

## AZ ÉRVÉNYES CSELEKVÉS

SPANYOLORSZÁG, KANÁRI-SZIGETEK, LAS PALMAS, 1978. SZEPTEMBER 29.

Egy tanulmányozó csoportban elmondott beszéd

Mi az érvényes cselekvés? Erre a kérdésre különböző módokon válaszoltak, vagy próbáltak válaszolni, és majdnem mindig azt vették figyelembe, hogy a cselekedet jó-e vagy rossz. Arra próbáltak választ találni, hogy mitől érvényes a cselekvés. Vagyis azt határozták meg, amit már régóta erkölcsösnek vagy etikusnak neveznek. Sok éven át foglalkoztunk azzal, hogy mi erkölcsös és mi erkölcstelen, mi a jó és mi a rossz. Valójában azonban az érdekelt minket, hogy mitől érvényes a cselekvés. Különböző válaszokat találtunk. Voltak vallásos, jogi, illetve ideológiai válaszok. Minden válaszban benne volt, hogy hogyan kellene cselekedniük az embereknek, és hogy milyen cselekvés kerülendő. Számunkra nagyon fontos volt, hogy világos választ kapjunk ebben a kérdésben. Azért volt nagyon fontos, mert az emberi cselekvés, irányától függően, különböző életformákat alakít ki. Az emberi életben minden ehhez az irányhoz igazodik. A jelenem is ahhoz fog igazodni, amilyen irányba a jövő felé haladok. Tehát ezek a kérdések az érvényességről, az érvénytelenségről, a jóról és a rosszról nemcsak az emberi lény jövőjét érintik, hanem a jelenét is. Nemcsak az egyént érintik, hanem emberi közösségeket, egész népeket is.

A különböző vallási nézeteknek megvoltak a maguk megoldásai. Így az egyes vallások híveinek be kellett tartaniuk bizonyos Istentől eredő törvényeket, előírásokat. Ez érvényes volt ezeknek a vallásoknak a híveire. Ám a különböző vallásoknak különböző előírásai voltak. Voltak vallások, melyek bizonyos események elkerülése érdekében tiltottak egyes cselekedeteket; más vallások pedig előírták azokat a pokol elkerülése végett. Ezek a vallások néha nem egyeztek meg sem előírásaikban, sem parancsolataikban, pedig elvileg egyetemesek. De a legaggasztóbb mindebben az, hogy a világ különböző térségeiben rengetegen még a legjobb szándékkal sem tudnak eleget tenni ezen előírásoknak, parancsolatoknak, mert nem érzik át őket. Ugyanígy a nem hívők (akik a vallások számára szintén Isten gyermekei) sem tudnak engedelmessé válni a parancsolatoknak, mintha Isten levette volna róluk a kezét. Egy vallás nem attól egyetemes, hogy földrajzilag lefedi a Földet. Alapjában véve attól kellene egyetemesnek lennie, hogy betölti minden ember szívét, körülményeiktől és tartózkodási helyüktől függetlenül. Így tehát a vallások etikai válaszai bizonyos nehézségeket vetnek fel.

Aztán utánaéztünk ennek a kérdésnek egy másik, az emberi viselkedést alakító rendszerben, a jogrendszerben is, mely szintén az emberi viselkedés formálója, alakítója. A jogrendszerek azt szabják meg valamilyen módon, hogy mit kell tenni vagy mit nem szabad tenni a kapcsolatokban és a társadalmi viselkedés során. Sokféle törvénykönyv létezik a kapcsolatok

