

ΟΙ ΝΟΜΟΙ ΤΗΣ
ΑΝΘΡΩΠΙΝΗΣ ΦΥΣΗΣ

*Αποκωδικοποιώντας τη συμπεριφορά
των ανθρώπων γύρω σας*

Μετάφραση: Ρηγούλα Γεωργιάδου

ΕΚΔΟΣΕΙΣ ΔΙΟΠΤΡΑ

Στη μητέρα μου

ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ

Εισαγωγή	15
1 Κυριαρχήστε στον συναισθηματικό εαυτό σας	
<i>Ο Νόμος του Παραλόγου</i>	29
Η εσωτερική Αθηνά	29
Κλειδιά για την ερμηνεία της ανθρώπινης φύσης	39
Βήμα πρώτο: Αναγνωρίστε τις προκαταλήψεις	48
Βήμα δεύτερο: Προσοχή στους παράγοντες πυροδότησης	52
Βήμα τρίτο: Στρατηγικές που φέρνουν τον λογικό εαυτό μας στην επιφάνεια	58
2 Μετατρέψτε την αγάπη για τον εαυτό σε ενσυναίσθηση	
<i>Ο Νόμος του Ναρκισσισμού</i>	64
Το ναρκισσιστικό φάσμα	64
Τέσσερα παραδείγματα ναρκισσιστικών τύπων	79
3 Δείτε κάτω από το προσωπείο των άλλων	
<i>Ο Νόμος των Αναπαραστάσεων</i>	101
Η δεύτερη γλώσσα	101
Κλειδιά για την ερμηνεία της ανθρώπινης φύσης	110
Δεξιότητες παρατήρησης	113
Κλειδιά για την ερμηνεία της ανθρώπινης φύσης	118
Η τέχνη της διαχείρισης των εντυπώσεων	131
4 Προσδιορίστε τη δύναμη του χαρακτήρα των ανθρώπων	
<i>Ο Νόμος της Καταναγκαστικής Συμπεριφοράς</i>	137
Το μοτίβο	137
Κλειδιά για την ερμηνεία της ανθρώπινης φύσης	147
Σημάδια του χαρακτήρα	153
Τοξικοί τύποι	159
Ο ανώτερος χαρακτήρας	166

5	Γίνετε το άπιαστο αντικείμενο του πόθου	
	<i>Ο Νόμος της Απληστίας</i>	171
	Το αντικείμενο του πόθου	171
	Κλειδιά για την ερμηνεία της ανθρώπινης φύσης	180
	Στρατηγικές για τη διέγερση της επιθυμίας	184
	Η υπέρτατη επιθυμία	190
6	Διευρύνετε την οπτική σας	
	<i>Ο Νόμος της Κοντόφθαλμης Προσέγγισης</i>	193
	Στιγμές τρέλας	193
	Κλειδιά για την ερμηνεία της ανθρώπινης φύσης	203
	Τέσσερα σημάδια μυωπικής αντίληψης και στρατηγικές για την υπέρβασή τους	207
	Ο διορατικός άνθρωπος	216
7	Κάμψτε την αντίσταση των άλλων επιβεβαιώνοντας τη γνώμη που έχουν για τον εαυτό τους	
	<i>Ο Νόμος της Αμυντικής Συμπεριφοράς</i>	218
	Το παιχνίδι της επιρροής	219
	Κλειδιά για την ερμηνεία της ανθρώπινης φύσης	231
	Πέντε στρατηγικές για να γίνετε μάστορας στην πειθώ	237
	Ο ευέλικτος vous – Στρατηγικές για τον εαυτό σας	250
8	Αλλάξτε την κατάσταση σας αλλάζοντας τη στάση σας	
	<i>Ο Νόμος του Αυτοσαμποτάζ</i>	254
	Η απόλυτη ελευθερία	254
	Κλειδιά για την ερμηνεία της ανθρώπινης φύσης	265
	Η περιορισμένη (αρνητική) στάση	271
	Η εξωστρεφής (θετική) στάση	280
9	Αντιμετωπίστε τη σκοτεινή πλευρά σας	
	<i>Ο Νόμος της Απώθησης</i>	288
	Η σκοτεινή πλευρά	288
	Κλειδιά για την ερμηνεία της ανθρώπινης φύσης	300
	Αποκρυπτογράφηση της Σκιάς: Αντιφατική συμπεριφορά	308
	Ο ολοκληρωμένος άνθρωπος	315

10	Φυλαχτείτε από το εύθραυστο εγώ	
	<i>Ο Νόμος του Φθόνου</i>	324
	Μοιραίοι φίλοι	324
	Κλειδιά για την ερμηνεία της ανθρώπινης φύσης	337
	Σημάδια φθόνου	339
	Φθονεροί τύποι	343
	Απίες πυροδότησης φθόνου	350
	Πέρα από τον φθόνο	355
11	Μάθετε τα όριά σας	
	<i>Ο Νόμος της Μεγαλομανίας</i>	360
	Η αυταπάτη της επιτυχίας	360
	Κλειδιά για την ερμηνεία της ανθρώπινης φύσης	374
	Ο μεγαλομανής ηγέτης	384
	Πρακτική μεγαλομανία	389
12	Επανασύνδεση με την αρσενική ή τη θηλυκή πλευρά σας	
	<i>Ο Νόμος της Ακαμψίας των Φύλων</i>	395
	Το αυθεντικό φύλο	395
	Κλειδιά για την ερμηνεία της ανθρώπινης φύσης	410
	Προβολή φύλου – Τύποι	418
	Ο αυθεντικός άνδρας – Η αυθεντική γυναίκα	427
13	Αποκτήστε αίσθηση σκοπού	
	<i>Ο Νόμος της Ζωής Χωρίς Νόημα</i>	437
	Η φωνή	437
	Κλειδιά για την ερμηνεία της ανθρώπινης φύσης	455
	Στρατηγικές για την ανάπτυξη ανώτερης αίσθησης σκοπού	464
	Το δέλεαρ των ψεύτικων σκοπών	472
14	Αντισταθείτε στην ολέθρια επιρροή της ομάδας	
	<i>Ο Νόμος της Συμμόρφωσης</i>	479
	Ένα πείραμα πάνω στην ανθρώπινη φύση	479
	Κλειδιά για την ερμηνεία της ανθρώπινης φύσης	498
	Η αυλή και οι αυλικοί της	518
	Η ομάδα πραγματικότητας	527

15	Κάντε τους να θέλουν να σας ακολουθήσουν	
	<i>Ο Νόμος της Αστάθειας</i>	535
	Η κατάρα του αυταπόδεικτου δικαιώματος	535
	Κλειδιά για την ερμηνεία της ανθρώπινης φύσης	554
	Στρατηγικές για την εδραίωση της εξουσίας	564
	Η εσωτερική εξουσία	572
16	Δείτε την εκθρόνιση πίσω από τη μάσκα της φιλικότητας	
	<i>Ο Νόμος της Επιθετικότητας</i>	576
	Ο σοφιστική επιδρομής	577
	Κλειδιά για την ερμηνεία της ανθρώπινης φύσης	597
	Η πηγή της ανθρώπινης επιθετικότητας	599
	Παθητική επιθετικότητα – Οι στρατηγικές της και πώς θα τις αντιμετωπίσουμε	611
	Ελεγχόμενη επιθετικότητα	621
17	Αδράξτε την ιστορική στιγμή	
	<i>Ο Νόμος της Γενεακής Μυωπίας</i>	629
	Η άνοδος της παλirroίας	629
	Κλειδιά για την ερμηνεία της ανθρώπινης φύσης	650
	Το γενεακό φαινόμενο	653
	Γενεακά μοτίβα	658
	Στρατηγικές για την αξιοποίηση του πνεύματος των καιρών	667
	Ο άνθρωπος πέρα από τον πόνο και τον θάνατο	672
18	Διαλογιστείτε την κοινή μας θνητότητα	
	<i>Ο Νόμος της Άρνησης του Θανάτου</i>	679
	Η σφαίρα στα πλευρά	679
	Κλειδιά για την ερμηνεία της ανθρώπινης φύσης	693
	Μια φιλοσοφία της ζωής μέσα από τον θάνατο	697
	Ευχαριστίες	709

ΟΙ ΝΟΜΟΙ ΤΗΣ
ΑΝΘΡΩΠΙΝΗΣ ΦΥΣΗΣ

Εισαγωγή

Αν τύχει να συναντήσετε κάποιο ιδιαίτερα χαρακτηριστικό παράδειγμα κακίας ή ηλιθιότητας... μην επιτρέψετε να σας ενοχλήσει ή να σας στενοχωρήσει. Δείτε το απλώς ως προσθήκη στις γνώσεις σας – ένα νέο στοιχείο του ανθρώπινου χαρακτήρα προς μελέτη. Η στάση σας απέναντί του θα είναι εκείνη του ορυκτολόγου που ανακαλύπτει τυχαία ένα πολύ αντιπροσωπευτικό δείγμα ενός ορυκτού.
Άρθουρ Σοπενάουερ

Σε όλη τη διάρκεια του βίου μας, αναπόφευκτα καλούμαστε να αντιμετωπίσουμε λογής λογής ανθρώπους που προκαλούν προβλήματα και κάνουν τη ζωή μας δύσκολη και δυσάρεστη. Κάποιοι από αυτούς τους ανθρώπους είναι ηγέτες ή προϊστάμενοι, άλλοι είναι συνάδελφοι και μερικοί είναι φίλοι. Μπορεί να είναι επιθετικοί ή παθητικο-επιθετικοί, αλλά το κοινό σημείο τους είναι ότι ξέρουν να παίζουν με μαεστρία με τα συναισθήματά μας. Συχνά φαίνονται γοητευτικοί και γεμάτοι αυτοπεποίθηση, ξεχειλίζουν από ιδέες και ενθουσιασμό και μας σαγηνεύουν. Μόνο όταν είναι πλέον πολύ αργά ανακαλύπτουμε ότι η αυτοπεποίθησή τους είναι παράλογη και οι ιδέες τους ανεδαφικές. Μεταξύ συναδέλφων, ίσως είναι εκείνοι που σαμποτάρουν τη δουλειά μας ή την καριέρα μας από κρυφό φθόνο και χαίρονται όταν μας βλέπουν να καταστρεφόμαστε. Ή μπορεί να είναι συνάδελφοι ή υπάλληλοί μας που, προς μεγάλη μας απογοήτευση, δεν ενδιαφέρονται για τίποτε άλλο εκτός από το συμφέρον τους και μας εκμεταλλεύονται για να αναρριχηθούν υψηλότερα.

