

Alfred Adler

insan
tanima
sanati



YAZAR HAKKINDA

Psikiyatri alanında öncü bir isim olan Alfred Adler (1870-1937), Viyana'da doğdu. Freud gibi tıp kökenliydi ve akıl hastalıklarıyla ilgilenmeye başladı. Bu yüzyılın başlarında Freud'un psikanaliz grubunun önemli bir üyesiydi. 1911 yılında bu gruptan ayrıldı ve Bireysel Psikoloji kuramını geliştirdi. Bu kuram, bireyin diğerlerinden farklı bir şekilde incelenmesi gerektiğini savunur. Adler, en çok aşağılık kompleksi kavramını geliştirmesi ve hastaların normal sorumluluklardan kaçma çabalarını nevroz teorisiyle ilişkili hale getirmesiyle tanınır.

YAZARIN ÖNSÖZÜ

Bu kitap, Bireysel Psikoloji temellerini okuyuculara anlatmayı amaçlayan niteliktedir. Aynı zamanda bu prensiplerin kişinin sadece dünyayla ve çevresiyle olan ilişkilerini değil, kişisel yaşamını düzenleme konusundaki günlük ilişkilerini nasıl etkilediğini pratiğe dökme amacını taşır. Kitap, Viyana'daki Halk Enstitüsü'nde bir yıl boyunca, her yaş ve meslekten yüzlerce kadın ve erkeğe verilen derslerden esinlenerek hazırlanmıştır. Kitabın amacı, bireyin hatalı davranışlarının toplumsal yaşamın uyumuna nasıl etki ettiğini vurgulamaktır. Aynı zamanda bireyin kendi hatalarını öğrenmesine yardımcı olmak ve son olarak da toplumsal yaşama uyum sağlamak için nasıl daha bilinçli bir şekilde ilerleyebileceğini göstermektir. İş hayatında veya bilimde yapılan hatalar pahalıya mal olabilir ve çok üzücüdür. Ancak yaşamın yönetilmesiyle ilgili hatalar genellikle yaşamın kendisi için tehlikeli olabilir. Bu kitap, insan doğasını daha iyi anlama yolundaki insanın yolculuğuna ışık tutma amacını taşır.

ALFRED ADLER

GİRİŞ

“İnsanın kaderi, ruhunda saklıdır.”

Herodot

İnsan doğasını ele alan bilim dalına özgüven ve kibirle yaklaşamaz. Bunun tam aksine, bu bilim dalı insanları alçakgönüllülükle ele almayı amaçlar. İnsan doğası, uygarlığın en başından beri çözülmeyi bekleyen bir gizemdir hatta yalnızca uzmanların incelediği bir bilim dalı değil, her insanın anlaması gereken bir konudur. Fakat bu durum bu alanda çalışan akademisyenler için kimi zaman zorlayıcı olabilmektedir çünkü araştırmalarını sadece belirli bir bilimsel grup tarafından anlaşılmış olarak görürler.

Yalnız bir yaşam sürdürdüğümüzden, çoğumuz insan doğası hakkında çok fazla bilgi sahibi değiliz. Geçmiş zamanda, günümüzde olduğu gibi yalnız bir yaşam sürmek pek mümkün değildi. Ailelerimizin bizi dış dünyaya karşı koruma isteğinden dolayı çocukluk dönemimizden itibaren insanlarla sınırlı temas ve iletişim kurarız. Bu durum da insan doğasını anlamaya yönelik, bilim ve sanatın gelişimi için gerekli olan yakın ilişki gelişimini engeller. Bununla beraber diğer insanlarla yeterli miktarda