szabályozására. Sőt, vannak büntető törvénykönyvek is, melyek büntetést helyeznek kilátásba bizonyos bűncselekmények esetén, azaz olyan viselkedés esetén, mely társadalmilag nem elfogadott, aszociális vagy antiszociális. A jogrendszerek is megpróbálták választ adni az emberi magatartást illetően arra, hogy mi tekinthető jó, illetve rossz viselkedésnek. Ahogy a vallások megadták a maguk válaszát, és ez megfelel a híveik számára, úgy a jogrendszerek is megadták a maguk válaszát, és ez megfelel az adott történelmi pillanatban, az adott társadalmi berendezkedésben, ám ezek a válaszok semmit sem mondanak az egyénnek, akinek az adott viselkedési normát követnie kell. Az értelmes emberek kétségkívül belátják, hogy a teljes káosz elkerülése érdekében nem árt, ha a társadalmi viselkedésnek vannak szabályai. Ám ez egy társadalomszervezési technika, nem pedig az erkölcs igazolása. És valóban, a különböző emberi közösségek rendelkeznek fejlettségüknek és felfogásmódjuknak megfelelő, törvény által szabályozott viselkedési normákkal, melyek néha ellentétben állnak egymással. A jogrendszereknek nincs egyetemes érvényük. Egy adott pillanatban, egy bizonyos társadalmi rendszerben használhatóak, de nem érvényesek minden emberi lényre, minden pillanatra és minden helyre, és ami a legfontosabb: semmit sem mondanak az egyénnek a jóról és a rosszról.

Az ideológiáknak is utánanéztünk. Az ideológiák már szívesebben kifejtik ezeket a kérdéseket, és jóval vonzóbb magyarázatokat kínálnak a szűk látókörű jogrendszereknél, és talán még a magasságokból kapott törvényeknél és előírásoknál is. Néhány tanítás úgy magyarázta, hogy az ember egy ragadozó állat, olyan lény, amely halad előre, semmire sincs tekintettel, utat tör magának bármi áron, még akkor is, ha ezzel a többi emberi lény kárára van. E mögött az erkölcs mögött egyfajta hatalomvágy húzódik. Ez az erkölcs, mely romantikusnak tűnhet, valójában sikerközpontú, és semmit sem mond az egyénnek arról, hogy mi történik abban az esetben, ha hatalmi törekvései kudarccal végződnek.

Egy másik ideológiai irányzat azt mondja: mivel a természetben minden fejlődik, és maga az emberi lény is ennek az evolúciónak a terméke, továbbá az ember egy adott pillanatban fennálló feltételek tükörképe, viselkedése azt a társadalmat tükrözi, amelyben él. Tehát egy adott társadalmi osztálynak egy bizonyos fajta erkölcsé lesz, egy másiknak pedig másfajta. Ily módon az erkölcsöt az objektív körülmények, a társadalmi viszonyok és a termelési módok határozzák meg. Nem kell túlságosan aggódni, hiszen az ember azt teszi, amire mechanikusan késztetést érez, még akkor is, ha propagandacélokból egyik vagy másik osztály erkölcséről beszélnek. Ha mechanikus fejlődésre korlátozzuk magunkat, abból az következik, hogy azért teszem, amit teszek, mert ebbe az irányba hajt valami. Hol van itt a jó, és hol a rossz? ... Itt csak különböző, mozgásban lévő részecskék mechanikus ütközéséről van szó.

Egyéb, sajátos ideológiák efféléket állítanak: az erkölcs társadalmi nyomás, mely arra szolgál, hogy a belső impulzusok erejét megfékezze, és ez az elfojtás egyfajta felettes énként hat; a

nyomás, amely a tudat üstjében létrejön, lehetővé teszi, hogy ezen alapvető impulzusok szublimálódjanak, bizonyos irányba tartsanak...

Úgyhogy a mi szegény barátunk, akinek a szeme előtt végigvonulnak a különböző ideológiák, végül leül a járdaszegélyre, és így szól: „Mit tegyek? Mert egyrésztől társadalmi nyomás alatt állok, ugyanakkor vannak impulzusok bennem, melyek szublimálódhatnak, amennyiben művész vagyok. Ellenkező esetben elnyúlok a pszichoanalitikus kanapéján, vagy neurotikus leszek.” Az erkölcs tehát valójában egy mód a nyomás féken tartására, azonban ez a nyomás néha mégis kicsap az üstből.

