

Az igazságos uralkodót vagy vezetőt, csakúgy, mint az igazságos családfőt, akár túlzott dominanciája ellenére is szeretik. Míg az igazságtalan vezetőt rövidesen megutálják és elkerülik. Az igazságosság morális vizsgálata merüljön most ki abban, hogy igyekezzünk azt tenni másokkal, amit magunknak is kívánnánk. A dominancia mértékének helyes viselete azonban több szót kíván.

Az emberi kapcsolatok túlnyomó többsége tudattalan összejátszásra, nem tudatos vonzalomra épül. Két erőteljes domináns személyiség ritkán vonzza egymást. Ha mégis összetalálkoznak, gyakran szikrázik körülöttük a levegő. Az erős emberek köré sokszor gyűlnek gyengébb személyiségek. Nem csak azért, hogy könnyen el tudják 'viselni egymást, hanem óvásért és védelemért. Az erős nő is vonzódhat gyenge férfihoz, nem csupán a fordított helyzet kialakulása lehetséges, mint ahogy azt a legtöbben hinni vélik.

A kapcsolatokban mindig a domináns személy jár elől, partnere pedig követi. Aki túljátsza a szerepét és teljesen elnyomja a társát, eléri, hogy mindketten egyre kevesebb örömet találnak majd az együttlétben. Másrészt minden emberben él és dolgozik egy jól körülírható önmegvalósítási vágy. Ennek mértéke különböző, de létezése tagadhatatlan. A jól működő társas viszonyban mindkét félnek, a gyengének és az erősnek is módjában áll egyformán kibontakoznia.

A vezetés képessége az élet nagy ajándéka. Gyakorlásához erős idegrendszer, karizmatikus fellépés és még sok más különleges adottság szükséges. Ez az életajándék mégis megkövetel a tulajdonosától egy felelősségteljes viselkedést, amelyet kontrollnak nevezünk. Ha erős dominanciára való hajlamot fedezünk fel a lelkünkben, kérdezzük meg hetente legalább egyszer magunktól, hogy milyen cselekedetekkel járultunk hozzá az elmúlt napokban a hozzánk tartozó, "ránk bízott emberek vagy a közösség lelki erősödéséhez. Ha társaságban vagyunk a rendelkezésre álló idő egy részét töltsük visszavonulással. Helyet adva ezzel szeretteink megmutatkozásának és egészséges önkifejezésének. Csendességünk, ideiglenes eseménykövetésünk ezáltal a viselkedés által csak megerősíti másokban a mi vezetésre való képességünket és fokozza elismertségünket. A domináns személy akkor képes tekintélyt és szeretetet ébreszteni másokban, ha nem félnek tőle. Gondoljunk arra is, hogy az elismert személy emberi nagysága és jellemereje nem abban áll, amit kimond, hanem abban lelkileg fel, amiről hallgat.

Összefoglalás

A lelki fertőzés útján tehát családi példa nyomán terjedő és a családi harmóniát veszélyeztető viselkedésminták, gyógy módjaik javallata ezen a ponton véget ér. E könyv lapjain igyekeztünk a leggyakrabban előforduló és az emberi kapcsolatok egészségére nézve legveszélyesebb fertőzésekről megemlékezni.

A felsorolás természetesen nem teljes. Ha ettől függetlenül önmagunkon bármilyen, a harmóniát és az emberek közötti megértést veszélyeztető attitűdöt

fedezünk fel, azonnal cselekedjünk. Ne késlekedjünk a tudatosításával: "igen, elfogadom ebben a bizonyos szituációban gyakran viszályt keltő módon viselkedem, de változtatni kívánok ezen a helyzeten." A változtatás kulcsa egy empátiás kérdés: "milyen élményt teremtek a fellépésemmel mások számára"? Ha a válaszuk készen áll, képzeljük el, hogy szívünk szerint valójában milyen élménnyel ajándékoznánk meg szeretteinket az esetleges bántás és diszharmónia helyett. Ha képesek vagyunk e kívánalmunkat szavakba önteni, szuggeráljuk minden nap mint pozitív formulát: "én örömet, boldogságot és együttérzést teremtek családom körében. Örömmel tölt el, amikor együtt lehetek szeretteimmel és úgy élek közöttük, hogy ők is őszintén örülhessenek nekem." Ez a pozitív autoszugesztio az élet problémáinak és feladatainak színes palettáján is tökéletes és magabiztos megoldó készséget garantál számunkra. Élünk a jellemfejlesztés csodálatos lehetőségével, hogy minden nap egyre többen és többet mosolyogjanak körülöttünk.

