

Figyeljünk jól! Az egészségesek tehát csak apró áldozatokra hajlandók az egészségükért. A halálos betegek pedig mindent megadnának érte. Pénzt, ingatlant és azt a jövedelmüket is, melyet még meg sem szereztek. Csak élhessenek! Ebből a tényből az az egyszerű következtetés vonható le, hogy az egészséges emberek nem értékelik önmagukat, és az állapotukat. Ha az egészség értéktelen a szemükben, értéktelenek ők maguk is.

A nagybetegek hallatlanul magasra értékelik testi épségüket. Minél enyhébb fokú a betegség az érték annál kisebb. A tények változása között tehát szoros és egyenes összefüggés tapasztalható. A nulla értéktől a valóságos értékrobbanásig. Nem csupán arról van szó, hogy ami pillanatnyilag nem áll rendelkezésünkre, arra szükségünk van, ami pedig megadatik nekünk, az már nem érték a számunkra. Minél több szenvedés, fájdalom, megaláztatás, nélkülözés és esztétikai probléma járul a betegséghez, annál vonzóbbnak találjuk majd az egészséget.

Alaptörvény: a betegségeket, mint minden körülményt mi vonzunk saját magunkhoz. Nem csak betegséget vonzunk, de súlyossági fokozatokat is. Minden ami velünk történik, belőlünk fakad, nélkülünk ugyanis nem létezhetne. Nyilvánvaló, hogy nem lehetnénk betegek, ha egyáltalán nem léteznénk.

Aki beteg, tartós szemléletváltozáson esik keresztül. Az egészséges életmódra oktató tanácsok jószerével a semmibe vesznek. Az emberek meghallgatják őket, és élnek tovább a hagyományaik szerint. A tanácsok által nem jön létre bennük tartós, saját meggyőződésen alapuló erőteljes szemléletváltozás. Ehhez az akarat is kevés. Pedig sokan meg akarnak szabadulni a tudattalan viselkedések nyomán létrejött szenvedéseiktől.

A betegség ezzel szemben azonnal mély erőteljes nyomot hagy a pszichében. Ettől a beteg valóban megváltozik. A betegség, mint hatás eredményes. A betegség, mint inger képes arra, hogy új tudattartalommal és élethez való viszonyulással töltse be az elmét. A betegség egy szuggesztívó. Hatása magasabbrendű mint a tanácsé, vagy az egyén akaratáé. A gyógyítás nagy titka az, hogy a betegség, az elme, a mélytudat pozitív célzatú viselkedésterápiája.

Az elme pontosan tudja, hogy az egészség iránti hozzáállás nem változik meg a tanácsoktól. De személyes veszélyeztetettség és közvetlen érintettség folytán igen. Az elme betegséget teremt azért, hogy megváltoztassa az egyén egészséghez fűződő hozzáállását. De miért? Ettől még nem áll össze a kép. Miért kell lerombolni az egészséget? Csupán azért, hogy utána nagyobb érték legyen? Az élet forrása az öröm. Ha az egészség tökéletesen rendben van, ez a legtöbb ember számára nem öröm. Ha az anyagi javak már rendelkezésre állnak, akkor természetes, hogy léteznek, és ez önmagában már nem öröm. Ha a dolgok jól mennek, nem tudjuk élvezni azt, amit az élet azért nyújt felénk, hogy élvezzük. Sok-sok értékes tárgy birtoklása nem egyenlő az öröme való képességgel. Öröme és önértékelésre azonban mindig szükség van.

Ez táplálja a szív életerejét, az öröm áramoltatja vérünket, kedvet ad a cselekvéshez. Ha az öröm hiányzik, a lélek kiürül és a tettvágy megsemmisül.

Az élethez öröm kell! Az elme gyakran elvesz tíz egységnyi egészségből mondjuk hatot. Négy egység marad. Ha küzdelmek, kínlódás és nélkülözés árán az elvesztett hatból visszaszerzünk két egységet, akkor a rendelkezésünkre álló mennyiséget garantáltan jobban becsüljük majd, mint korábban a teljes egészet. Ez az elme viselkedésterápiája.

Az egészségért a betegnek mindig küzdenie kell. A küzdelem hihetetlen módon felértékeli önmaga tárgyát. A küzdelemben a cél és a vágy tárgya egyértelművé válik. Felébrednek általa a szunnyadó motivációk.