Más, szintén pszichológiai jellegű ideológiák a jót és a rosszat az alkalmazkodással összefüggésben magyarázzák. Az alkalmazkodó viselkedésen alapuló erkölcs – amely lehetővé teszi a közösségbe való beilleszkedést, a beilleszkedésre képtelent pedig kirekeszti a közösségből – önmagában problémákkal jár. Tehát a legjobb „a helyes úton járni” és „beilleszkedni”. Ez az erkölcs az alapján mondja meg nekünk, hogy mi a jó és mi a rossz, hogy az egyén alkalmazkodik-e vagy sem, beilleszkedik-e vagy sem a környezetébe. Rendben van, ez is egy ideológia.

De a nagy kulturális kifulladás korszakaiban, ahogy az többször megtörtént már más civilizációkban, rövid és azonnali válaszok születtek arra vonatkozóan, hogy mit kell és mit nem szabad tenni. Az úgynevezett „dekadens erkölcsi iskolákra” gondolok itt. Különböző kultúrákban (már hanyatlásukkor) olyan moralisták bukkantak fel, akik megpróbálták a viselkedésüket, amennyire csak lehetett, nagyon gyorsan a helyzethez igazítani, hogy irányt adjanak az életüknek. Vannak, akik ilyesmit mondanak: „Az életnek nincs semmi értelme, és mivel nincs semmi értelme, azt csinálom, amit csak akarok... ha megtehetem.” Mások azt mondják: „Mivel az életnek nincs sok értelme [nevetés], olyan dolgokkal kell foglalkoznom, amik kielégítenek, és amik jólesnek, tekintet nélkül bármire vagy bárkire.” Végül vannak, akik azt vallják: „Mivel nehéz helyzetben vagyok, maga az élet szenvedés, úgy kell cselekednem, hogy betartok bizonyos formákat. Sztoikusként kell cselekednem.” Ezért nevezik ezeket a dekadens iskolákat sztoikus iskoláknak.

Bár ezek az iskolák vészmegoldásokat kínálnak, mögöttük szintén ideológia áll. Úgy tűnik, ez az alapideológia azt mondja, hogy minden értelmét veszítette, és sürgős választ is ad erre az értelemvesztésre. Jelenleg például a cselekvést az abszurd elméletével próbálják igazolni, melybe az „elköteleződés” fogalmát is becsempészték. Tehát ha valami mellett elkötelezem magam, akkor annak eleget kell tennem. Olyan ez, mint egy banki követelés. Ugyanakkor nehéz megérteni, hogyan kötelezhetem el magam, ha a világ, amelyben élek abszurd és a semmiben végződik. Másrészt ez nem ad semmilyen meggyőződést annak, aki ezt a hozzáállást képviseli.

Tehát a vallások, a jogrendszerek és az ideológiai rendszerek, illetve a dekadens erkölcsi iskolák azon igyekeztek, hogy választ adjanak a viselkedés e komoly kérdésére, hogy

kialakítsanak egy bizonyos erkölcsöt, etikát, mert mindegyikük felismerte az emberi cselekedetek igazolásának vagy elutasításának fontosságát.

De mi az érvényes cselekvés alapja? Az érvényes cselekvés alapját nem az ideológiák, a vallási parancsolatok, a hitek és a társadalmi szabályok adják. Még ha mindezek nagyon fontosak is, az érvényes cselekvés alapját nem ezek, hanem a cselekvés által kiváltott belső érzet határozza meg. Alapvető különbség van a látszólag kívülről jövő értékelés és aközött az értékelés között, ami az emberi lény belső érzetein alapul az éppen véghez vitt cselekedethez kapcsolódóan.