Αυτό που συμβαίνει αναπότρεπτα σε αυτές τις καταστάσεις είναι ότι αφιδιδιαζόμαστε επειδή δεν περιμέναμε τέτοια συμπεριφορά. Συχνά αυτοί οι τύποι θα μας σερβίρουν περίτεχνα παραμύθια για να δικαιολογήσουν τις πράξεις τους ή θα ρίξουν το φταίξιμο σε πρόσφορους αποδιοπομπαίους τράγους. Ξέρουν πώς να μας μπερδέψουν και να μας παρασύρουν σε ένα δράμα που ελέγχουν οι ίδιοι. Μπορεί να διαμαρτυρηθούμε ή να θυμώσουμε, αλλά στο τέλος θα νιώσουμε εντελώς ανίσχυροι – η ζημιά έχει γίνει. Έπειτα ένας άλλος τέτοιος τύπος μπαίνει στη ζωή μας, και η ιστορία επαναλαμβάνεται.

Συχνά παρατηρούμε μια παρόμοια αίσθηση σύγχυσης και αδυναμίας σε ό,τι αφορά εμάς τους ίδιους και τη συμπεριφορά μας. Για παράδειγμα, λέμε ξαφνικά κάτι που προσβάλλει το αφεντικό ή τον συνάδελφό μας ή τον φίλο μας – δεν έχουμε ιδέα πώς μας ήρθε να το πούμε, αλλά διαπιστώνουμε με στενοχώρια ότι από μέσα μας έχει βγει θυμός και ένταση. Ή ίσως δινόμαστε ολόψυχα σε κάποια ιδέα ή σχέδιο, μόνο και μόνο για να συνειδητοποιήσουμε τελικά ότι ήταν ανοησία και φοβερή απώλεια χρόνου. Ή ίσως ερωτευόμαστε κάποιον που είναι εντελώς ακατάλληλος για εμάς και το ξέρουμε, αλλά δεν μπορούμε να αντισταθούμε. Και μετά αναρωτιόμαστε τι μας έπιασε.

Σε αυτές τις καταστάσεις, πάνουμε τον εαυτό μας να διολισθαίνει σε αυτοκαταστροφικά πρότυπα συμπεριφοράς που αδυνατούμε να ελέγξουμε. Είναι σαν να φιλοξενούμε μέσα μας έναν ξένο, έναν διαβολάκο που λειτουργεί ανεξάρτητα από τη θέλησή μας και μας ωθεί να κάνουμε τα λάθος πράγματα. Και αυτός ο ξένος μέσα μας είναι πολύ παράξενος, ή τουλάχιστον πιο παράξενος απ' όση φανταζόμαστε τον εαυτό μας.

Το μόνο που μπορούμε να πούμε για τα δύο αυτά πράγματα –την άσχημη συμπεριφορά των άλλων και τη δική μας αδικαιολόγητη περιστασιακά συμπεριφορά– είναι ότι συνήθως δεν έχουμε ιδέα τι τα προκαλεί. Θα μπορούσαμε να δώσουμε μερικές απλές εξηγήσεις: «Αυτός ο άνθρωπος είναι κακός, ένας κοινωνιοπαθής» ή «Κάτι με έπιασε. Δεν ήμουν ο εαυτός μου». Όμως αυτές οι εύκολες ερμηνείες δεν οδηγούν σε κατανόηση, ούτε αποτρέπουν την επανάληψη των ίδιων μοτίβων. Η αλήθεια είναι ότι ζούμε στην επιφάνεια, αντιδρώντας συναισθηματικά σε αυτά που λένε και κάνουν οι άνθρωποι. Διαμορφώνουμε απόψεις για τους άλλους και για τον εαυτό μας που είναι μάλλον απλοποιημένες. Συμβιβάζομαστε με την ευκολότερη και πιο βολική ιστορία.

Αν όμως αντί γι' αυτό κοιτάζαμε κάτω από την επιφάνεια και βλέπαμε πιο βαθιά; Αν πλησιάζαμε περισσότερο στις ρίζες των αιτιών που κινούν την ανθρώπινη συμπεριφορά; Αν μπορούσαμε να καταλάβουμε γιατί κάποιοι άνθρωποι γίνονται ζηλόφθονοι και προσπαθούν να σαμποτάρουν τη δουλειά μας ή γιατί η αδικαιολόγητη αυτοπεποίθησή τους τους κάνει να θεωρούν τον εαυτό τους θεό και αλάθητο; Αν καταφέραμε να κατανοήσουμε πραγματικά για ποιο λόγο οι άνθρωποι αρχίζουν ξαφνικά να φέρονται παράλογα και να φανερώνουν μια πολύ πιο σκοτεινή πτυχή του χαρακτήρα τους ή γιατί εκλέγουμε συνεχώς ηγέτες που ελκύουν τον χειρότερο εαυτό μας; Αν καταφέραμε να κοιτάξουμε βαθιά και να κρίνουμε τον χαρακτήρα των ανθρώπων, έτσι ώστε να αποφεύγουμε να προσλαμβάνουμε ακατάλληλους και να κάνουμε σχέσεις που έχουν τόσο μεγάλο προσωπικό κόστος;

Αν καταλαβαίναμε πραγματικά τις ρίζες της ανθρώπινης συμπεριφοράς, οι καταστροφικοί τύποι θα ήταν πολύ πιο δύσκολο να μένουν συνεχώς ατιμώρητοι για τις πράξεις τους. Δεν θα μας γοήτευαν, ούτε θα μας παραπλανούσαν τόσο εύκολα. Θα μπορούσαμε να προβλέψουμε τους κακόβουλους και χειριστικούς ελιγμούς τους και να δούμε κάτω από την ωραία βιτρίνα τους. Δεν θα επιτρέπαμε στον εαυτό μας να εμπλακεί στα δράματά τους, αφού θα γνωρίζαμε εκ των προτέρων ότι ο έλεγχός τους πάνω μας εξαρτάται απόλυτα από το ενδιαφέρον μας. Τελικά, με την ικανότητά μας να ξεσκεπάζουμε τον αληθινό τους χαρακτήρα, θα τους αποκόβαμε από την πηγή της δύναμής τους.

Με τον ίδιο τρόπο, πώς θα άλλαζαν τα πράγματα ως προς εμάς τους ίδιους αν μπορούσαμε να κοιτάξουμε μέσα μας, να δούμε την πηγή των πιο ενοχλητικών συναισθημάτων μας και να κατανοήσουμε γιατί ελέγχουν τη συμπεριφορά μας, συχνά ενάντια στις επιθυμίες μας; Τι θα γινόταν αν καταλαβαίναμε γιατί έχουμε την τάση να επιθυμούμε αυτό που ανήκει στους άλλους ή να ταυτιζόμαστε τόσο έντονα με μια ομάδα, ώστε να αισθανόμαστε περιφρόνηση για όσους δεν ανήκουν σ' αυτή; Τι θα γινόταν αν μπορούσαμε να μάθουμε τι μας κάνει να λέμε ψέματα για το ποιοι είμαστε ή γιατί αποδιώχνουμε τους άλλους;

Αν κατανοούσαμε με μεγαλύτερη σαφήνεια αυτόν τον ξένο μέσα μας, θα είχαμε τη δυνατότητα να συνειδητοποιήσουμε ότι δεν είναι καθόλου ξένος, αλλά ένα μεγάλο μέρος του εαυτού μας, και ότι είμαστε πολύ πιο μυστηριώδεις, περίπλοκοι και ενδιαφέροντες από όσο φανταζόμασταν. Και με αυτή τη συνειδητοποίηση θα μπορούσαμε να σπάσουμε τα αρνητικά μοτίβα στη ζωή μας, να σταματήσουμε να προβάλλουμε δικαιολογίες για τις πράξεις μας και να αποκτήσουμε μεγαλύτερο έλεγχο πάνω στο τι κάνουμε και τι μας συμβαίνει.

Μια τόσο καθαρή εικόνα για τον εαυτό μας και τους άλλους θα μπορούσε να αλλάξει την πορεία της ζωής μας με πολλούς τρόπους, αλλά πρώτα πρέπει να ξεκαθαρίσουμε μια συνηθισμένη παρανόηση: κατά κύριο λόγο, τείνουμε να θεωρούμε τη συμπεριφορά μας συνειδητή και επιθυμητή. Το γεγονός ότι δεν έχουμε πάντα τον έλεγχο των πράξεών μας είναι μια τρομακτική σκέψη, *όμως αυτή είναι η πραγματικότητα*. Είμαστε εκτεθειμένοι σε δυνάμεις που πηγάζουν από βαθιά μέσα μας, οδηγούν τη συμπεριφορά μας και λειτουργούν κάτω από το επίπεδο της επίγνωσής μας. Βλέπουμε τα αποτελέσματα – τις σκέψεις, τις διαθέσεις και τις ενέργειές μας –, αλλά έχουμε μικρή συνειδητή πρόσβαση σε αυτό που πραγματικά κινεί τα συναισθήματά μας και μας υποχρεώνει να συμπεριφερόμαστε με συγκεκριμένους τρόπους.

Δείτε τον θυμό μας, για παράδειγμα. Συνήθως αναγνωρίζουμε ένα άτομο ή μια ομάδα ως την αιτία αυτού του συναισθήματος. Αλλά αν ήμαστε ειλικρινείς και κοιτάζαμε πιο βαθιά, θα βλέπαμε ότι συχνά αυτό που προκαλεί τον θυμό ή την απογοήτευσή μας έχει βαθύτερες ρίζες. Θα μπορούσε να είναι κάτι στην παιδική μας ηλικία ή κάποια συγκεκριμένη κατάσταση που ενεργοποιεί το συναίσθημα. Αν κοιτάζουμε προσεκτικά, θα διακρίνουμε διαφορετικά μοτίβα – όταν συμβαίνει αυτό ή εκείνο, θυμώνουμε. Αλλά τη στιγμή που αισθανόμαστε θυμό, δεν φερόμαστε με περίσκεψη ή λογική – απλώς ακολουθούμε τυφλά το συναίσθημα και σηκώνουμε το δάχτυλο για να δείξουμε ενόχους. Κάτι παρόμοιο θα μπορούσαμε να πούμε για ένα πλήθος συναισθημάτων μας – συγκεκριμένοι τύποι γεγονότων γεννούν ξαφνικά αυτοπεποίθηση ή ανασφάλεια ή άγχος ή έλξη για ένα συγκεκριμένο άτομο ή λαχτάρα για προσοχή.

