

Ο Περιχαρής Γονικός Ρόλος – Μέρος 2

Άσχετα από το τι αλλάζετε εξωτερικά η θεμελιώδης ανθρώπινη φύση παραμένει η ίδια. Κάθε ένας από μας κατέχει μια αγνή φύση. Έχουμε μια φύση που δεν μπορεί να καταστραφεί από οποιαδήποτε μόλυνση ή ρύπο. Μπορείτε να την καλύψετε με εσφαλμένη αντίληψη αλλά δεν μπορείτε να την καταστρέψετε. Είναι σαν τον χρυσό, μπορείτε να τον λειώσετε, μπορείτε να του δώσετε όποιο σχήμα θέλετε, παραμένει χρυσός. Μπορείτε να τον λειώσετε αλλά όταν κρυώσει είναι ακόμα χρυσός. Δεν μπορείτε να τον καταστρέψετε. Όλοι έχουμε τη φύση αυτή.

Ο ανώτερος σκοπός της ανθρώπινης ύπαρξης είναι η πραγμάτωση των δυνατοτήτων της φύσης αυτής, της φύσης που είναι εν ειρήνη χωρίς αγωνία και χωρίς σύγκρουση. Αν αποκαλύψετε αυτή τη φύση στα παιδιά σας, τα παιδιά θα μάθουν να συμπεριφέρονται αναλόγως.

Να παίρνουμε καταφύγιο σε εκείνους που γνωρίζουν, όχι στις παρορμήσεις μας

Χρειάζεται να φροντίσουμε να πάρουμε καταφύγιο σ' εκείνους που γνωρίζουν αντί να καταφεύγουμε στις παρορμήσεις μας. Το ενδιαφέρον σχετικά με τις παρορμήσεις είναι ότι η παρόρμηση φέρνει πάντα μαζί της έναν αυτοσχέδιο λόγο για να υποστηρίξει αυτό που νομίζει είναι καλή ιδέα. Κι ενώ ακούγονται τόσο πειστικοί στο κεφάλι σας, κανένας άλλος δεν τους προσυπογράφει. Γι' αυτό το λόγο δεν λειτουργούν.

Ένα παράδειγμα λήψης καταφυγίου

Την περασμένη εβδομάδα όταν ήμουν στην Ισπανία έλαβα έναν επείγον ηλεκτρονικό μήνυμα, δύο μαθητές μου – ο άντρας είναι οδοντίατρος – είχαν τον ανιψιό τους στο σπίτι. Ο εξάχρονος ανιψιός τους παραπονέθηκε ότι είχε φαγούρα κατά την ούρηση. Έτσι πήγαν το παιδί να δει έναν γιατρό. Ο γιατρός ήταν κάπως απότομος, δεν χειρίστηκε το παιδί με αρκετή φροντίδα και τράβηξε την ακροποσθία υπερβολικά και κυριολεκτικά την έσκισε. Έτσι έβαλε αντισηπτικό και ο τρόπος που το έκανε ήταν τραχύς και φυσικά το παιδί ούρλιαξε. Η θεία φυσικά σκέφτηκε: «Τι να κάνω;» Τα πράγματα φαίνονταν άσχημα. Σκέφτηκε να ξεπλύνει το αντισηπτικό για να βοηθήσει την κατάσταση.

Όπως προανέφερα ο σύζυγος ήταν οδοντίατρος και η σύζυγος τον βοηθούσε στην κλινική. Ο πρώτος χρόνος στην ιατρική σχολή είναι ο ίδιος για όλες τις ειδικότητες. Το αντισηπτικό όσο δυσάρεστο και αν φαίνεται στην πραγματικότητα σταματάει την φλεγμονή, σταματάει την ανάπτυξη των μικροβίων. Είχαν έρθει τον Αύγουστο στην απομόνωση στη Ελλάδα και τότε πήραν καταφύγιο, έτσι όταν συνέβη το γεγονός, αντί να ακολουθήσουν την παρόρμησή τους μου έστειλαν μήνυμα λέγοντας: «Σκέπτομαι να ξεπλύνω το αντισηπτικό και δεν θέλουμε να μεταφέρουμε το παιδί ξανά στο