Vajon mi az érvényes cselekvés érzete? Az érvényes cselekvés érzete az, amit az egység érzéseként tapasztalunk meg, ami ezzel egy időben a belső fejlődés érzését adja, s végül, amit meg akarunk ismételni, mivel az időbeli folytonosság „íze” kíséri. Ezeket a jellemzőket külön fogjuk vizsgálni: egyrészt a belső egység érzetét, másrészt az időbeli folytonosságot.

Nehéz helyzetekben különböző válaszokat adhatok. Ha például valaki zaklat, reagálhatok erőszakosan, levezethetem a külső inger okozta ingerültséget és a bennem keltett feszültséget; reagálhatok erőszakosan, és ezáltal egyfajta megkönnyebbülést érezhetek. Ellazulok. Tehát az érvényes cselekvés első feltétele látszólag teljesül: ha megjelenik egy kellemetlen inger, eltávolítom, ezzel levezetem a belső feszültségemet, és ahogy ellazulok, az egység érzetét tapasztalom.

Az érvényes cselekvés nem igazolható pusztán azzal, hogy a feszültség pillanatnyi levezetését szolgálja, mert időben nem folytatódik, és valójában éppen ellenkező hatást vált ki. „A” pillanatban levezetem a feszültségem a már említett módon, „B” pillanatban pedig egyáltalán nem helyeslem azt, ahogyan cselekedtem. Ez ellentmondást okoz bennem. Ez a fajta ellazulás nem „egységes”, hiszen a későbbi pillanat ellentmond a korábbinak. A cselekvés érvényességéhez az is szükséges, hogy időbeli egysége legyen, anélkül, hogy később ellentmondást, törést okozna. Számos olyan példát tudnánk találni, ahol egy, az adott pillanatban érvényes cselekedet a következő pillanatban már nem az, és az ember nem folytathatja tovább ezt a magatartást, mert az nem az egység, hanem az ellentmondás érzetét kelti.

Van azonban még egy szempont: a belső fejlődés érzékelésének egyfajta érzete. Mindannyian számos cselekedetet hajtunk végre a nap folyamán, enyhítünk bizonyos feszültségeken azáltal, hogy levezetjük őket. Ezeknek a cselekedeteknek semmi közük az erkölcsösséghez. Véghez visszük őket, levezetjük a feszültségeinket, egyfajta örömet szereznek, de semmi mást. Ha újra feszültség keletkezik bennünk, ismét levezetjük, egyfajta kondenzátorelv szerint: a töltés addig nő, amíg el nem ér egy bizonyos szintet, majd kisül. Így a töltéskisütés kondenzátoreffektusa következtében olyan érzésünk támad, mintha a tettek ismétlődésének örök körforgásába kényszerülnék; abban a pillanatban, amikor megtörténik a feszültség kisütése, kellemes érzést tapasztalunk, mégis hagy bennünk egy furcsa ízt annak az

észlelése, hogy ha az élet valóban csak ebből állna (az ismétlődések, örömök, fájdalmak körforgásából), akkor nem léphetne ki az abszurditásból. Ha ma feszültséget érzékelek, levezetem. Majd holnap ugyanígy... Folytatódik a tettek körforgása, mint ahogy a nappal és az éjszaka követi egymást, folyamatosan, mindenféle emberi szándéktól és választástól függetlenül.

Léteznek ugyanakkor cselekedetek, amelyeket talán csak néhány alkalommal vittünk véghez egész életünkben. Ezek olyan cselekedetek, melyek nagy egység érzését adják nekünk az adott pillanatban. Ezek a cselekedetek azt az érzetet adják, hogy általuk valami jobbá vált bennünk. Ezek olyan cselekedetek, melyek a jövőre vonatkozó ígéretet hordoznak magukban, mivel úgy érezzük, ha folyamatosan meg tudnánk ismételni őket, akkor valami jobbá válna, fejlődne bennünk. Ezek azok a cselekedetek, melyek az egység, a belső fejlődés, valamint az időbeli folytonosság érzését adják nekünk. Ezek az érvényes cselekvés érzetei.

