

## Éjjeli műszakban dolgozik a lélek

A fejünkben éjszakánként lepergő filmek kódolt üzenetek, megmutatják, mi rejtőzik a tudatalanunkban. Ne hagyj őket figyelmen kívül, próbáld megfejteni az értelmüket. Az álom a lélek telefonhívása, figyelmeztetés, mely tudatunk ismeretlen mélységeiből szó.

A rossz álmoktól sem kell félnünk, inkább próbáljuk értelmezni őket. Ha beismerjük hibáinkat, szép jövőt vetítenek előre az éjszaka pergő képsorok. Módosult tudatállapot - leginkább így írható le az alvásnak az a szakasza, amelyben álmaink elkezdnek. Ilyenkor emlékezetünk és képzeletünk képei keverednek a valóság elemeivel.

C. G. Jung (1875-1961), a neves svájci pszichiáter kijelentette: "Az álom az álmodó belső környezetét ecseteli, azt, aminek igaz és valós voltát a tudat egyáltalán nem ismeri el vagy csak berzenkedve." Az álmok azóta is foglalkoztatják a tudósokat, de arra a mai napig nincs végleges válasz, hogy miért álmodnak az emberek. Egy dolog azonban biztos: az álmokra szüikségünk van. Ezek elengedhetetlenek a megfelelő szellemi működéshez, a lelki egyensúly kialakulásához, a mindennapi életünkhöz.

Bár vannak, akik azt állítják, sosem álmodnak, a kutatók az ellenkezőjét igazolták. Az emberek többsége éjszakánként nem is egy álmot lát, de előfordulhat, hogy nem emlékszik rájuk. Egyes vélemények szerint az álom ablak a tudatalattira. A megjelenő képek sűrűtmények, vagyis minden elemük valami nagyobb dolgot jelképez. Álmaink képekből, jelenetekből állnak, amelyeknek szemléltői vagyunk. Legtöbbször hiánypótlásra használjuk őket, gyakran jelennek meg bennük kétes erkölcsű vagy logikátlan elemek.

Megfejtésük érdekes és izgalmas feladat. Az éjszaka lepergő filmek jelek, amelyeket nem szabad figyelmen kívül hagynunk. Szakemberek szerint az álmok többsége az előző nap eseményeivel foglalkozik, egyfajta szemeteskosárként szolgál a napi történések rendszerezésékor, de megjelennek bennük rejtett énünk titkos gondolatai is. Ezek általában többször visszatérnek, figyelniük kell rájuk, mert valóban akarnak tőlünk valamit.

A visszatérő álmokban ösfélelmek, burkolt problémák, lelki gátak és titkos vágyak jelennek meg, amelyeket ébren nem tudunk vagy nem akarunk tudomásul venni. Minél gyakrabban kínoznak minket ezek az álmok, annál fontosabb lenne, hogy alaposan foglalkozzunk velük.

Éjjeli kiruccanásaink nemcsak érzelmi villámhárítók, amelyek tehermentesítik a lelkünket, hanem igazi újdonságok, énünk ismeretlen felének hírnökei. Mindez úgy működik, mintha egy távolsági telefonhívás érkezne a lelkünk mélyéről. Néha tiszta a vonal, érthető az üzenet, máskor zajosan, recsegve jut csak el hozzánk, ilyenkor időt kell szánunk a megfejtésére. Ha eleget gyakoroljuk, a nehezen érthető jelzéseket is gyorsan meg tudjuk fejteni. Aki pontosan emlékszik álmaira, és képes őket értelmezni, az nemcsak jobban alszik majd, hanem jobban is él.

Harmonikusabb életet élhetsz, ha megfejted álmaidat

Nagy-Pál Ilona asztrológus-álomfejtő: Az álmok minden ember számára nagyon fontosak. Általuk próbál üzenetet küldeni a tudatalattink arról, milyen állapotban van a lelkivilágunk. Az álmok a rejtett szféránk hírnökei. Pontos jelzéseket küldenek egy-egy életterületünkről vagy életszakaszun-

król. Keveredik bennük a jelen, a jövő és a múlt. A megoldatlan ügyek mindaddig visszatérnek, amíg szembe nem nézünk velük. Ha hajlandók vagyunk arra, hogy észrevegyük hibáinkat, akkor álmaink minden esetben a kellemes jövőt vetítik előre. A rossz álmoktól sem kellene félnünk, hanem értelmeznünk kéne őket. Ha egyedül nem megy, keressünk fel álomfejtőt vagy sorselemzőt. Ő utat mutat, tükröt állít a páciens elé, megpróbálja felismertetni vele az álmok üzenetét. Sokan belefásulnak a mindennapokba, de egy álomfejtő szakember segítségével felfedezhetik belső gazdagságukat, egyéniségüket, ezáltal szebbé, kiegyensúlyozottabbá tehetik az életüket.