Ας ονομάσουμε το σύνολο αυτών των δυνάμεων που μας ωθούν και μας τραβούν από τα βάθη του είναι μας *ανθρώπινη φύση*. Η ανθρώπινη φύση πηγάζει από τη συγκεκριμένη «καλωδίωση» του εγκεφάλου μας, τη διαμόρφωση του νευρικού μας συστήματος, και τον τρόπο με τον οποίο εμείς οι άνθρωποι επεξεργαζόμαστε τα συναισθήματα που αναπτύχθηκαν και εμφανίστηκαν στη διάρκεια των περίπου πέντε εκατομμυρίων ετών της εξέλιξής μας ως είδους. Μπορούμε να αποδώσουμε πολλές από τις λεπτομέρειες της φύσης μας στον ξεχωριστό τρόπο που εξελιχθήκαμε ως κοινωνικό ζώο για να διασφαλίσουμε την επιβίωσή μας – μαθαίνοντας να συνεργαζόμαστε με άλλους, συντονίζοντας τις δραστηριότητές μας με την ομάδα σε υψηλό επίπεδο, δημιουργώντας νέες μορφές επικοινωνίας και τρόπους διατήρησης της ομαδικής πειθαρχίας. Αυτή η πρώιμη εξέλιξη ζει μέσα μας και συνεχίζει να καθορίζει τη συμπεριφορά μας, ακόμα και στον σύγχρονο, εξελιγμένο κόσμο που ζούμε.

Για να φέρουμε ένα παράδειγμα, ρίξτε μια ματιά στην εξέλιξη του ανθρώπινου συναισθήματος. Η επιβίωση των πρώτων προγόνων μας εξαρτιόταν από την ικανότητά τους να επικοινωνούν μεταξύ τους πολύ πριν από την επινόηση της γλώσσας. Εξέλιξαν νέα και περίπλοκα συναισθήματα – χαρά, ντροπή, ευγνωμοσύνη, ζήλια, δυσαρέσκεια κ.λπ. Τα σημάδια αυτών των συναισθημάτων μπορούσαν να διαβαστούν αμέσως στην έκφραση του προσώπου τους, δείχνοντας έτσι τις διαθέσεις τους γρήγορα και αποτελεσματικά. Έγιναν εξαιρετικά διαπερατοί στα συναισθήματα των άλλων, επειδή αυτός ήταν ένας τρόπος για να γίνουν στενότεροι οι δεσμοί της ομάδας – να νιώθουν τη χαρά ή τη θλίψη σαν ένας άνθρωπος ή να παραμείνουν ενωμένοι απέναντι στον κίνδυνο.

Μέχρι σήμερα, εμείς οι άνθρωποι παραμένουμε πολύ ευάλωτοι στις διαθέσεις και στα συναισθήματα των γύρω μας, πράγμα που μας ωθεί σε κάθε λογής συμπεριφορές – μιμούμαστε ασυνείδητα τους άλλους, θέλουμε αυτό που έχουν, μας κατατρώνε τοξικά συναισθήματα θυμού ή οργής. Φανταζόμαστε ότι ενεργούμε με ελεύθερη βούληση, χωρίς να γνωρίζουμε πόσο βαθιά επηρεάζονται οι πράξεις και οι αντιδράσεις μας από την ευαισθησία μας στα συναισθήματα των άλλων μελών της ομάδας.

Μπορούμε να δείξουμε κι άλλες τέτοιες δυνάμεις που προέκυψαν από αυτό το απύθμενο παρελθόν και που διαμορφώνουν με τον ίδιο τρόπο την καθημερινή συμπεριφορά μας – για παράδειγμα, η ανάγκη μας να βαθμολογούμε συνεχώς τον εαυτό μας και να μετράμε την αυταξία μας βάσει της κοινωνικής μας θέσης είναι ένα χαρακτηριστικό αισθητό σε όλους τους πολιτισμούς κυνηγών-τροφοσυλλεκτών, ακόμα και μεταξύ των χιμπατζήδων, όπως και τα φυλετικά ένστικτά μας, που μας κάνουν να χωρίζουμε τους ανθρώπους σε δικούς μας ή ξένους. Σε αυτές τις πρωτόγονες ιδιότητες μπορούμε να προσθέσουμε την ανάγκη μας να φοράμε προσωπεία για να κρύβουμε όσες συμπεριφορές αποδοκιμάζει η φυλή, πράγμα που έχει ως αποτέλεσμα τη δημιουργία μιας σκιάδους προσωπικότητας από όλες τις σκοτεινές επιθυμίες που έχουμε καταπιέσει. Οι πρόγονοί μας κατανοούσαν αυτή τη σκιά και την επικινδυνότητά της και απέδιδαν τη γέννησή της σε πνεύματα και δαίμονες που έπρεπε να ξορκίζουν. Εμείς βασιζόμαστε σε έναν διαφορετικό μύθο: «Κάτι με έπιασε».

Όταν αυτό το αρχέγονο εσωτερικό ρεύμα ή δύναμη φτάνει στο επίπεδο της συνειδητότητας, αναγκαζόμαστε να αντιδράσουμε και το κάνουμε ανάλογα με το πνεύμα μας και τις συνθήκες της ζωής μας, συνήθως εξηγώντας το επιφανειακά, χωρίς να το καταλαβαίνουμε πραγματικά. Ακριβώς λόγω του τρόπου με τον οποίο εξελιχθήκαμε, αυτές οι δυνάμεις της ανθρώπινης φύσης είναι πεπερασμένες σε αριθμό και οδηγούν στις συμπεριφορές που αναφέρθηκαν νωρίτερα – φθόνο, μεγαλομανία, παραλογισμό, έλλειψη διορατικότητας, συμμόρφωση, επιθετικότητα και παθητική επιθετικότητα, για να αναφέρουμε μερικές. Οδηγούν όμως και σε ενσυναίσθηση, καθώς και σε άλλες θετικές μορφές ανθρώπινης συμπεριφοράς.

Για χιλιάδες χρόνια, σε ό,τι αφορούσε την κατανόηση του εαυτού μας και της φύσης μας, η μοίρα μας ήταν να παραδέρνουμε στις σκιές. Τρέφαμε ένα σωρό αυταπάτες για το ανθρώπινο ζώο, πιστεύοντας ότι προήλθαμε ως διά μαγείας από μια θεϊκή πηγή, από αγγέλους αντί για πρωτεύοντα. Θεωρούμε τα σημάδια της πρωτόγονης φύσης μας και των ζωικών μας ριζών εξαιρετικά ενοχλητικά, πράγματα που οφείλουμε να αρνούμαστε και να καταπιέζουμε.

Έχουμε καλύψει τις πιο σκοτεινές παρορμήσεις μας με κάθε είδους δικαιολογίες και εξορθολογισμούς, διευκολύνοντας έτσι ορισμένους να μένουν ατιμώρητοι ακόμα και για τις πιο δυσάρεστες συμπεριφορές. Αλλά επιτέλους βρισκόμαστε πλέον σε ένα σημείο όπου μπορούμε να χαλαρώσουμε την αντίστασή μας και να δεχτούμε την αλήθεια για το ποιοι είμαστε, χάρη στον όγκο των γνώσεων σχετικά με την ανθρώπινη φύση που έχουμε συγκεντρώσει.

Μπορούμε να αξιοποιήσουμε την τεράστια βιβλιογραφία της ψυχολογίας που συσσωρεύτηκε τα τελευταία εκατό χρόνια, από τις λεπτομερείς μελέτες για την παιδική ηλικία και τον αντίκτυπο της πρώιμης ανάπτυξης μας (Μέλανι Κλάιν, Τζον Μπόουλμπι, Ντόναλντ Γουίνικοτ), καθώς και έργα για τις ρίζες του ναρκισσισμού (Χάιντς Κόχουτ), τις σκοτεινές πλευρές της προσωπικότητάς μας (Καρλ Γιουνγκ), έως τις ρίζες της ενσυναίσθησής μας (Σάιμον Μπάρον-Κοέν) και τη διαμόρφωση των συναισθημάτων μας (Πολ Έκμαν). Έχουμε πια τη δυνατότητα να αντλήσουμε από τις εξελίξεις στις επιστήμες που μας βοηθούν στην αυτογνωσία μας – μελέτες του εγκεφάλου (Αντόνιο Νταμάσιο, Τζόζεφ Ε. Λεντού), της μοναδικής βιολογικής μας κατασκευής (Έντουαρντ Ο. Γουίλσον), της σχέσης ανάμεσα στο σώμα και το μυαλό (Β. Σ. Ραματσάντραν), των πρωτευόντων (Φρανς ντε Βάαλ) και των κυνηγών-τροφοσυλλεκτών (Τζάρεντ Ντάιαμοντ), της οικονομικής μας συμπεριφοράς (Ντάνιελ Κάνεμαν) και του τρόπου λειτουργίας μας σε ομάδες (Γουίλφρεντ Μπίον, Έλιοτ Άρονσον).

Μπορούμε επίσης να συμπεριλάβουμε έργα ορισμένων φιλοσόφων (Άρθουρ Σοπενάουερ, Φρίντριχ Νίτσε, Χοσέ Ορτέγα ι Γκασέτ) που έχουν φωτίσει τόσο πολλές πτυχές της ανθρώπινης φύσης, καθώς και τις ιδέες πολλών μυθιστοριογράφων (Τζορτζ Έλιοτ, Χένρι Τζέιμς, Ραλφ Έλison), οι οποίοι είναι συχνά οι πιο ευαίσθητοι στις αθέατες πλευρές της συμπεριφοράς μας. Και τέλος, σε όλα αυτά μπορούμε να συμπεριλάβουμε τη βιβλιοθήκη των βιογραφιών που μεγαλώνει με γοργούς ρυθμούς, αποκαλύπτοντας την ανθρώπινη φύση σε βάθος και σε δράση.

Τούτο το βιβλίο είναι μια προσπάθεια να συγκεντρωθεί αυτή η τεράστια αποθήκη γνώσεων και ιδεών από διαφορετικούς κλάδους (βλ. τη βιβλιογραφία για τις βασικές πηγές) και να συνταχθεί ένας ακριβής και διδακτικός οδηγός για την ανθρώπινη φύση, ο οποίος θα βασίζεται σε στοιχεία και όχι σε συγκεκριμένες απόψεις ή ηθικές κρίσεις. Είναι μια ωμά ρεαλιστική αποτίμηση του είδους μας, που ανατέμνει το είναι μας έτσι ώστε να μπορούμε να λειτουργούμε με περισσότερη επίγνωση.