17.A GYÓGYÍTÁS LEGNAGYOBB TITKA

Tökéletesen elfogadott tény, hogy minden betegségnek van mentális oka. Ma már sok száz betegítő gondolatmintáról, fizikai elváltozást okozó, káros viselkedésmintáról tudunk. Eddig azt gondoltuk, hogy minden betegségnek meg van a saját kiváltó oka, és a probléma feltérképezése nyomán megkezdhetjük a gyógyító munkát. Nos, teljesen új ezzel szemben az a felfedezés, hogy minden betegségnek van egy kétségbevonhatatlan, az összes többi betegséggel abszolút közös lelki oka is. Más szóval egyetlen betegség sem fejlődhet ki ha az a bizonyos közös mentális tényező nincs jelen, ha hiányzik az ember életéből. E tényből egyértelműen az következik, hogy a minden emberi betegség elindítójaként felfedezett alapvető pszichés ok kiküszöbölésével tulajdonképpen lelki védőoltást adunk saját magunknak a betegségekkel szemben.

Nagyon merész állítás? Valóban merész. És természetesen semmit sem ér bőséges bizonyítékcsoport és hiteles alátámasztás nélkül. Mielőtt a bizonyítékok feltárását megkezdenénk, bevezetésül csak annyit: ami megbetegít bennünket, az egy elmeprogram, de nevezhetjük pszichés vírusnak is. A betegség elvi lehetősége sok ember életében jelen van. A másik ember látószöge című fejezetben felfedezhettük, hogy a legtöbben életük idejének nagyjából 80 százalékában foglalatoskodnak önpusztító gondolatokkal, aggódással és szorongással. Az emberi szervezet azonban mérhetetlen vitalitással, és öngyógyító képességgel van felvértezve. A betegség minden önpusztítás ellenére legtöbbször csak évek, évtizedek negatív hozzáállása következtében alakulhat ki valakinek a szervezetében. Létezik azonban egy olyan viselkedéstípus, amelynek felvételével a baj azonnal jelentkezik, sőt felerősíti más romboló minták hatékonyságát is.

Hogy mi aktivizálja ezt a közös lelki okot, és milyen céllal gyengíti le a szervezetet, az a tény rövidesen mindannyiunk számára világossá válik.

A következő oldalakat kérem ne a szokásos könyvolvasási módon tanulmányozza végig. Álljon meg egy-egy új felismerést jelentő gondolatnál, és kérdezze meg önmagától, hogy vajon hányszor tapasztalt az életében a leírtakkal összecsengő jelenséget. Ezt követően kérdezzen rá arra is, hogy barátai és ismerősei sorsát tanulmányozva is visszaköszönnek-e a leírt gondolatok. Ha így cselekszik, különös dolog történik Önnel. Egészen váratlan és új élményben lesz része. Mélytudatából lassan felszínre kerülnek és megmutatkoznak azok a mozgatórugók, melyek egészen kisgyermek korától kezdve vezérelték a vágyait; félelmeit, vonzásait és választásait.

A tudat küszöbe alatt szerveződnek azok a parancsok, amelyek a bölcsőtől a sírig, a nap minden percében irányítják a sorsunkat és cselekedeteinket. A mélytudat akarat és szándék útján nem befolyásolható. Parancsai és törvényei mégis életünk és halálunk, bukásunk és felemelkedésünk teljes jogú irányítói. Sok ember azt gondolta, és gondolja ma is, hogy ő kizárólag csakis ő a saját sorsa irányítója. Végül ki fog derülni, hogy mozdulatai, ötletei hirtelen vagy megfontolt elhatározásai előre megírt tudatalatti programok csupán. Sokan végül még azzal is megelégednének, hogy csak egészen csekély beleszólási jogot is kaphassanak életük irányításába. A lehetőség adott. Ismerjük meg a mélytudat hatalmát, és éljünk a szabad akarat lehetőségével!

