

**Dr. med. Horst Müller**

# **Miért betegszünk meg?**

Hogyan lehetünk szabadok és egészségesek?

**2025**

© 2025 Dr. Horst Müller

Honlap: [www.youtube.com/@LawofLife](http://www.youtube.com/@LawofLife) [www.youtube.com/@Bibliaskola](http://www.youtube.com/@Bibliaskola)

Illusztráció: Andreas Buchholz

Szerkesztő: Jessica Liga

Borító: Saskia Larisch

Kiadó: Dr. Stefan Larisch

Magyar fordítás: Blénessy Béla

Olvasószerkesztő: Deák Melinda

## Előszó

Kedves olvasó, Ön egy olyan könyvet tart a kezében, amely az ember 20 éven át történő tanulmányozásán alapul. Orvosként felmerült bennem az az igény, hogy a betegségek kialakulásának a végére járjak. Meglátásaimat a betegekkel való közvetlen kapcsolatból, sok ezer konzultációból, nem pedig külső leírásokból nyertem. Nemcsak a betegségek általános okát találtam meg, hanem a hatalomra való törekvés, az agresszivitás, a félelem, a kényszer, az önpusztítás és mások elpusztítása okát is, amely az ember legbelsőbb lényéből ered.

Annak felismerése, hogy mi határozza meg tudat alatt a gondolatainkat és cselekedeteinket, egyben a megoldás felé is utat nyit, vagyis hogy MI az, amin változtatni kell ahhoz, hogy a betegség, a kényszer és a konfliktus megszűnjön. Rájöttem, hogy nekünk, embereknek mindig csak egy és ugyanaz az alapvető konfliktus van a tudatalattinkban, amelyből minden más nyilvánvaló probléma ered. Ez azt jelenti, hogy nekünk is csak egyetlen megoldásra van szükségünk ahhoz, hogy megszabaduljunk minden problémánktól és a betegségeinkből tartós gyógyulást érzünk el. Az emberi természet működésének megértéséből következik az, hogy a megoldást hogyan kell alkalmazni.

Remélem, hogy élvezni fogja a könyv olvasását – erőt és bátorságot kívánok, hogy megszabaduljon a fájdalmai és szenvedései okától.

Dr. Horst Müller



## Miért leszünk betegek?

1. Az ember megértéséhez vezető utam	1
2. Az igazság a természet törvényeiben rejlik	5
3. Az ember alapvető szükségletei	10
4. Honnan jönnek a gondolatok?	16
5. Az ember lelke – Több vagyunk, mint anyag	20
6. A lélek – a test és az elme összessége	28
7. Hogyan keletkezik a betegség?	32
8. A hazugság, amely állandóan elkísér minket	36
9. Az önismeret mint az igazság felé vezető első és legnehezebb lépés	41
10. A tudatalatti – a nyereség- és veszteség-mérlegeink	46
11. Teremtő vagy teremtmény – Az ember valódi identitása	53
12. Ki viseli a veszteséget?	62
13. Egy pillantás a természetre – Milyen szerepet játszanak a baktériumok a betegségben?	67
14. Az ember függése a szeretet forrásától	70
15. Öröklés és nevelés – Mitől függnek gyermekeink?	79
16. Egy új élet – Az egyetlen megoldás az ember problémájára	85
17. Az új élet megteremtése az új identitással	89
18. Az ember felszabadítása a veleszületett szükségletek alól	94
19. Mit hoz az új élet?	99





## 1. Az ember megértéséhez vezető utam

Honnan jönnek a betegségek? Ezt a kérdést minden panaszoktól gyötört beteg felteszi magának. Freiburgi orvosi tanulmányaim és szakorvosképzésem során széles körű szakismereteket szerezhettem a szakirodalomból és tapasztalt orvosoktól, ezért úgy gondoltam, hogy tudom a választ a kérdésekre. Nemsokára azonban találkoztam egy olyan beteggel, akinek a problémájára nem tudtam kielégítő megoldást találni.

**1. eset:** A páciensem egy idős úr volt, akit egy ideje panaszok gyötörtek. A füle folyton „bedugult”. Azért keresett fel, hogy megszabaduljon ettől a kellemetlen problémától. Könnyű volt felállítanom a diagnózist. A középfül szellőzésének, a torok és a középfül közötti Eustach-féle kürtnek a működési zavara volt. A hagyományos orvoslás szerint az ok a folyadékhiány a beteg keringésében. Ezért azt tanácsoltam neki, hogy igyon többet, és úgy véltem, hogy ezzel segítettem rajta.

A beteg azonban néhány héttel később visszatért: „Doktor úr, most már napi három liter vizet iszom, de a fülem még mindig eldugul”. Orvusként azt tanácsolhattam volna neki, hogy igyon még többet. Hivatkozhattam volna a beteg életkorára is, és elmagyarázhattam volna a betegnek, hogy ez az öregkor gyakori tünete. De vajon megtalálhattam volna a betegség valódi okát?

Szakmai ismereteimmel meg tudtam nevezni a tüneteket és diagnózisokat tudtam felállítani, de nem tudtam a választ arra, hogy miért beteg a betegem. Orvusként azonban tiszta lelkiismerettel meg akartam tudni mondani, hogy mi a betegem betegségének oka, hogy tartósan meg tudjam szüntetni a tüneteiket. Nem akartam többé magára hagyni a betegeimet a kérdéseikkel, hanem olyan válaszokat akartam adni nekik, amelyeket magam is megértettem.

A nevem Dr. Horst Müller. Már 20 éve praktizálok fül-orr-gégészként a németországi Weinheimban. Fontos számomra, hogy a betegség okának a végére járjak, mert a tünetek pusztá kezelése számomra nem elég. Íme egy

egyszerű példa: a lakásban lévő penész okát meg lehet magyarázni, mert a penészt a nedvesség okozza. Ha egy szakember csak penészmentesítő szert javasol a helyzet orvoslására, de nem szünteti meg az okot, az nem lenne elfogadható. A penésztávoltító ugyanis nem szüntetné meg a nedvességet. A páratlanítók sem jelentenének megoldást, csupán tüneti kezelést, amíg a nedvesség okát nem szüntették meg. A penészgombásodás ellen csak akkor lehet valóban küzdeni, ha a nedvesség okát azonosították és megszüntették.

Sok szakmában a szakemberek a saját területük szakértői. Egy autószerelő a jármű minden egyes alkatrészét ismeri. Egy építész ismeri a felhasznált építőanyagok tulajdonságait. Az orvos azonban gyakran nem ismeri igazán az embert, ezért nem tudja felderíteni egy betegség okát. Sajnos az orvostudomány a legtöbb esetben nem tudja megmagyarázni a beteg problémájának okát, egyszerűen azért, mert az ismeretlen. Ez az ismerethiány annak köszönhető, hogy az orvostudomány túlságosan ritkán vizsgálja az embert mint teljes lényt.