Έχετε κατά νου ότι *Οι Νόμοι της Ανθρώπινης Φύσης* είναι ένα βιβλίο για την αποκρυπτογράφηση της ανθρώπινης συμπεριφοράς – η οποία μπορεί

να είναι συνηθισμένη, παράξενη, καταστροφική, καλύπτοντας έτσι όλο το φάσμα. Κάθε κεφάλαιο ασχολείται με μια συγκεκριμένη πτυχή ή νόμο της ανθρώπινης φύσης. Μπορούμε να τους ονομάσουμε νόμους με την έννοια ότι, υπό την επίδραση αυτών των στοιχειωδών δυνάμεων, εμείς οι άνθρωποι τείνουμε να αντιδρούμε με σχετικά προβλέψιμους τρόπους. Κάθε κεφάλαιο περιέχει την ιστορία ενός ή περισσότερων εμβληματικών ατόμων που αποτελούν παράδειγμα του νόμου (είτε αρνητικά είτε θετικά), καθώς και ιδέες και στρατηγικές για το πώς να αντιμετωπίσετε τον εαυτό σας και τους άλλους υπό το πρίσμα αυτού του νόμου. Κάθε κεφάλαιο τελειώνει με μια ενότητα σχετικά με τον τρόπο μετατροπής αυτής της βασικής ανθρώπινης δύναμης σε κάτι πιο θετικό και παραγωγικό, έτσι ώστε να μην είμαστε πλέον παθητικοί σκλάβοι της ανθρώπινης φύσης, αλλά να τη μετουσιώνουμε ενεργά.

Ίσως μπείτε στον πειρασμό να σκεφτείτε ότι αυτές οι γνώσεις είναι κάπως παρωχημένες. Σε τελική ανάλυση, θα μπορούσατε να πείτε, είμαστε πλέον πολύ πιο εξελιγμένοι και τεχνολογικά προηγμένοι, πολύ πιο προοδευτικοί και ενημερωμένοι. Έχουμε προχωρήσει πολύ πέρα από τις πρωτόγονες ρίζες μας. Βρισκόμαστε στη διαδικασία αναθεώρησης της φύσης μας. Αλλά στην πραγματικότητα ισχύει το αντίθετο – ποτέ άλλοτε δεν βρισκόμασταν τόσο πολύ στο έλεος της ανθρώπινης φύσης και του καταστροφικού δυναμικού της απ' όσο τώρα. Και αν αγνοήσουμε αυτό το γεγονός, παίζουμε με τη φωτιά.

Δείτε πώς έχει αυξηθεί η διαπερατότητα των συναισθημάτων μας εξαιτίας των μέσων κοινωνικής δικτύωσης, όπου συμβαίνουν πράγματα διαρκώς, με αστραπιαία ταχύτητα, και μας συνεπαίρνουν και όπου οι πιο χειριστικοί ηγετικοί τύποι έχουν τη δυνατότητα να μας εκμεταλλεύονται και να μας ελέγχουν. Δείτε την επιθετικότητα που εκδηλώνεται πλέον ανοιχτά στον εικονικό κόσμο, όπου είναι πολύ πιο εύκολο να ξεδιπλώσουμε τις σκοτεινές πλευρές μας χωρίς επιπτώσεις. Παρατηρήστε πώς η τάση μας να συγκρίνουμε τον εαυτό μας με τους άλλους, να αισθανόμαστε ζήλια και να επιζητούμε την προσοχή των άλλων για να αποκτήσουμε κύρος και λάμψη έχει ενταθεί χάρη στη δυνατότητα να επικοινωνούμε τόσο γρήγορα με τόσο πολλούς ανθρώπους. Και τέλος, ρίξτε μια ματιά στην τάση μας να δημιουργούμε φυλές και να ανήκουμε σε αυτές και στο πώς αυτή η τάση βρήκε το ιδανικό μέσο για να λειτουργήσει – τώρα έχουμε τη δυνατότητα να βρούμε μια ομάδα για να ταυτιστούμε, έναν εικονικό θάλαμο αντήχησης όπου ακούμε μόνο αυτό που θέλουμε να ακούσουμε, δαιμονοποιώντας κάθε άλλον που δεν ανήκει στη φυλή μας και καταλήγοντας τελικά να γίνουμε ένας όχλος που κανιβαλίζει. Η δυνατότητα πρόκλησης χάους που πηγάζει από την πρωτόγονη πλευρά της φύσης μας έχει αυξηθεί.

Είναι απλό: Η ανθρώπινη φύση είναι ισχυρότερη από κάθε άτομο, από

κάθε θεσμό ή τεχνολογική εφεύρεση. Καταλήγει να διαμορφώνει ό,τι δημιουργούμε με τρόπο ώστε να αντανακλά τον εαυτό της και τις πρωτόγονες ρίζες της. Μας κινεί σαν πόνια.

Το να αγνοείς τους νόμους της ανθρώπινης συμπεριφοράς έχει συνέπειες. Όταν αρνείσαι να συμβιβαστείς με την ανθρώπινη φύση, απλώς καταδικάζεις τον εαυτό σου σε μοντέλα συμπεριφοράς πέρα από τον έλεγχό σου και σε συναισθήματα σύγχυσης και αδυναμίας.

Οι Νόμοι της Ανθρώπινης Φύσης έχουν ως στόχο να σας βοηθήσουν να εμβαθύνετε σε όλες τις πτυχές της ανθρώπινης συμπεριφοράς και να φωτίσουν τις ρίζες της. Αν τους αφήσετε να σας καθοδηγήσουν, θα αλλάξουν ριζικά τον τρόπο με τον οποίο αντιλαμβάνεστε τους ανθρώπους και την όλη προσέγγισή σας στην αντιμετώπισή τους. Θα αλλάξουν επίσης ριζικά τον τρόπο που βλέπετε τον εαυτό σας. Θα επιτύχουν αυτές τις αλλαγές οπτικής με τους ακόλουθους τρόπους:

Πρώτον, οι Νόμοι θα λειτουργήσουν έτσι ώστε να μπορέσετε να παρατηρήσετε τους ανθρώπους με μεγαλύτερη ηρεμία και περισσότερη στρατηγική, βοηθώντας σας να απελευθερωθείτε από όλο το συναισθηματικό δράμα που σας εξουθενώνει χωρίς λόγο.

Η επαφή με τους ανθρώπους προκαλεί ανησυχίες και ανασφάλειες ως προς το πώς μας αντιλαμβάνονται οι άλλοι. Μόλις μας γεννηθούν τέτοια συναισθήματα, γίνεται πολύ δύσκολο να παρατηρήσουμε τους άλλους επειδή μας απορροφούν τα δικά μας συναισθήματα, με αποτέλεσμα να αξιολογούμε το τι λένε και κάνουν με *προσωπικούς* όρους – με συμπαθούν ή με αντιπαθούν; Οι Νόμοι θα σας βοηθήσουν να μην πέσετε σε αυτή την παγίδα, αποκαλύπτοντας ότι οι άνθρωποι γενικά παλεύουν με συναισθήματα και προβλήματα που έχουν βαθιές ρίζες. Βιώνουν επιθυμίες και απογοητεύσεις που προϋπάρχουν χρόνια και δεκαετίες πριν από τη δική σας επαφή. Οι δρόμοι σας διασταυρώνονται μια συγκεκριμένη στιγμή και γίνεστε ο βολικός στόχος του θυμού ή της απογοήτευσής τους. Προβάλλουν πάνω σας συγκεκριμένες ιδιότητες που θέλουν να βλέπουν. Στις περισσότερες περιπτώσεις, δεν σας καταλαβαίνουν και δεν ταυτίζονται με εσάς ως άτομο.

Αυτό δεν πρέπει να σας ενοχλεί, αλλά να σας απελευθερώνει. Το βιβλίο θα σας διδάξει πώς να πάψετε να παίρνετε προσωπικά τα υπαινικτικά τους σχόλια, τις εκδηλώσεις ψυχρότητας ή τις στιγμές εκνευρισμού. Όσο περισσότερο το αφομοιώνετε αυτό τόσο πιο εύκολο θα είναι να αντιδράτε όχι με το θυμικό, αλλά με την επιθυμία να καταλάβετε από πού μπορεί να προέρχεται

η συμπεριφορά τους. Στην πορεία θα νιώσετε πολύ πιο ήρεμοι. Και καθώς αυτή η τάση θα ριζώνει μέσα σας, θα είστε λιγότερο επιρρεπείς στο να ηθικολογείτε και να κρίνετε τους ανθρώπους. Αντίθετα, θα αποδέχεστε τους ίδιους και τα ελαττώματά τους ως μέρος της ανθρώπινης φύσης. Οι άνθρωποι θα σας συμπαθούν όλο και περισσότερο καθώς θα αισθάνονται αυτή την ανεκτική στάση σας.

Δεύτερον, οι Νόμοι θα σας κάνουν άριστους διερμηνείς των ενδείξεων που εκπέμπουν συνεχώς οι άνθρωποι, πράγμα που θα οξύνει την ικανότητά σας να κρίνετε τον χαρακτήρα τους.

Συνήθως, όποτε παρατηρούμε τη συμπεριφορά των ανθρώπων, βιαζόμαστε να κατατάξουμε τις πράξεις τους σε κατηγορίες και να βγάλουμε συμπεράσματα, κι έτσι άλλοτε βολεύομαστε στην κρίση που ταιριάζει στις δικές μας προκαταλήψεις κι άλλοτε δεχόμαστε τις ιδιοτελείς εξηγήσεις τους. Οι Νόμοι θα σας απαλλάξουν από αυτή τη συνήθεια, δείχνοντάς σας με σαφήνεια πόσο εύκολο είναι να διαβάζετε τους ανθρώπους και πόσο παραπλανητικές είναι οι πρώτες εντυπώσεις. Θα γίνετε λιγότερο βιαστικοί και θα μάθετε να μην εμπιστεύεστε την αρχική κρίση σας, αλλά να αναλύετε αυτό που βλέπετε.

