

HAGYOMÁNYOS MEGBOCSÁTÁS	kontra	SORSFORDÍTÓ MEGBOCSÁTÁS
Az emberi világ (Ego)	kontra	Az Isteni Igazság világa (Szellem)
Alacsony rezgésszint	kontra	Magas rezgésszint
Valami rossz történt	kontra	Semmi rossz nem történt
Ítéletalapú	kontra	Ítélet- és szemrehányásmentes
Múltközpontú	kontra	Jelenközpontú
A gyepülő kézbentartásának szükséglete	kontra	Megadás: legyen, ahogy lennie kell
Áldozattudat	kontra	Kegyelemtudat
Az emberi tökéletlenség elítélése	kontra	Az emberi tökéletlenség elfogadása
Ami történt, igazán megtörtént	kontra	A történetek jelképes értelme rejti az igazságot
Kizárólag a fizikai valóság	kontra	Metafizikai valóságok
A probléma keresése a „külvilágban”	kontra	Velem van a probléma (az én hibám)
A neheztelés elvetése	kontra	A neheztelés elfogadása
Te meg én elkülönülünk	kontra	Te meg én egyek vagyunk
„Szar az élet!”	kontra	Nincsenek véletlenek!
Az élet vaktában bekövetkező események sora	kontra	Az élet céltudatos
A személyiség (Ego) uralkodik	kontra	A lélek Isteni Tervet követ
A valóság az, ami megtörténik	kontra	A valóság az, amit létrehozunk
A halál valós	kontra	A halál illúzió

### **Mi nem megbocsátás?**

Miközben a meghatározásokkal bíbelődünk, azzal is tisztában kell lennünk, hogy mi *nem* megbocsátás. A megbocsátásként elkönyvelt gesztusok jelentős részét én „álmebocsátásnak” nevezem.

A hitelesség híján lévő álmebocsátás rendszerint nem egyéb tetszetősen tálalt ítéletnél és leplezett neheztelésnél a megbocsátás *álruhájában*. A megbocsátás hajlandósága nincs jelen, s a gesztus korántsem csökkenti az áldozattudatot, valójában inkább kiterjeszti azt. Mindazonáltal sokszor nem könnyű meghúzni a határt az ál- és a valódi megbocsátás között.

A következő példákat az egyértelműség csökkenő sorrendjébe állítottam; a felsorolás elején található a szembeszökően hamis példák, a végén pedig azok, amelyek közelebb állnak a hagyományos megbocsátáshoz.

- *Megbocsátás kötelességérzetből* - Teljességgel hiteltelen, mégis sokunk bocsát meg ebből az apropóból. Úgy gondolunk a megbocsátásra, mint ami a *helyes*, sőt a *spirituális* lépés az adott helyzetben. Úgy véljük, hogy *ildomos* megbocsátanunk.
- *Megbocsátás az igazad tudatából* - A megbocsátás szöges ellentéte. Ha azért bocsátasz meg az embereknek, mert úgy gondolod, hogy neked van igazad, ők pedig ostobák, vagy mert sajnálsz őket, az szintizta önteltség.
- *Bocsánat adományozása, avagy feloldozás* - Ez tökéletes önámítás. Nekünk nem áll hatalmunkban megbocsátásban részesíteni bárkit is. Amikor bocsánatot adományozunk, *Istent játszunk*. A megbocsátás nem olyasmi, amit az ellenőrzésünk alatt tarthatunk - csak magától következhet be, ha hajlandóságot mutatunk rá.
- *Színlelt megbocsátás* - Ha azt színleljük, hogy nem haragszunk valamiért, holott valójában épp ellenkező a helyzet, akkor nem annyira a megbocsátásra, mint inkább haragunk elfojtására nyílik alkalmunk - ami pedig az önmegtagadás egy formája. Így cselekedvén módot adunk másoknak, hogy úgy bánjanak velünk, mint a közmondásos lábtörővel. Az effajta viselkedés rendszerint a haragtól és a magánytól való félelemből fakad, vagy abból a meggyőződésből, hogy dühünk kifejezése elfogadhatatlan.
- *Megbocsátás a feledés révén* - Ez egyszerűen tagadáshoz vezet. A megbocsátás sosem lehet pusztán megszűnés. A bölcs emberek megbocsátanak, de nem felednek. Inkább azon igyekeznek, hogy kellőképpen értékelni tudják a helyzetben rejlő ajándékot, s hogy emlékezzenek a tanulságra, amelyet leszűrtek belőle.
- *Mentségkeresés* - Amikor megbocsátunk, gyakran kifogásokat gyártunk vagy mentségeket keresünk az illető számára. Példának okáért a szüleinket így mentegethetjük: „Apám bántalmazott engem, mert őt is bántalmazták a saját szülei. A legjobb belátása szerint tette, amit tett.” A megbocsátás lényeges eleme, hogy megszabaduljunk a múlttól, és tudatosan lerázzuk magunkról béklyóit. Ha ezt megkönnyíti egy kifogás, akkor ilyen mértékig hasznát vehetjük, jóllehet a magyarázkodás csak tápot ad annak a gondolatnak, hogy valami rossz történt. Ennél fogva a legjobb esetben is csak a hagyományos megbocsátás következhet be. Ez egyben bizonyos fokú önigazolást is jelent, ami alkalmasint haragot leplezhet. Másfelől ha megértjük a másik tetteinek mozgatórugóit, és empátiát érzünk iránta, akkor ismét ráeszmélünk saját tökéletlenségünkre, és ajtót nyitunk az együttérzés és a könyörület előtt - ami segít eljutnunk a hagyományos megbocsátás magasabb rezgésszintjeiig, jóllehet a sorsfordító megbocsátás mércéjét továbbra sem ütjük meg.
- *Megbocsátás helytelenítéssel* - Ez a jórészt intellektuális megközelítésmód leggyakrabban csak megbocsátásnak álcázza magát, mivel továbbra is megmarad ítélkezőnek és önigazolónak. Ráadásul gyakorlati és szemantikai problémákat is felvet: hogyan választod el a gyilkost a gyilkosság tényétől?

