

FÉLTÉKENYSÉG - a „zöldszemű szörny”

Nem kívánunk senki kéretlen tanácsadója, vagy „tutit megmondója” lenni, ám javasoljuk, hogy aki önmagán az alábbiakban leírtakra utaló jeleket tapasztal, vagy társában fedez fel, gondolkozzon el a továbbiakban! A túlméretes bizalmatlanság, annak a társas kapcsolatokat leginkább megrontani képes változata, a féltékenység lelki probléma, ha tetszik betegség, tehát így kell foglalkozni vele. Magától nem gyógyul, tehát érdemes gyógyítóhoz fordulni. **L é l e k g y ó g y í t ó k** számára az igen súlyos esetek is tünetmentesen gyógyíthatók.

A „zöldszemű szörny”, ahogy a magyar nyelv a féltékenységet elnevezte, sok százezer ember életét keseríti, kapcsolatokat, érzelmeket, szerelmet és szeretetet tesz tönkre. Vajon miért van, hogy ezredévek alatt sem voltunk képesek változtatni rossz magatartásunkon, és valamilyen megoldást találni ellene? Miért hangzik el újból és újból a vád? Ráadásul a leggyakrabban olyanokkal szemben, akik valójában nem is adtak okot rá.

A féltékenység a bizalmatlanság és az önbizalomhiány egyvelege. Sokan úgy vélik, hogy túlzott birtoklási vágyból, és/vagy túlszeretetből ered. Az igazi ok nem ez! A bizalmatlanság minden élet része, hiszen segít a veszély elkerülésében. A szülők nem tudnak minden környezeti összetevőt bemutatni, és bennük eligazodást biztosítani az utódoknak. A bizalmatlanság egészséges mértéke az új dolgoknál óvatosságra int, magas fokon tartja a védelem reflexeit. Amikor a lélek számára kiderül a veszélytelenség vagy annak elmúltja, a reflex visszahúzódik. Azért, mert tovább nincs rá szükség. Más élőlények nem ismerik az egészségtelen bizalmatlanságot, a féltékenységet. Azért nem, akkor lehetetlenné válna az alá és fölrendeltségben, a „fogyasztok – fogyasztanak” - ban való létezésük. Még a legtehetségesebb tartott csúcsragadozók is igen kis százalékban hajtanak végre sikeres élelemszerző támadásokat. Ha önbizalmukat káros bizalmatlanság rontaná, nem maradnának életben, hiszen támadásaik egy részét el sem mernék indítani. Növényevők esetében beteges éberségi állapotot eredményezne, tehát nem jutna idő a fű leharpására.

Mondhatnák, hogy a hímek féltékenységből csatáznak a területüket, háremüket, párjukat megkívánókkal. Ez nem így van! Mindez az élet törvényéből adódik, a féltékenység nevű emberi érzéshez semmi köze sincs. Azért harcolnak, hogy valóban a legjobb képességeket, géneket hordozó örökítse tovább a fajt, mert ezzel maradhatnak túlélők a nagy körforgásban. Nagyon is tudatos viselkedés, semmi beteges nincs benne. Akkor mi miért vagyunk megverve ezzel a

természetidegen hajlammal? A magyarázat egyszerű és bonyolult is. A lélek összetettsége új állapotokat is eredményez. Úgy van ez, mint a társadalmak különböző szintjeivel. Az alacsonyabb polcokon helyet foglalók kevés ingerrel élnek, tehát döntéseiknél is kevesebb információt vesznek figyelembe. Egyszerűbb elvek alapján egyszerűbb döntéseket hoznak. Ezzel szemben a felsőbb polcokon tanyázók, a sokkal nagyobb mennyiségű ismeret, tehát korlát miatt összetettebb válaszokat szülnék. Minél több ok motivál, annál több okozat keletkezik. Ezek az okozatok pedig egy következő körben okká válva további okozatok keltőivé válnak. Nos, a lélek is így működik! A minket körülvevő élőlények, sokkal közelebb állván a természethez, életük megéléséhez egyszerűbb (ez nem

semmilyen bizonykodás, tanúskodás vagy állítás nem képes meggyőzni, sőt! Éppen ezek azok, melyek erősítik vélekedését. Ugye, hogy igazam van, hiszen ha nem, akkor nem magyarázkodna ennyire! – gondolja a beteg lélek. Ha a bizonygatás nem megfelelő válasz, akkor reagálás nélkül kell hagyni a vádakat – vélhetnénk, de ez sem jó. Ezzel ugyanis az önbizalomhiánnyal, bizalmatlansággal terhelt lélekre további súlyokat rakunk. Még csak válasza sem érdemesít! Igazam van, mert még tiltakozni sem mer! Ilyen és ehhez hasonló következményei lesznek a válasz nélkül hagyott vádoknak. Akkor hát mi a teendő?

