

Stuart Wilde:

## Az élet nem küzdelem I.

**Az élet nem küzdelem: inkább szelíd folyamat - haladás egyik ponttól a másikig; mintha egy napsütötte dűlányon egy völgyben sétálna az ember.**

### Különféle küzdők

Ugye emlékszel: gyerekkorodban azt mondták, ha vinni akarod valamire, keményen munkálkodnod kell. Hogy az élet tele fájdalommal és küzdelemmel; meg kell dolgozni azért, hogy elfogadjanak és szeressenek, és hihetetlen erőfeszítésbe kerül pusztán csak felszínen maradni. Ennél alábbis határozottan emlékszem, hogy anyám azt mondta: - A küzdelem nemesíti a lelket.

De ki állítja, hogy ez igaz? Nézd meg a természetet. Fennmaradásához valóban felhasznál bizonyos mértékű erőfeszítést, de küzdelmet nem. Vajon a tigris úgy kel föl reggel, hogy ezt mondja magának: "Ma küzdeni fogok, mint az őrut, és remélhetőleg vacsoraidőre sikerül valami enivalóra szert tennem"? Szó sincs róla. Egyszerűen csak fölkel, kicsit megszimatolja a hónalját, vagy mit szoktak a tigrisek reggeli előtt csinálni, aztán elindul. Délre pedig ott van az ösvényen az ebédje, a Nagy Szellem jóvoltából. Jó, az utolsó harminc méteren a tigrisnek egy kicsit rá kell gyorsítania. De ezt aligha lehet küzdelemnek nevezni. Lehet, hogy te is keresztülutazol a városon, hogy beváltás egy csekket. Csakhogy az erőfeszítés és a küzdelem között óriási a különbség. Nekünk, embereknek is erőfeszítésre van szükségünk a fennmaradáshoz, a küzdelem viszont olyan erőfeszítés, amelyet érzélem és elkegyezés színez.

Gondold meg: ha teljes felelősséget vállalsz az életedért, akkor azt is vállalod, hogy sorsodat magad alakítod, életed pedig alapvetően a legbelső gondolataidat és érzelmeidet jelképezi - azt, hogy mit tartasz önmagadról.

Mármint, ha néhány éven keresztül néhány százezer alkalommal azt a gondolatot tápláltad a tudatalatidban: "Az élet küzdelem", akkor természetesen ezt fogod a legbelső érzelmeidből is kivetíteni. Még ha tudatosan nem vagy is tisztában bensődnek ezzel a vonásával, a gondolat mégis mélyen benned lakik, és életed során minduntalan a felszínre bukkan.

Ha valamely ügy túl simán megy, ha valami túl könnyűnek látszik, belső éned energiát bocsát ki, amely azt mondja: "Vigyázz! Vigyázz! Egy ily egyszerű. Pusztítsuk el iziben ezt az ügyet, és közelítsük meg onnan, ahonnan nehezebb, hogy olyan körülmények álljanak elő, amelyek igazolják belső hitünket, mely szerint az élet küzdelem."

Végül, miután ismét sikerült megtapasztalnod a balsors minden nyújtását s nyilait, belső éned kissé felhívta előlítja ugyanazokat a körülményeket, amelyek úgyis előálltak volna - hetekkel ez előtt, minden erőfeszítés nélkül.

Ez az írás segít felismerni a küzdelmet, földeríteni az okait, és MEGSZÜNTETNI. De előbb vegyünk szemügyre néhány jellegzetes figurát a Küzdők Panoptikumából. Biztos vagyok benne, hogy élvezettel figyeled majd meg őket barátaid, ismerőseid körében.

**1.** A férfiak szeretnek küzdeni, de a nők közül is sokan. A férfias változat valahogy így fest: Ha a tudóm kiköpöm, és hajtok, mint az állat, az emberek derék fickónak tekintenek majd, és tisztelettel bánnak velem. Hogy jutok-e eredményre vagy sem, az keveset számít; az a fő, hogy lássák nagyszabású erőfeszítéseimet. Annak érdekében, hogy hősieségemet mindenki elismerje, eszeveszett cselekvésből építék színházat magam köré: zsúfolt napirend, világrengető fontosságú értekezletek, hosszú túlórák, állandó nyomás. Ettől a circustól persze bennem is nő a feszültség, de az része a műsornak: a feszültségből mindenki látni fogja, mennyire vállalom a felelősséget, és cserében szeretni, becsülni fognak. Vagy nem?

Ha az igazságra vagy kíváncsi: nem. Ami azt illeti, minden józan ítélőképességű ember komplett hülyének tartja ezt a férfítípust. Belső gyengesége - az, hogy képtelen elfogadni önmagát - kilométerekről meglátszik. Feláldozza az életét azért, hogy szeretetet vagy elismerést csikarjon ki. Cselekvési mániája csak még jobban aláhúzza, hogy nem ura az életének, és tulajdonképp fogalma sincs róla, mit csinál.