Ez az utolsó pont magával hozza az elszámoltathatóság és a felelősség egész kérdéskörét, amely a következő fejezet témája.

## FELELŐSSÉGTELJES VISELKEDÉS

Világosan meg kell értenünk, hogy a sorsfordító megbocsátás nem ment fel a felelősségvállalás alól. Spirituális lények vagyunk, akik emberi megtapasztalást élnek át egy olyan világban, amelyet közösen kormányoznak a fizikai és az ember alkotta törvények, és ekként mindnyájan szükségképpen felelősségre vonhatóak vagyunk minden cselekedetünkért. Ez szerves része az emberi megtapasztalásnak, amelyet nem lehet elkerülni.

Más szóval, amikor olyan körülményeket teremtünk, amelyekkel másoknak sérelmet okozunk, akkor el kell fogadnunk, hogy az emberi világban az ilyen tetteknek következményeik vannak. Miközben a sorsfordító megbocsátás nézőpontjából kijelenthetnénk, hogy az adott helyzet valamennyi érdekeltje azt kapja, amire szüksége van, az is igaz, hogy a bebörtönzéshez, megbírságotlathoz, megszegyenítéshez és elítéléshez hasonló következmények átélése kivétel nélkül része a megtanulandó leckének, vagyis ebben a spirituális összefüggésben szemlélve megint csak tökéletes a rendszer.

Gyakran felteszik nekem a kérdést, hogy egy olyan élethelyzetben, amikor valaki sérelmet okoz nekünk, és ahol a megszokott gyakorlat értelmében jogorvoslattal élünk, a megbocsátó ember vajon valóban a megfelelő lépéshez folyamodik-e? A válaszom: igen. Hiszen emberi világban élünk, amely az ok és okozat törvényének paraméterei között működik. Ez a törvény pedig kimondja, hogy minden cselekedetet megegyező mértékű reakció követ. Ily módon már életünk korai szakaszában megtanuljuk, hogy a tetteink következményekkel járnak. Ha sosem tartanának minket felelősségre vonhatónak a tetteinkért, a megbocsátás értelmetlen és értéktelen volna. Ha nem kellene vállunkra vennünk a felelősség súlyát, úgy tünne számunkra, hogy bármit teszünk is, senki sem törődik vele. Az ilyen viselkedés vagy hozzáállás pedig szikrányi együttérzést sem jelent. Példának okáért a gyerekek a *jogos* és megfelelően alkalmazott szülői fegyelmet mindig törődésként és szeretetként értelmezik. És fordítva, ha a szüleik teljesen szabadjára engedik őket, azt nemtörődömségként fogják föl. A gyermeki ösztön csalhatatlan.

Mindazonáltal megbocsátásunk szintjét az határozza meg, hogy milyen mértékig reagálunk mások tetteire a jogos felháborodás, sérelem, bosszú és neheztelés érzésével ahelyett, hogy az egyensúly visszaállításának őszinte vágya vezérelne a méltányosság, szabadság és mások iránti tisztelet elveinek figyelembevételével. Az igazságosztás és a bosszú lecsökkenti rezgéseink szintjét. És viszont, az elvek megvédelmezése és a feddhetetlen cselekvés megemeli rezgésszintünket. Minél magasabb szintűek a rezgéseink, annál közelebb jutunk az Isteni Igazsághoz, és annál inkább képessé válunk a sorsfordító megbocsátásra.