Egy különösen érzékeny szenzitív betegem a közelmúltban egy kereskedőnél járt. Élelmiszert vásárolt, majd a bolti segédhez indult, hogy a számlát kifizethesse. A segéddel éppen egy jól öltözött hölgy beszélgetett elmélyülten. Furcsa és szokatlan dolgokról. Nagyon készséges volt, és kimért. Az élelmiszerek összetételéről faggatta a fiatal eladót. Az úr, aki a betegem volt, eközben kissé feszengett.

A párbeszéd azt sejtette, hogy legalább még 10 percig kell a fizetés előtt várakoznia. Ezért kissé nekitámaszkodott a pultnak, és elgondolkodott. A bolti lopások jutottak eszébe. A társadalmi igazságtalanság, amely a szegényebbeket néha egyenesen rákényszeríti, hogy a jog és a törvény ellenére cselekedjenek. Ettől a felismeréstől kellemetlenül érezte magát, és szeretne volna az egészet minél hamarabb elfelejteni. Hirtelen arra lett figyelmes, hogy a bolti segéd a hölgy türelmes meghallgatása és a kérdéseire adott válaszai után tisztelettudóan kijelentette: "a mai naptól az az utasítás, hogy mindenkinek a táskájába bele kell pillantanunk. Kérem ne vegye ezt tolakodásnak, de tegnap egymás után két bolti tolvajt is elfogtunk." A szenzitív személy kissé izgatott lett. Megérzései nem csaltak. A lopás gondolata valahol mégis jelen volt a boltban, ha nem máshol, hát a segéd fejében. Talán ennek kisugárzását érezhette meg.

A jól szituált hölgy közben odanyújtotta táskáját, melyben az eladó kutatni kezdett, lassan, értő mozdulatokkal, mint aki pontosan tudja, hogy hol kell keresnie, illetve hol szükségtelen a kutatás. Rutinból gyakorlottan cselekedett. Majd ránézett a hölgyre és szárazon csak annyit közölt: "kérem fáradjon velem a hátsó helyiségbe". A táskából a bolt címeres csomagolását viselő, még kifizetetlen füstölt húsáru került elő.

Ekkor a betegem hirtelen izzadni kezdett. Rosszul lett. Érzékeny volt minden időjárásváltozásra, ellenszenvre, agresszióra, vonzalomra és megaláztatásra. Erősen szíven ütötte a szituáció. Átélté magában azt a megsemmisülést, amelyet most a hölgynek kellett elviselnie, meggondolatlan tette nyomán. A rossz érzések váratlanul törtek rá. Nem hitte volna, hogy pontosan egy ilyen ízlésesen öltözködő előkelőnek látszó nagypolgár járna titokban lopni.

Egyszerűen nem fért a fejébe a megtapasztalt esemény. De vajon honnan származhatott a rossz érzése? A helyzet váratlanságából? Feltehetőleg! És abból a felismerésből, amely egy hasonló helyzetben mindannyiunkban megfoganna: kik között élek? Milyen emberek vannak körülöttem? Már a gazdagok is lopnak. Ezt a húst a hölgy most hazavitte volna, belemosolyogva az unokája szeméhe, majd egykedvűen átadta volna a szakácsának, hogy készítse el az ebédhez. Visszataszító. Igen! Taszító jelenség.

Mindez persze nem fogalmazódott volna meg a derék férfiúban, ha már korábban is tudta volna, hogy néha bizony a gazdagok is lopnak. Ő most csalódott, mert élt az elméjében egy előítélet, amely szertefoszlott. Az ő valósága az volt, hogy csupán a szegények kényszerülnek a lopás jogtalanságára. Pontosán úgy, ahogy arról várakozás közben gondolkodott. A szegénység és a lopás fogalma a fejében összekapcsolódott. Más szóval a szegénységhez rendelte hozzá az elméje a lopás élményét. Sokan gondoltuk eddig így. A rossz érzés tehát azért alakulhatott ki benne, mert összeomlott az ő lopásról alkotott elképzelt valósága. A példa azonnal megköveteli a valóság fogalmának egyértelmű tisztázását.