νοσοκομείο, ήταν τόσο τραυματική εμπειρία για εκείνον». Σκέφτονταν έτσι επειδή είχαν ταραχτεί από τον τρόπο που αντέδρασε το παιδί. Η απάντησή μου ήταν πολύ έγκαιρη και ήταν εντελώς διαφορετική από αυτό που προσπαθούσαν να κάνουν. Είπα: «Πρώτον αφήστε το αντισηπτικό στην θέση του. Αυτό σταματάει την είσοδο των μικροβίων. Αν χρησιμοποιήσετε νερό, το νερό μεταφέρει πάρα πολλά μικρόβια. Ίσως το αντισηπτικό να μην φαίνεται ευχάριστο, αλλά θα σταματήσει την φλεγμονή και τα μικρόβια. Δεύτερον, πρέπει να πάτε το παιδί σε έναν γιατρό ή σε ένα νοσοκομείο το συντομότερο δυνατόν. Και ο λόγος δεν είναι μόνο το τραύμα του. Αν δεν πάτε το παιδί σε κάποιο γιατρό τώρα, θα αναπτύξει φοβία απέναντι στους γιατρούς. Θα ενηλικιωθεί και όταν έχει κάποιο πρόβλημα, δεν θα πηγαίνει σε γιατρό. Όταν αργότερα κάνει την δική του οικογένεια, θα τους αποθαρρύνει σε σχέση με τους γιατρούς. Έτσι το πρόβλημα θα πάρει μεγάλες διαστάσεις, έτσι λοιπόν πρέπει να τον πάτε σε ένα γιατρό ώστε να μην έχει την ευκαιρία να αναπτύξει φοβία».

Όπως κάποιοι άνθρωποι που υπεύουν και πέφτουν από το άλογο, η συμβουλή που τους δίνεται είναι να ξαναϊππεύσουν το συντομότερο δυνατόν. Διαφορετικά δεν θα ξαναπλησιάσουν άλογο.

Να κάνετε συμφωνία με τα παιδιά σας

Μην πιστεύετε ότι **οι φίλοι των παιδιών** σας που έρχονται στο σπίτι σας και φαίνονται πολύ ευγενικοί φέρονται στον έξω κόσμο κατά τον ίδιο τρόπο. Συχνά δεν είναι έτσι. Το κλειδί είναι: πώς συμπεριφέρονται; Προτού επιτρέψετε στα παιδιά σας να τους συναναστρέφονται, καλύτερα να τους γνωρίσετε πρώτα και ως τότε ας είστε κοντά τους. Δεν κάθεστε μπροστά τους να τους παρακολουθείτε, αλλά στέκεστε διακριτικά εκεί κοντά με το αυτί τεντωμένο και με πλήρη γνώση του τι κάνουν. Όταν αισθανθείτε περισσότερη εμπιστοσύνη, τους αφήνετε να βγουν έξω λίγο περισσότερο. «*Εντάξει παιδιά, πηγαίνετε στον κινηματογράφο, πηγαίνετε στο Mall. Πρέπει να γυρίσετε την τάδε ώρα και να αποφύγετε αυτά τα πράγματα*». Χρειάζεται να κάνετε ορισμένη συμφωνία με τα παιδιά σας και κατόπιν βεβαιωθείτε ότι την τηρούν πάντα και δεν παίρνουν αυθαίρετες αποφάσεις.