Θα σκέφτεστε με όρους αντιθέτων: όταν οι άνθρωποι υπερτονίζουν κάποιο χαρακτηριστικό, όπως η αυτοπεποίθηση ή η υπερ-αρρενωπότητα, συχνά κρύβουν την αντίθετη πραγματικότητα. Θα συνειδητοποιήσετε ότι οι άνθρωποι δημόσια παίζουν συνεχώς ρόλους, παριστάνοντας τους προοδευτικούς ή τους ενάρετους απλώς και μόνο για να μεταμφιέζουν καλύτερα τη σκιά τους. Θα βλέπετε τα σημάδια αυτής της σκιάς να διαρρέουν στην καθημερινή ζωή. Αν κάποιος κάνει κάτι που φαντάζει ξένο προς τον χαρακτήρα του, δώστε προσοχή: αυτό που συχνά μοιάζει ξένο προς τον χαρακτήρα του στην πραγματικότητα είναι κομμάτι του αληθινού του χαρακτήρα. Όταν οι άνθρωποι είναι στην ουσία τεμπέληδες ή ανόητοι, άθελά τους δίνουν ενδείξεις αυτού του χαρακτηριστικού τους με αδιόρατες λεπτομέρειες που θα είστε σε θέση να αντιληφθείτε προτού σας βλάψει η συμπεριφορά τους. Η ικανότητα να κρίνετε την πραγματική αξία των ανθρώπων, τον βαθμό πίστης και ευσυνειδησίας τους, είναι μια από τις πιο σημαντικές δεξιότητες που θα σας βοηθήσει να μην προσλαμβάνετε ακατάλληλους υπαλλήλους και να απαλλάσσετε από κακούς συνεργάτες και από σχέσεις που σας δυσκολεύουν τη ζωή.

Τρίτον, οι Νόμοι θα σας επιτρέψουν να αντιλαμβάνεστε και να αντιδράτε γρηγορότερα από τους τοξικούς τύπους που αναπόφευκτα συναντάτε στον δρόμο της ζωής σας και που συχνά προκαλούν μακροχρόνια συναισθηματική βλάβη.

Οι επιθετικοί, ζηλόφθονοι και χειριστικοί άνθρωποι συνήθως δεν συστήνονται ως τέτοιοι. Στην πρώτη γνωριμία, έχουν μάθει να φαίνονται γοητευτικοί, να χρησιμοποιούν κολακειές και άλλα μέσα για να μας αφοπλίζουν. Όταν μας αφηνδιάζουν με την άσχημη συμπεριφορά τους, νιώθουμε προδομένοι, θυμωμένοι και ανίσχυροι. Δημιουργούν συνεχή πίεση, γνωρίζοντας ότι με αυτόν τον τρόπο κατακλύζουν το μυαλό μας με την παρουσία τους και δυσκολεύοντάς μας διπλά να σκεφτούμε καθαρά ή να χαράξουμε στρατηγική.

Οι Νόμοι θα σας διδάξουν πώς να αναγνωρίζετε εξ αρχής αυτούς τους τύπους, πράγμα που είναι η μεγαλύτερη άμυνά σας εναντίον τους, καθώς είτε θα απομακρύνεστε από αυτούς είτε, προβλέποντας τις χειριστικές ενέργειές τους, δεν θα τους αφήνετε να σας ρίχνουν στάχτη στα μάτια, διατηρώντας έτσι τη συναισθηματική σας ισορροπία. Θα μάθετε να τους βλέπετε με τις πραγματικές τους διαστάσεις και να εστιάζετε στις εξόφθαλμες αδυναμίες και ανασφάλειες που κρύβουν πίσω από τις μεγαλοστομίες τους. Δεν θα πιστεύετε άκριτα τα παραμύθια τους, και αυτό θα εξουδετερώνει το στοιχείο του εκφοβισμού στο οποίο βασίζονται. Θα περιφρονείτε τις τερατολογίες τους και τις περίτεχνες δικαιολογίες της εγωιστικής συμπεριφοράς τους. Η ικανότητά σας να παραμείνετε ήρεμοι θα τους εξοργίζει και συχνά θα τους ωθεί σε υπερβολικές αντιδράσεις ή λάθη.

Αντί να σας καταβάλουν, αυτές οι συγκρούσεις θα σας προσφέρουν τη δυνατότητα να βελτιώσετε την ικανότητα αυτοελέγχου σας και να σκληραγωγηθείτε. Αποδεικνύοντας ότι είστε εξυπνότεροι έστω και μόνο από έναν τέτοιο τύπο, θα νιώσετε μεγάλη αυτοπεποίθηση και τη σιγουριά ότι μπορείτε να αντιμετωπίσετε τις χειρότερες πλευρές της ανθρώπινης φύσης.

Τέταρτον, οι Νόμοι θα σας διδάξουν πρακτικούς τρόπους για να παρακινείτε και να επηρεάζετε τους ανθρώπους, διευκολύνοντας τον δρόμο σας στη ζωή.

Συνήθως, όταν συναντούμε αντίσταση στις ιδέες ή στα σχέδιά μας, αυθόρμητα προσπαθούμε αμέσως να αλλάξουμε τη γνώμη των ανθρώπων επιχειρηματολογώντας, νουθετώντας ή καλοπιάνοντάς τους, πράγμα που τους κάνει ακόμα πιο αντιδραστικούς. Οι Νόμοι θα σας διδάξουν ότι οι άνθρωποι είναι από τη φύση τους πεισματάρηδες και ανπιστέκονται στις απόπειρες επηρεασμού. Πρέπει να ξεκινάτε κάθε προσπάθεια κάμπτοντας πρώτα την αντίστασή τους, χωρίς να τροφοδοτείτε άθελά σας τις αμυντικές τους τάσεις. Θα εκπαιδευτείτε στο να διακρίνετε τις ανασφάλειές τους και να μην τις υποδαυλίζετε χωρίς να το θέλετε. Θα σκέφτεστε με όρους του δικού τους προσωπικού συμφέροντος και της αυτοεικόνας που έχουν ανάγκη να επιβεβαιώσουν.

Κατανοώντας τη διαπερατότητα των συναισθημάτων, θα μάθετε ότι ο πιο αποτελεσματικός τρόπος επιρροής είναι να αλλάξετε τη διάθεση και τη στάση σας. Οι άνθρωποι ανταποκρίνονται στην ενέργεια και στη συμπεριφορά σας περισσότερο απ' ό,τι στα λόγια σας. Θα απαλλαγείτε από κάθε αμυντική συμπεριφορά. Αντίθετα, το να αισθάνεστε χαλαροί και να δείχνετε γνήσιο ενδιαφέρον για τον άλλο θα έχει θετικό αποτέλεσμα. Θα μάθετε ότι, ως ηγέτης, ο καλύτερος τρόπος για να στρέψετε τους ανθρώπους προς την κατεύθυνσή σας είναι να δίνετε τον σωστό τόνο μέσω της στάσης, της ενσυναίσθησης και της εργασιακής ηθικής σας.

Πέμπτον, οι Νόμοι θα σας βοηθήσουν να συνειδητοποιήσετε πόσο βαθιά λειτουργούν οι δυνάμεις της ανθρώπινης φύσης μέσα σας, πράγμα που θα σας δώσει τη δύναμη να αλλάξετε τα δικά σας αρνητικά πρότυπα.

Η φυσική μας αντίδραση όποτε ακούμε ή διαβάζουμε για τις πιο σκοτεινές ιδιότητες της ανθρώπινης φύσης είναι να εξαιρούμε τον εαυτό μας. Πάντα ο άλλος είναι ναρκισσιστής, παράλογος, ζηλόφθονος, πομπώδης, επιθετικός ή παθητικο-επιθετικός. Σχεδόν πάντα θεωρούμε ότι εμείς έχουμε τις καλύτερες προθέσεις. Όταν παρεκτρεπόμαστε, φταίνε οι περιστάσεις ή οι άνθρωποι που μας ανάγκασαν να αντιδράσουμε αρνητικά. Οι Νόμοι θα σας κάνουν να βάλετε ένα οριστικό τέρμα σε αυτή τη διαδικασία αυταπάτης. Όλοι έχουμε βγει από το ίδιο καλούπι και όλοι έχουμε τις ίδιες τάσεις. Όσο πιο γρήγορα το συνειδητοποιήσετε αυτό τόσο θα μεγαλώνει η δύναμή σας να υπερβαίνετε αυτά τα πιθανά αρνητικά χαρακτηριστικά σας. Θα εξετάσετε τα κίνητρά σας, θα δείτε τις δικές σας σκιές και θα γνωρίσετε τις δικές σας παθητικο-επιθετικές τάσεις. Αυτό θα σας διευκολύνει ακόμα περισσότερο στο να εντοπίζετε ανάλογα χαρακτηριστικά σε άλλους.

Επίσης, συνειδητοποιώντας ότι δεν είστε ανώτεροι από τους άλλους όπως νομίζατε, θα γίνετε πιο ταπεινοί. Αυτό δεν θα σας κάνει να αισθανθείτε ένοχοι, ούτε θα υπονομεύσει την αυτογνωσία σας – το αντίθετο. Θα δεχτείτε τον εαυτό σας ως ένα ολοκληρωμένο άτομο, θα αποδεχτείτε και το καλό και το κακό, αποβάλλοντας τη διαστρεβλωμένη αυτοεικόνα του αγίου. Θα νιώσετε απαλλαγμένοι από τις υποκρισίες σας και θα είστε πιο ελεύθεροι να γίνετε ο εαυτός σας. Οι άνθρωποι θα έλκονται από αυτό το χαρακτηριστικό σας.

Έκτον, οι Νόμοι θα σας μεταμορφώσουν σε ανθρώπους με μεγαλύτερη ενσυναίσθηση, που θα δημιουργούν βαθύτερους και πιο ικανοποιητικούς δεσμούς με τους γύρω τους.

Εμείς οι άνθρωποι γεννιόμαστε με τεράστιες δυνατότητες κατανόησης των άλλων, σε ένα επίπεδο που δεν είναι απλώς διανοητικό. Είναι μια δύναμη που ανέπτυξαν οι πρώτοι πρόγονοί μας, όταν έμαθαν πώς να

αντλαμβάνονται διαισθητικά τις διαθέσεις και τα συναισθήματα των άλλων με το να μπαίνουν στη θέση τους.