Soha nem állítottuk, hogy ez a fajta cselekvés jobb vagy rosszabb bármínél, vagy hogy kötelező lenne követni. Inkább csak javaslatokat vázoltunk fel, valamint az ezeknek megfelelő érzetek rendszerét. Beszéltünk az egységet teremtő és az ellentmondást okozó cselekedetokről, és végül az érvényes cselekvés ismétlés útján történő tökéletesítéséről. Befejezésképpen az érvényes cselekedetek érzeteinek rendszeréről ezt mondtuk: „Ha belső egységed cselekedeteit ismétled, akkor semmi sem állíthat meg téged.” Ez utóbbi nemcsak az egység érzetéről, a fejlődés érzéséről, illetve az időbeli folytonosságról szól, hanem az érvényes cselekvés tökéletesítéséről is. Hiszen nyilvánvaló, hogy a próbálkozások során nem minden sikerül. Sokszor előfordul, hogy érdekes dolgokkal próbálkozunk, és nem sikerülnek. De felismerjük, hogy a dolgok javulhatnak. Az érvényes cselekvés is tökéletesíthető. Ezeknek az egységet, fejlődést és időbeli folytonosságot adó cselekedeteknek az ismétlése jelenti magának az érvényes cselekvésnek a tökéletesítését. Mindez lehetséges.

Nagy általánosságban felsoroltuk az érvényes cselekvés érzeteit. Ugyanakkor létezik egy fontosabb elv, az úgynevezett Aranyszabály. Ez az elv így szól: „Bánj úgy másokkal, ahogy szeretnéd, hogy veled bánjanak!” Nem újdonság ez az alapelv, több ezer éves. Kiállta az idő próbáját a világ különböző pontjain és különböző kultúrákban. Ez egy egyetemes érvényű alapelv. Többféleképpen megfogalmazták már; volt például, hogy tagadó formában, valahogy így: „Ne tégy mással olyat, amit nem szeretnél, hogy veled tegyenek.” Ez ugyanazon elképzelés megközelítése más nézőpontból. Máskor úgy fogalmazták meg: „Szeresd felebarátodat, mint tenmagadat!” Ez megint egy másik megközelítés. Természetesen nem pontosan ugyanaz, mint hogy: „Bánj úgy másokkal, ahogy szeretnéd, hogy veled bánjanak!” És ez jól van így, az emberek a kezdetek kezdetétől beszéltek erről az alapelvről. Minden erkölcsi alapelv közül ez a legmagasabb rendű. Ez a legmagasabb rendű az érvényes cselekvés elvei közül is. De hogyan szeretném, hogy velem bánjanak? Mivel az már egyértelmű, hogy jó úgy bánni másokkal, ahogy szeretném, hogy velem bánjanak. De én

hogyan szeretném, hogy bánjanak velem? Erre a kérdésre úgy kell válaszolnom, hogy azt mondom: ha mások így bánnak velem, akkor az jó nekem, ha pedig úgy, akkor az rossz. Tehát arra kell választ adnom, hogy mi a jó és mi a rossz. Újra vissza kell térnünk az örök problémához, hogy különböző elméletek és vallások szerint határozzuk meg az érvényes cselekvést. Egy bizonyos dolog számomra jó, ám egy másik ember számára nem. Biztosan találunk olyan embert is, aki ugyanezt az elvet követve nagyon rosszul bánik másokkal, hiszen szereti, ha vele is rosszul bánnak.

Nagyon jó ez az Alapelv, mely szerint a másokkal való bánásmód alapja az, hogy mi lenne jó a számomra, de még jobb lenne, ha tudnám, hogy mi a jó nekem. Ezért aztán minket az érvényes cselekvés alapja érdekel, és ez az alap az érvényes cselekvés által kiváltott érzetben rejlik.