Αντί να πείτε: «*Πρέπει να κάνεις αυτό,*» στην πραγματικότητα είναι καλύτερο να δώσετε στο παιδί να καταλάβει γιατί. **Ποτέ να μην υποτιμάτε το παιδί. Ποτέ να μην τα κάνετε να αισθάνονται μικρά. Μιλήστε τους σε ένα επίπεδο που κατανοούν.** Για παράδειγμα, όλα τα παιδιά είναι λίγο επαναστατημένα και οι γονείς έχουν την τάση πάντοτε να μην χαλαρώνουν τον έλεγχο, και αν είσατε τόσο αυστηροί, τη στιγμή που απομακρύνονται από το σπίτι, τρελαίνονται, τρελαίνονται εντελώς. Έτσι μην είστε υπερβολικά αυστηροί. Ας υποθέσουμε ότι το παιδί σας θέλει να βγει με τους φίλους του και εσείς λέτε όχι ή θέτετε πολύ αυστηρούς όρους. Το παιδί θα αντισταθεί σε μια τέτοια κατάσταση. Θέλουν μια καλύτερη διαπραγμάτευση, καλύτερους όρους. Είναι ο τρόπος του για να ακουστεί από εσάς.

Προσκαλέστε τα παιδιά σας να συμμετέχουν

Από την δική τους πλευρά, έτσι το βλέπουν. Από την δική σας σκοπιά, το βλέπετε: «*Δεν θέλω να έχεις τόση ελευθερία*». Και οι δύο τρόποι δεν λειτουργούν. Μπορείτε να αλλάξετε θέσεις. Προσκαλέστε τα παιδιά σας να συμμετέχουν.

«Ας το δοκιμάσουμε. Εσύ να είσαι η μητέρα κι εγώ η κόρη. Θέλω να βγω έξω κι εσύ οφείλεις να μου πεις τι θα πρέπει να κάνω και τι όχι. Θυμήσου, μην κλέβεις, πρέπει να σκεφτείς σαν μητέρα». Αν ενθαρρύνετε το παιδί κατ' αυτό τον τρόπο, θα διαπιστώσετε ότι το παιδί αρχίζει να σκέφτεται από τη δική σας σκοπιά και ότι ίσως γίνεται πιο αυστηρό από σας. «Δεν μπορείς να βγαίνεις με αυτό το πρόσωπο, τι νομίζεις ότι κάνεις; Είσαι μόνον δεκατεσσάρων, πρέπει να γυρίσεις την τάδε ώρα!» Η δεκατετράχρονη γίνεται τώρα ένας ολοκληρωμένος ενήλικας κι εσείς γίνεστε το μικρό κορίτσι.

Αυτός είναι επίσης ένας τρόπος να βοηθήσετε το παιδί να κατανοήσει, να του δώσετε την ευκαιρία να σκεφτεί; «Αν ήσουν στην θέση μου, τι θα έκανες;» Φυσικά, αν μιλήσετε σε ένα τετράχρονο παιδί, θα πει: «Θα σου έδινα δέκα ευρώ». Θα πει: «Θα πάω στο ζαχαροπλαστείο και θα φάω γλυκά, μου αρέσουν τα γλυκά». Χρειάζεται λοιπόν να κατανοήσετε τις συνθήκες, τον τρόπο να εκπαιδεύσετε το παιδί.

Τα τρία πράγματα που χρειάζονται τα παιδιά ούτως ώστε να έχουν μια καλή σχέση με τους γονείς

Υπάρχει μια σειρά πραγμάτων που χρειάζονται για να έχετε μια καλή σχέση με τα παιδιά. Υπάρχουν μόνο τρία πράγματα που χρειάζεται ένα παιδί για να έχει μια καλή σχέση με τους γονείς:

