

Az élet nem küzdelem I.

Mottó:

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

Stuart Wilde

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.

En legalábbis 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 őrült, és remélhetőleg vacsoraidőre sikerül valami ennivalóra szert tennem”? Szó sincs róla.

Egyszerűen csak fölkel, kicsit megszimatozza 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 bevált egy csekket. Csak hogy 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 elkészeredés színez.

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

Mármint, ha néhány éven keresztül néhány száz-ezer alkalommal azt a gondolatot tápláltad a tudatalattidba: „Az élet küzdelem”, akkor természetesen ezt fogod a legbelső érzéseidből 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 úgy túl simán megy, ha valami túl könnyűnek látszik, belső éned energiát bocsát ki, amely azt mondja: „Vigyázz! Vigyázz! Egy így gyanúsán egyszerű. Pusztítsuk el íziben ezt az ügyet, és közelítsük meg onnan, ahonnan nehezebb, hogy olyan körülmények álljanak elő, amelyek igazolják belső hitünket, mely szerint az élet küzdelem.”

Tehát a dolgok széthullanak, és te úgy érzed, mint ha egy szem mogyorót görgetnél föl a Mount Everestre az orrod hegyével. Végül, miután ismét sikerült megtapasztalnod a balsors minden nyűgét s nyilait, belső éned kissé felhígítva előállítja ugyanazokat a körülményeket, amelyek úgyszólván hetekkel ezelőtt, minden erőfeszítés nélkül.

Ez a kis könyvecske segít felismerned a küzdel-

met, földéríteni 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.

Különféle küzdők

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 hősiességemet mindenki elismerje, eszevesztett cselekvésből építék színházat magam köré: zsúfolt napirend, világrengető fontosságú értekezletek, hosszú túlórák, állandó nyomás. Ettől a cirkusztól 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.

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 kapcsolata 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 kirúgják. 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.

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 egoja; 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 beszennyezni 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 nőtípusok közül az egyik feltűnően hasonlít férfi megfelelőjére. Az ő játékának ez a mottója: „Fogadjatok el, mert nagyszerű vagyok. Tekintsetek 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 férfipárja, ő is a legmagasabb sebességre kapcsolva hajszolja 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 lelkileg erősebb a férfiaknál, pláne, ha ezt felismeri.

Egy másik nőtípus a „hervadozó penészvirág”. Alapállása a következő: „Gyámoltalan, védtelen kis teremtés vagyok. Nincs erőm, és nem is értem az életet. Nem tudok két számot összeadni, nem tudom kicserélni a biztosítékot, érzelmeim parkoló pályán 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 siessen. 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 benne semmit.

Minél többször adja elő kisdéd 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 védtelenséget. Végül belesodorja magát az áldozat szerepébe.

Ezt a típust mindenki ismeri. Ha találkozol vele, valóságos 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 kelene verni, hogy egy kis örömet szerezzünk neki.

Mi a közös ezekben a figurákban? Először is az, hogy mindannyian eléggé ostobák. Személyiségüknek olyan oldalára játszanak rá, amely nem valóságos. Pedig csak egy kicsit kellene igazítaniuk a beállítottságukon, és küzdelem helyett folyamammá 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.

Részlet Stuart Wilde:

Az élet nem küzdelem című könyvéből

HOROSZKÓP	 KOS (03.21.-04.20.) Merészebb lesz, függetlenségre törekszik, de beszéde kissé gunyoros, vitatkozásra hajlamos és emiatt talán meggondolatlanra válik a veszélyekkel szemben, most mégis sok elismerésre számíthat. A mostani bolygóállás sajnos könnyen okoz tűzkárokat, forrásokat.	 RÁK (06.22.-07.22.) Kiadásaival hajlamos lesz érzelmi alapon dönteni, figyelmen kívül hagyva tényleges szükségleteit. Jól érzi magát a régi, megszokott tárgyak körében. Könnyen azonosítja magát birtokai-val, amik valamilyen érzelmi értéket hordoznak.	 MÉRLEG (09.23.-10.22.) Többet kell törődnie a család idősebb hölgytagjaival is, de leginkább a édesanyjának lesz kevés az idő, amit együtt tölthetnének. Am ez már csak így szokott lenni az édesanyjakkal. Sajnos egyre kevésbé sikerül biztosítani a nyugalmat a párkapcsolatában is.	 BAK (12.22.-01.20.) Párja most kevésbé fogja tolerálni azt, hogy Ön jobban szeret egyedül lenni. Sajnos egyszer-kétszer kényszerítenie kellene magát arra, hogy kedvesének eleget téve egy kicsit szórakoztassa a meghívott vendégeket.
	 BIKA (04.21.-05.20.) Tegyen bármít, ami biztosítja az Ön számára az áhított szellemi ösztönzést. Gondtalan, vidám, és barátkozó kedvű lehet. Keresse fel barátait, szeretteit és érezze velük jól magát. Mondja el nekik, miként érez irántuk. Jó benyomást tesz valakire.	 OROSZLÁN (07.23.-08.22.) Egy kedves házaspár súlyos párkapcsolati válságban van, esetleg válni készül. Lehetséges, hogy Önnek kell a békebíró szerepét eljátszania, legalábbis erre fogják megkérni. Próbáljon megtenni minden Öntől telhetőt annak érdekében, hogy ez a család egyben maradjon.	 SKORPIÓ (10.23.-11.22) Most minden figyelmét az anyagi javak halmozása foglalja le. Pedig sok más jó dolog is van, ami jobban érdekelhetné. Pl. egyik ilyen a szerelem, ami nem tűrhet halasztást. A másik a pihenés, amire több időt kell fordítania, mert a kimerültség fejfejtésében mutatkozhatna meg.	 VÍZÖNTŐ (01. 21.-02.19.) Most hajlamosabb lesz arra, hogy alábecsülje, vagy túlidealizálja akár önmagát, akár a partnerét. A párja most sokkal többet lelkizik, mint amennyit eddig képes volt elviselni. Csak azt látja meg, amit meg akar látni. Erzelmi most ne kötelezze el magát hosszú távra.
	 IKREK (05.21.-06.21.) Pénzügyi tárgyalásai sikerrel kecsegtetik ebben az időszakban. Akár a szellemiek, akár az anyagiak jelentenek értéket az Ön számára, most figyelme ezekre kellene, hogy irányuljon. Vagy tevékenyen foglalkozzék velük, vagy tervezzen új jövőképet.	 SZŰZ (08.23.-09.22.) Az Ön anyagi javait érintő kellemetlen fényszögek miatt sajnos azt a jövedelem-kiegészítést nem sikerül megkapnia. Emiatt talán nem tudja majd megvásárolni, azokat a dolgokat, melyeket szeretett volna megvenni. Emiatt több lesz a veszekedés otthon, mint máskor.	 NYILAS (11.23.-12.21) Tengermély dolga akad, de mindenképpen látogassa meg barátait, vagy legalább hívja meg őket egy menteteára. Jót tenne a lelkének egy kis kényeztetés. A csoportnak, ahova tartozik, nagyon sok jó ötlete lesz arra vonatkozóan, hogyan óvják meg Önt a depressziótól.	 HALAK (02.20.-03.20) Az Uránusz most rengeteg lehetőséget csomagolt a kosarába. Keressen a naptárban egy közeli hétvégét, egy jó hotel, egy kedves partnert, és fogyassza el jó étvágygal a kosár tartalmát. A munka, amit itt hagy, bizonyára megvárja.