.