temas kuramamak, onlara karşı önyargı geliştirmemize de sebep olur. İnsan doğasını yeterince anlamadığımız için davranışlarımız genellikle yanlış anlaşılır ve bizim insanlar hakkında düşüncelerimiz de doğru şekillenmez. Zaman içinde insanlar birbirleriyle iletişim kuramaz ve birbirlerine yabancı gibi davranırlar. Bu hem toplumda hem de aile içinde sıklıkla görülen bir durumdur. Ebeveynlerin çoğunlukla dile getirdiği şikâyetlerden biri de çocuklarını anlayamamalarıdır, çocuklar da sıkça ebeveynlerinin kendilerini anlamadığından dert yazar. İnsanlarla kurduğumuz tüm ilişkiler, onları anlayabilme yeteneğimize dayanır. Bu nedenle birbirimizi anlamak, sosyal ilişkilerimizin temelini oluşturur. İnsanlar, kendi doğaları hakkında daha fazla bilgiye sahip olsalardı, daha sorunsuz bir şekilde yaşayabilirlerdi. Böylece rahatsız hissettiren sosyal ilişkiler önlenebilirdi çünkü çatışmalar ve anlaşmazlıklar, birbirimizi anlamadığımız ve yüzeysel ilişkiler kurmak için maskeler taktığımız durumlarda ortaya çıkar.

İlk olarak temel hedefimiz, bu geniş alanda bilimsel temel oluşturma sebebimizi açıklamak için tıp bilimlerinin bakış açısından bu soruna nasıl yaklaşacağımızı belirlemektir. İnsan doğası biliminin temellerini, ele alınması gereken sorunlarını ve beklenen cevapları belirlemek öncelikli amacımızdır.

Psikiyatri, insan doğasının en ayrıntılı bilgilerinin dahi önemli olduğu ve ihtiyaç duyulduğu tıbbi bir dal olarak öne çıkar. Psikiyatri alanında çalışan bir doktor, nevrotik bir hastanın iç dünyasını olabildiğince hızlı ve doğru bir

şekilde çözümlenebilmelidir. Bu özel tıp alanında, hastanın zihinsel durumu hakkında tam bir anlayışa sahip olmadan da etkili bir değerlendirme ile tedavi uygulayıp ilaç verebilir. Yüzeysellik bu alanda kabul edilemez. Hatalar ciddi sonuçlara yol açabilirken, doğru bir anlayış tedavinin başarısını artırır. Başka bir deyişle, insan doğası hakkındaki bilgimizin en açık ve detaylı özeti burada ortaya çıkar. Günlük yaşamda, başka bir kişinin psikolojik değerlendirmesinde yapılan bir hata, dramatik sonuçlar doğurmayabilir çünkü bu hataların sonuçları uzun bir süre sonra ortaya çıkar ve buradaki bağlantı net olmayabilir. Çoğu zaman, bir kişinin yanlış yorumlanmasının sonuçları yıllar sonra anlaşılabilir ve bu tür olumsuz olaylar, insan doğası hakkında daha fazla bilgi edinme gerekliliğini ve sorumluluğunu öğretir.

Sinir hastalıklarının incelenmesi, psikolojik anormalliklerin, komplekslerin ve hataların temel olarak normal bireylerin davranışlarından çok da farklı olmadığını göstermektedir. Aynı unsurlar, aynı temeller ve aynı eylemler üzerine araştırmalar yapılır. Tek fark, sinir hastalarında bu özelliklerin daha belirgin ve daha kolay fark edilebilir olmasıdır. Bu keşfin sağladığı avantaj, normal olmayan vakalardan öğrenebilme ve normal psikolojiye sahip bir yaşam süren kişinin benzeri davranış ve özelliklerinin keşfine katkıda bulunabilme yeteneğimizdir. İhtiyacımız olan şey her mesleğin gerektirdiği eğitim, istek ve sabırdır.