Az orvosi rendelőben az egész emberrel találtam szemben magam. Az „orr” vagy a „fül” hirtelen egy személy lett, akinek kérdései vannak. Tanulmányaim során jól kiképeztek a tünetek felismerésére, és öt óra alatt 70 beteget tudtam megvizsgálni. Ha az első páciens a 69 másik eset vizsgálata után visszajött volna hozzám, nem ismertem volna fel őt személyként. De az orráról észrevettem volna, hogy ma már egyszer láttam őt. De ez a megválaszolatlan kérdésekkel teli helyzet lehangolt, mert képletesen szólva nem akartam penész elleni szereket eladni anélkül, hogy tudnám, miért nedvesedik a fal?

A betegség okának kiderítéséhez nem könyvekben vagy az interneten kerestem a megoldást, hanem magukat a betegeket kérdeztem meg. Mivel öt óra alatt 70 beteggel beszélgetni túl kevés információt szolgáltat, szükségessé vált, hogy több időt szánjak a betegeimre, hogy meghallgassam őket.

Az első lépés az volt, hogy elkészítettem a betegeim kórtörténetének idővonalát. Feljegyeztem minden fontosabb és kisebb panaszt és betegséget, beleértve a műtéteket és a szüléseket is.

A kórtörténet felvétele gyakori eljárás az orvostudományban. Ha az orvos

Munkamódszer

## KÓRTÖRTÉNET

### Fizikai tünetek listája

Fejfájások ...

Nyakfájás, mióta ...

Fülzúgás, mióta ...

Szédülés, mióta ...

### Sebészeti beavatkozások

Mandulák, vakbél, epehólyag stb.

Mikor történtek?

### Szülések és gyermekek

Vetélések stb.



## MENTÁLIS ELŐZMÉNYEK (GONDOLATOK)

### Kapcsolatok

A szülők közötti kapcsolat

Kapcsolat az anyával

Kapcsolat az apával, házastárral, gyermekekkel stb.

### Események

Házasság, válás, szeretteink halála stb.

Mikor történtek?

### Munkakörülmények

Foglalkozás, munkanélküliség stb.

Különleges események, trauma stb.

valóban meg akarja ismerni a betegeket, akkor erre időre van szüksége. Még ma is végzek ilyen felvételi beszélgetéseket, és néhány beteg meglepődik, hogy ennyi kérdésre kell válaszolnia a fül-orr-gégésznel. Ilyenkor elmagyarázom, hogy átfogó képre van szükségem a betegről, és nem csak azt az egy tünetet nézem, amellyel hozzám jött. Az egész embert kell ismernem, az összes betegségével együtt.

Az anamnézis, a kórtörténet felállításakor a betegségek és az orvosi beavatkozások mellé a betegek élettörténetét helyeztem. A legfontosabb szempontok a legszorosabb kapcsolatok és az átélt események. Ezek a legfontosabbak az ember számára mentális szinten. Így kerültek bele a a szülők egymással való kapcsolata, a beteg kapcsolata az anyjával, apjával, házastárral, a gyerekekkel való kapcsolatok, stb. Olyan eseményeket is hozzáadtam, mint a házasság, a válás, a közeli hozzátartozók halála, a szakmai helyzete, a nagyobb változások, mint például a munkahelyváltás, állástalanság és az elköltözés. Fontosak az olyan jelentős életesemények is, mint a súlyos traumák, pl. az erőszak és a bántalmazás megtapasztalása. Mindezeket a pontokat az idővonalon összevettem a testi panaszokkal.

Az adatok összehasonlítása alapján arra jutottam, hogy a pácienseim tünetei leginkább a mentális előzményeikkel magyarázhatók. Ez volt a helyzet az eldugult fülű páciens esetében is. Nem a fizikai hatások váltották ki a panaszokat és a működési zavarokat. Rájöttem, hogy közvetlen kapcsolatnak kell lennie a személy által átélt dolgok és a testi panaszai között.

Tehát a gondolat okozta a fül elzáródását, és nem a folyadékhiány? Hogy ezt kiderítsem, olyasvalamit kellett megvizsgálnom, amit a hagyományos orvoslásban gyakran csak érintőlegesen vizsgálnak: az emberi gondolatot, vagy inkább a gondolatokat és azok szerepét az emberben.

Ezért meg kellett kérdeznem magamtól: Mi a gondolat? Honnan származnak a gondolatok? És ami még fontosabb, honnan erednek? Elvégre a gondolatoknak valahonnan jönniük kell, és van egy kezdetük.

Számos kórtörténet és páciensem élettörténete után – akiből most már több tízezret hallgattam meg – rájöttem, hogy mi az emberi betegségek oka.

## 2. Az igazság a természet törvényeiben rejlik

A betegségek eredetének kutatását olyasmire akartam alapozni, ami abszolút megbízható és nem tagadható le. Ehhez egy világos mércére volt szükségem. Általában kétféle információt érzékelnek az emberek:

1. Egyrészt vannak olyan információk, amelyek maguktól értetődőek. Önmagát bizonyítja, és ezért nem igényel értelmezést. Az ilyen információk közé tartoznak azok, amelyek tárgyakkal, azok felépítésével és működésével kapcsolatosak. Például az, hogy a víz megfagy, egyértelmű és magától értetődő. A természet törvényei önmagukat bizonyítják. Mindezeket az objektív információkat azért tanuljuk meg, mert igazak. Nem kell őket külön leellenőrizni.

2. Vannak olyan információk is, amelyeket értelmezni kell. Ezek a képekre, szavakra, gesztusokra és cselekvésekre vonatkoznak. Amikor például egy könyvet vagy tanulmányt olvasok, vagy megfigyeléseket végzek, az információ különböző értelmezéseket tesz lehetővé. Az értelmezésekre tehát szükség van annak megállapításához, hogy az állítások igazak-e, és hogy megfelelnek-e az egyén igazságigényének. Az információt az emberek csak akkor hiszik el és fogadják el, ha igaznak tartják azokat. A helytelennek tartott információkat nem fogadják el. Tudomásul veszik, de nem járnak el azok szerint.

Az igazság minden ember létezésének alapja. Az emberek nem tudnak – és ez nem akarat kérdése – olyan információkat elfogadni, amelyekről nem hiszik, hogy igazak. Az ember csak akkor fogadhat el egy hazugságot, ha azt igazságnak tekinti. Következésképpen az információ értékeléséhez egy abszolút, megváltoztathatatlan mércére van szüksége, hogy bizonyos lehessen felőle. Természetesen használhat változó, mozgatható mércét is, de akkor a következtetése bizonytalan, és nagy nehézségekbe sodródhat. Később részletesen kitérek az információk rögzítésének folyamatára.

Először is, a két különböző skála:

Az objektív mérce: valami változatlan, ami nem változhat meg.

- a. Az ok és okozat alapvető természeti törvénye, amelyet semmilyen körülmény nem függeszthet fel.
- b. Egy elem összetétele, szerkezete, alkotóelemeinek sorrendje egy alapvető építőegység felépítésében.
- c. Egy elem működését kezdettől fogva meghatározzák, és az a tervezéséhez tartozik.
- d. Egyetlen elem, vagy élőlény alapvető szükségletei sem változtathatók meg, mert azok eleve rögzítettek.

A szubjektív mérce: valami változékony, ami nem marad mindig állandó.