Ha azt mondom: „úgy kell bánnom másokkal, ahogy szeretném, hogy velem bánjanak”, rögtön felmerül a kérdés: „Miért?” Bizonyára zajlik bennünk valamiféle folyamat, létezik egy olyan tudati működés, amely problémákat okoz, amikor rosszul bánunk másokkal. Vajon mi lehet ez a tudati működés? Ha azt látom, hogy valaki nagyon rossz állapotban van, vagy hirtelen megpillantok valakit, aki megsérült, akkor valami bennem is „megszólal”. Hogyan rezonálhat bennem az, ami valaki mással történik? Ez már szinte varázslat! Előfordul, hogy valaki balesetet szenved, és én szinte fizikailag megtapasztalom a másik balesetének érzeteit. Önök tanulmányozzák ezeket a jelenségeket, és tudják, hogy minden egyes észlelésnek megfelel egy kép, és értik, hogy míg bizonyos képek feszültséget kelthetnek bizonyos pontokban, más képek ellazíthatják őket. Ha minden egyes észleléshez tartozik egy megjelenítés, ennek a megjelenítésnek pedig van egy érzete – azaz egy újabb érzékelése –, akkor nem olyan nehéz megérteni, hogy amikor egy jelenséget észlelek, és társul hozzá egy belső kép (mozgásba jön ez a kép), hogyan lehetséges, hogy érzékelések jönnek létre a testem vagy a belső testem e kép hatására módosult bizonyos részeiben. Azért azonosulok azzal, aki megsérült, mert e jelenség vizuális észleléséhez társul egy vizuális kép hirtelen megjelenése, és ennek folyamánként cönesztéziás és taktilis képek hirtelen megjelenése, továbbá van egy új érzékelésem, amely végül kiváltja bennem a másik ember sérülésének érzetét. Nem lehet jó, ha rosszul bánok másokkal, mert ha ezt teszem, az ennek megfelelő érzetet fog okozni bennem.

Beszéljünk erről majd hogyan nem technikai értelemben! Ennek érdekében lépésről lépésre szimuláljuk a tudati „áramkörök” működését, bár tudjuk, hogy tudatunk struktúrája egy nagy egészként működik. Nos, van az első áramkör, ami az észlelésből, a megjelenítésből, az újabb megjelenítésből és a belső érzékelésből áll; és van a második, amely a cselekvéshez kapcsolódik, és a következőképpen írható le: minden egyes általam véghez vitt, a külvilág felé irányuló cselekedetről van egy belső érzetem is. A visszacsatolás ezen érzékelése teszi lehetővé például, hogy a végrehajtott cselekedetek révén tanuljak. Ha nem működne bennem

a visszacsatolás érzékelése a saját mozdulataimról, akkor sohasem tudnám tökéletesíteni őket. A gépirást például ismétléssel sajátítom el, a hibák és a sikerek által rögzítek cselekedeteket. Ám csak akkor tudok rögzíteni cselekedeteket, ha végrehajtom őket. Tehát amikor cselekszem, arról keletkezik bennem egy belső érzet. Engedjenek meg itt egy kis kitérőt! Létezik egy komoly előítélet, mely néha eluralkodik a pedagógia területén. E hit szerint azáltal tanulunk, hogy gondolkodunk, nem pedig cselekvés által. Egyértelmű, hogy amikor adatok jutnak el hozzánk, tanulunk, de az adat nem pusztán rögzül az emlékezetünkben, hanem mindig társul hozzá egy kép is, ami aztán újabb tevékenységet indít el: összehasonlítást, visszautasítást stb. Ez tehát a tudat folyamatos tevékenységét mutatja, nem pedig a feltételezett passzivitást, amely során az adat csupán elraktározódik. Ez a visszacsatolás teszi lehetővé, hogy azt mondhassam: „rossz billentyűt ütöttem le”. Így folyamatosan tapasztalom a siker és a hiba érzését; fokozatosan tökéletesítem a siker érzetét, és a helyes gépelés egyre gördülékenyebbé, automatikusabbá válik. Itt a második körről beszélünk. Az első kör mások fájdalomáról szólt, amit saját magamban érzékelek, a második pedig az általam végrehajtott cselekedet által kiváltott érzetről.