Nemrégiben hallottam a sikerkönyv-szerző Alan Cohentől egy történetet, amely jól szemlélteti ezt a megállapítást. Egyik barátja egyszer olyan körülmények közé keveredett, amelyek egy lány halálához vezettek. A haláleset törvénytörő körülményeiért Cohen barátját sok évre börtönbe zárták. A férfi vállalta a felelősséget a történetekért, és minden szempontból mintafogolyként viselkedett. Azonban a lány apja, egy gazdag és befolyásos férfi, akinek magas pozíciókban voltak

barátai, megesküdtött rá, hogy annyi ideig tartja rács mögött ezt a férfit, ameddig csak lehetséges. Tehát valahányszor az illető feltételes szabadlábra helyezését folyamodhatott, a lány apja temérdek időt és pénzt fordított arra, hogy minden lehetséges politikai összeköttetést felhasználjon a szabadlábra helyezés elutasításáért. Számos ilyen esetet követően Cohen megkérdezte a barátját, milyen érzéssel viseli, hogy folyton megtagadják a szabadlábra helyezését, csak mert ez az ember minden követ megmozgat, hogy rács mögött tartsa. Mire a férfi azt felelte, hogy ő élete minden napján megbocsátott a lány apjának, és imádkozott érte, mert ráébredt, hogy nem ő maga van börtönben, hanem az apa.

Az igazat megvallva az apát, aki képtelen volt túltenni magát a dühén, a szomorúságán és a gyászon, a saját bosszúszomja uralta. Képtelen volt megszökni saját áldozatszerepének börtönéből. Még a hagyományos megbocsátás is képtelenségnek tűnt számára. Cohen barátja viszont elutasította az áldozatszerepet, és a szeretetet látta az egyetlen lehetőségnek. Az ő rezgéseinek szintje magasabb volt, és ő képes volt gyakorolni a sorsfordító megbocsátást.

Visszatérve a kérdéshez, hogy keressünk-e jogorvoslatot vagy sem, arra kell törekednünk, hogy mások vállalják a felelősséget a tetteikért. Ne feledjük azonban, hogy ha egyszer a perelés mellett döntöttünk, akkor imádkoznunk kell érte és saját magunkért. (Mellesleg nem muszáj szeretnünk valakit ahhoz, hogy megbocsássunk neki!) Más szóval, adjuk át az ügyet Felsőbb Erőnknek! Fel kell ismernünk, hogy az Isteni Szeretet minden élethelyzetben működik, és hogy minden egyes ember pontosan azt kapja, amit kíván. Fel kell ismernünk, hogy a tökéletesség mindig ott lakozik valahol a helyzetben, még akkor is, ha ez az adott pillanatban egyáltalán nem látható számunkra.

Ezt magamnak is volt alkalmam megtapasztalni, amikor épp elkészültem ezzel a könyvvel, és elkezdtem keresni valakit, aki segíthet az értékesítésében. Egy barátom ajánlott valakit, így a feleségemmel, JoAnnával felkerestük az illetőt. A nő megfelelőnek tűnt, és semmi okom nem volt rá, hogy kételkedjem a szakértelmében vagy a feddhetetlenségében. Azonban - az univerzum furcsán működik - másnap volt a határideje annak, hogy a könyvem címe bekerüljön a „Nyomtatás alatt álló könyvek” katalógusába. Ezt a tájékoztatót használják a könyvesboltok a megrendeléseikhez, tehát fontos volt, hogy mindenképpen belekerüljek - másként egy egész évet veszíték. Ám ez azt is jelentette, hogy kénytelen voltam kutyafuttában aláírni a szerződést ezzel a nővel. Ráadásul le kellett perkálnom 4000 dollárt, ugyanis ennyit kért előlegnek, továbbá az eladásokból származó bevétel 15 százalékát. Nekünk nem volt 4000 dollárunk, de JoAnna valahogyan összekapart 2900-at. A maradékot havi részletekben kellett fizetnünk. Úgyhogy aláírtuk a szerződést, s noha jóformán belekergettek a dologba, mégis örültem, hogy a projektnek ezt a részét másra ruháztam.