Az egyetlen jó mód, hogy a beteg betegnek kezdi érezni magát, és gyógyulást igényel. Hogy saját problémájával szembenézzen, fontosnak



kell, hogy érezze a környezetéhez való tartozás ingerét. Magyarán: annyira akarjon vele, velük lenni, hogy akkor is engedjen az unszolásnak, amikor belül egyébként nincs teljesen meggyőződve önmaga bajáról. Ezt elérni nehéz feladat, néha egyenesen lehetetlen! A kóros bizalmatlanság, a féltékenység az egyik legnehezebben gyógyítható lelki elváltozás. Azért, mert a legtöbb e körben szenvedőt nem lehet szembebesíteni a bajával.

rosszabbat jelent!) lélekkel rendelkeznek. Mára igen bonyolult, rendkívül összetett lelkiséget fejlesztettünk ki, olyan érzelmeket, hangulatokat, vágyakat, amelyek nincsenek az élet hagyományos rendjében.

Egy példa! A minket körülvevő technikai megoldások hihetetlen bonyolulttá, a zöm számára érthetetlen működésűvé váltak. Még a XX. század második felében is csavarhúzóval, kalapáccsal javították az autót, mert egyszerűek voltak, kevés és célirányos alkatrészből álltak. Ezzel szemben a mai járműhöz célszerszámok, számítógépes kütyük nélkül közelíteni sem lehet. A szakemberek egyre többször vakarják a fejüket és állnak értetlenül egy problémánál, mert, mint mondják, ilyen nem történhet meg. Vagy, ahogy a modern „gyógyszerek” dobozain olvasható, reklámjaikban hallható: A készítmény lehetséges mellékhatásairól kérdezze meg kezelőorvosát, gyógyszerészét! A szer ugyanis olyan erős és annyira bonyolult kémiai folyamatok eredménye, hogy okozatai bármikor váratlan és kiszámíthatatlan új okká válhatnak. Új betegségek okozói lehetnek, amelyek váratlanul érkeznek.

Az évezredek során az emberi lélek is rettentően bonyolulttá vált, és ebben váratlan, az élet egészséges megéléséhez szükségleten, vagy annak éppen ellenható érzelmei születtek. Ilyen az egészséges szinten túlnövő bizalmatlanság, annak gyakran tapasztalt „zöldszemű” változata is. Mit tegyünk, ha ilyen teherrel élünk, vagy ilyenek vagyunk kitéve?

Semmiképpen se fogadjuk el, mert életidegen lelkiállapot, tehát köznapi nyelven betegségnek nevezhető. Tönkreteszi az egyént és társas kapcsolatait. Nem a valóságot veszi figyelembe, hanem önmaga gyárt elképzeléseket, és ezeket tényként fogadja el. Nem kíváncsi válaszokra, hiszen meg van győződve saját igazáról. Ezért

Pedig nagyon fontos lenne, mert a baj gyorsan tönkre teszi a benne szenvedőt. Állandó kétségek, félelmek gyötrik, folyton a másik szekírozásával van elfoglalva, ezért a szerelmet és a szeretetet nem képes értékén és fokán megélni. Mit eredményez ez? Egyik végkifejletként az áldozat szerepét betöltő társ egyszer megelégedi az állandó szenvedéssel és továbbáll. Sajnos a beteg, állapotának fokától függően ezt nem saját hibájaként tudatosítja. Másik „eredmény”, amikor az állandó zaklatásnak kitett társ, épp saját felzaklatott lelke következtében szalad bele vele együtt érző karokba. Jobbik eset, amikor rájövén, hogy van harmonikus kapcsolat is, egyszerűen kiszáll a régi kapcsolatából, lásd első megoldás. Nagyobb a baj, amikor a félrelépés kiderül! Ekkor ugyanis a féltékeny társ, igazolva látván gyanúját, még mélyebbre süllyed beteg állapotába. Meg sem fordul a fejében és másnak sem hiszi el, hogy éppen az ő bizalmatlansága, beteges gyanúsítgatása miatt történt, ami történt. Egy esetleges következő kapcsolatában pedig még az előzőnél is korábban elindulnak beteg reflexei.