- 1. Όταν ένα παιδί σφάλει, καταστήστε σαφές ποιό είναι το λάθος του και δείξτε του έναν άλλο τρόπο να ενεργήσει. Και μην το μεγαλοποιείτε, παραμείνετε στα γεγονότα.**
- 2. Μην τα δραματοποιείτε, «Ω! Αν το κάνεις αυτό, θα κλάψω, θα τρελαθώ! Ο πατέρας σου θα τρελαθεί! Ω θεέ μου!»** Όπως στις αρχαίες ελληνικές τραγωδίες. Για αυτό το λόγο τα αρχαία δράματα διαρκούν πολύ, δεν έχω ακούσει αρχαίο δράμα να διαρκεί ποτέ λιγότερο από τρεις ώρες, διότι πρέπει να διανύσουν όλη την κλίμακα των συναισθημάτων. Κάντε το σύντομο. Κάντε το σαν διαφήμιση 30 δευτερολέπτων. Να θυμάστε ότι οι διαφημίσεις κοστίζουν ακριβά, δεν βλέπεις ποτέ τρίωρο διαφημιστικό στην τηλεόραση, βλέπεις 15 δευτερολέπτων. Αν κάνετε μια διαφήμιση, στόχος της είναι **να μεταφέρει το μήνυμα με μεγάλη σαφήνεια.**

Παράδειγμα μετάδοσης του μηνύματος

Υπήρχε κάποτε ένας ληστής, ένας κλέφτης που ήθελε να γίνει βουδιστής, ήθελε να πάρει καταφύγιο, αλλά έλεγε ότι δεν μπορούσε να σταματήσει να κλέβει. Έτσι όλοι οι συνηθισμένοι δάσκαλοι που επισκέφθηκε του έλεγαν: «Δεν μπορώ να σου δώσω καταφύγιο αν δεν σταματήσεις να κλέβεις». Τότε πήγε στον Ναγκαρτζούνα ο οποίος είπε: «Ναι μπορείς να πάρεις καταφύγιο. Μπορώ να σε διδάξω, δεν είναι απαραίτητο να σταματήσεις να κλέβεις. Αλλά θέλω να κάνεις ένα πράγμα προτού κλέψεις. Θέλω να σκέφτεσαι τις συνέπειες και τι σημαίνει αυτό για τους άλλους, για τους ανθρώπους που κλέβεις. Αφού θα έχεις σκεφτεί έτσι, τότε μπορείς να κάνεις ό,τι θέλεις». Λίγες εβδομάδες αργότερα κλέφτης πήγε να δει τον Ναγκαρτζούνα και φαινόταν πολύ δυστυχής. «Δεν έχω δουλέψει κάμποσες μέρες. Τις προάλλες μπήκα σε ένα σπίτι αλλά

όταν έκανα ότι μου είπατε να κάνω προτού κλέψω, δεν μπορούσα πια να δω τον εαυτό μου να κλέβει αυτό τον άνθρωπο».

Αυτός είναι ένας πολύ καλύτερος τρόπος από το να πείτε: «Όχι! Κάνε αυτό. Γιατί; Γιατί είμαι η μητέρα σου!» Αυτό μπορεί να λειτουργήσει για λίγο, αλλά από την στιγμή που τα παιδιά θα αισθανθούν αρκετά δυνατά θα πουν: «Ευχαριστώ μαμά, αλλά όχι». Και μετά φεύγουν. Έτσι επικρατεί αναρχία. Πρέπει λοιπόν να τα σκεφτείτε αυτά.

Όταν τα παιδιά κάνουν λάθη, να είστε σαφής: «Μην το κάνεις αυτό, είναι λάθος,» και εξηγείτε γιατί. Όταν κάνουν κάτι σωστό, τα επαινείτε. Όταν κάνουν σφάλματα, είναι αναγκαίο να τα επιπλήττετε έτσι ώστε να γνωρίζουν το σφάλμα. Αν δεν συμμορφώνονται, να τους βάζετε μικρές τιμωρίες.

3. Σε καμία περίπτωση δεν τους λέτε: «Δεν σε θέλω, και δεν σε αγαπώ». Σε κάθε περίπτωση το παιδί πρέπει να καταλάβει ότι ό,τι κι αν κάνετε, η αγάπη σας για το παιδί είναι πάντοτε εκεί.