Ruhsal yaşamının temel bileşenlerinin en keskin biçimiyle bireyin çocukluk döneminde gelişmesi ilk büyük

keşifti. Bu keşif, aslında cesur bir adım değildi, benzer sonuçlar daha önceki önemli bilim insanları tarafından da elde edilmişti. Ancak bu keşif, çocukluk deneyimlerini, izlenimlerini ve tutumlarını, mümkün olduğunca açık ve sürekli bir modelde birleştirebilmemizi sağladı. Bu şekilde, en erken çocukluk döneminin deneyimlerini ve tutumlarını, daha sonra yaşamın ilerleyen dönemlerindeki deneyimler ve tutumlarla karşılaştırabildik. Bu bağlamda önemli bir keşif yapıldı; ruhsal yaşamın tekil göstergeleri asla yeterli bütünlükler olarak kabul edilmemeliydi. Tekil göstergeler ancak bir bütünün parçaları olarak düşünülebilir ve sadece genel bir eylem içindeki yerini belirlediğimizde değerlendirilebilirdi. Bu, yalnızca bir bireyin yaşam üslubunu keşfettiğimizde ve çocukluk dönemindeki tutumunun, yetişkinlik dönemindeki tutumuyla örtüşüğünü net bir şekilde açıklayabildiğimizde mümkün olur. Kısacası, ruhsal hareketlerde temel bir değişiklik olmadığı net bir şekilde kanıtlandı. Belirli ruhsal olayların dışı vurumu, somutlaşması ve ifade tarzları değişebilir ancak amaçlar, dinamikler ve ruhsal yaşamı son hedefine yönlendiren her şey sabit kalır. Kendini gelişimden soyutlamaya çalışan, sürekli şüphe ve güvensizlikle dolu bir zihne sahip olan, toplumdan izole olma eğilimindeki bir yetişkin hasta, daha karmaşık bir şekilde ifade edilse bile üç veya dört yaşlarında da aynı karakteristik özellikleri ve ruhsal hareketleri sergiler. Bu nedenle, araştırmalarımızın büyük bir kısmı, hastaların çocukluk dönemlerine odaklanma ilkesini benimsemiştir. Bu şekilde, bir kişinin yetişkinlik dönemlerindeki davranışlarını, çocukluk dö-

nemlerindeki deneyimlerin doğrudan bir yansıması olarak kabul edebiliriz.

Bir hastanın çocukluk anılarını dinleyip bu anıları doğru bir şekilde yorumlayabildiğimizde, o kişinin şu anki karakter gelişimine doğru bir yön verebiliriz. Bu süreçte, bireyin çocukluk döneminde karşılaştığı davranışlardan kaçınmak için büyük bir çaba gösterdiğini de göz önünde bulundururuz. Çok az kişi, yetişkin yaşamlarında tamamen farklı psikolojik durumlar içinde olsalar bile, çocukluk dönemlerindeki davranış modelini değiştirebilmiştir. Yetişkin yaşamında bir tutum değişikliği, zorunlu olarak davranış modelinde değişiklik anlamına gelmez. Ruhsal yaşamın temelini değiştirmez. Kişi çocukluk ve yetişkinlik dönemlerinde aynı davranış çizgisini korur. Bu da kişinin temel yaşam hedefinin değişmediğini düşünmemize neden olur. Ruhsal yaşamın temelini değiştirmez; birey çocukluk ve olgunluk döneminde de aynı davranışsal çizgiyi korur, bu da onun yaşam amacının değişmediğini düşünmemize yol açar. Davranış modelini değiştirmek istiyorsak, dikkatimizi çocukluk deneyimlerine yoğunlaştırmamızın bir başka nedeni daha vardır. Bir bireyin yetişkinlik dönemindeki birçok deneyimini ve bu deneyimlerin etkilerini değiştirip değiştirmememizin büyük bir etkisi olmayabilir. Yapılması gereken, hastanın temel davranış modelini anlamaktır. Bu bir kez anlaşıldığında, kişinin esas karakterini ve hastalığını doğru bir şekilde değerlendirebiliriz.

Çocuğun ruhsal yaşamının incelenmesi, bilimimizin temel bir dayanağı hâline gelmiş ve birçok araştırma, yaşamın ilk yıllarının incelenmesine odaklanmıştır. Bu alanda daha önce keşfedilmemiş veya araştırılmamış birçok potansiyel kaynak bulunmaktadır. Bu da herkesin insan ruhunun doğasını daha iyi anlamamıza katkı sağlayacak yeni ve değerli verileri keşfetme fırsatına sahip olduğunu göstermektedir.