Alapigazság, hogy mindenkinek az a saját valósága, amiben hisz. Az emberi valóság és a realitás általában nem tényeket jelent, inkább ítéletekre utal. Véleményekre. A fejben levő képzetekre. A 14-es háború vége után több hónappal néhány óceáni kis szigeten a brit alattvalók még mindig hadban állónak gondolták magukat a németekkel. Az ellenségeskedés már régen megszűnt a maga objektív valóságában, de ők erről egyszerűen nem tudtak. A példa jól illusztrálja, hogy léteznek olyan helyzetek, amelyekben a valóság nem jelenti egyben az igazságot is. A tényszerű realitást. Ennek elfogadása hozzásegít minket ahhoz, hogy továbblépünk, és rávilágítsunk a valóság viszonylagosságára. Egy kisvárosi kereskedő valósága az, hogy ő gazdag. A városka többi lakója is így vélekedik erről a kérdésről. Bárki, aki hozzájuk látogatna és kétségbe vonná ezt a "realitást" értetlenséget váltana ki.

A fővárosi nagykereskedő valósága szintén az, hogy gazdag, és róla ezt a főváros többi lakója is így gondolja. Elképzélhető ugyanakkor, hogy a fővárosi kereskedő tőkéje százszor akkora, mint kisvárosi társáé. Lehet, hogy ahová a nagykereskedő ebédelni jár, oda a másik kevésbé gazdag kereskedőt szegénysége, rangon aluli vagyoni helyzete miatt be sem engednék. Hogy a valóság gyakran csupán a képzelet terméke, még nyilvánvalóbbá válik, ha áttanulmányozzuk a leukémia betegségéről szóló rövid összefoglalást.

A leukémia kialakulásában elsőrendű okként szerepel az önmegsemmisítés mély, tudattalan igénye. A lelki okok viselkedésből, egyszóval szemléletből és a hozzájuk kapcsolódó attitűdből tevődnek össze. A leukémiás személy elmeprogramja a következő: létezem és velem együtt létezik az én nagy problémám. A helyzet nem állhatna fenn nélkülem. Ez világos. Én teremtettem és vádoló, gyűlölöm magam érte. Úgy érzem, hogy a gondot nem tudom megoldani, ezért pusztuljak el én, így a bajok is megszűnnek. Az ilyen és hasonló elmeprogramok mindig a tudat hullámai alatt íródnak. Ami ebből a tudatba szűrődhet, legfeljebb annyi, hogy az illető tényleg bajban lévőnek érzi és vádolja magát, de meghalni nyilván nem szeretne. Amíg a tudat szintjén a beteg elkeseredetten küzd akarataival az életéért; addig a mélyben egy- primitívnek látszó, romboló gondolatminta uralja lelki, idegi élete vezérlőközpontjait. De mi jellemezte a helyzetét akkor, amikor a leukémia diagnózisa még nem állt fenn? Akkor amikor e történet szereplője még nem tudta és nem érezte magát fizikai síkon súlyos betegnek.

A valóságban a baj nyilván mindig előbb alakul ki, mint ahogyan az orvosi diagnózis elkészül. Addig az időpontig a beteg természetes valósága az, hogy ő teljesen egészséges. Az igazság persze másképpen hangzik: talán halálos beteg. Az ember valósága az emberi tudat valósága. Az emberi tudat pedig a saját álláspontját tekinti reálisnak. Egy megcsalt férj realitása az asszony hűsége egészen a lebukás pillanatáig. Több példa szükségtelen annak az alátámasztására hogy a tudatunkban lévő információ, melyet valóságnak nevezünk gyakran még akkor is távol áll az igazságtól, ha minden jel pontosan erre mutat. De lássuk, hogy konkrétan milyen szituációban is van szükségünk a valóság tökéletes ismeretére. Például döntéshelyzetben! Nap mint nap találkozom olyan emberekkel, akik erősen kívánják, hogy bárcsak jól dönthessenek. Ha mégis kudarcot vall a tervük, előfordul, hogy másokat okolnak a kialakult következményekért vagy egyszerűen csak szerencsétlennek tartják magukat. A legtöbb ilyen esetben utólag mégis tetten érhető a döntést megalapozó reálisnak hitt információk valótlanúsága.