- a. A nyelv és a nyelvtan különböző kultúrákban eltérő.
- b. A szakértők, tudósok, az egyik vagy másik véleménye.
- c. Meglévő előzetes tudás, amelyet már igaznak hisznek.

Az emberekkel kapcsolatban csak az objektív mérce használható a betegségek okának megbízható megállapítására. Mivel az élet és az egészség objektív dolgok, a mérce nem lehet változó. Végül is, ha egy ház építésénél olyan rögzített, megváltoztathatatlan mércéket használunk, mint a méter és a kilogramm, akkor annál inkább használjuk ilyeneket, ha valami sokkal fontosabb dologról van szó, nevezetesen a saját életünkről.

Mi az, amit tanulmányaim alapjául vettem? Az ok és okozat alaptörvényét, az emberi lény - felépítése, működése, alapvető szükségletei - megismerését. Ebben a könyvben leírt következtetéseim ezeken a megváltoztathatatlan tényeken alapulnak.

### **A természet „alaptörvénye”**

A világegyetem felfoghatatlanul nagy. Mindazonáltal általános elveket érthetünk meg abból, amit érzékszerveinkkel tapasztalunk. Találtam egy összefüggést, amit én „az univerzum alaptörvényének” szeretek nevezni. A mikro- és makrokozmosz minden eleme csak e törvény szerint működhet. Két egyszerű és könnyen érthető elvből áll. Kimondja, hogy semmi sem létezik vagy működik önmagában, és semmi sincs önmagáért (a saját hasznára) teremtve.



A bal oldal a más dolgoktól vagy emberektől való elkerülhetetlen, állandó függőséget írja le. Egy egyszerű példával élve, egy táblagép nem tud működni áram nélkül. A működését tehát az elhasznált elektromos áram biztosítja. A jobb oldali *Semmi nem tehet valamit önmagáért*, a hatást jelenti, amely soha nem magáról a csatornáról szól. A példában szereplő táblagép egy bizonyos szolgáltatást végez, de nem önmagáért van, és nem tehet semmit önmagáért.

Ebből a két elvből következik, hogy minden elem a legkisebb részecskéig csatornaként működik, van egy bemenete és egy kimenete. A bemeneténél „be kell vennie” egy anyagot, vagy energiát, fel kell használnia, és a kimenetre valamilyen módosított formában „vissza kell adnia” azt. Egy csatornának nem szabad elzáródnia, különben a működése megszakad vagy megszűnik.

Az emberi lény, mint egységes egész, szintén csatornaként működik. Sok egyedi elemből áll, amelyek a maguk során mind egy-egy kisebb csatornaként működnek. A betegség egy hatás, és orvosként meg kell találnom az okát. Az alaptörvény szerint semmilyen hatás nem keletkezhet ok nélkül. Ez egy egyszerű, de fontos elv, amelyet nem szabad figyelmen kívül hagyni.

Az Alaptörvény másik lényeges szempontja, hogy ok és okozat soha nem lehet ugyanaz. Ok és okozat nem esik egybe. Ahonnan az elem az energiát veszi, oda nem adhat. Az ok és a hatás különbözőségét mutatja az a tény,

hogy egy csatorna kimenete és bemenete mindig ellentétes pontokon, vagy végeken van. Egy ok tehát nem válhat hatássá. Valami, ami a betegséget okozza, nem lehet maga a betegség. Ha az ok egybeeshetne a hatással, akkor ami a betegséget okozza, az maga a betegség is lehetne. Ez azonban nem lehetséges.

Néha az vezet ahhoz a téves következtetéshez, hogy az ok lehet hatás, hogy figyelmen kívül hagyjuk azt a tényt, hogy a csatornák egymás után jönnek létre, és egy megosztott rendszerben az egyik csatorna az előző csatorna helyes működésétől függ. Ha egy csatorna elzáródik, az az egész rendszerre kihat. Ha egy csatorna, pl. a gyomor csak részben képes felszívni a táplálékot, az a szervezetben az összes utána következő csatornára hatással van. Ha a gyomor csak kis mennyiséget tud felszívni a bemeneténél, akkor természetesen csak kis mennyiséget ad tovább a kimeneténél. Most azt mondhatnánk, hogy a gyomor csökkent ellátottsága az oka a szervezet többi hiányosságának. De akkor továbbra is fennáll a kérdés, hogy miért károsodott a gyomor? Hol kezdődik az a folyamat, amely később az egész szervezetre kihat?

Azt, hogy egy csatornában az ok és az okozat mindig más és más, a dominánciával szemléltethetjük. Egymás mögött sorakoznak, és amikor az első dominót meglökjük, sorrendben ledőlnek. Az első dominó veszi át az energiát – az okot –, és úgy adja azt tovább, hogy ledől – ez a hatás. Ha egy másik dominó a közelében van, akkor az átveszi az energiát és továbbadja. Minden csatorna ugyanezt teszi, vesz az előzőtől és átadja a következőnek – és ez a végtelenségig folytatódhatna, ha végtelen számú dominó lenne egymás után. Az energia nem vész el, csak átalakul. Egyetlen csatornának tekintve minden egyes dominó ugyanazt „teszi”, vesz és ad. Ahol azonban elvesz, ott nem ad vissza semmit, hanem máshol (a következő dominónak) ad, és ez megváltoztathatatlan. Az ok tehát ott van, ahol a lánc első dominója elnyeli az energiát. Ezért nagyon fontos volt számomra, hogy felismerjem azt a helyet az emberben, ahol az energia elnyelődik, és ahol az első csatorna aktiválódik.

Mivel minden úgy van felépítve, hogy alapvetően egy csatornaként működik, logikus, hogy egy rendszerben minden csak ciklusban működhet. Ha megnézzük a Naprendszerünket, gyorsan világossá válik, hogy egy ciklusban minden elem egymástól függ. A Nap, a Hold, a Föld és a bolygók egymásra

vannak utalva. A Földön az összes élőlény és elem kölcsönös függése az ökoszisztéma formájában figyelhető meg. A körforgás elve mindenütt jelen van, például a levegőben a magaslati szelek formájában vagy az óceánok áramlásaiban.

A ciklusokban az a figyelemre méltó, hogy ott érnek véget, ahol kezdődnek. Jó példa erre a víz körforgása, amely a tengerben kezdődik és ott is ér véget. E körforgásban megtett hosszú útja során a víz az alapja az emberek, növények és állatok változatos életének. A testünkben is számos körforgás zajlik, például a vér körforgása, amely a szívben kezdődik és ott is ér véget.

Minden csatorna funkcionálisan úgy van kialakítva, hogy továbbadja mindazt, amit befogadott. Mi történne, ha a gyomor a táplálék egy kis részét megtartaná magának? Meghalnánk, legalábbis egy bizonyos idő után. Mennyi levegőt tart meg magának a tüdő a lézés során? Semennyit, mert az egészséges tüdőből ugyanannyi levegő távozik, amennyit belélegeztünk. A törvény és a tervezés nem enged mást. És ez általánosságban, azaz az egyes sejtekre is érvényes. A természet egyszerű, szép és könnyen érthető elvek szerint működik, amelyeket fel lehet ismerni, ha elég alaposan megfigyeljük.