Nos, ahogy teltek-múltak a hónapok, már jóval a könyvem megjelenése után feltűnt, hogy továbbra is rengeteget kell lótnom-futnom olyan ügyekben, amelyekről azt gondoltam, hogy a szerződés értelmében a nőnek kell elintéznie. Én jegyeztem elő az összes dedikálásomat, én küldtem el a könyvet a kritikusoknak, és így tovább. A nő erőfeszítéseinek egyáltalán semmi eredményét nem láttam. Rajta tartottam a szemem, és egy idő után összeütközésbe kerültem vele. Kiderült, hogy a nő egy szalmaszálát sem tett keresztbe. Ő persze tagadta ezt, és védekezett, azonban amikor követeltem, hogy láthassam a leveleket és a tevékenysége más bizonyítékait, semmit sem tudott felmutatni. Kirúgtam, érvénytelenítettem a szerződést nem teljesítés miatt, és visszaköveteltem a pénzemet. Ő persze nem volt hajlandó visszaadni, úgyhogy bírósági eljárást indítottam a kártalanításért.

Képzelted, milyen zaklatott voltam. Megrekedtem azon a helyen, ahová minden olyan ember tart, aki áldozatnak hiszi magát, vagyis Áldozatföldén. És ennek egyáltalán nem voltam

tudatában. Részletesen kidolgoztam az áldozat sztorimat, és minden alkalmat megragadtam, hogy bárkivel megosszam, aki hajlandó volt meghallgatni. Részemről úgy láttam, hogy ez a nő ellopta a pénzemet, nekem pedig elégtételt kell vennem. Alaposan és tényleg elakadtam, és ez az állapot jó néhány héten át tartott. Holott állítólag én lettem volna Mr. Megbocsátás!

Szerencsére eljött hozzánk ebédre egy barátnőm, aki évekkorábban részt vett az első műhelyfoglalkozásomon. Amikor elmeséltem neki a sztorimat, azt felelte:

- Lássuk csak! Töltöttél te ki munkalapot ezzel kapcsolatban?

Én persze nem tettem meg. Eszem ágában sem volt.

- Nem, nem töltöttem ki munkalapot - feleltem egészen kikelve magamból.

- És nem gondolod, hogy okosan tennéd? - kérdezte Lucie.

- Szó sincs róla, nem akarok kitölteni semmiféle átkozott munkalapot! - üvöltöttem.

Ekkor JoAnna közbeszólt:

- Pedig ez a te munkalagod. Nem kellene bort innod és vizet prédikálnod!

Ez megtette a hatását. A sarokba szorítottság érzésével dübörögtem fel a lépcsőn, hogy keressek egy nyamvadt munkalapot, és közben csak úgy fortyogtam a dühtől. Tisztában voltam vele - ahogyan ők is -, hogy minden porcikám tiltakozik a munkalap kitöltése ellen. Ez volt a legutolsó dolog a világon, amire vágytam, ők azonban nem eresztettek. Magamban füstölögve haladtam lépésről lépésre, és vajmi kevés hajlandóságot éreztem a folyamathoz - vagy inkább egy szikrányit sem. Azután amikor nagyjából félig készen voltam, egyszerre csak a szemembe ötlött egy kijelentés: „Megszabadulok abbéli szükségletemtől, hogy másokat hibáztassak, és nekem legyen igazam.” Ekkor esett le a tantusz. *A szükséglet, hogy igazam legyen!* Egy szempillantás alatt megvilágosodott előttem, hogy az igazamat próbálom bebizonyítani. Él bennem ugyanis egy központi meggyőződés, miszerint mindent magamnak kell csinálnom! Már láttam, hogy ez az egész incidens csupán ennek a meggyőződésnek egy újabb kinyilvánítása volt. Felvillant a szemem előtt az összes többi alkalom, amikor öntudatlanul olyan helyzeteket idéztem elő, amelyekben mások cserbenhagytak. Ekkor beláttam és világosan megértettem, hogy ez a nő segédkezet nyújtott nekem abban, hogy tisztába jöjjek mérgező meggyőződésemmel, így megszabadulhassak tőle, és nyitottá váljak a nagyobb bőségre.

Egy csapásra minden haragom szertefoszlott, és felismertem, hogyan zárkoztam el idáig pontosan azok elől a dolgok elől, amelyekben hittem, és amelyeket tanítottam. Majd elsüllyedtem szégyenemben. De legalább újra tudatosan gondolkoztam. Immár beláttam, hogy ez a nő „gyógyító angyal” volt számomra, s a düh és a neheztelés érzéseiről egyszeriben átváltottam az iránta érzett mélyszégyenre és szeretetre.