Πώς διασφαλίζετε ότι το παιδί ακολουθεί την ορθή αντίληψη;

Αν έχετε αυτά τα τρία πράγματα κατά νου, θα έχετε μια καλή σχέση με τα παιδιά σας. Όμως, το ερώτημα είναι: πώς διασφαλίζετε ότι το παιδί ακολουθεί την ορθή αντίληψη; **Το παιδί πάντα ακολουθεί την αντίληψη των γονιών. Έτσι ξεκινά. Για αυτό γίνεται τόσο σημαντικό για τον γονιό να έχει την ορθή αντίληψη.**

Σχετικά με την ορθή αντίληψη· την προηγούμενη εβδομάδα ήμουν στην Ισπανία. Μια από τις διδασκαλίες που έδωσα ήταν η λήψη καταφυγίου. Μετέδωσα την διδασκαλία αυτή επειδή ήταν μου το ζήτησαν κάποιοι μαθητές. **Λήψη καταφυγίου σημαίνει να λαμβάνει κανείς καταφύγιο στην ορθή αντίληψη και στην ορθή κατανόηση, και στην ορθή δράση.**

Κάποιος που δεν έχει λάβει καταφύγιο έχει περισσότερες πιθανότητες να παρασύρεται από παρορμήσεις από νοητικές κατασκευές από το παράγοντα “φαινές” ιδέες. Λήψη καταφυγίου σημαίνει ότι παρά το γεγονός ότι ακόμα λειτουργεί έτσι ο νους, αντί να ενεργήσετε παρορμητικά, εξετάστε την κατάσταση με κάποιον που είναι πολύ καλύτερα καταρτισμένος από εσάς πάνω στο θέμα.

Όπως ο μαθητής μου από την Μαλαισία ο οποίος είναι πτυχιούχος οδοντίατρος και εργάζεται μαζί με την σύζυγό του σε μια κλινική και συναποφασίζουν τι πρόκειται να κάνουν. Ωστόσο, πριν το κάνουν με ρωτούν και η απάντησή μου είναι εντελώς διαφορετική από ό,τι είχαν κατά νου. Όμως, ως αποτέλεσμα, όλα πάνε καλά.

Κάποιοι άνθρωποι με ρωτούν: **«Μπορεί κανείς να έχει την ορθή αντίληψη χωρίς να έχει πάρει καταφύγιο;»** Δεν το έχω δει να συμβαίνει. Δεν είναι δυνατόν. Όταν παίρνετε καταφύγιο στην ορθή αντίληψη, όταν παίρνετε καταφύγιο στον Βούδα, στο Ντάρμα και στην Σάνγκα:

Ο Βούδας είναι η ενσάρκωση της ορθής αντίληψης, της ορθής κατανόησης, της ορθής δράσης·

Το Ντάρμα είναι εφαρμογή της ορθής αντίληψης, της ορθής δράσης, της ορθής κατανόησης στην πράξη·

Η Σάνγκα εδώ αναφέρεται στην ανώτερη συνέλευση των Μποντισάτβα, των Λάμα, των Δασκάλων να σας καθοδηγούν.

Έτσι, **όταν έχετε λάβει καταφύγιο στα Τρία Πολύτιμα Πετράδια, το μεγαλύτερο όφελος είναι ή γαλήνη το νου.** Πριν, όποια σχέδια έχετε εμπεριέχουν ελπίδα και αγωνία. Ο **φόβος, η αγωνία και η ελπίδα**, αυτά τα τρία συναισθήματα. Είστε γεμάτοι φόβο ότι μπορεί να μην γίνουν τα πράγματα, ελπίζετε ότι θα γίνουν, αλλά εφόσον δεν έχει ακόμη συμβεί, έχετε αγωνία. Όμως όταν έχετε λάβει καταφύγιο, αναφέρεστε στην πραγματικότητα σε κάποιον που γνωρίζει, τότε ξαφνικά η αγωνία που υπάρχει λόγω της αβεβαιότητας, όταν έχουμε αυτό το πρόσωπο στο οποίο μπορούμε να απευθυνθούμε και να μας διευκρινίσει τα πάντα, αυτομάτως όλα είναι εντάξει. Είναι τόσο απλό.