### 3. Az ember alapvető szükségletei

A természetben megfigyelhetjük, hogy ahhoz, hogy valami működjön, legalább két elemre van szükség. Ahhoz, hogy egy mag kicsírázzon, először is energiaimpulzusra van szüksége, hogy a csírázási folyamat elinduljon. Ezt az impulzust a fehérjék reakciójából kapja, ha megfelelő hőmérséklet, elegendő nedvesség és elegendő oxigén van jelen, és a fényviszonyok megfelelnek a speciális igényeinek (fényben csírázó/sötétben csírázó). Ha ezek a feltételek teljesülnek, enzimek képződnek, amelyek aktiválják a tárolt tápanyagokat, és elindítják az energiaanyagcserét és a növekedési folyamatot.

Valami hasonlót láthatunk az emberi sejtben is, amely egy kis vegyi üzem. A sejt csatornaként működik – mint minden dolog a természetben. Az a feladata, hogy egy terméket előállítson. Természetesen önmagában semmit sem tud előállítani. Az emberi sejtnek megfelelő körülményekre van szüksége, azaz 1 bar körüli nyomásra és 37 Celsius-fok körüli hőmérsékletre. Ha a nyomás túl magas, a sejt károsodik, ugyanígy a hőmérséklet is csak kis mértékben ingadozhat. A sejtnek szüksége van nyersanyagokra, azaz vegyi anyagokra a termék előállításához, valamint a sejt belsejében a szükséges információkra. De vajon a nyersanyagok felvételére szolgáló folyamatok, azaz a légzés, az ivás és a táplálkozás elegendőek-e a termék előállításához? Nem, a nyersanyagok átalakításához energiára is szükség van, elektromosság formájában.

Az emberi test egészének is szüksége van elektromosságra a működéshez. Az agyhullámok nagy jelentőséggel bírnak ebben. Emellett, és ezzel egyidejűleg, a működés fenntartásához is szüksége van energiára vegyi anyagok formájában.

Honnan származik tehát az emberekben lévő elektromosság? A hagyományos orvostudomány egyfajta perpetuum mobile-t ír le ezen a ponton. A hagyományos orvoslás szerint az agykéreg gyakorlatilag maga termeli a szükséges áramot. De létezhet-e egyáltalán perpetuum mobile? Lehet az emberi agy valami ilyesmi? Akkor az agy is képes lenne saját gondolatokat generálni?

Amikor összehasonlítottam pácienseim fizikai kórelőzményeit az élettörténetükkel, világossá vált, hogy a gondolatok döntő szerepet játszanak az emberek életében. Arra is rájöttem, hogy mi körül forognak mindig az emberek gondolatai, és milyen információkat dolgoznak fel. Nézzünk néhány példát ennek érdekében:

**2. eset:** Egy 70 év körüli betegnek inzulinpumpája volt, amelynek érzékelője 20 percenként mérte a vércukorszintjét. Amikor megkérdeztem tőle, hogy a nap folyamán történt események alapján észrevesz-e különbséget a cukorszintjében, azt válaszolta: „Amikor meghallom, hogy az unokáim látogatóba jönnek, nagyon boldog vagyok, és a cukrom azonnal elkezd csökkenni, amíg a normál tartományba nem kerül.”

Milyen igényeket elégítenek ki ennek a betegnek az unokái? A táplálék iránti igényét? Nem, itt bizonyára egy lelki szükségletéről, a szeretetről van szó, és nem a fizikai szükségletekről. Fontos megérteni, hogy ez az információ, amely nyilvánvalóan pozitív volt a beteg számára, hogyan vezetett a vércukorszint csökkenéséhez.

**3. eset:** Egy másik, fiatalabb cukorbeteg, aki szintén érzékelővel ellátott inzulinpumpával volt felszerelve, hasonló tapasztalatot szerzett, csak negatív értelemben. Egy stresszhelyzet során a bíróságon a vércukorszintje megemelkedett, és a készülék ezt jelezte. Néhány egység inzulin beadása után a cukor tovább emelkedett. Még az ismételt inzulinadagolás sem hozta meg a kívánt vércukorszint-csökkenést. Csak a bírósági tárgyalás végeztével csökkent ennek a betegnek a cukorszintje – akkor az ismételt inzulinadagolás miatt jóval a normál tartomány alá.

Ha az ember csak anyag lenne, ha a gondolatainak nem lenne jelentősége a test megfelelő működése szempontjából, akkor ilyesmi nem fordulhatna elő.<sup>1</sup> De a test világosan megmutatja, hogy az ember mit gondol.

**4. eset:** A praxisom kezdetén egy ötvenes évei elején járó férfi keresett fel. Kifejezetten dühös volt, és egy zacskó gyógyszert mutatott nekem. „Doktor úr, négy hónapja szédülök, és már mindenféle gyógyszert kaptam, de nem segítenek. Miért van ez a szédülésem?” A szédülése

---

<sup>1</sup> Azt a kérdést, hogy az anyag képes-e gondolkodni, később tárgyaljuk.

nagyon érdekes volt: a férfi egész nap kemény fizikai munkát végzett láncfűrészsel – mindenféle probléma nélkül. De valahányszor hazaért és leült, mindig jöttek a szédülésrohamok.

Négy héttel a tünetek jelentkezése előtt a szomszéd elárulta neki anyósa titkos terveit. A házáról volt szó, amelyet a beteg pazarul felújított, mert a felesége egy napon örökölte volna. Abban az esetben azonban, ha az após előbb meghalna, az anyós első házasságából származó fia kapná meg a házat. Ez az igazságtalanság nagyon felzaklatta a beteget. Ez a konfliktus nem oldódott meg, és ez fizikai reakcióiban is megmutatkozott – minden nap, amikor hazaért. A férfinál testi rendellenesség nélkül alakult ki a betegség. Orvosi tanácsra gyógyszerekkel, azaz vegyszerekkel próbálta orvosolni a tüneteket. De mivel az ok máshol keresendő, a gyógyszerek nem tudtak tartós gyógyulást biztosítani.

Nézzük most közelebbről az alapvető emberi szükségleteket. Mi szükséges ahhoz, hogy az ember megfelelően működjön, azaz egészséges legyen?

Könnyű megérteni, hogy az élet az alapvető szükségletek kielégítésétől függ. Az „élet törvénye” szabályozza, hogy emberként mire van szükségünk. Ha minden lényeges szükségletet kielégítünk egy optimális tartományban, az állapotunk a „túl kevés” és a „túl sok” határai között mozog. Ekkor minden normálisan működik, és teljesen egészségesek vagyunk. Ebben az állapotban semmilyen betegség nem léphet fel.

Valahányszor betegség vagy működési zavar lép fel, a kielégítetlen vagy túlságosan kielégített szükségletek állapotában találjuk magunkat – és így az optimális tartományon kívülre kerülünk. Amikor tehát egy tünet jelentkezik, felmerül a kérdés, hogy mi az, ami a betegnek „hiányzik”, vagy mi az, ami esetleg „túl sok” neki. Fizikai szinten nyilvánvaló, hogy valamiből túl sok vagy túl kevés lehet, például a melegből vagy a folyadékából.