Olumsuz karakteristik davranış özelliklerini önlemek için de yöntemler geliştirildi çünkü yaptığımız çalışmalar insanlığın genel yararına da hizmet etmektedir. Düşünce yapısı değişmese bile, araştırmalar pedagoji biliminin oluşmasına katkıda bulunmuş ve yıllar boyunca bu alana katkıda bulunmaya devam etmiştir. Pedagoji, insan doğasının çalışma prensiplerini içeren zengin öğretileri uygulamak isteyen herkes için gerçek bir hazine kaynağıdır çünkü pedagoji, insan doğasının bilimi gibi sadece kitaplardan değil, aynı zamanda yaşamın fiziksel deneyimleriyle öğrenilmesi gereken bir alandır.

Bizler, ruhsal yaşamımızın her yönünü keşfetmeli, duygularımızı deneyimlemeli, diğer insanların sevinçlerine ve üzüntülerine eşlik etmeliyiz. Sanki iyi bir ressamın, portresini tuvale aktarırken hissettiği duyguları ifade eder gibi. İnsan doğası bilimi, birçok araç ve enstrümana sahip bir sanat olarak düşünülmelidir. Bu sanat, diğer tüm alanlarla sıkı bir ilişki içinde bulunur ve onlara fayda sağlar. Özellikle edebiyat ve şiir gibi alanlarda büyük bir öneme sahiptir. Temel amacı, insanları daha iyi anlama-

mıza yardımcı olmaktır. Hepimizin daha iyi ve olgun bir ruh gelişimi için kendimizi şekillendirme potansiyelini ortaya çıkarmalıdır.

Bu alanda yaşanan en önemli zorluk, insanların insan doğasını anlama çabalarının çok hassas olmasıdır. Çok sınırlı eğitim almış olsalar bile kendilerini bu bilimde usta kabul etmeyen çok az insan vardır. Daha da çoğu ise bir şekilde bilgileri sınandığında kendi deneyim ya da anlayışlarının eleştirildiğini düşünerek incinmiş hissedebilirler. İnsan doğasını gerçekten anlamak isteyenler genellikle çoğunlukla insanın önemini ve değerini kavramış olanlardır. Yani bu psikolojik zorlukları ya kendileri yaşamış ya da başkalarının deneyimlerini tam olarak anlayabilmişlerdir.

Bu yüzden bilgilerimizin uygulanmasında kesin bir taktik, strateji ve teknik bulma sorununun ve gerekliliğinin ortaya çıktığı açıkça görülmektedir. Çünkü hiçbir şey, bir bireyin iç dünyasını keşfederken bulduğumuz apaçık gerçekleri acımasızca onun yüzüne vurmaya kadar rahatsız edici olamaz. Bu konuda bilgisi olmayan herkesin dikkatli olmasını tavsiye ederim. Kötü bir üne sahip olmanın en iyi yolu, insan doğası hakkında sahip olduğunuz bilgileri dikkatsizce kullanmaktır. Örneğin bir kişi, bir akşam yemeğinde komşusunun karakteri hakkında ne kadar çok şey bildiğini ya da tahmin ettiğini gösterme arzusunda olursa aslında bildiklerini kötüye kullanmaktadır. Ayrıca bu bilgileri, söz konusu bilim dalında alt yapısı olmayan birine sırf bir şeyler öğretmek için aktarmaya çalışmak da tehlikelidir. Böyle bir yöntem, o sahada bilgisi olan-

lara dahi kendilerini aşağılanmış hissettireceklerdir. Daha önce söylediklerimizi tekrar edelim: İnsan doğası bilimi, bizi alçakgönüllülüğe zorlar. Deneylerimizin sonuçlarını gereksiz yere ve aceleyle açıklayamayız. Bu, yalnızca kendini göstermek ve yapabildiği her şeyi sergilemek isteyen küçük bir çocuk için kabul edilebilir bir davranış olabilir. Yetişkin bir birey için uygun görülmesi pek mümkün değildir.