A betegség megteremtésével és az egészség utáni szakadatlan küzdelemmel az elme beindítja annak az energetikai rendszernek a működését, amely nélkül az élet tulajdonképpen megszűnne létezni. Az elme a betegséggel célt ad és értelmet. Minél alacsonyabb az önértékelés, és az önszeretet, annál súlyosabb a betegség. Minél súlyosabb a betegség, annál nagyobb önértékelést teremt. Ezek a tények tökéletesen egybevágnak.

De miért kell az embereknek meghalniuk, gyakran éppen betegségek következtében, ha az elme a betegség létrehozásával az életerő megsokszorozódását célozza. Ha az életből való kiábrándultság és a céltalanság legmagasabb átélhető foka megvalósul, a betegség mint az elme terápiája mindent elsöprő energiával tör elő. Ennek az óriási erőnek gyakran maga az élet is áldozatul esik. A tudat szintjén az akarat az egészségért küzd, az életösztön az élnivágást diktálja. Freud azonban rámutatott, hogy nem csupán az életösztön működik bennünk, hanem halálösztönök is léteznek. Ha a halálösztön akár betegség formájában is eluralkodik, elfojthatja az életet.

A betegség testvérei az életben az úgynevezett tragédiák, problémák és bajok. Ezek súlyosságtól függően eltérő mértékű küzdelemre és a problémamentesség elérése érdekében munkára készítenek. De az elme célja valójában nem az, hogy az ember számára elérhető legyen a cél, és megszűnjék a küzdelem. Ugyanis a küzdelemben teljesedhet ki a valódi életcél! A vágy, az öröm, a hajtóerő, a vitalitás! A beteljesülés által ezek az életfunkciók sorvadni kezdenek.

Az elme mindig annyit vonz magához a betegségből és a problémából, amennyi a vitalitás tréningezéséhez szükséges. Ha ezek a képességek elsorvadnak ugyanis, akkor megszűnik az élet. Az elme mindent megtesz a saját túlélése érdekében. Az elme túlélése azonban csak a mi túlélésünk által lehetséges. Az elme azért védi az életünket, mert nélkülünk nem élhetne túl.

Egy döbbenetes felismerés egyben bizonyítékul is szolgálhat a leírtak alátámasztására. Gyakran keresnek fel olyan emberek, akik egyszerűen már meg akarnak szabadulni problémájuktól. Elegük van belőle. Unják, utálják, Elviselni sem bírják tovább. Kínálkozik számukra egy különleges lehetőség, amelyet eddig még soha senki sem kínált fel nekik. Lehetőségük van arra, hogy megszabaduljanak legjobban gyűlölt problémájuktól. Egyetlen dolgot kell csak tenniük. Önként vállaljanak fel egy ugyanolyan súlyú másik problémát, melynek küzdelemigénye az előbbiével egyenértékű. Az egyensúly így helyreáll. Az energetikai rendszer vitalitásigénye kielégül. De az egyénnek pontosan

ugyanannyit kell majd dolgoznia önmagán, mintha eredeti problémáját kívánná orvosolni. A betegség és az önszeretet egymást kizáró fogalmak és élmények. A betegség sokáig elkerüli az embert, gyakran még akkor is, ha eleve negatív beállítottságú az illető.

De ha az önszeretet az önértékelés sérül, akkor azonnal berobban a baj. Ha az önértékelés egy bizonyos szint alá süllyed, máris aktivizálódik a betegség. A sok ezer típusból az a forma valósul meg, amelyre az egyénnek éppen szüksége van lelki fejlődéséhez és életöröme önértékelése visszanyeréséhez. A betegségek abszolút közös lelki oka az életöröm és az önértékelés hiánya.

Az ember teremtésre és küzdelemre van megalkotva. Természetesen ebből a tényből fiziológiai következmények származnak. A küzdelemhez a vágyak megvalósításához rendelkezésünkre áll a megfelelő idegrendszeri és hormonális háttér, amelyet használnunk kell. Ha nem használjuk, a képességeink elsorvadnak, a szervezet belső erői széteszlanak, a biokémiai körülmények megváltoznak. Az alkotáshoz rendelkezésre álló életenergiák lebomlanak és melléktermékek jönnek létre. Ez a szituáció a betegség kialakulásának kedvez. A lelki és testi bomlástermékek azonban testet ölthetnek, szétszórtság és figyelmetlenség formájában is. Ekkor balesetek, váratlan szerencsétlenségek veszélye fenyeget.