**2.** A másik közismert küzdő a "terrorista" típus. Ez az illető nincs kibékülve önmagával, ezért kitalálja, hogy képtelen megtalálni az utat a társadalomhoz - vagy azért, mert hátrányos helyzetűnek született, vagy azért, mert nem fogadták be, vagy valami más sérelmet dédelget magában. Emiatt a társadalom peremén kénytelen működni, de segítséget senkitől sem fogad el. Száz és száz ötlettel indul neki, de valahogy egyik sem jön be. Ha valamilyen kapcsola-

ta vagy munkája mégis sikerül, azt talmi eredményként könyveli el, mert nem sikerre vágyik, hanem arra, hogy elfogadják. Sikereit tehát általában önmaga számolja fel, és megy tovább, hogy valami másért küzdhessen.

Ha a terrorista egyszer azon kapja magát, hogy kezd beilleszkedni - például állást kap egy vállalatnál -, nyomban kivetnivalót talál a helyzetében, és mindent elkövet, hogy megváltoztassa. Tevékenysége többnyire arra irányul, hogy fenyegetse vagy veszélyeztesse környezetét, míg végül előbb-utóbb kirugják. A terrorista nem használja a rendszert, hanem kötelességszerűen harcol vele, ezért sohasem kapja meg azt, amit akar. Nem támogatja senki. Ha útjába akad valaki, aki szereti és elfogadja, erre a tényre nem fordít figyelmet, inkább arra koncentrál, ami élete lényegét képezi: az elutasításra.

**3.** A küzdő harmadik típusa a hivatásos pipogya. Ez a figura annyira gyenge, annyira képtelen irányítani az életét, hogy mindenki az orránál fogva vezeti. Ez persze felbőszíti; az általa logikusnak és jogszerűnek ítélt alapállásból követelőzik, de küzdelmét energiaszegénység jellemzi, nem is jut vele semmire, és nem is hederít rá senki. Típusváltozata a "lelki" pipogya. E verzióknak óriásira duzzadt az egója; úgy érzi, őt az Isten ajándékképpen pottyantotta a földre, azzal a feladattal, hogy egy helyben trónoljon, és "különleges" legyen. Általában annyira "magasztosnak" érzi magát, hogy a kezét nem akarja beszenyezni az étellel. Elvárja az emberektől, hogy Istenként tiszteljék, és hódoljanak előtte. Általában örült mód szokott küzdeni, mert embertársai nehezen fogadják el az életstílusát, és kudarcba fulladt életét fenyegetőnek érzik.

A nő típusok közül az egyik feltűnően hasonlít férfi megfelelőjére. Az ő játéka az a mottója: "Fogadjatok el, mert egyszerű vagyok. Tekintetek istennőnek, mert vagyok olyan erős - ha nem még erősebb -, mint bármelyik férfi." A játékhoz férfias ruhákba öltözik, vad sportkocsival jár, rémületesen agresszív tud lenni (ezzel ellensúlyozva önbizalomhiányát), és akárcsak férfpárja, ő is a legmagasabb sebességre kapcsolja magát.

Istennőnek lenni kemény munkát jelent, mert állandóan magasztos pózokban kell tetszelegni. A többi ember általában nem az istennőt látja benne, ezért komoly energiákat kell befektetnie abban a reményben, hogy meggyőzi őket. Azáltal, hogy a férfit utánozza, a nő voltaképpen beismeri: "Tudom, én vagyok a gyengébb". Ez persze nem igaz, hiszen a legtöbb nő lelkiileg erősebb a férfiaknál, pláne, ha ezt felismeri.

Egy másik nő típus a "hervadozó penészvirág". Alapállása a következő: "Gyámoltalan, védtelen kis teremtes vagyok. Nincs erőm, és nem is értem az életet. Nem tudok két szótot összeadni, nem tudom kicserélni a biztosítékot, érzelmeim parkolóhelyen állnak. Könyörgök, ments meg, könyörgök, gondoskodj rólam. Akkor legalább elüldögélhetek valahol, és talán nem is kell csinálnom semmit."

Ez bizonyos mértékig működik is, mert előbb-utóbb megjelenik az "életmentő" típus, hogy a segítségére sieszen. A probléma abban van, hogy az életmentő, legyen bár férfi vagy egy másik nő, csak egyszer-kétszer hajlandó megmenteni Penészvirágot, aztán továbbmegy, mert nem talál semmit.

Minél többször adja elő kisdud műsorát a "hervadozó penészvirág", annál nehezebb lesz önbecsülést éreznie. Az önbecsülés hiánya előbb-utóbb olyan emberek közé sodorja, akik abban lelik örömeiket, hogy őt manipulálják. Küzdelme öngerjesztő módon halad előre egy spirális pálya mentén: ahhoz, hogy az áhított figyelmet megszerezze, egyre drámaibb és megrázóbb módon kell előadnia a védtelenségét. Végül belesodorka magát az áldozat szerepébe.