A felsorolt tények és bizonyítékok valahol a tudat rendkívüli kiszolgáltatottságáról és hibázásra való hajlamosságáról árulkodnak. Mégis, a legtöbbben egy személy láttán vagy szituáció átélése kapcsán azonnal rávágják: ez az ember hitvány, ez az élethelyzet számomra kellemetlen lesz. Aki így nyilatkozik, annak a fejében a nevezetes személy a hitványság, a szituáció pedig a kellemetlenség kontextusába kerül. Mások talán ugyanezzel az emberrel kapcsolatban vagy ugyanebből a problémahalmazból életük nagy lehetőségét hámoznák ki más előjelű kezdeti hozzáállással. Figyeljük meg, hogy ez a típusú viselkedés társadalmi szokás elfogadott hagyomány Így születnek az élet kis bosszúságai és nagy tragédiái vagy megismételhetetlen örömei.

A bennszülöttek fizikai támadásként élték meg az első védőoltások elterjedését követően az injekciós tűkkel megjelenő fehérek misszióját. Az őslakók természetesen nem a tűk feltűnésének pillanatában, és nem akaratuk által

vezérelve döntöttek így Évezredes, ősi beidegződéseik, mélytudatuk tartalma súgta nekik, hogy a hegyes tű fegyver és nem létezik, hogy segítő szándékot, baráti érzést képvisel. Azt hiszem, az álláspontjuk teljesen érthető. A legtöbben a csődbe jutott, vállalkozását elvesztett, öngyilkosságba menekülő embert is megsajnálják. Elfogadják a hozzáállását. Persze a halála után soha senki nem tudhatja meg, hogy nem várt volna-e rá valahol egy addigi pozíciójánál jobb szituáció, nagyobb profit lehetőséggel. Van, aki tehát helyzete pillanatnyi megingásához az önpusztítás jelentőségét rendeli hozzá. Ha azt mondjuk, hogy elvesztettük a vállalkozásunkat, és végünk van, akkor az lesz a valóságunk. Ha úgy nyilatkozunk, hogy ezáltal lehetőségünk van jobb üzletek megkötésére, akkor már elindultunk a siker megvalósulásának útján. A bennszülöttek esetében nyilvánvaló, hogy az injekciótól való félelem öröklött mély tudati beállítottság. Az öngyilkosság a helyzet feladásának cselekvésmintája is öröklődik. Lelki fertőzés, szuggesztió útján. A megfutamodás, a félreállítás, az összezsugulás viselkedéstípusa a mélytudatban gyökerezik és társadalmi szokásokat, hagyományokat tükröz, vagy családi minta. Ha a mélypsziché ez irányú tartalma nem tudatosodik, nincs lehetőség a tisztulásra, és gyógyításra, akkor az illető gyakorlatilag nem tehet mást, minthogy végez magával, ha a benne levő feszültség megéri arra a szintre, melytől öngyilkos programja aktivizálódik. Ne feledjük! Minden betegség közös lelki okának feltérképezésén dolgozunk. A realitás és valóság témája egy állomás csupán a tudatalatti fölényes hatalmának megértéséhez.

Foglaljuk össze, mit tudunk eddig.

1. A valóság nem egyenlő az igazsággal.
2. Az emberek valósága véleményeket fejez ki és meggyőződésekre utal. Általában nem fedi az objektivitást
3. Ha sokan képviselnek egy azonos meggyőződést, például egy népszokás esetében, akkor ez a hit szinte tárgyiasul, és a mélytudatba jut. Támadhatatlan elemi igazságnak hat, még akkor is, ha káros vagy hamis. Ha valaki nem fogadja el, akkor örülnek tekintik, vagy rosszindulatúnak tartják.

A húsevést évszázadokon át a megnyerhető erő és az egészség zálogaként tartották számon. Aki nem szívesen fogyasztott húst, azt megvetették, kigúnyolták, gyengének és az életre teljesen alkalmatlannak tartották. Amióta kiderült, hogy a húsfogyasztás a daganatos betegségek, a szívproblémák, a reuma és számos súlyos betegség fő oka, már egyáltalán nem tekintik örülnek azt az embert, aki húsmentes diétán él. Rövidesen elérkezik az idő, amikor azokat tartják majd primitívnek, akik húst hússal esznek, nem törődve az egészségükkel, és családjuk jövőjével. A hús régen is hús volt, ma is az, és holnap is hús lesz. Csupán a hozzárendelt jelentéstartalom változott meg. A hús a nélkülözhetetlen dolgok kategóriájából átkerült a mérséklettel fogyasztani