### Mit miért álmodunk?

**Álom:** vizsgáznod kell valamiből, amiből egyszer már megfeleltél. Most azonban nem tudtál felkészülni.

**Megfejtés:** kételkedsz a képességeidben. Megijedsz a kihívásoktól, pedig sikerül megoldanod a legnehezebb helyzeteket is.

**Üzenet:** nem szabad alábecsülnöd képességeidet. Feleslegesen félsz, úgyis megállod a helyed. Nem vagy hamiskártyás, akinek teljesítmény nélkül, érdemtelenül sikeres az élete.

**Álom:** mozognak és kihullanak a fogaid. Hiába próbálsz őket visszanyomni a helyükre, kísérleted kudarcba fullad.

**Megfejtés:** a fogak olyan dolgot szimbolizálnak, amely ha elromlik, nem hozható helyre. Általában a szépség és az egészség elvesztésével kapcsolatos félelmeket jelképezik.

**Üzenet:** lehet, hogy túlterheled magad, menj szabadságra. Próbáld minél több bókot bezsebelni a környezetedtől.

**Álom:** fontos utazásra készülsz, de képtelen vagy befejezni a készülődést. Megállás nélkül csomagolsz, hiába keresgéled az útleveledet.

**Megfejtés:** az elkésős álmokat látók a valóságban precíz emberek. Feszés tempót diktálnak maguknak, de kitűnően szervezik meg életüket.

**Üzenet:** ne aggódj annyit. Nem dől össze a világ a késéstől. Ha ezt elfogadod, nem fognak többet efféle álmok kínozni.

**Álom:** kellemes pásztoróra előtt állsz. Partnerrel éppen a legkellemesebb részhez érkeztek, de a csúcs előtt megzavarodnak benneteket.

**Megfejtés:** ez kedvcsináló álom, a beteljesülés előtt vége szakad. Valószínűleg érzéki ember vagy, de nem vagy képes lazítani.

**Üzenet:** engeddd el magad, vetközd le gátlásaidat. A szeretkezés nem bűn, add át magad a szerelem gyönyörének.

A kutatók az alvás két szakaszát különböztetik meg. Elektroencefalográfus (EEG, az agy elektromos aktivitását mérő műszer) vizsgálattal állapítható meg, hogy az alvó éppen melyik fázisban van. Kiderült, hogy az álmodó ember teste ugyan mozdatlan, agya azonban erőteljesen dolgozik, szemel pedig gyorsan mozognak. Ezt REM fázisnak (gyors szemmozgások szakasza) nevezték el. Az alvás többi részében test és elme együtt pihen, nincsenek szemmozgások sem. Ez a non-REM időszak (gyors szemmozgások nélküli szakasz). Éjszakánként 4-5 REM perióduson esünk át, amelyek alkalmanként 15-45 percesek.

forrás: [astronet.hu](http://astronet.hu)

## Jézus az uralkodásmentességet képviselő társadalomfelforgató

Milyen eszmék mozgatták azt a Názáreti Jézust, akít a magakorabeli társadalom világi és vallási erői viszonylag nagyon rövid idő alatt keresztfára parancsoltak mint társadalomfelforgató? Vizsgálódásainknak egyetlen mondatban kifejezhető végeredménye ez: aki jót akar az embernek, tartsa magát távol a hatalomtól. Nem a jó hatalomtól és nem a rossz hatalomtól, hanem mindenféle hatalomtól. Anarchiát képviselt? Azt. An-archiát, azaz uralkodásmentességet.

Nem csodálkozhatunk ezek után, ha a jézusi gondolat kétezer esztendő történetében a keresztény társadalomban s a vele többé kevésbé azonosuló egyházban is csak olykor-olykor tűnik fel bűvő pataként, s képviselőit társadalom és egyház rendre kitesztítja magából.