Ha az életerő és az életöröm nincs kihasználva, teret nyer a betegség. A gyógy mód az állandó küzdelem és a szüntelen öröm helyes egyensúlya. Az élet küzdelmeihez az emberek azonban gyakran a baj és a nehézség fogalmát rendelik hozzá. Vannak olyanok is, akik még ha egész életükben is e sorokat olvasnák, akkor sem fogadnák el, hogy minden küzdelemben életörömük forrását lelik meg. Mások - ők vannak többen - megértik mindezt, de nem tudják, hogy az általuk bajnak nevezett körülmények közepette hogyan is tudjanak örülni. "Talán a végén, ha minden megoldódik"- mondják. Pedig a küzdelemben rejlő öröm éppen a megoldódás által hal el. Az ember a küzdelemben lehet boldog. A beteljesülés az örömnél már csak a vége. Egyetemes lelki vírus pusztít az elmékben, mely azt sugallja, hogy a munka, a feladat kín és ennek végén kezdődik majd az öröm. Ezt majdnem mindenki hajlamos elhinni, talán éppen azért, mert a küzdelem sokszor kínos fizikai érzetekkel, gyakran fájdalommal és nélkülözéssel is járhat. A sugallat azonban hamis! Az öröm nem ott kezdődik, ahol a küzdelem véget ért. Ahol a küzdelem véget ér, ott újabb küzdelem kezdődik. Ha nem aknáztuk ki a feladatban rejlő örömet, és nem éltük át az értékteremtés élményét, elménk újabb feladatot ad, hogy most már annak megoldása közben aknázzuk ki az életörömet. Ha akkor sem tesszük meg újabb és újabb nem várt feladat jön.

Az elme a feladatot az öröm megtalálásáért adja. Eközben azt sokan kínnak élik meg, és át- meg átsiklanak az öröm megélésének lehetőségei fölött.

A legtöbb ember élete az örömről várással telik el a küzdelmek közepette. A küzdelemhez rendelt "rossz" tudattartalom végül elvezet egy helytelen felismeréshez: "rossz életem van, mért nincs benne öröm, csak küzdelem".

Az az ember betegszik meg, akinek öröme van szüksége. Öröme és lelkesedésre. Ha el kívánjuk kerülni a betegséget örülünk a hétköznapi küzdelmeinknek. Ez akarati úton és felszólításra nyilván nem sikerülhet. Ezért szuggeráljuk magunkat, lassan, monoton hangon, hangosa: szeretem és értékelem magam, örülök a rám váró feladatoknak, örömmel oldom meg őket, hogy újabb célokat tűzhessek magam elé. Az életem öröm, a tetteim öröme, a megvalósítás útja öröm.

Az apró, banális, bosszantó dolgok kisebb lelki egyensúlytalanságra figyelmeztetnek. Ha elhagyjuk a kulcsunkat, lélekszakadva rohanunk vissza a sarokra, ahol megtalálását sejtjük. Higgyük el, akkor, abban a pillanatban szükségünk volt arra, hogy rohanjunk, összpontosítsunk, küzdjünk azért a kulcsért. Levezettük azt az energiát, ami megteremtődött bennünk az öröm és a küzdelem átélésére, de nem használtuk fel eddig.

Ha leégett a házunk, újat kell építenünk. Szükségünk van rá, hogy megépítsük azt az újat! Bolond, aki a háza leégésének örül. Ne örüljünk, mert valójában nem ez az öröm. De tudunk majd örülni akkor, ha az új ház vonalai napról-napra egyre határozottabban rajzolódnak ki, ha téglát a téglára kerül. Értjük már? Ideje van az öröme, és ideje van a megrendülésnek, a sírásnak, és ha szükséges a betegségnek. Ha az élethez adott küzdelem adagunkat nem vállaljuk fel önként, jönnek a "bajok" melyek rákényszerítenek minket erre.

Sok-sok példával illusztráltuk, hogy a sorsunkat meghatározó, döntő jelentőségű lelki folyamatok milyen nagyfokú tudattalan színezettel és háttérrel zajlanak.

Tudatlan vezérlés alatt állnak azok az emberi elmeprogramok is, amelyek lehetetlenné teszik azt, hogy egy eseményhez alkalmanként több és a számunkra valóban előnyös értelmezést rendeljünk hozzá. Így alakulhatott ki az a hagyomány, mely szerint a problémamegoldás a baj és a nehézség elnevezésével párosul. Megismerhettük azt a lelki törvényt, mely szerint az öröme való képességünket folyamatosan használnunk kell. A küzdelemre való képességet pedig küzdelemmel célszerű megdolgoztatni.