Έτσι, σε κάθε τι σχετικό με τα παιδιά, στον περιχαρή γονικό ρόλο πρέπει να εμπεριέχεται η κατάλληλη κατανόηση, η κατάλληλη επικοινωνία. Πολλά προβλήματα προκύπτουν εξαιτίας της έλλειψης κατανόησης του τρόπου να συμπεριφερθούμε στα παιδιά. Δημιουργεί κάποιο είδος εσφαλμένης αλληλεπίδρασης.

Για παράδειγμα, όταν θέλετε τα παιδιά να κάνουν ορισμένα πράγματα, αρχικά θα έχουν σύντομο και παράλογο ξέσπασμα θυμού λέγοντας ότι αρνούνται να τα κάνουν επειδή τα περισσότερα πράγματα που τους ζητήσατε να κάνουν στο παρελθόν δεν ήταν λογικά. Εφόσον έχετε καταγραφεί ως μη-λογικοί, η πρώτη αντίδραση είναι η αντίσταση. Και ο μόνος τρόπος που ξέρουν να αντισταθούν είναι με ξεσπάσματα θυμού, φωνές και χτυπώντας πεισματικά το πόδι.

Παράδειγμα κατάλληλης επικοινωνίας με τα παιδιά

Θα σας δώσω ένα παράδειγμα από μια προηγούμενη απομόνωση. Μια από τις μαθήτρές μου έχει ένα παιδί ο οποίος πήρε καταφύγιο με εμένα όταν ήταν τεσσάρων ετών μαζί με άλλα παιδιά. Οι γονείς δεν αναμίχτηκαν, ήρθαν μόνα τους θέλοντας να πάρουν καταφύγιο. Οι γονείς ξαφνιάστηκαν. Το συγκεκριμένο παιδί είχε ξέσπασμα θυμού για ασήμαντο ζήτημα, δεν άκουγε κανέναν, δεν άφηγε τους άλλους να πλησιάσουν. Αυτό συνεχιζόταν για πέντε λεπτά. Του έγνεψα, ήρθε κοντά μου και το είπα: «Σου αρέσει εδώ;» Καθόμασταν στην ακρογιαλιά, του πρόσφερα παγωτό κάθε μέρα, καθόμασταν στην παραλία και κολυμπούσαμε. «Σου αρέσει εδώ;» είπα. «Ναι,» απάντησε. «Θέλεις να μείνεις εδώ;» «Ναι,» είπε. «Τότε να φέρεσαι όπως πρέπει». Όλα σταμάτησαν. Αυτό έγινε επειδή η σχέση που έχω με το παιδί διαφέρει από τη σχέση της μητέρας με το παιδί.

Όταν ήταν τριών ετών πήγαμε σε ένα εστιατόριο για φαγητό ένα κινέζικο εστιατόριο στην Αγγλία. Του είπα, «Φάγε ρύζι». Κι εκείνος έφαγε – τόσο απλό. Στην μητέρα του έλεγε: «Δεν το θέλω αυτό!» Με μένα έχει ένα καλό ιστορικό, ενώ με την μητέρα όχι. Γιατί; Επειδή ήμουν προσεκτικός. **Πάντοτε υπήρξα προσεκτικός στις σχέσεις μου με τους άλλους. Έτσι το παιδί με ακούει, αλλά δεν ακούει την μητέρα του.**

Φέτος ήταν ένα κορίτσι από την Ισπανία. Η μητέρα του είδε ότι είχε κοπεί και της είπε: «Ας βάλουμε κάτι πάνω». Η μικρή είπε: «Δε θέλω!» Μεγάλο δράμα. Τότε κάποιοι τους είπαν: «Γιατί δεν πάτε στον Σίφου;» Και τότε είδα το τραύμα και είπα: «ΟΚ, βάλε αυτή την κρέμα». Έγινε χωρίς κανένα πρόβλημα.