P. Bulányi György: *Részlet „Csak az erőszak nélküli megoldásokban reménykedem“ (1989) című cikkéből*

## Betegség

Testünk a legközvetlenebb üzenethordozó számunkra, melynek minden része, minden megnyilvánulása rólunk és nekünk szól. A legtöbb és a legsürgetőbb mondanivalója akkor van számunkra, amikor nap mint nap vagy már-már a nap szinte minden percében odafigyelünk rá. Erre pedig akkor kerül sor, ha testünk valamilyen alak vagy működésbeli eltérést mutat egy korábbi, elégedettséget jelentő, illetve egészséges állapothoz képest. A betegség ilyen megközelítésben egy - direkt és sürgős jelleggel - számunkra szóló üzenet, amely mindenekelőtt arról szól, hogy a külvilághoz fűződő viszonyunkra nem az elfogadás, hanem az elvárás és az ítékezés nyomta rá a bélyegét.

A betegség tehát egy lényeges információ, amely értünk, érdekünkben van. Ily módon a betegség bennünket nem támad, ezért ellene semmiképpen sem kell harcolnunk. A betegség ellen harcolni annyit, mint agresszív módon szembe szegülni a hírhozóval szemben, aki/ami megmutatni szándékozik nekünk, hogy valahol és valamilyen módon megsérült a korábbi harmónia. A beteg ember számára megváltozik a világ értékrendje, valójában semmi sem lesz fontosabb számára, mint az egészség. Az értékrend-változásnak ez a része teljesen automatikus, mint ahogy az is, hogy a betegség az egészség legfőbb ellenségének szerepét veszi fel. És ettől kezdve egy amúgy is legyengült fizikai és lelki állapotú ember harcolni kezd...

A betegnek kívülről segíteni szinte lehetetlen, hiszen vajon hogyan lehet neki elmagyarázni, hogy a betegsége valójában miről is szól? A racionális elme könnyebben kezeli az ellenségképet és a harcot, ráadásul úgy tűnik, mintha néha sikerülne is a betegséget legyőzniük. Pedig abban az esetben sem az történik, a győzelem látszata csak a felszín. Belül, a mélyben valahol megindult ama bizonyos harmónia helyreállítása, amihez a harc egyáltalán nem (volt) szükséges, minthogy az csak hátráltatja/hátráltatta a megbékélési folyamatot...

## A szeretet ereje a gonosz kihívásokra

Mindig lehet szépen viselkedni! A jóra való reakcióink, amelyeket az egyes sorshelyzetekre adunk, önmagunknak szólnak és önmagunkról üzennek.

A világ tele van homályban élő, zavaros tekintetű, fásult emberekkel. Pedig mindegyikük megkapta a Szabad Akaratot! Mindegyiküknek megadott, hogy megvalósítsa önmagát, hisz Isten valamennyiünket egyedi életre teremtett. A gonosz kihívásokra reagálni igen nehéz, mert a Krisztusi Élvét a társadalom nem fogadja el! Ennek ugyanis egyetlen helyes módja: akadály nélkül szeretve, magunkba engedni a gonoszt. Persze ez ellen még az egyházak is tiltakoznának. Pedig érthetően; ha taszítjuk a gonoszt, akkor erőre kap! Aki egyedileg megvalósította önmagát, az az ember lélekben stabil. Ő Isten gyermeke. A gonosz azért gonosz, mert félelmében formaruhába bújjik, nehogy szembesülnie kelljen a saját életével, sorsfeladataival. Szeretettel reagálni a gonoszra annyit, mint hagyni, hogy akadálytalanul keresztülessen rajtunk. Mert ha nem érez akadályt, az ereje legyengül. Csak ily módon győngíthetjük! Erré az EGO erejével felvértezett ember sohasem lehet képes: legfeljebb, ha titkon Isten segítségét kéri, azaz: imádkozik a gonosz illetőért. Önmagában ez is nagyhatású eljárás.

A gonosz csak akkor gyógyulhat, ha egy igaz ember, aki ezen természetesen rajta is vesztet, szeretettel közelít feléje. Az igaz ember különös fegyvere: a feltétel nélküli bizakodás!