## Az emberi szükségletek és az élet törvénye



A természetben az optimális tartományon kívül mindig van egy tűrészatár, amelyben az ember „csak” beteg. De ha ezt a további tűrészatárt bármelyik irányban túllépjük, akkor az visszafordíthatatlan működési zavarhoz vezet, és így az ember halálához. Ha az alapvető szükségletek nem, vagy kevésbé, illetve túlságosan ki vannak elégítve, szélsőséges esetben ugyanez a következmény áll be: az ember meghal.

Ezért nagyon fontos, hogy időben megtudjuk, mi az, amiből a szervezetnek nincs elegendő, vagy amiből túl sok van. A fizikai szükségletek tekintetében mindannyian megtanultuk, mit kell tennünk, amikor a test „beszél” nekünk a fizikai szükségletekről. Tudjuk, hogy szükségünk van oxigénre, vízre, táplálékra és melegre. Amint elérjük az optimális tartomány szélét, a testünk reagál. Ezt a legkönnyebben a hőség esetében figyelhetjük meg: fázunk, ha nincs elég meleg, vagy megizzadunk, ha túl meleg van. Éhséget, szomjúságot és fáradtságot is érzünk: aha, a szervezetnek erre vagy arra van szüksége. Maga a test nem tud hazudni, a jelzései helyesek. A test egyszerű módon magyarázza meg aktuális állapotát. Nagyon jól tudjuk, anélkül, hogy könyvből kellene kiolvasnunk, hogy enni, inni vagy aludni kellene.

De vannak olyan betegségek, mint a fülzúgás vagy a fül dugulás. Vannak szédüléssel járó betegek vagy rákos betegek és sok más betegség. Mi hiányzik ezeknek az embereknek? Az étel és az ital? Az élet törvénye szerinti optimális tartományon kívül vagyunk az ilyen betegségekkel, és ha igen, mire van

szükség?

Eleinte teljesen új volt számomra, hogy a kielégítetlen lelki szükségletek testi rendellenességekhez vezethetnek, és ha igen, hogyan. Ezért eltartott egy darabig, mire először felismertem, majd meggyőződtem arról, hogy a gondolkodás az emberi élet „lényege”. Az embereknek szükségük van igazságosságra, szabadságra, biztonságra és még sok minden másra ahhoz, hogy a testük jól működjön. Ezt először nem volt olyan könnyű felfognom, mert az orvosi egyetemen semmit sem tanultam erről.

Amire gondolsz, az, ha úgy tetszik, csak fantázia. Akkor miért olyan fontosak a gondolatok, és miért képesek megbetegíteni minket? 19 évesen menekültem Németországba Romániából, amely akkor még kommunista ország volt. Miért vállaltam a letartóztatás kockázatát? A menekülésem az ételről és az italról szólt? Romániában volt mit enni, még ha nem is volt olyan változatos, mint Nyugaton, és néha aggódni kellett emiatt. De nem az anyagiak voltak a döntő tényezők. Azért menekültem, mert fontos volt számomra a szabadság, és nagy lelki szükségem volt rá. Aztán a németországi Freiburgba jöttem, ami szerintem egy szép városnév.

Az olyan lelki szükségleteket, mint a szabadság és az igazságosság, nem lehet túlságosan kielégíteni, ami fontos különbség a fizikai szinthez képest. A spirituális szükségletek vagy 100%-ban fedezve vannak, vagy csak elégtelenül, vagy egyáltalán nem teljesülnek. Ezért nincs felső tűrészhatár számukra. Nincs tehát olyan, hogy „túl sok” igazságosság, szabadság vagy biztonság.

Milyen fizikai reakciókat váltanak ki a kielégítetlen lelki szükségletek? Más szóval, mit tudnak a gondolataink a testünkben tenni? Több tízezer konzultáció után a fizikai tünetekben és betegségekben felismerem az ember lelki szükségletét, amely a testben nyilvánul meg.

Kíváncsi voltam, hogy egy nem fizikai elem hogyan okozhat fizikai reakciót. Mi a szeretet, az igazságosság, a szabadság, a biztonság? Ezek kémiai anyagok? Ha azok lennének, akkor kémiaileg megfogalmazhatnánk és reprodukálhatnánk őket. Ha aztán valaki jönne és panaszkodna, hogy igazágtalanságot vagy szeretetlenséget tapasztalt, akkor adhatnánk neki egy adag igazságosságot, szeretetet vagy szabadságot, és minden újra rendben

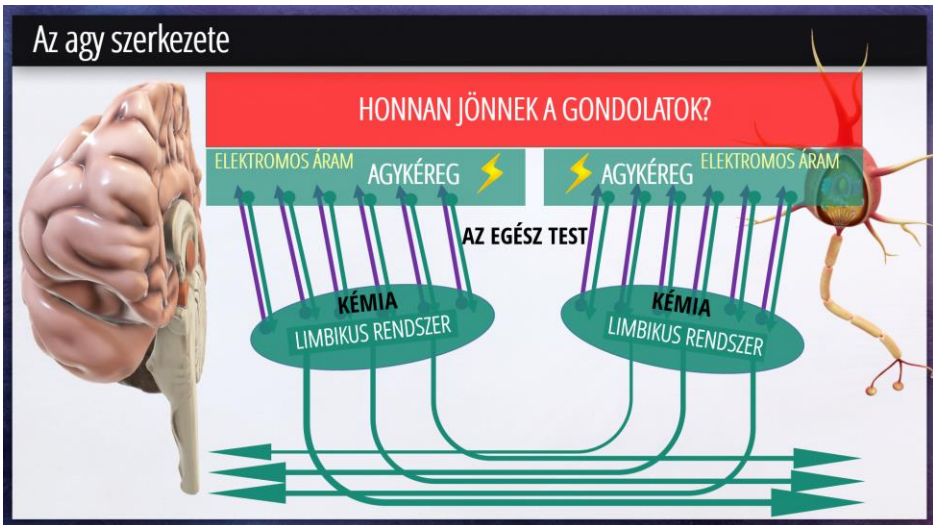
lenne. De ilyesmi nem létezik. Nem írhatunk fel és nem adhatunk be „szeretetet”. A szeretet egy spirituális elem, és ezért spirituális információ is, amelynek nincs kémiai képlete. Csak gondolatban lehet feldolgozni. És azt a tényt, hogy ez abszolút emberi szükséglet, nem lehet tagadni. De hogy a szeretet megbetegíti a testet, ha nincs jelen, annak többnyire nem vagyunk tudatában. Ahogyan az oxigént, a vizet és a táplálékot is a meghatározott mennyiségben kell biztosítani, úgy a szeretetet mint szükségletet is 100%-ban ki kell elégíteni.

Ezért a gondolatok központi szerepet játszanak, ha a betegség okának a végére akarunk járni. Ehhez tudnunk kell, hogy mik is valójában a gondolatok. Tudjuk, hogy információt szállítanak. De hogy honnan származnak a gondolatok, ez volt a következő kérdésem.