İnsan ruhuyla ilgilenen bir kişiye öncelikle kendini test etmesini tavsiye etmeliyiz. İnsanlığın hizmetinde kazandığı deneylerin sonuçlarını, paylaşılmasını istemeyen bir hastanın yüzüne vurmamalıdır. Bu sadece hâlâ gelişmekte olan bir bilim için yeni zorluklar yaratır. İşi amacından saptırır ve deneyimsiz kâşiflerin düşüncesiz coşkularının neden olduğu hataların sorumluluğunu taşımak zorunda kalırız. Bu yüzden dikkatli olmalı ve parçaları hakkında herhangi bir sonuca varmadan önce bütünün tamamını görmemiz gerektiği gerçeğinin bilincinde olmalıyız. Dahası, elde ettiğimiz sonuçları yalnızca birilerinin işine yarayacağından emin olduğumuzda paylaşmalıyız. Kişinin karakteri hakkındaki değerlendirmemiz doğru bile olsa, yanlış bir şekilde ya da uygun olmayan bir anda ifade edildiğinde büyük zarara yol açabilir.

Değerlendirmelere devam etmeden önce, birçok okuyucunun kafasında beliren bir itiraza yanıt vermemiz gerekiyor. Yukarıda ifade edilen, bireyin yaşam üslubunun ilerleyen yıllarda değişmeden kaldığı iddiası birçok kişi için anlaşılabilir. Kişinin yaşamında tutumlarını

değiştiren birçok deneyime sahip olacağını düşünebilirler. Bu noktada deneyimlerin birçok farklı yorumu olabileceğini unutmamamız gerekiyor. Aynı deneyimi yaşayan iki kişinin bundan çıkaracağı sonuç genellikle aynı olmaz. Bu, deneyim sahibi olmanın bizi her zaman daha akıllı yapmadığı gerçeğini de açıklar. Kişi bazı sorunlardan kaçınmayı öğrenebilir ve felsefi bir tutum benimseyebilir ancak bu, onun davranışlarının temel olarak değişeceği anlamına gelmez. İlerleyen değerlendirmelerimizde, insanların deneyimlerini her zaman aynı amacı takip etmek için kullandıklarını göreceğiz. Daha yakından incelendiğinde, tüm deneyimlerin kişinin yaşam üslubuna ve yaşamının mozaik yapısına uyduğu ortaya çıkacaktır. Kendi deneyimlerimizi şekillendirdiğimizi belirten bir ünlü bir söz vardır: Herkes neyi, nasıl deneyimleyeceğini kendi seçer. Günlük yaşamımızda insanların deneyimlerinden ne tür sonuçlar çıkardığını gözlemleyebiliriz. Örneğin bir kişinin sürekli aynı hatayı yaptığını görür ve onu hatasını kabul etmeye ikna ederseniz. Kişinin tepkileri farklılık gösterebilir. Nadiren bu hatayı düzeltmenin tam zamanı olduğu sonucuna varabilir. Ancak çoğunluk muhtemelen bunu uzun süredir böyle yaptığını ve artık bu alışkanlıktan vazgeçemeyeceğini savunacaktır. Diğer ihtimal de bu davranışın gerekçesini ailesine veya eğitimine dayandırmasıdır. Ona kimsenin ilgi göstermediğini, sevilmediğini veya kendisine kötü davranıldığını iddia edebilir, hatasını bir mazeretle normalleştirmeye çalışabilir. Mazeret ne olursa olsun, burada bir sorumluluktan kaçınma isteği vardır. Kişi daha fazla eleştiriden kaçınmak