Az eset e csodálatos gyógyuláson felül igen hathatós és alázatra intő leckét is jelentett azt illetően, hogy milyen könnyű kirekeszteni a tudatunkból a spirituális törvényt, s hogy az ego milyen hamar beleránthatja az embert egy drámába - és milyen könnyen fogva is tarthatja ott. Rémisztő demonstrációja volt ez egóm hatalmának, amellyel képes elválasztani a Forrástól és mindentől, amit igaznak ismerek, s egyben hathatós szemléltetése annak, hogy miért van szükségünk olyan spirituális barátokra, akik nem dőlnek be az áldozat sztorinknak, és készen állnak kétségbe vonni azt.

Azonban benned most alkalmasint az a kérdés munkál, hogy miután ráébredtem, hogy ez a nő egy gyógyító angyal volt számomra, visszavontam-e az ellene tett feljelentésemet. Nos, meg kell mondanom neked, ezen rengeteget gyötrődtem.

Tisztában voltam vele, hogy bár én már világosan látom az igazságot az Isteni Igazság világának szemszögéből, a helyzet maga mélyen az emberi világban gyökerezik. Tehát két ízben is

felajánlottam, hogy közbenjárok az ügyben, ám ő mindkétszer elutasította az ajánlatomat. Ezért hát tovább vittem a bírósági pert, azzal a megokolással, hogy a nő lelkének szüksége van erre a tapasztalatra, másként megragadta volna a kiutat, amikor felkínáltam a közbenjárásomat. Azonban nyílt szívvel és azzal a szándékkal mentem bele az ügybe, hogy a méltányos és korrekt kimenetelt fogom szorgalmazni. A bíróság az én javamra döntött, és 4000 dolláros kártérítési ítéletet hozott a nő ellen. A pénzt ugyan sosem kaptam meg, de ez mit sem számított. A lényeg az volt, hogy bizalmat szavaztunk az eljárásnak, és azt tettük, ami akkor szükségszerűnek tűnt.

Az igazság pedig az, hogy mindegy lett volna, hogyan döntök. A Szellem úgyis a maga módján rendezte el az ügyet, és végül minden jóra fordult volna - ahogy mindig is történik. Azt a gondolatot, hogy a döntéseink igenis számítanak a dolgok átfogó rendjében, csupán az egónk sugallja, hogy megpróbálja az elkülönültség és a különlegesség érzését kelteni bennünk. Az univerzum mindent kézben tart, bárhogyan is döntünk mi magunk. Annak viszont igenis személyes jelentősége van számunkra, hogyan hozzuk meg ezeket a döntéseket - hogy szeretetből vagy félelemből, kapzsiságból vagy nagylelkűségből, hamis büszkeségből vagy alázatból, becstelenségből vagy feddhetetlenségből fakadnak -, hiszen minden egyes döntésünk kihatással van a rezgéseinkre.

Gyakran megkérnek annak a helyzetnek a kommentálására is, amikor valaki tudomást szerez egy gyermek bántalmazásáról. A kérdés általában úgy szól, hogy ha feltételezzük, hogy a gyermek spirituális fejlődését elősegíti ez a tapasztalat, akkor kell-e tennünk lépéseket vagy sem, hiszen a beavatkozás egyenlő lenne azzal, hogy megtagadjuk a gyermek lelkétől a fejlődés élményét. Én mindig azt felelem, hogy emberi lényekként azt kell tennünk, ami a jóról és rosszról alkotott jelenlegi felfogásunk - ahogyan az emberi törvény meghatározza - szerint helyénvaló. Tehát ennek megfelelően kell cselekednünk, miközben tisztában vagyunk vele, hogy a spirituális törvény szerint semmi rossz nem történhet. Egy ilyen esetben tehát természetesen közbelépünk. Emberi lényekként nem is tehetnénk mást. Azonban a közbelépésünket nem minősíthetjük se jónak, se rossznak, hiszen bármit teszünk mi, úgyis a Szellem kezében van az irányítás.

Az én érvelésem szerint, ha a gyermek legfőbb érdeke az volna, hogy ne kerüljön sor beavatkozásra, akkor a Szellem úgy intézné a dolgokat, hogy megakadályozza közbelépésünket. Más szóval, ha nem kellene beavatkoznom, akkor a Szellem nem hozta volna tudomásomra a szituációt. És fordítva, ha a Szellem tudomásomra hozza a helyzetet, akkor feltehetem, hogy semmi gond nincs a közbelépéssel. Végző soron az egész nem is az én döntésem.

Amikor azonban beavatkozom, azt ítéletektől és mások hibáztatásának kényszerétől mentesen teszem. Egyszerűen csak megteszem abban a tudatban, hogy az univerzum okkal rendezte így az egész dolgot, amelynek mélyén valahol ott rejlik a tökéletesség.