Önök ismerik az úgynevezett katartikus és transzferenciális cselekedetek közötti különbségeket. A katartikus cselekedetek alapvetően a feszültségek kisütésére szolgálnak, semmi többre. A transzferenciális cselekedetek ezzel szemben a belső töltések áthelyezését és a tudati tartalmak integrálását teszik lehetővé, valamint elősegítik a megfelelő pszichés működést. Tudjuk, hogy azok az elszigetelt tartalmak, melyek között nincsen kapcsolat, nehézséget jelentenek a tudat számára. Ha például egyik irányban gondolkodunk, de az érzéseink egy másik irányba mutatnak, s végül egy harmadik irányban cselekszünk, megértjük, hogy nincs illeszkedés, és hogy nem tapasztaljuk a teljesség érzetét. Úgy tűnik, hogy a pszichés működés csak akkor integrálódik, és csak akkor tudunk néhány lépést előrehaladni, amikor a belső tartalmak között hidakat létesítünk. Ismertek nagyon hasznos transzferenciális technikák, melyek bizonyos problémás képeket mozgatnak és alakítanak át. A *Vezetett élmények* című könyvben is ezt a technikát alkalmazzuk, csak irodalmi formában. Azt is tudjuk azonban, hogy nemcsak a képekkel való munka, de maga a cselekvés is képes mozgásba hozni transzferenciális és öntranszferenciális jelenségeket. Ám nem minden cselekedet egyforma. Vannak cselekedetek, melyek lehetővé teszik belső tartalmak integrálását, és vannak olyanok, melyek rendkívül bomlasztóak. Bizonyos cselekedetek olyan nyomasztóan hatnak az emberi lényre, annyi megbánást, belső viszályt és olyan mély nyugtalanságot okoznak, hogy soha nem akarja megismételni őket. Sajnos az ilyen cselekedetek erősen kötődnek a múlthoz.

Még ha a jövőben nem is ismétljük meg őket, a múltból nyomást gyakorolnak anélkül, hogy megoldódnának, feloldódnának, és nem teszik lehetővé a tudat számára, hogy elmozdítsa,

áthelyezze és integrálja a tartalmait. Következésképp az ember nem tapasztalhatja a belső fejlődés érzését, melyről korábban már beszéltünk.

A világban kifejtett cselekvés nem közömbös. Vannak olyan cselekedetek, melyek az egység érzését adják, s vannak olyanok, melyek az ellentmondás és a felbomlás érzését keltik. Ha ezt gondosan tanulmányozzuk, akkor annak a fényében, amit eddig megtudtunk a katartikus és transzferenciális jelenségekről, ez a téma (hogyan hatnak ezek a világban végrehajtott cselekedetek a tudati tartalmak integrálására és fejlődésére) sokkal világosabb lesz. Azonban a tudati „áramkörök” e modellezése annak érdekében, hogy megértsük az érvényes cselekvés jelentését, természetesen bonyolult téma. Eközben barátunk továbbra is azt kérdezi: „És én mit tegyek?” Értékesnek és egységesnek érezzük, ha azt a keveset, amit tudunk, egyszerű szavakkal és egyszerű tettekkel átadjuk annak, aki ott ül a járdaszegélyen (bármiféle vonatkozási pont nélkül az életében). Ha senki sem teszi meg érte, mi megtesszük – mint oly sok más dolgot is, ami segít legyőzni a fájdalmat és a szenvedést. Ha így cselekszünk, azzal magunkért is teszünk.