Οι Νόμοι θα σας καθοδηγήσουν να φέρετε στην επιφάνεια αυτή τη λανθάνουσα δύναμη στον υψηλότερο δυνατό βαθμό. Σταδιακά θα μάθετε να διακόπτετε τον διαρκή εσωτερικό μονόλογό σας και να ακούτε πιο προσεκτικά. Θα εκπαιδευτείτε στο να εικάζετε την άποψη των άλλων όσο καλύτερα γίνεται. Θα χρησιμοποιείτε τη φαντασία και τις εμπειρίες σας για να σας βοηθούν να νιώθετε ό,τι αισθάνονται κι εκείνοι. Αν περιγράφουν κάτι οδυνηρό, οι δικές σας οδυνηρές στιγμές θα είναι πηγή παραδείγματος. Δεν θα δράτε απλώς διαισθητικά – θα αποκτάτε γνώσεις αναλύοντας τις πληροφορίες που συλλέγετε με αυτόν τον ενσυναισθητικό τρόπο. Θα μάθετε να χρησιμοποιείτε άλλοτε την ενσυναίσθηση και άλλοτε τη λογική ανάλυση, επικαιροποιώντας τις παρατηρήσεις σας και αυξάνοντας την ικανότητά σας να βλέπετε τον κόσμο μέσα από τα μάτια των άλλων. Θα παρατηρήσετε ότι από αυτή την πρακτική θα προκύψει μια φυσική αίσθηση σύνδεσης ανάμεσα σε εσάς και στους άλλους.

Σε αυτή τη διαδικασία θα χρειαστείτε έναν βαθμό ταπεινότητας. Δεν μπορείτε ποτέ να ξέρετε τι ακριβώς σκέφτονται οι άνθρωποι, γι' αυτό είναι εύκολο να κάνετε λάθη. Επομένως, δεν πρέπει να βιάζεστε στις κρίσεις σας, αλλά να είστε ανοιχτοί στο να μαθαίνετε περισσότερα. Οι άνθρωποι είναι πιο περίπλοκοι απ' ό,τι φαντάζεστε. Ο στόχος σας είναι απλώς να καταλαβαίνετε καλύτερα την άποψή τους. Καθώς θα επαναλαμβάνετε ξανά και ξανά αυτή τη διαδικασία, θα γίνεται σαν ένας μυς που δυναμώνει όσο περισσότερο τον ασκείτε.

Η καλλιέργεια μιας τέτοιας ενσυναίσθησης θα έχει αναρίθμητα οφέλη. Είμαστε όλοι στραμμένοι στον εαυτό μας, κλεισμένοι στον κόσμο μας. Είναι μια θεραπευτική και απελευθερωτική εμπειρία που πρέπει να αντλήσουμε βγαίνοντας από το εγώ μας και μπαίνοντας στον κόσμο ενός άλλου. Είναι αυτό που μας προσελκύει στον κινηματογράφο και σε κάθε μορφή μυθολογίας: το να μπαίνουμε στο μυαλό και στις ιδέες ανθρώπων που είναι πολύ διαφορετικοί από εμάς. Μέσω αυτής της πρακτικής θα αλλάξει ο τρόπος που σκέφτεστε. Εκπαιδεύστε στο να αφήνετε πίσω τις προκαταλήψεις, να ζείτε τη στιγμή και να προσαρμόζετε συνεχώς τις ιδέες σας για τους ανθρώπους. Θα διαπιστώσετε ότι αυτή η ευελιξία σκέψης επηρεάζει συνολικά τον τρόπο που λύνετε τα προβλήματα – θα διαπιστώσετε ότι υπάρχουν κι άλλες πιθανές λύσεις και εναλλακτικές προοπτικές. Αυτή είναι η ουσία της δημιουργικής σκέψης.

Τέλος, οι Νόμοι θα αλλάξουν τον τρόπο που βλέπετε τις δικές σας

δυνατότητες, βοηθώντας σας να γνωρίσετε έναν υψηλότερο, ιδανικό εαυτό μέσα σας, τον οποίο θα θελήσετε να αναδείξετε.

Μπορούμε να πούμε ότι εμείς οι άνθρωποι έχουμε μέσα μας δύο αντίθετους εαυτούς – έναν χαμηλότερο κι έναν υψηλότερο. Ο χαμηλότερος συνήθως είναι ο πιο δυνατός. Οι παρορμήσεις του μας παρασύρουν σε συναισθηματικές αντιδράσεις και αμυντικές στάσεις, κάνοντάς μας να αισθανόμαστε φαρισαϊκά πιο ενάρτετοι και ανώτεροι από τους άλλους. Μας ωθεί να κινήγουμε άμεσες απολαύσεις και πράγματα που μας χαλαρώνουν, ακολουθώντας πάντα τον δρόμο της μικρότερης αντίστασης. Μας κάνει να υιοθετούμε αυτό που σκέφτονται οι άλλοι, χάνοντας έτσι τον εαυτό μας μέσα στην ομάδα.

Νιώθουμε τις ενορμήσεις του ανώτερου εαυτού όταν βγαίνουμε από το εγώ μας, όταν επιθυμούμε να συνδεθούμε πιο βαθιά με τους άλλους, να αφοσιωθούμε στη δουλειά μας, να σκεφτόμαστε συνειδητά αντί να αντιδρούμε μηχανικά, να ακολουθούμε τον δικό μας δρόμο στη ζωή και να ανακαλύπτουμε ό,τι μας κάνει μοναδικούς. Η χαμηλότερη είναι η πιο ζωική και αντιδραστική πλευρά της φύσης μας και παρασυρόμαστε εύκολα από αυτή. Η υψηλότερη είναι η πιο αληθινά ανθρώπινη πλευρά της φύσης μας, η πλευρά που μας κάνει να στοχαζόμαστε και να συνειδητοποιούμε. Επειδή η υψηλότερη ενόρμηση είναι ασθενέστερη, η σύνδεση με αυτή απαιτεί προσπάθεια και διορατικότητα.

Η ανάδειξη αυτού του ιδανικού εαυτού μέσα μας είναι αυτό που επιθυμούμε όλοι πραγματικά, γιατί μόνο αναπτύσσοντας αυτή την πλευρά του εαυτού μας εμείς οι άνθρωποι αισθανόμαστε πραγματικά ικανοποιημένοι. Το βιβλίο θα σας βοηθήσει να το πετύχετε, γνωρίζοντάς σας τα εν δυνάμει θετικά και ενεργά στοιχεία που περιέχονται σε κάθε νόμο.

Γνωρίζοντας τη ροπή των ανθρώπων προς το παράλογο, θα μάθετε με ποιο τρόπο τα συναισθήματά σας χρωματίζουν τη σκέψη σας (Κεφάλαιο 1), πράγμα που θα σας δώσει τη δυνατότητα να τα παραμερίζετε και να λειτουργείτε σύμφωνα με τη λογική. Γνωρίζοντας πώς η στάση μας στη ζωή επηρεάζει αυτά που μας συμβαίνουν και πόσο φυσικό είναι να «κλείνει» το μυαλό μας από τον φόβο (Κεφάλαιο 8), θα μάθετε πώς να σφυρηλατήσετε μια εξωστρεφή και άφοβη στάση. Γνωρίζοντας ότι έχετε την τάση να συγκρίνετε τον εαυτό σας με τους άλλους (Κεφάλαιο 10), θα μάθετε να τη χρησιμοποιείτε ως κίνητρο για να ξεχωρίσετε στην κοινωνία μέσω των ανώτερων έργων σας, για να θαυμάζετε εκείνους που επιτυγχάνουν σπουδαία πράγματα και να εμπνέετε από το παράδειγμά τους ώστε να τους μιμηθείτε. Θα επεκτείνετε αυτή τη θαυμαστή κατάσταση σε καθεμία από τις πρωταρχικές ιδιότητες, χρησιμοποιώντας τη διευρυμένη γνώση σας γύρω

από την ανθρώπινη φύση για να αντισταθείτε στην ισχυρή κατιούσα έλξη της κατώτερης φύσης σας.

Σκεφτείτε το βιβλίο ως ένα εργαλείο που θα σας βοηθήσει να μαθητεύσετε στην ανθρώπινη φύση. Θα αναπτύξετε κάποιες δεξιότητες – πώς να παρατηρείτε και να μετράτε τον χαρακτήρα των συνανθρώπων σας και να αντικρίζετε τα δικά σας βάθη. Θα ασκηθείτε στο να φέρνετε στην επιφάνεια τον ανώτερο εαυτό σας. Και μέσα από την εξάσκηση θα γίνετε άσοι σ' αυτή την τέχνη, ικανοί να αποκρούετε ακόμα και το μεγαλύτερο κακό που θα προσπαθήσουν να σας προκαλέσουν και να διαμορφώσετε μια πιο ορθολογική, συνειδητοποιημένη και παραγωγική προσωπικότητα.

Ο άνθρωπος γίνεται καλύτερος όταν τον κάνεις να δει πώς είναι.

Άντον Τσέχοφ

1

Κυριαρχήστε στον συναισθηματικό εαυτό σας

Ο Νόμος του Παραλόγου

Σας αρέσει να φαντάζεστε ότι είστε κύριοι του πεπρωμένου σας, ότι σχεδιάζετε συνειδητά την πορεία της ζωής σας όσο καλύτερα μπορείτε. Αλλά αγνοείτε σε μεγάλο βαθμό πόσο βαθιά σας επηρεάζουν τα συναισθήματά σας. Σας κάνουν να στρέφεστε προς ιδέες που χαϊδεύουν το εγώ σας. Σας κάνουν να αναζητάτε στοιχεία που επιβεβαιώνουν αυτό που θέλετε ήδη να πιστέψετε. Σας κάνουν να βλέπετε αυτό που θέλετε να δείτε, ανάλογα με τη διάθεσή σας, και αυτή η αποσύνδεση από την πραγματικότητα είναι η πηγή των κακών αποφάσεων και των αρνητικών προτύπων που στοιχειώνουν τη ζωή σας. Ο ορθολογισμός είναι η ικανότητα εξουδετέρωσης αυτών των συναισθηματικών επιδράσεων, το να σκέφτεστε αντί να αντιδράτε, το να ανοίγετε το μυαλό σας σε αυτό που πραγματικά συμβαίνει και όχι σε αυτό που αισθάνεστε. Δεν είναι κάτι που μας βγαίνει φυσικά· είναι μια δύναμη που πρέπει να καλλιεργήσουμε, αλλά με αυτόν τον τρόπο συνειδητοποιούμε τις μεγαλύτερες δυνατότητές μας.