<b>HOROSZKÓP</b>	<b>KOS (03.21.-04.20.)</b> Igen jól érzi magát a bőrében, amihez hozzájárul az is, hogy pénzügyeit sikerül jó irányba terelgetnie. Ha ehhez valamiről is le kell mondania, tekintse azt szükséges áldozatnak, ami a későbbiekben kamatosztul megterül. A szavaknak kevésbé higgyen, mint a tetteknek.	<b>RÁK (06.22.-07.22.)</b> Inkább óvakodjon a szerződés kötésektől: előfordulhat, hogy nagyon okosnak hiszi magát, és pont ezért fogják csöbe húzni egy csábítónak látszó ajánlattal. Nagy erők feszülnek lelkében, harc és önpusztítás helyett inkább vezesse le energiáit valamilyen sporttal!	<b>MÉRLEG (09.23.-10.22.)</b> Kedvességgel többre mehet, mint okoskodó konspirációkkal, pláne pletykálgatással. Ez utóbbi inkább csak ronthat helyzetén, és kellemetlen-ségeket okozhat magának. Bizson a szerencséjében, s így kiáradó optimizmusa fogja sikerre segíteni.	<b>BAK (12.22.-01.20.)</b> Mielőtt a felelőtlen kalandokba vetné magát, próbálja meg elcsábítani újra élete párját. És a kalandot sem kell többre tartania múltó flörtnél. Ezért még ne kockáztassa a házasságát, főleg, ha gyerekei is vannak. Almosan semmiképp ne üljön a volán mögé.	<b>HOROSZKÓP</b>
	<b>BIKA (04.21.-05.20.)</b> Nem célszerű alkohollal simítani ki kedvét, mert annak meg súlyos testi tünetei lehetnek — jó esetben külső sérelmi nyomok nélkül. A szerelem házán átvonuló bolygók kisebb románcra sarkallják. Tavasz szí ez, könnyen tovasszál, de jólesik a szeretet, amit kap.	<b>OROSZLÁN (07.23.-08.22.)</b> Kemény és szigorú hangot üt meg, de ha a mélyén szeretet van, és hozzátartozói, munkatársai érzik a jóakaratot, akkor hasznára válhat ez a szigor. Ha azonban csak a mérgét tölti ki rajtuk, akkor semmi jót ne várjon tőlük.	<b>SKORPIÓ (10.23.-11.22.)</b> Sajnos ez az időszak nem alkalmas a megbeszülésre, tisztázásra, mert minden kimondott szó és kimondatlan gondolat csak sebez, és felzaklat. Ezzel kockáztatja a szakítás lehetőségét. Persze van olyan helyzet, amikor valóban ez az egyetlen helyes megoldás.	<b>VÍZÖNTŐ (01.21.-02.19.)</b> Az utóbbi időben megszapordíthatnak a bélrendszerét érintő problémái. Semmiképp se hunyjon szemet a „megszokott” gondok felett. Egy tisztítóóra, rostos ételek fogyasztása és az alkohol kerülése mindenképp javallott.	
	<b>IKREK (05.21.-06.21.)</b> Bár úgy érzi, hogy önmagát mindenütt ott kell lennie, fontossági sorrendet kellene felállítania, mert fennáll a kimerülés veszélye. Szerelmi élete is nagyon kalandos lehet, de az igazi még nem jött el. Most kell körülnéznie, ha elégedetlen jelenlegi munkahelyével.	<b>SZŰZ (08.23.-09.22.)</b> Már zsigereiben érzi a nyár leheletét, ezért van tán, hogy nem is bír várni tovább a nyaralás megkezdésével. A Nap és a Jupiter együttállása kalandtúrára, sportolásra készíti. Ideje, hogy zsigereiben megpezdítse a vért!	<b>NYILAS (11.23.-12.21.)</b> Családosioknál inkább a gyermekekkel való foglalatosság kaphat nagyobb hangsúlyt: talán valami iskolai probléma hívja fel a figyelmét a következetesebb törődés fontosságára! Pénzügyekben kedvező időszak számíthat, ne legyen rest most új forrásokat keresni.	<b>HALAK (02.20.-03.20.)</b> Könnyen becsapódhat, még ha szándékosan nem is feltételezünk. Szívbeli ügyekben nagyobb szerencséje lehet, de ha nem akar még családi áldást, akkor jobb lesz óvatossá lennie! Egy hirtelen ötlettel vezérelve útra kelhetnek.	