Ezt a típust mindenki ismeri. Ha találkozol vele, valószínűleg litániát ad elő, mennyi szerencsétlenség érte. Semmit sem tehetsz érte, mert nem kéri a segítséget, csak azt akarja, hogy együtt keseregjete. Vele beszélgetve gyakran érzi az ember: talán jól orra belene verni, hogy egy kis örömet szerezzünk neki.

Mi a közös ezekben a figurákban? Először is az, hogy mindannyian eléggé ostobák. Személyiségük olyan oldalára játszanak rá, amely nem valóságos. Pedig csak egy kicsit kellene igazítaniuk a beállítottágukon, és küzdelem helyett folyamattá változna az életük. A küzdelmet csak kemény munka árán lehet előállítani, a folyam viszont természetes állapot, amely abból fakad, hogy az ember elfogadja önmagát, és észreveszi, hogy élete többnyire egyensúlyban van.

Révbíró Tamás fordítása  
- folytatjuk -

## Szemünk és személyiségünk

Mint tudjuk, szemekről leggyakrabban csak lelkünk tükröként szoktak beszélni. Ugyanakkor mindenki érezhette, hogy némely tekintetnek szó szerint ereje van, mások pedig üresek.

Ki ne érezte volna már úgy, hogy egy pasi a tekintetével felfalja, esetleg teljes megvetés sugárzik belőle. Mások rémisztően hatnak, félelemmel töltenek el, esetleg kedvesség és közvetlenség sugárzik belőlük.

Nagyon érdekes tény, hogy szemünkből kiolvashatóak lelkünk olyan rejtett tulajdonságai is, amik egy beszélgetés során nehezen látnak napvilágot. A beszélgetést, csevegést meg is játszhatjuk, terelhetünk, hazudhatunk, szemünket azonban képtelenek vagyunk kontrollálni.



Íme néhány alapvető jellemző, amelyet minden szem tartalmaz:

**1. Kék szemek** – a legszebb szempárként van elkönyvelve, tulajdonosa némi előnnyel indul ismerkedés, csevegés alkalmával. A kék szem elsősorban azért sikeres, mert világos színével őszinteséget, közvetlenséget sugároz. A világos színnek mindig az ártatlanságot érzékelik. Az ilyen emberek kedvesek és érzékenyek mások problémáival szemben. Nagyon ritka, amikor egy kék szemű ember nyugtalanságot okoz lelkünkben.

**2. Barna szemek** – a barna szem valójában a zöld szem egyik nagyon mély árnyalata, vagy keresztetződése. Magában hordozza mindezek tulajdonságát, a sötétbarna (már szinte fekete) tekintet pedig pimaszságot, szemtelenséget és merészséget sugároz. A barna szemű emberek nagyon spontánok, szeretnek szórakozni és kedvelik a társaságot. Kiszámíthatatlan személyiségek. A barna szemről ugyanakkor tudni kell, hogy néha képes változtatni a színét, és sötétbarnából átcsaphat rozsdavörösbe. Viselőjük így nyer egy összetett személyiséget, amely gyakran lehet első találkozásra akár fenyegető is. Erdemes jobban megismernünk egy ilyen embert, mielőtt előtélne első pillantásra.

**3. Zöld szemek** – a legkritikább szemszín, és erősen hipnotikus. A zöld szín nyugtató hatással bír (vegyük pl. az orvosok zöld ruháját, nem véletlen!), éppen ezért a zöld szem nyugtató személyiségről árulkodik. Nagyon érzelmesek és bizalmatlanok. Képesek mély barátságokat kötni, de gyanakvóak azokkal szemben, akikről semmit sem tudnak. Sok türelmet igényelnek.

**4. Sötétbarna és fekete szemek** – a sötétbarna és fekete szem "gazdái" egyaránt megbízhatóak és felelősségtudatosak. Kapcsolatban nagyon odaadóak, és néha úgy érezni, hogy a gondolatainkban olvasnak. Nagyon jó csapatjátékosok, a munkahelyen is megállják a helyüket és kezelhetőek, de csak egy bizonyos pontig. Mindig szabadok maradnak, és csak nagyon kevés felsőbb "uralmat" képesek elfogadni.

**5. Szürke szemek** – a puszták valódi farkasa, erős temperamentum jellemzi, igazi vezető és nagyon romantikus személyiség. A szürke szemű emberek nagyon sokat fektetnek a személyes kapcsolataikba (akár baráti, akár családi), és mindig elvárják, hogy ezt visszakapják.