Ha sorsunkat irányítani kívánjuk, jelöljük ki magunknak rendszeresen célokat és szüntelenül dolgozzunk azok megvalósításán. Amikor így cselekszünk, elkerülnek minket a lelki erő megdolgoztatásának hiányából fakadó váratlan tragédiák és szerencsétlenségek. Ha egy eseményt vagy egy másik személyt észlelünk ne alkossunk róluk kizárólagos ítéleteket. Feltételezzük azt, hogy legalább egy tucatnyi előnyös lehetőség forrásává válhatnak számunkra. Mint ahogy a kalapács sem csupán egy szerszám: a kalapács egyszerre tartozik például a fegyverek, a fa- és vaseszközök, a kiállítási tárgyak és a szerszámok csoportjába. Éppen így, ha embertársunkkal találkozunk, akkor ő nem csak a szokásos előítéletek által diktált jó, vagy rossz ember lehet. Ő végtelen sok lehetőséget rejt számunkra, amely örömhöz és boldogságunkhoz a változatosság sokszínűségével kapcsolódhat. Ha kizárólagos véleményező ítélettel tekintünk másokra, kizárjuk lelkük palettájának színességét, mely személyiségükben rejlik. Gondolkodjunk el néha kedvesünkről, és barátainkról!

Kérdezzük meg magunktól, hogy eddig milyennek láttuk "öt". Gondolkodásunkkal milyen lehetőségek megvalósulását zártuk ki kettőnk életéből. Ha így teszünk, a kapcsolatunkból fakadó nagyszerű élményforrások rövidesen elindulnak a megtestesülés útján. Minden nap álljunk tükör elé, és mondjuk hangosan a következőket: örülök az életnek, az egészségem kincs, nagyra értékelem önmagam. Pozitív gondolataimat az elmém befogadja. Az öröm és a lelkesedés minden körülmények között társammá szegődött. Gyakoroljuk önszuggesztióinkat és cselekedjünk ennek szellemében. Ezáltal a betegség küzdelmet adó, örömet kikényszerítő funkciója megszűnik, és nem fenyeget többé. Vágjunk neki az útnak. Ismételjük életem öröm, öröm, öröm! Tegyük ezt a gyógyító szó egyszerű, de csodálatos eszközével. Így sorsunk irányítói és egy boldog élet utazói vagyunk.

Összefoglalás

A mélytudatból két típusú program irányítja az életet.

Az egyik típus, a változó emberi szokásokban gyökerezik, és tanulás útján rögzült. Ez a program valóságnak álcázza magát, de a vele való azonosulás komoly hibák elkövetéséhez és az élet nagy kudarcaihoz vezet.

A másik program forrása, az élet teremtése. Ez az emberi faj, az öröm és a szeretet védelmének programja. Parancsai mindig a helyes utat jelölik. E parancsok egyik formája a betegség, ami küzdelmet ébreszt, örömet, célt, értelmet adva az életnek.

Ha az életörömet önmagunk értékeléséből, szeretetéből és a létezésünk iránti hálából merítjük, a betegség örökre elkerül bennünket.

GYÓGYTEGHNIKÁK ÉS LÉLEKTANI TÖRVÉNYEK A TERAPEUTÁK SZEMSZÖGÉBŐL

1. Életerő terápia vitálmagnetikus gyógyítás
2. A szuggesztív befolyásolhatóság
3. A szuggesztió és a hipnózis lélektani törvényei

Ez a három téma a laikusok számára is komoly tudás forrása és lelkesítő olvasói élményt nyújt. E tapasztalatokon alapuló ismeretanyagot mégis elsősorban a gyógyítás elkötelezett képviselőinek szánom.

A szuggesztív befolyásolhatóság című fejezet stílusát megismerve ez a törekvésem kézzelfoghatóvá válik. A tudás tökéletes megosztása érdekében szükség volt olyan tudományos, vagy tudományosan hangzó kifejezések egész sorának alkalmazására, amelyek sokak számára kevésbé érthetőek. Az ő kedvükért álljon itt a téma tömör összefoglalása, amely irányítóként segíti majd őket a fejezet egészének feldolgozásában.