#### 4. Honnan jönnek a gondolatok?

A kérdés az: honnan származik a gondolat, vagy ki „hozza létre” azt? Ennek a kérdésnek is abszolút információk alapján jártam utána, mert nem akartam, hogy szubjektív nézőpont vezéreljen.

Az emberi szervezet egy abszolút struktúra, amelyből sok mindent meg lehet tanulni. Ahogyan például egy táblagép is sok alkatrészből áll, úgy a szervezet is sok, egymással összekapcsolt szervből áll. Ezek összetett kölcsönhatásban működnek. Valahol a szervezet minden szervét irányítani és szabályozni kell. Tehát kell lennie egy központnak, amely mindegyiket összeköti. Tudjuk, hogy az agykéreg alkotja ezt a központot, az egész szervezet kapcsolódási pontját. Az agykéregben foglaltuk össze az egész emberi lényt. Itt kapcsolódik össze az összes „vezeték” idegpályák formájában, amelyek az emberi testet irányítják.



Ezért a következő lépésben közelebbről megvizsgáljuk az agy szerkezetét. A nagyagy két féltékéből, azaz agyféltekéből áll. E két féltéke agykérgre nem kapcsolódik egymáshoz, így középen egy bemetszést lehet végezni anélkül,

hogy az agykéregt átvágnánk. Bár a mögöttes struktúrák elpusztulnának, de az agykéreg egészben maradna. Ez fontos pont abban a kérdésben, hogy miért vannak egyoldalú fizikai betegségeink.<sup>2</sup>

A külső kéreg egy hullámos, mindössze 4-5 mm vastagságú réteg. Több milliárd idegsejtből, más néven neuronokból áll. Ezek vezetőkábelként működnek, amelyek az agykéregből a testbe nyúlnak. Ily módon az egész test az agykéregben egyesül. Minden, ami a testben történik, az agykéregben kezdődik. Innen az idegpályák az agy központjába, az úgynevezett limbikus rendszerbe vezetnek. Ezután szétválnak, jobbról balra és fordítva, majd az egész testben végigfutnak.

Minden fizikai működés egy elektromos impulzussal kezdődik az agykéregben, amely minden további lépést elindít a testben. Az egyes idegpályák egymástól elszigeteltek, csak így juthat el az áram a megfelelő helyre a testben, és mozgathatja például pontosan a kisujjat. Ez az elektromos impulzus eléri a limbikus rendszert. Ott az impulzus egy kezdeti kémiai reakcióhoz vezet, amely azonnal visszajelez az agykéregbe – ezt nevezzük érzelemnek. Ez a jel az első visszajelzés arról, hogy az elektromos impulzus, vagy áram hogyan hat a testemre, hogy megfelelő-e a testnek – örülök-e valaminek vagy sem.

Honnan származnak a gondolatok? Az agyban, például az agykéregben, vagy inkább a limbikus rendszerben keletkeznek? Vagy az agyon kívülről, illetve az agykéregből származnak? A természet törvénye ismét segít nekünk a válasz megtalálásában.

A hagyományos orvoslás azt állítja (leegyszerűsítve), hogy a gondolatok az agykéreg idegsejtjeinek szinapsziszai között keletkeznek.<sup>3</sup> Az agyhullámok és a kémia kölcsönhatásba lépnének, és egy ilyen folyamat során például egy gondolat keletkezne. De több milliárd idegsejt van, melyiküknek van gondolatokat irányító funkciója? Melyik hozza meg a végső döntést? Kell lennie valahol egy felettes pontnak, legalábbis egyfajta kiindulópontnak, egy technikai eszközhöz hasonlóan.

---

<sup>2</sup> Az öröklődés törvényei szerint a két agykéreg egyik-egyik szülő jellemzőit hordozza, tőle származik.

<sup>3</sup> Eccles, J. C. (2000) áttekintést nyújt: Hogyan irányítja az én az agyát. (3. kiadás) Piper. Figyelemre méltó a materialista megoldások korlátairól szóló megállapítása, lásd 261f. o.

Ezért feltevődik a kérdés: Tud-e az agy önmagáért gondolkodni? Ahhoz, hogy ezt a kérdést biztosan megválaszolhassuk, meg kell vizsgálnunk, miből áll az agy. Mint minden ismert anyag, ez is atomokból áll. A periódusos rendszer különböző elemeinek atomjaiból álló molekulák reakcióba léphetnek egymással, és sokat tudunk az ezután lejátszódó kémiai reakciók folyamatairól.

Ezek a reakciók

- csak külső tényezőktől függően fordulhatnak elő,
- nem történhetnek véletlenül, mert a reakciók előfeltételei és lehetséges kimenetelei mindig előre meghatározottak, és
- a kémia képes energiát és információt felvenni, tárolni és továbbítani.

A kémiai reakciókat a természet törvényei atomi szinten határozzák meg; mindig ugyanúgy zajlanak le. Csak így lehet például cementet előállítani, amely megfeleljen bizonyos előírásoknak. Tudjuk, hogy annak köszönhetően használhatunk elektronikus eszközöket, hogy fizikai elemek és kémiai folyamatok képesek az információt felvenni és visszakereshető formában tárolni. A kémiai folyamatok képesek a hőt is elnyelni és továbbítani.

Ugyanakkor tudjuk, hogy a kémiai elemek esetében mi az, ami a természetben lehetetlen. A számítógépeknek nincsenek gondolataik, nem tudnak gondolkodni, még akkor sem, ha léteznek arcfelismerő programok vagy úgynevezett „mesterséges intelligencia”, és a számítógép képes reagálni. A „reagálás” nem jelenti azt, hogy „gondolkodás”.

Egy kémiai elemekből álló anyag, vagy tárgy

- nem érez semmit (a mobiltelefon semmit sem érez),
- nem tud választani, azaz nem tud döntéseket hozni,
- nem képes irányítani, vagy elpusztítani önmagát,
- nem lehet tudata (mennyi tudata van egy táblagépnek?),
- nem képes önvizsgálatot tartani,

- nem rendelkezik erkölcsi érzékkel.

A kémiai elemekből álló anyag tehát biztosan *nem lehet* a gondolatok forrása. De honnan származnak a gondolatok? Miért képes az ember gondolkodni? Ha az agy kizárólag kémiai anyagokból áll, akkor természetesen lehetetlen, hogy önállóan gondolkodjon.

Az emberek képesek érezni és gondolkodni. A kémiai elemek azonban érzéketlenek. A sérült ujjban lévő ideg impulzusokat továbbít az agyba. Csak ezután keletkezik az érzés a fejben. Ki érzi a fájdalmat? Hol van az érzések székhelye? Az érzések létezése önmagában is jó bizonyíték arra, hogy az ember nem csak kémiából állhat.

Továbbá az ember képes elpusztítani önmagát, ellentétben a természetben található élettelen elemekkel. A természet törvényei nem irányítják az anyag önmegsemmisítését. Az emberek azonban képesek a halálba ugrani egy 11. emeleti ablakból olyan információra reagálva, amely nem felel meg az elvárásaiknak. Ezt tette az egyik páciensem barátja. Amikor a nő telefonon szakított vele, a férfi a hívás közben a halálba ugrott.