ister, asla kendini suçlamak istemez. Yapmak istediği şeyi başaramamasının nedeni her zaman başkasının hatasıdır. Bu kişilerin gözden kaçırdığı şey, hatalarını önlemek için kendilerinin çok az çaba gösterdiği gerçeğidir. Hata yapmaya isteklidirler ve her zaman bir mazeretleri vardır, örneğin kötü bir eğitim almışlardır. Bu, etkili bir mazeret olabilir çünkü istedikleri sürece böyle olmasını tercih ederler. Bir deneyimin birçok farklı yorumu ve her birinden farklı sonuçlar çıkarabilme olasılığı, insanların neden davranışlarını değiştirmeyip bunları kendisine uyan şekle getirdiğini ve türlü şekillerde çarpıttığını anlamamıza yardımcı olur. İnsanlar için kendini tanımak ve değiştirmek en zor şeylerden biridir.

İnsan doğası biliminde deneyimli olmayan biri, insanları daha iyi bir hale getirmeye çalışırken büyük zorluklarla karşılaşacaktır. Yüzeysel bir şekilde davranacak ve olayların dış görünüşü değiştiği için önemli bir başarı elde ettiğine inanma hatasına düşecektir. Pratik örnekler, bu tür bir yaklaşımın kişiyi ne kadar az değiştireceğini ve davranış kalıbının kendisi değiştirilmeden, gözle görülen değişikliklerin ne kadar anlamsız olduğunu göstermektedir.

Bir insanı dönüştürmek, karmaşık bir süreçtir. Bu süreç, belli bir düzeyde iyimserlik ve sabır gerektirir. En önemlisi, kibirden tamamen soyutlanmak gerekir çünkü dönüşüm geçirecek kişi, başkalarının kibrinin bir nesnesi olmak zorunda değildir. Ayrıca dönüşüm süreci öyle bir şekilde yürütülmelidir ki değişen kişi için mantıklı görünsün. Bir kişinin kendine çok lezzetli gelebilecek bir

yemeği, uygun bir şekilde hazırlanıp sunulmadığı takdirde reddedeceğini kolayca anlayabiliriz.

İnsan doğası biliminin, adını “sosyal yön” olarak koyabileceğimiz bir başka boyutu daha vardır. İnsanlar birbirlerini daha iyi anlayabilseler, birbirleriyle daha iyi geçinir ve daha yakın olurlar. O zaman birbirlerine hayal kırıklığı yaşatma ve aldatma olasılığı da azalır. Bu aldatma olasılığında toplum için büyük bir tehdit yatmaktadır. Bu tehdit, bu çalışmayla tanıştırdığımız çalışma arkadaşlarımıza anlatılmalıdır. Bilimsel yöntemlerini uyguladıkları kişilerin içimizde çalışan bilinmeyen ve bilinçsiz güçlerin değerini anlamalarına yardımcı olmalıdır. Onlara yardım edebilmek için insan davranışının tüm gizlenmiş, çarpıtılmış ve gizli numaralarının farkında olmalıdırlar. Bu nedenle insan doğası bilimini anlamalı ve sosyal amaçlarını göz önünde bulundurarak bilinçli bir şekilde uygulamalıyız.

Bu bilimin malzemesini toplamak ve uygulamak için en uygun kişi kimdir? Bu bilimi sadece teorik olarak uygulamanın mümkün olmadığını daha önce belirtmiştik. Sadece kuralları ve verileri bilmek yeterli değildir. Çalışmalarımızı pratiğe dönüştürmek ve gözlerimizin daha önce mümkün olanın ötesinde daha keskin ve daha derin bir anlayışa sahip olması için bunları birbirine bağlamak gerekir. İnsan doğası biliminin teorik yönünün gerçek amacı budur. Bu bilimi ancak yaşamın içine girdiğimizde ve öğrendiğimiz teorileri test edip kullandığımızda canlı hale getirebiliriz. Sorularımızın önemli bir nedeni var.