Το θέμα είναι **μην νομίζετε ότι έρχεστε εδώ για να μάθετε κόλπα πώς να χειραγωγείτε τα παιδιά**. Θα θέλατε εσείς οι άλλοι να χρησιμοποιούν κόλπα για να σας χειραγωγούν; Αν δε σας αρέσει οι άλλοι να χρησιμοποιούν τρόπους χειραγώγησης απέναντί σας, γιατί λοιπόν νομίζετε ότι θα άρεσε στα παιδιά να χειραγωγούνται; Δεν υπάρχει λόγος, έτσι; Το γεγονός ότι σκέπτεστε έτσι αποτελεί εσφαλμένη αντίληψη.

Ο Δάσκαλος Βούδας έδωσε εξαιρετικά σαφή διδασκαλία για το πώς να αλληλεπιδράτε με τα παιδιά. Πώς νομίζετε σας δίνω συμβουλές; Από που νομίζετε ότι προέρχονται; Από την διδασκαλία. Δεν είπα: «Μμμ... α ναι!» Τίποτα τέτοιο. Τίποτα τόσο δραματικό. Όχι κάτι τέτοιο. Στην πραγματικότητα όταν μου απευθύνεστε, ο τρόπος που μιλάω είναι πολύ συνηθισμένος, αλλά το ερώτημα που μου κάνετε το έχω εξετάσει προηγουμένως όταν έλαβα οδηγίες. Έτσι είναι σαν να έχω προετοιμαστεί για αυτού του είδους τα πράγματα. Όλη μου την ζωή προετοιμαζόμουν για αυτά τα πράγματα. Όταν δεν είσαι προετοιμασμένος, αυτό που έχεις στα χέρια σου είναι μια λίστα από τακτικές που 'ίσως δουλέψουν', οι οποίες δεν δουλεύουν. Έχετε μια βιβλιοθήκη με βιβλία γραμμένα από ανθρώπους οι οποίοι στην πραγματικότητα δεν έχουν τα προσόντα για να γράφουν για αυτά τα πράγματα. **Οι βουδιστές δεν μιλούν για θετική σκέψη, μιλούν για ορθή σκέψη**. Η θετική σκέψη χωρίς κατανόηση είναι ανοησία.

Η ορθή αντίληψη χρειάζεται να καλλιεργηθεί

Η ορθή αντίληψη δεν είναι κάτι που έρχεται μόνο του, χρειάζεται να καλλιεργηθεί, όπως και τα παιδιά χρειάζονται γαλούχηση. Υπάρχει λοιπόν ένα ενδιαφέρον στοιχείο που θα διαπιστώσετε στους μαθητές μου. Φυσικά διαφορετικοί μαθητές μαθαίνουν με διαφορετικούς τρόπους, έχουν διαφορετικό βαθμό προόδου. Όμως υπάρχει ένα πράγμα πολύ, πολύ κοινό, όλοι έχουν καλύτερες σχέσεις με τους γονείς τους. Όλοι έχουν καλύτερες σχέσεις με τους γονείς τους, όλοι έχουν καλύτερες σχέσεις με τα παιδιά τους, όλοι έχουν καλύτερες σχέσεις με τους συζύγους τους, όλοι έχουν καλύτερες σχέσεις στην εργασία και μπορούν να διαχειριστούν το στρες με έναν τρόπο που δεν μπορούσαν πριν. Μπορούν να διαχειριστούν τις αλλαγές με ένα τρόπο που δεν μπορούσαν να φανταστούν ότι θα το κάνουν πριν. Και αυτό οφείλεται στο Ντάρμα.

Παίρνοντας καταφύγιο στην ορθή αντίληψη

Έτσι, όταν κάποιος παίρνει καταφύγιο στην ορθή αντίληψη, πράγμα το οποίο καλλιεργεί την ορθή κατανόηση και την ορθή δράση, τότε φυσικά λαμβάνει το ορθό αποτέλεσμα.