Egy kémiai anyagokból álló tárgy, pl. egy táblagép, nem képes a saját pusztulását előidézni. De azt megfigyelték már, hogy az állatok is képesek az önmegsemmisítésére. Például, amikor a szeretett gazdi meghal, a macskák vagy kutyák gyakran súlyosan megbetegszenek és elpusztulnak. Egyes állatok megtagadják a táplálkozást addig, amíg elpusztulnak. Miért viselkednek így?

Tehát kell lennie valaminek az emberekben és az állatokban is, ami miatt először megszületik az önpusztítás gondolata, mielőtt ilyen döntést hoznának.

Az emberek kognitív képességekkel rendelkeznek; tudnak örülni vagy dühösek lenni más emberekre. Ez azt jelenti, hogy képesek tudatosan érzékelni az információkat és felismerhető módon reagálni rájuk. Az emberek döntéseket is képesek hozni. Megválasztják az élettársukat, a szakmájukat vagy akár egy autót is. Az anyag minderre nem képes.

Honnan szerzik az emberek ezeket a képességeket? Honnan ered ez? Az agyban van? A természet törvénye kizárja annak lehetőségét, hogy a kémia önmagában vagy egy kizárólag kémiából álló szerv gondolkodni tudjon. Azt

kell még tisztázni, hogy mi az, ami az emberben képes gondolkodni? Csak ezután tudunk választ adni arra a kérdésre, hogy honnan származnak a gondolatok.

## 5. Az ember lelke – Több vagyunk, mint anyag

Az emberek számos olyan képességgel rendelkeznek, amelyeket nem lehet pusztán a „kémiaiával” magyarázni. Van valami az emberekben, ami túlmutat az anyagon. Csak akkor tudunk választ adni arra az alapvető kérdésre, hogy honnan ered a betegség, ha megtaláljuk ezt az összetevőt. Amint az előbb bemutattuk, az agy, mivel az csupán anyag, önmagában nem képes önállóan gondolkodni. Az agy nem lehet a gondolatok létrehozója. Bár feltétlenül szükséges a gondolkodáshoz, mégsem tud önállóan gondolkodni.

De akkor honnan erednek a gondolatok? A gondolkodás csak azzal magyarázható, hogy az embereknek és az állatoknak kell legyen lelkük. A lélek láthatatlan, és fizikailag nem lehet közvetlenül kimutatni, de mégis vannak nyilvánvaló bizonyítékok a létezésére.

Bizonyíték az anyagtalan lélek létezésére:

### a. Az emberek és az állatok lelki szükségletei

A lelki szükségletek egész sora figyelhető meg mind az emberekben, mind az állatokban: szabadság, biztonság, kíváncsiság, tudásszomj vagy információéhség és még sok más. Az emberek lelki szükségletei kétségtelenül messze túlmutatnak az állatokén, például az igazságosság, az igazság, a felelősség, az erkölcs, a megbecsülés, stb. tekintetében. Az emberek lelki szükségleteinek listája nagyon hosszú. Közös bennük, hogy nem vegyi természetűek; a „szabadság”, nem szedhető tablettá formájában.

Az ilyen jellegű szükségleteket egy entitásnak, egy lénynek kell kérelmeznie. Ha ez a lény nem létezik, a szükséglet is értelmetlen, mert nincs rá szükség. Van az emberben egy entitás, amely lelki szükségleteket követel, de mi az? Mi vagy ki akarja az emberben a szabadságot? Vajon az agysejtjeink vágynak-e ezekre a lelki szükségletekre? Vagy a szív, a máj vagy a gyomor? Lehet, hogy például az agysejteknek szükségük van a többi ember megértésére ahhoz, hogy működhessenek? Tiltakozik és felháborodik egy sejt, ha igazságtalanságot követnek el vele vagy egy másik emberrel szemben?

Értelmünk számára nyilvánvaló, hogy ez nem így van. Kell tehát lennie valaminek az emberekben és az állatokban is, ami a lelki szükségleteket követeli. Valami, ami különbséget tud tenni igazság és hazugság, igazságosság és igazságtalanság, biztonság és bizonytalanság között. Valami, ami képes megkülönböztetni a szeretetteljes cselekedetet a szeretetlenségtől. Az emberek nyilvánvalóan képesek erre. Honnan ered ez a képesség? Nem volt más magyarázatom, mint elfogadni, hogy az ember több kell legyen, mint pusztán anyag. Egy lelki entitás létezését nem lehet egyből elvetni. És mivel már mindannyian ismerjük a kifejezést, ezért hadd nevezzük meg, hogy van lelkünk.

b. A test függ a lélektől

A kémiai anyagokból álló testünknek a növényekhez hasonló fizikai szükségletei vannak, amelyeket nem tud önmagában kielégíteni. Ahogyan egy növény is függ attól, hogy a természet vagy az emberek rendelkezésére bocsássák a vizet, amit felszívhatson, úgy testünk is a lélektől függ fizikai szükségleteinek kielégítésében. A test ezért éhség és szomjúság, fázás, vagy izzadás útján jelzi szükségleteit. Ily módon a test megmutatja a léleknek, hogy mi az, ami hiányzik neki, vagy amiből túl sok van. A test nem tud magának élelmet és vizet szerezni. Csak a lélek képes ellátni a testet táplálékkal, vízzel, oxigénnel, stb. A test aztán felszívja és feldolgozza ezeket az anyagokat, de nem tudja „beszerezni” magának. A lélek az, ami a testet irányítja. Csak ezen keresztül képes az ember mozogni, még akkor is, ha csak a hűtőszekrényhez vagy a csaphoz megy.

Lélek nélkül a test nem lenne képes gondoskodni magáról. Ezért a test jelzést küld a léleknek, hogy pótolja a hiányt. A sejt az, ami “éhezik” táplálék híján, de egy sejt maga nem érzékeli az éhséget. Az éhség tehát nem az egyik sejttől a másiknak, hanem a sejtektől (az anyagtól) a léleknek küldött jelzés. És ez aztán kielégítheti a test szükségletét – vagy megtagadhatja azt. Ez elvezet minket a harmadik bizonyítékhoz azzal kapcsolatban, hogy kell legyen lelkünk.

c. A lélek és szükségleteinek elsőbbsége a fizikai szükségletekkel szemben

Egy olyan ember életében, akinek a „szeretet” (mint a lelki szükségletek

kifejeződése) és az élet között kell döntenie, a szeretet fontosabb, mint az élet. Ezt a fontossági sorrendet újra és újra megfigyeltem. Sok olyan házaspár van, ahol mindkét partner a másik előtt szeretne meghalni, mert nem akar egyedül élni. Egy idős páciens elmondta nekem, hogy felkészült arra, hogy ha a felesége meghal, ő is rögtön utána fog meghalni. Egy fiatalember esetében tragikus volt, amikor a barátnője véget vetett a kapcsolatuknak. Nem bírta elviselni a helyzetet, elvette apja pisztolyát, meghívta a lányt egy kirándulásra, és lelőtte őt, majd saját magát.