Eğitimimiz sırasında insan doğası hakkında çok az bilgi ediniyoruz ve öğrendiklerimizin çoğu yanlış, çünkü çağdaş eğitim hâlâ insan ruhu hakkında geçerli bilgi vermek için uygun değil. Her çocuk, deneyimlerini doğru bir şekilde değerlendirmek ve sınıf çalışmalarının ötesinde kendini geliştirmek için tamamen kendi hâline bırakılmıştır. İnsan ruhu hakkında gerçek bir bilgi edinmek için herhangi bir gelenek yoktur. İnsan doğası bilimi bugün kendini kimyanın, simyanın yerini aldığı günlerdeki gibi karanlık bir dönemde bulmaktadır.

Eğitim sistemimizin karmaşıklığı nedeniyle sosyal ilişkilerinden koparılmamış olanların, insan doğasına ilişkin bu araştırmaları sürdürmek için en uygun kişiler olduğunu gördük. Sonuç olarak iyimser ya da kötümser bakış açılarından dolayı teslimiyete sürüklenmemiş mücadeleci fakat kötümser bakış açısına sahip kadın ve erkeklerle uğraşıyoruz. Ancak sadece insanlarla temas yeterli değil, deneyim de gerekli. Bugünkü yetersiz eğitim sistemimiz karşısında insan doğasına gerçek bir takdir, yalnızca bir sınıf insan tarafından kazanılacaktır. Bu insanlar, pişmanlık duyan günahkârlardır; ya ruhsal yaşamın girdabına girip hata ve yanlışlar yapmış ama kendilerini bu girdaptan kurtarmış ya da bu girdabın dozunu ayarlamış ve akıntılarının kendilerine dokunduğunu hissetmiş olanlardır. Diğerleri de bu anlayışı kazanabilir; özellikle de özdeşleşme ve empati yeteneğine sahip olduklarında. İnsan ruhunu en iyi bilen kişi, tutkuları bizzat yaşamış olan kişidir. Pişmanlık duyan günahkâr, günümüzde ve çağımızda, büyük dinlerin ortaya çıktığı günlerde olduğu kadar değerli bir tip olarak

görünmektedir. Binlerce erdemli kişiden çok daha yüksekte durmaktadır. Peki, bu nasıl gerçekleşir? Kendini yaşamın zorluklarının üzerine çıkarmış, yaşamın bataklığından kurtulmuş, kötü deneyimlerden yararlanma gücü bulmuş ve bunların sonucunda kendini yüceltmış bir birey, yaşamın iyi ve kötü yanlarını anlar. Hiç kimse bu anlayışta onunla kıyaslanamaz, hele ki doğru kişi hiç kıyaslanamaz.

Davranış biçimi onu mutlu bir yaşam süremez hale getirmiş bir kişi bulduğumuzda, insan doğasına dair bilgimiz ile kişinin yaşam boyunca dolaştığı yanlış bakış açılarını yeniden ayarlamasına yardımcı olmak gibi örtük bir amaç ediniriz. Ona daha sağlıklı bakış açıları sunmak, toplum içinde mutluluğu elde etmesi için daha uygun yolları göstermek, yeni bir düşünce sistemini tanıtmak, sosyal anlayış ve toplumsal bilincin daha büyük bir rol oynadığı farklı bir model sunmak isteriz. Amacımız, ruhsal yaşamının ideal bir yapısını oluşturmak değil. Yeni bir bakış açısı, kafası karışmış kişi için büyük bir değere sahiptir çünkü bu sayede nerede hata yaptığını anlar. Bizim görüşümüze göre tüm insan etkinliklerini neden ve sonuç zinciri olarak gören katı deterministler yanılmaktadır. Nedensellik, farklı bir nedensellik haline gelir ve deneyimin sonuçları, kendini tanıma ve özeleştirme yetisi hâlâ canlı olduğunda ve bir motivasyon kaynağı olarak kaldığında tamamen yeni bir anlam kazanır. Kişinin kendini tanıma yeteneği, faaliyetinin kaynaklarını ve ruhunun dinamiklerini belirleyebildiği zaman daha da artar. Bunu bir kez anladığında, farklı bir insan haline gelir ve artık bilgisinin kaçınılmaz sonuçlarından uzaklaşamaz.