Sajnos a kétkedés nem áll meg a szavaknál! Az egyén habitusától, szocializációjától, lelki állapotától függően igen súlyos konfliktusok okozójává is válhat. Az ilyen egyének viselkedésében bizony joggal lehet agresszióra, sőt, brutalitásra is számítani. Sokan hiszik, mert hinni akarják, hogy a probléma idővel elmúlik. Ha majd látja, hogy oktan a félelme, szépen kinövi! – vélekednek. Nem, nem múlik el, sőt egyre rosszabb lesz! Sokaknak ez a legsúlyosabb lelki deformáltsága, ezért az ennél kisebb problémái is ezt erősítik. Bármilyen konfliktus, amely a beteg éri, e területen robbanhat ki. Az idő múlásával egyre váratlanabb helyzetekben és/vagy méreteket jelentkező.

<http://www.eltero.hu>

HOROSZKÓP		KOS (03.21.-04.20.) A nehéz döntéseket a héten sem úszhatja meg, de csak addig érzi magát rosszul ettől, amíg a döntése meg nem születik. Olyan ez, mint a vajúadás: fáj, de utána mindent elfelejt, ami rossz volt, és örül az új életnek.		RÁK (06.22.-07.22.) A múltból újra felbuknak egyik exé, akiről annak idején csak rossz emlékeket őrzött meg a szívében. A rossz érzések azonban elsősorban önmagában vannak. Nála másként ködlik fel a múlt. Ne térjen ki előle, legyen rá kíváncsi!		MÉRLEG (09.23.-10.22.) Ne legyen a párjával annyira konok! Az akaratossággal nem sokat érhet el ott, ahol az érzelmek a főszerep. Sőt, ezzel akár mindent elronthat örökre. A megbocsátás és a türelem is nagyon szép erények. Gyakorolja!		BAK (12.22.-01.20.) Próbáljon új bizalmasokat keresni a munkahelyén. Úgy látszik, néha még abba is „beledőf”, akit szeret. Meglehet, csak pajkosságból teszi, de kedvesének jobban fáj, mint azt ön gondolta volna.
		BIKA (04.21.-05.20.) Mesés meglepetést szeretne szerezni a párjának, de ezt valaki irigységből megakadályozhatja. Mégsem kell feladnia a dolgot, csak ideiglenesen elhalasztania. Hamarosan sokkal jobb alkalom adódik erre.		OROSZLÁN (07.23.-08.22.) Új, és egyszerűbb tervei vannak, amikre alapozva valóban megváltoztathatja szerelmi életét. A megvalósításukhoz azonban szüksége lehet egy alapos önvizsgálatra. Vajon kellő szilárdsággal, kitartással rendelkezik?		SKORPIÓ (10.23.-11.22) Érzékeny és sebezhető hangulatban lesz mostanában. Ezzel persze a legnagyobb terhet a kedvesére rója. Am nem várhatja el még tőle sem, hogy minden bánatában maradéktalanul osztozzon önrel. Főleg, ha ön túlzásokba esik.		VÍZÖNTŐ (01. 21.-02.19.) Ne hallgasson az ösztöneire: most az egyszerű félrevezethet. Valami bizonytalanságot hozhat a párkapcsolatába, de ez a bizonytalanság lehetővé teszi azt is, hogy az élet fősodraba visszatérjen. Engedje el magát!
		IKREK (05.21.-06.21.) Hiába hajt keményen, ha nem nyit a kollégái felé. Jót tenne, ha végre találna velük közös témát, vagy közös hobbit, amin keresztül végre bekapcsolódhat a „vérkeringésbe” a közösség életébe. Nem érdemes továbbra magányosan játszani a munka hőstét.		SZŰZ (08.23.-09.22.) Szívügyekben derús, szép napokra számíthat. Ha jól szervezte az időbeosztását, meg lehet, hogy egy last minute úton találja magát kedvesével. Vagy legalábbis már nagyon közel a pillanat, hogy ezt megtegye.		NYILAS (11.23.-12.21) Ha eddig szingli volt, akkor most olyan időszak következik be az életében, amikor végre emberére akadhat. Ha viszont van társa, mostantól sokat erősödhet a kapcsolatuk. Ehhez egy közös kirándulás is hozzájárulhat.		HALAK (02.20.-03.20) Talán nem mindenben ért egyet a társával, de abban mind a ketten biztosak lehetnek, hogy szeretik egymást. Márpedig ez lenne a lényeg, nemde? Minden vita, veszekedés és baj, csak azért van, hogy erre folyton újra rájöhessenek.