Η εσωτερική Αθηνά

Μια μέρα προς τα τέλη του έτους 432 π.Χ., οι Αθηναίοι έλαβαν κάποια πολύ ανησυχητικά νέα: εκπρόσωποι από την πόλη-κράτος της Σπάρτης είχαν φτάσει στην Αθήνα και παρουσίασαν στους δέκα στρατηγούς, οι οποίοι ήταν αιρετοί αξιωματούχοι επιφορτισμένοι με στρατιωτικά και πολιτικά καθήκοντα, νέους ειρηνευτικούς όρους. Εάν η Αθήνα δεν συμφωνούσε με αυτούς τους όρους, τότε η Σπάρτη θα της κήρυττε πόλεμο. Η Σπάρτη ήταν ο

μεγαλύτερος εχθρός της Αθήνας και από πολλές απόψεις το άκρως αντίθετό της. Η Αθήνα ήταν επικεφαλής ενός συνασπισμού δημοκρατικών πόλεων-κρατών, ενώ η Σπάρτη ηγούνταν μιας ένωσης ολιγαρχικών κρατών, που ήταν γνωστή ως Πελοποννησιακή Συμμαχία. Η Αθήνα εξαρτιόταν από το ναυτικό της και από τον πλούτο της – ήταν η κυρίαρχη εμπορική δύναμη στη Μεσόγειο. Η Σπάρτη εξαρτιόταν από τον στρατό της. Ήταν μια κοινωνία με καθαρά στρατιωτική οργάνωση. Μέχρι τότε, οι δύο δυνάμεις είχαν αποφύγει σε μεγάλο βαθμό έναν άμεσο πόλεμο, επειδή οι συνέπειες θα ήταν καταστροφικές – η ηττημένη πλευρά όχι μόνο θα έχανε την επιρροή της στην περιοχή, αλλά θα κινδύνευε να αφανιστεί και ο συνολικός τρόπος ζωής της. Για την Αθήνα, αυτό σήμαινε να απολέσει τη δημοκρατία και τον πλούτο της. Τώρα όμως ο πόλεμος έμοιαζε αναπόφευκτος και πολύ σύντομα μια αίσθηση επικείμενης καταστροφής απλώθηκε στην πόλη.

Λίγες μέρες αργότερα, η Εκκλησία του Δήμου συγκεντρώθηκε στην Πνύκα, απέναντι από την Ακρόπολη, για να συζητήσει το τελεσίγραφο των Σπαρτιατών και να αποφασίσει τι θα κάνει. Η Εκκλησία ήταν ανοιχτή σε όλους τους άρρενες πολίτες και εκείνη τη μέρα σχεδόν δέκα χιλιάδες μαζεύτηκαν στον λόφο για να συμμετάσχουν στη συζήτηση. Τα γεράκια του πολέμου βρίσκονταν σε κατάσταση μεγάλης αναταραχής – κατά τη γνώμη τους, η Αθήνα έπρεπε να πάρει την πρωτοβουλία και να επιτεθεί πρώτη στη Σπάρτη. Κάποιοι τους υπενθύμισαν ότι σε μια χερσαία μάχη οι σπαρτιατικές δυνάμεις ήταν σχεδόν ανίκητες. Αν επιτίθεντο στη Σπάρτη με αυτόν τον τρόπο, θα έπεφταν κατευθείαν στο στόμα του λύκου. Όλα τα περιστέρια της ειρήνης τάχθηκαν υπέρ της αποδοχής των όρων της συνθήκης, αλλά, όπως τόνισαν πολλοί, κάτι τέτοιο θα φανέρωνε φόβο και θα έδινε θάρρος στους Σπαρτιάτες. Πρακτικά τους έδινε περισσότερο χρόνο για να μεγαλώσουν τον στρατό τους. Έτσι, η συζήτηση έκανε κύκλους, με τα πνεύματα να οξύνονται, τις φωνές να υψώνονται και να μη διαφαίνεται πουθενά ικανοποιητική λύση.

Τότε, λίγο πριν σουρουπώσει, ξαφνικά το πλήθος σώπασε καθώς μια οικεία φιγούρα βγήκε μπροστά για να μιλήσει στη συνέλευση. Ήταν ο Περικλής, ο μεγαλύτερος πολιτικός της αθηναϊκής σκηνής, που είχε πια περάσει τα εξήντα. Ο Περικλής ήταν αγαπητός και η γνώμη του βάρυνε περισσότερο από κάθε άλλου, αλλά παρά τον σεβασμό των Αθηναίων στο πρόσωπό του τον έβρισκαν πολύ περίεργο για ηγέτη – περισσότερο φιλόσοφο παρά πολιτικό. Σε όσους ήταν αρκετά μεγάλοι ώστε να θυμούνται την αρχή της σταδιοδρομίας του, φαινόταν πραγματικά εκπληκτικό το πόσο ισχυρός και επιτυχημένος είχε γίνει. Δεν έκανε τίποτα με τον συνηθισμένο τρόπο.

Στα πρώτα χρόνια της δημοκρατίας τους, προτού εμφανιστεί ο Περικλής,

οι Αθηναίοι προτιμούσαν έναν συγκεκριμένο τύπο προσωπικότητας στους ηγέτες τους – άνδρες που ήξεραν να ρητορεύουν με έμπνευση και πειθώ και είχαν τάση προς το δράμα. Στο πεδίο της μάχης, αυτοί οι άνδρες ήταν ριψοκίνδυνοι, συχνά πίεζαν για στρατιωτικές εκστρατείες που θα τους έδιναν την ευκαιρία να αναδείξουν τις ηγετικές τους ικανότητες και να κερδίσουν δόξα και προσοχή. Προωθούσαν τη σταδιοδρομία τους εκπροσωπώντας στην Εκκλησία του Δήμου κάποια φατρία –γαιοκτήμονες, στρατιωτικούς, αριστοκράτες– και κάνοντας ό,τι περνούσε από το χέρι τους προκειμένου να επιβάλουν τα συμφέροντά της. Αυτό οδήγησε σε μια εξαιρετικά διχαστική πολιτική. Οι ηγέτες ανέβαιναν κι έπεφταν κάθε λίγα χρόνια, αλλά οι Αθηναίοι δεν είχαν κανένα πρόβλημα με αυτό. Άλλωστε, ήταν καχύποπτοι απέναντι σε όποιον έμενε πολύ στην εξουσία.

Έπειτα, γύρω στο 463 π.Χ., εμφανίστηκε στα δημόσια πράγματα ο Περικλής και έκτοτε η αθηναϊκή πολιτική δεν θα ήταν ποτέ πια η ίδια. Η πρώτη του κίνηση ήταν η πιο ασυνήθιστη. Αν και προερχόταν από επιφανή αριστοκρατική οικογένεια, συμμαχισε με τις ανερχόμενες κατώτερες και μεσαιές τάξεις της πόλης – τους αγρότες, τους κωπηλάτες, τους τεχνίτες που ήταν το καμάρι της Αθήνας. Αγωνίστηκε για να ακούγεται πιο δυνατά η φωνή τους στην Εκκλησία του Δήμου και να έχουν μεγαλύτερη δύναμη στη δημοκρατία. Ηγέτιδα δεν ήταν πλέον κάποια φατρία, αλλά η πλειοψηφία των Αθηναίων πολιτών. Ίσως φαίνεται αδύνατο να καταφέρει κανείς να ελέγξει ένα τόσο μεγάλο και απείθαρχο πλήθος ανθρώπων με διαφορετικά συμφέροντα, αλλά ήταν τόσο δοσμένος στον αγώνα του να μεγαλώσει τη δύναμή τους, ώστε με τον καιρό κέρδισε την εμπιστοσύνη και την υποστήριξή τους.

Καθώς η επιρροή του μεγάλωνε, άρχισε να επιβάλλεται στην Εκκλησία του Δήμου και να αλλάζει τις πολιτικές της. Ήταν αντίθετος στην επέκταση της δημοκρατικής αυτοκρατορίας της Αθήνας. Φοβόταν ότι οι Αθηναίοι θα ανοίγονταν πέρα από τις δυνατότητές τους και θα έχαναν τον έλεγχο. Μόχθησε για να εδραιώσει την αυτοκρατορία και να ενισχύσει τις υπάρχουσες συμμαχίες. Όταν ήρθε η ώρα για πόλεμο και έγινε στρατηγός, αγωνίστηκε με όλες του τις δυνάμεις να περιορίσει τις εκστρατείες και να κερδίσει μέσω διπλωματικών ελιγμών, έτσι ώστε να υπάρχουν όσο το δυνατόν λιγότερες ανθρώπινες απώλειες. Σε πολλούς αυτό φαινόταν αντιηρωικό, αλλά όταν αυτές οι πολιτικές άρχισαν να αποδίδουν καρπούς, η πόλη εισήλθε σε μια περίοδο ευημερίας που δεν είχε προηγούμενο. Δεν γίνονταν πια περιττοί πόλεμοι που αποστράγγιζαν τα ταμεία και η αυτοκρατορία λειτουργούσε πιο ομαλά από ποτέ.

Αυτό που έκανε ο Περικλής με το χρηματικό πλεόνασμα αφινιδίασε και

εξέπληξε τους πολίτες: αντί να το χρησιμοποιήσει για να εξαγοράσει πολιτικές εύννοιες, επιδόθηκε σε ένα τεράστιο έργο ανοικοδόμησης της Αθήνας. Έχτισε ναούς, θέατρα και αίθουσες συναυλιών, δίνοντας δουλειά σε όλους τους Αθηναίους τεχνίτες. Όπου κι αν κοίταζε κανείς, έβλεπε την πόλη να γίνεται πανέμορφη. Έδειξε ιδιαίτερη προτίμηση σε μια μορφή αρχιτεκτονικής που αντικατόπτριζε την προσωπική του αισθητική – οργανωμένη, εξαιρετικά γεωμετρική, μνημειακή, αλλά ευχάριστη στο μάτι. Το σπουδαιότερο έργο του ήταν ο Παρθενώνας, με το πελώριο, ύψους δώδεκα περίπου μέτρων άγαλμα της Αθηνάς. Η Αθηνά ήταν η προστάτιδα της Αθήνας, η θεά της σοφίας και της πρακτικής σκέψης. Αντιπροσώπευε όλες τις αξίες που ήθελε να προωθήσει ο Περικλής. Έτσι, ο Περικλής, χωρίς καμία βοήθεια, μεταμόρφωσε την όψη και το πνεύμα της Αθήνας και η πόλη εισήλθε στη χρυσή εποχή της σε όλες τις τέχνες και τις επιστήμες.

Το πιο παράξενο χαρακτηριστικό του Περικλή ήταν το στιλ ομιλίας του – συγκρατημένο και αξιοπρεπές. Δεν χρησιμοποιούσε τις συνηθισμένες στομφώδεις μεθόδους ρητορικής, αντίθετα προσπαθούσε να πείσει τους πολίτες με στέρεα επιχειρήματα. Αυτό τους έκανε να τον ακούν προσεκτικά για να μη χάνουν τον ενδιαφέροντα ειρμό της λογικής του. Το ύφος του ήταν συναρπαστικό και ταυτόχρονα κατευναστικό.