Természetesen ezek a tulajdonságok nem mérvadóak egy ismerkedés során. Jól tudjuk, hogy a személyiség kialakulásában nagyobb szerepe van a szocializációnak, mint bőrszínnek, csillagjegynek, szemszínnek meg egyebeknek. Ugyanakkor nem rossz, ha tudjuk mindezeket, és egy megközelítő képet tudunk festeni a kiszemelt illetőről. Semmiképpen sem lesz terhünkre egy ilyen tudás...

twice.hu



<b>HOROSZKÓP</b>	<b>KOS (03.21.-04.20.)</b> A munkahelyén még mindig nagy a felfordulás. Az átalakításba nem sok beleszólása van, a kollégái mégis önben bíznak, és öntől várják a megoldást. Szabadságvágya felerősödik. Szívesen kalandozna el családi fészekből, de a partnere féltékenysége miatt nem kockáztat.	<b>RÁK (06.22.-07.22.)</b> Szüksége van arra, hogy biztonságban érezze magát. Csakhogy ezt a mostani párja mellett egyre kevésbé lehetséges. Az állandó aggodalmaskodás viszont még tovább rongja az amúgy is feszült hangulatot. A szép szavak könnyen elkéblőznek, megperzséledik tőlük.	<b>MÉRLEG (09.23.-10.22.)</b> Nem egészen az történi, ami véleménye szerint a legjobb, mégse lázadjon! Ez az időszak nem kedvez a változtatásnak. Fogadja el, hogy egy időre vissza kell vonulnia. A háttérben kevesebb baj érheti, s közben felmeríheti az erőviszonyokat, kívárhhatja a kedvező pillanatot.	<b>BAK (12.22.-01.20.)</b> Bár odakint egyre hidegebb van, a szívében ilyenkor ébred a szerelem. Az Uránusz felkora csolja a fantáziáját. Képtelen nyugton maradni. Új kapcsolatra akkor is vágyik, ha boldog párkapcsolatban él. Egyszerűen hozzátartozik a lételeméhez ennyi izgalom.
	<b>BIKA (04.21.-05.20.)</b> A környezete semmit nem vett észre bizonytalankodásából, és nagyra értékeli, hogy ilyen gyorsan beilleszkedett. A decemberi telihold összezarhatja a biztosnak hitt ügyeket is, a fontos döntéseket pedig már érdemesebb januárra halasztani.	<b>OROSZLÁN (07.23.-08.22.)</b> A változtatás napirendre kerül. A kezdő lökést ugyan egy külső esemény adja majd, de a folytatás már mindenképpen öntől függ. A barátai körében valaki nemcsak észreveszi, hogy álarcot visel, de őszinte és mély érzésekkel közeledne az "igazi énjéhez".	<b>SKORPIÓ (10.23.-11.22.)</b> Legyen óvatos, mert akik most nagy hanggal támogatják, amikor beüt a krach, nemcsak hogy eltűnnek, de még az ön pénzét is magukkal viszik. Egy meghitt barátság egyre érzékibb vágyakat ébreszt a lelkében, és egyre szerelmesebb.	<b>VÍZÖNTŐ (01.21.-02.19.)</b> A lehetőség önmagában kevés! Lelkesedés és tettvágy is kell ahhoz, hogy a várva várt változás megtörténjen. A hónap végétől már csak a lényegre szabad koncentrálnia. A bolygók 22-étől a segítségére lesznek, a többi öntől függ.
	<b>IKREK (05.21.-06.21.)</b> Ott arat győzelmet, ahol a legkevesebb számít rá. Viszont a régebben vállalt kötelezettségeiről ne hogy megfeledkezzen! Mások gondolkodás nélkül belemerg minden förtbe, most zavarba jön már egy kedves kis bókól is. Igaz, épp attól érkezik a dicséret, akitől eddig hiába várta.	<b>SZŰZ (08.23.-09.22.)</b> A véletlenül folytán sok olyasmire lesz rálatása, ami eddig a háttérben zajlott. Az év végi hajrában egy kicsit bánja már, hogy a családját rászoktatta: mindent elvégez mindenki helyett. Szerelmi kapcsolatában (okkal vagy ok nélkül) felüti fejét a féltékenység.	<b>NYILAS (11.23.-12.21.)</b> Egyforma lelkesedéssel veti magát mindenbe, de így sokkal kevesebb sikert érhet el, mint ha megfontoltan csak egy dologra koncentrálna. Akár egyedül él, akár kapcsolatban, a december ábrándozással telik. A tények, a valóság elől menekül.	<b>HALAK (02.20.-03.20)</b> Semmi nem az eredeti módon fog történni. A végeredmény most az érdekes. A pesszimizmussal nehéz lesz legyőzni. De ha sikerül, akkor félgőzzel is nagy sikereket érhet el. Bátran kezdeményezhet, mert pénzügyi kilitásai, hosszabb távon kedvezőek.