Σε αντίθεση με κάθε άλλο ηγέτη, ο Περικλής παρέμεινε στην εξουσία χρόνο με τον χρόνο, δεκαετία τη δεκαετία, βάζοντας τη συνολική σφραγίδα του στην πόλη με τον ήρεμο, διακριτικό τρόπο του. Είχε βέβαια τους εχθρούς του. Ήταν αναπόφευκτο. Είχε παραμείνει στην εξουσία τόσο πολύ καιρό, ώστε αρκετοί τον κατηγορήσαν ότι στην πραγματικότητα είχε γίνει δικτάτορας. Υποψιάζονταν ότι ήταν άθεος και ότι περιφρονούσε τις παραδόσεις. Κάτι τέτοιο θα εξηγούσε γιατί ήταν τόσο παράξενος. Αλλά κανείς δεν θα μπορούσε να αμφισβητήσει τα αποτελέσματα της ηγεσίας του.

Εκείνο το απόγευμα, λοιπόν, καθώς άρχισε να μιλά στην Εκκλησία του Δήμου, η άποψή του για τον πόλεμο με τη Σπάρτη θα είχε τη μεγαλύτερη βαρύτητα, κι έτσι το πλήθος σώπασε περιμένοντας με αγωνία να ακούσει τα επιχειρήματά του.

«Άνδρες Αθηναίοι», ξεκίνησε, «οι απόψεις μου είναι οι ίδιες όπως πάντα: είμαι αντίθετος στο να κάνουμε οποιαδήποτε παραχώρηση στους Πελοποννήσιους, μολονότι γνωρίζω ότι ο ενθουσιασμός που επικρατεί όταν οι άνθρωποι πείθονται να επιδοθούν σε έναν πόλεμο δεν διατηρείται όταν φτάνει η ώρα της δράσης και ότι η γνώμη των ανθρώπων αλλάζει κατά την πορεία των γεγονότων». Οι διαφορές μεταξύ της Αθήνας και της Σπάρτης έπρεπε να διευθετηθούν με τη μεσολάβηση ουδέτερων διαιτητών, τους υπενθύμισε.

Θα αποτελούσε επικίνδυνο προηγούμενο αν υπέκυπταν στις μονομερείς απαιτήσεις των Σπαρτιατών. Πού θα τελείωνε όλο αυτό; Ναι, μια άμεση χερσαία μάχη με τη Σπάρτη θα ήταν αυτοκτονία. Αυτό που αντιπρότεινε ήταν μια εντελώς νέα μορφή πολέμου – περιορισμένη και αμυντική.

Θα έφερνε μέσα στα τείχη της Αθήνας όλους όσοι ζούσαν στην περιοχή. Ας έρθουν οι Σπαρτιάτες κι ας προσπαθήσουν να μας παρασύρουν σε μάχες, είτε. Ας ρημάξουν τη γη μας. Δεν θα τσιμπήσουμε το δόλωμα. Δεν θα τους πολεμήσουμε στην ξηρά. Με την πρόσβασή μας στη θάλασσα θα ανεφοδιάζουμε διαρκώς την πόλη. Με το ναυτικό μας θα επιτεθούμε στις παράκτιες πόλεις τους. Με την πάροδο του χρόνου κι όσο δεν θα βλέπουν μάχες, θα χάσουν το ηθικό τους. Υποχρεωμένοι να σιτίζουν και να τροφοδοτούν τον μόνιμο στρατό τους, θα ξεμεινούν από χρήματα. Οι σύμμαχοί τους θα φαγωθούν μεταξύ τους. Η πολεμοχαρής μερίδα της Σπάρτης θα περιπέσει σε δυσμένεια και θα συμφωνηθεί μια πραγματική διαρκής ειρήνη, κι όλα αυτά με ελάχιστες ανθρώπινες και χρηματικές απώλειες από την πλευρά μας.

«Θα μπορούσα να σας εκθέσω πολλούς άλλους λόγους», κατέληξε, «για τους οποίους πρέπει να αισθάνεστε σίγουροι για την τελική νίκη, αρκεί να μην αποφασίσετε να προσθέσετε κι άλλους στην αυτοκρατορία όσο ο πόλεμος θα βρίσκεται σε εξέλιξη και να μην κάνετε την αποκοτιά να μπλέξετε σε νέους κινδύνους. Αυτό που φοβάμαι δεν είναι η στρατηγική του εχθρού, αλλά τα δικά μας λάθη». Η πρωτοφανής πρότασή του προκάλεσε μεγάλη συζήτηση. Ούτε τα γεράκια ούτε τα περιστέρια ήταν ικανοποιημένα με το σχέδιό του, αλλά στο τέλος η φήμη της σοφίας του έκρινε το αποτέλεσμα και η στρατηγική του εγκρίθηκε. Αρκετούς μήνες αργότερα ξεκίνησε ο μοιραίος πόλεμος.

Στην αρχή, δεν εξελίχθηκαν όλα όπως είχε οραματιστεί ο Περικλής. Οι Σπαρτιάτες και οι σύμμαχοί τους δεν έχασαν το ηθικό τους επειδή ο πόλεμος τραβούσε σε μακρός, απεναντίας πήραν θάρρος. Οι Αθηναίοι ήταν αυτοί που αποθαρρύνθηκαν βλέποντας τη γη τους να καταστρέφεται χωρίς αντίποινα. Αλλά ο Περικλής πίστευε ότι το σχέδιό του δεν επρόκειτο να αποτύχει, αρκεί να έκαναν υπομονή οι Αθηναίοι. Τότε, το δεύτερο έτος του πολέμου, μια απροσδόκητη καταστροφή ανέτρεψε τα πάντα: μια φοβερή επιδημία έπεσε στην πόλη. Με τόσο κόσμο μέσα από τα τείχη, εξαπλώθηκε γρήγορα, σκοτώνοντας πάνω από το ένα τρίτο των πολιτών και αποδεκατίζοντας τις τάξεις του στρατού. Ο ίδιος ο Περικλής κόλλησε την ασθένεια και στα πρόθυρα του θανάτου έγινε μάρτυρας του απόλυτου εφιάλτη: είδε όλα όσα είχε κάνει για την Αθήνα τόσες δεκαετίες να γκρεμίζονται μονομιάς, τους ανθρώπους να παθαίνουν μαζικό παραλήρημα και

τον καθένα από αυτούς να προσπαθεί να σώσει τον εαυτό του. Αν επιζούσε, σχεδόν σίγουρα θα έβρισκε τον τρόπο να ηρεμήσει τους Αθηναίους και να συνάψει αποδεκτή ειρήνη με τη Σπάρτη ή να προσαρμόσει την αμυντική του στρατηγική, αλλά ήταν πολύ αργά.

Παραδόξως, οι Αθηναίοι δεν θρήνησαν για τον ηγέτη τους. Τον θεώρησαν υπεύθυνο για τον λοιμό και αναθεμάτισαν την αναποτελεσματικότητα της στρατηγικής του. Δεν είχαν πια διάθεση για υπομονή ή αυτοσυγκράτηση. Είχε ζήσει περισσότερο από την εποχή του και οι ιδέες του θεωρούνταν τώρα οι κουρασμένες αντιδράσεις ενός γέροντα. Η αγάπη τους για τον Περικλή είχε μετατραπεί σε μίσος. Τώρα που εκείνος δεν ήταν πια εκεί, οι φατρίες επέστρεψαν δριμυύτερες. Το πολεμικό κόμμα έγινε δημοφιλές. Το κόμμα τροφοδότησε την απέχθεια των πολιτών προς τους Σπαρτιάτες, οι οποίοι είχαν εκμεταλλευτεί τον λοιμό για να επιβάλουν τις θέσεις τους. Τα γεράκια υποσχέθηκαν ότι θα έπαιρναν πάλι τα ηνία και θα συνέτριβαν τους Σπαρτιάτες με μια επιθετική στρατηγική. Για πολλούς Αθηναίους, αυτά τα λόγια ήταν μεγάλη ανακούφιση, μια διέξοδος για τα απωθημένα τους συναισθήματα.

Καθώς η πόλη ανέκαμπτε σιγά σιγά από τον λοιμό, οι Αθηναίοι κατάφεραν να πάρουν το πάνω χέρι και οι Σπαρτιάτες ζήτησαν ειρήνη. Θέλοντας να συντρίψουν ολοκληρωτικά τον εχθρό τους, οι Αθηναίοι προσπάθησαν να εκμεταλλευτούν το πλεονέκτημά τους, για να διαπιστώσουν ότι οι Σπαρτιάτες είχαν ανακάμψει και άλλαζαν πάλι τους όρους του παιχνιδιού. Κι έτσι ο πόλεμος συνεχιζόταν χρόνο με τον χρόνο. Η βία και το μίσος φούντωσαν και στα δύο στρατόπεδα. Κάποια στιγμή, η Αθήνα επιτέθηκε στο νησί της Μήλου, που ήταν σύμμαχος της Σπάρτης, και όταν οι Μήλιοι παραδόθηκαν, οι Αθηναίοι ψήφισαν να σκοτώσουν όλους τους άνδρες και να πουλήσουν τις γυναίκες και τα παιδιά τους ως δούλους. Κάτι τέτοιο δεν θα συνέβαινε ούτε κατά διάνοια στην εποχή του Περικλή.

Και τότε, μετά από τόσα χρόνια ατέλειωτου πολέμου, το 415 π.Χ. κάποιοι Αθηναίοι στρατηγοί είχαν μια ενδιαφέρουσα ιδέα για το πώς μπορούσαν να καταφέρουν το μοιραίο πλήγμα. Η πόλη-κράτος των Συρακουσών ήταν η ανερχόμενη δύναμη στη Σικελία. Οι Συρακούσες ήταν σημαντικότερος σύμμαχος των Σπαρτιατών και τους εξασφάλιζαν άκρως απαραίτητους πόρους. Αν οι Αθηναίοι, με το σπουδαίο ναυτικό τους, εκστράτευαν και έπαιρναν τον έλεγχο των Συρακουσών, θα κέρδιζαν δύο πλεονεκτήματα: θα τις πρόσθεταν στην αυτοκρατορία τους και θα στερούσαν από τη Σπάρτη τους πόρους που χρειαζόταν για να συνεχίσει τον πόλεμο. Η Εκκλησία του Δήμου ψήφισε να σταλούν εξήντα πλοία με τον ανάλογο στρατό για την επίτευξη αυτού του στόχου.