Világosan észrevettem, hogy a pácienseim a lelki szükségleteiket a fizikai szükségleteik elé helyezik. Ezt a mindennapi életben is látjuk, amikor az emberek lemondanak az ételről, az alvásról és a pihenésről, csak hogy lelkük vágyait kielégíthessék. A serdülőkorban nem sok figyelmet fordítanak a fizikai szükségletekre, amikor a lelki szükségletek kielégítése egy-egy buliban fontosabb, mint maga az élet.

Kivétel nélkül mindenki elégedetlen lenne a pusztá létezéssel. Gyakran megkérdeztem a pácienseimet: „Elégedett lenne, *ha csak* élne?” Senki sem válaszolja azt, hogy az élet önmagában elég lenne neki. Mindenkinek van valami, ami hajtja, ami értelmet ad az életének, ami nélkül nem lenne elégedett. Megfigyeltem, hogy az élet értelmének (vélt) elvesztése az, ami mentális stresszhez vezet, majd betegségként jelentkezik a testben. A betegség nem annak a következménye, hogy az ember küzd a saját „életéért”. A betegség inkább annak az eredménye, hogy az ember nem tudja megvalósítani élete „értelmét”, vagy elveszítette azt.

A függőség is az értelem kereséséről szól, nem pedig magáról az életről. És mivel az értelem iránti lelki igény egyre nagyobb, sok függő embert látunk. Az élet értelme mindig fontosabb számunkra, mint maga az élet, ami azt bizonyítja, hogy a lélek a test fölött áll, és hogy az emberek inkább feladják az életüket, minthogy ne találják meg annak értelmét.

Ez azt jelenti, hogy Maslow piramisa rosszul van felépítve. A piramis első szintjén a fizikai szükségletek vannak.<sup>4</sup> Az emberi élet valósága azt mutatja, hogy az emberi szükségletek piramisát valójában elsősorban a lelki szükségletek töltik ki, és csak másodsorban a fizikai szükségletek. Igen,

---

<sup>4</sup> Maslow, A. H. (1943): Az emberi motiváció elmélete. *Psychological Review*. 50 (4), S. 370-396.

vannak fizikai és lelki szükségleteink és mindkettőre szükségünk van. Mindazonáltal a lelki szükségletek fontosabbak, mint a test fizikai szükségletei.

Pontosan mi az, ami az embereket képessé teszi arra, hogy az élet értelmét többre értékeljék, mint magát az életet? Ki a vezérlő erő az embereken? Az agy – azaz a test – vagy a lélek?

d. A lélek képességei meghaladják a test képességeit

A test az idegeken keresztül kommunikál a lélekkel, valamint úgy, hogy érzéseket és érzelmeket küld neki. Ezek a test vágját írják le. A léleknek válaszolnia kell a test kívánságára, vagy visszautasíthatja azt? A tapasztalat azt mutatja, hogy ha a lélek nem akar valamit, akkor a test akármennyi sürgető jelzést küld, az igénye akkor sem fog kielégülni. A lélek olyan entitás, amelyet nem lehet cselekvésre kényszeríteni.

Három dolgot tudtam meg a lélekről a betöltött szerepe alapján:

1. A lélek egy zárt rendszer, és kívülről nem irányítható. A lélek kívülről befolyásolható, de csak ő dönti el, hogy elfogadja-e ezt a befolyást vagy sem.
2. Egy lélek csak önmagát tudja irányítani, és ezt belülről teszi.
3. A lélek mindig aktív, azaz a lélekben nem létezik passzivitás.

A döntések meghozatalának képessége valószínűleg a legfontosabb különbség a fizikai és a spirituális elem között. A fizikai elem nem tud nemet mondani, engedelmeskedik a kívülről érkező parancsoknak. Egy fadarab nem tudja megvédeni magát, amikor valaki dolgozik rajta. A szervezet csak kémiai reakciókra és anyagcserére képes. A kapott parancsok szerint reagál. A lélek nem fogad el parancsokat, hanem önállóan cselekszik.

A lélek tehát képes

- a. a saját cselekvéseire (saját kezdeményezésre tud cselekedni, dolgokat kigondolni, stb.)
- b. a külső ingerre reagálni, vagy megtagadni a reagálást

(“nem”-et mondani),

és az anyag nem teheti meg ezeket.

A léleknek előbb fel kell dolgoznia az információt ahhoz, hogy bármit is tegyen. De önállóan cselekszik, és reagál, amikor akar, vagy nem reagál, és visszautasítja a külső ingert. Ezért nem lehet a lélek egyenlő az anyaggal. Mivel az anyag fölött áll, a lélek nem keletkezhet az anyagból.

Amikor a test igényli a táplálékot, a lélek kielégítheti ezt a készletet. A lélek azonban szabadon dönthet úgy is, hogy a test sürgető jelzése ellenére is étkezés nélkül marad. Ezért van az, hogy valaki életveszélyes éhségstrájkba kezdhet, ha ezzel egy magasabb lelki szükségletet elégít ki.

Mindez azt mutatja, hogy az anyag hatással van a lélekre, de nem képes azt irányítani. Akadályozhatja a lelket azáltal, hogy a lélek döntésére adott reakcióként kellemetlenséget és fájdalmat okoz. A fizikai reakciók azonban nem kényszeríthetik a lelket arra, hogy engedelmességen a testnek (az anyagnak).

Ez világossá teszi, hogy a lélek nem olyan elem, amelynek parancsolni lehet, mint az anyagnak. Mivel a lélek belülről irányítja önmagát, ellenőriznie kell a neki felkínált információkat, hogy azok megfelelnek-e lelki szükségleteinek. Ha olyasmit kínálnak neki, ami megfelel az igényeinek, akkor elfogadja azt, és ennek megfelelően cselekszik. Ha nem, akkor nem annak megfelelően cselekszik, amit valaki felajánl neki. Ezért egyértelmű nemmel rendelkezik, mint cselekvési lehetőséggel, ami az anyagban nem található meg.

A kínzás végső célja szintén az, hogy a test révén elérje a lelket. A test megsérül vagy megsemmisül, amit a léleknek éreznie kell, és el kell viselnie. De még ez a folyamat sem tudja a lelket cselekvésre kényszeríteni. Sok ember, akit megkínóztak, soha nem adta meg magát, bármilyen erősen kínozták. Ez újabb bizonyíték arra, hogy az emberben két entitásnak kell lennie.

## A lélek és a test közötti hierarchia, rangsor

- Amikor az emberben két elem van, ezeknek kommunikálniuk kell egymással.
- Hogyan kommunikál egymással a lélek és a test az emberekben (és az állatokban)?



### e. A test irányítása a lélek gondolatai által

A meghozott döntések az agynak szóló parancsok, nem pedig jelzések vagy kérések. A testnek mint fizikai elemnek reagálnia kell a külvilágra. Nincs választási lehetősége. A kezek mozdulatai nem mások, mint impulzusok, a lélektől érkező parancsok, amelyeket a test végrehajt. A test nem mondhat erre nemet.

A pánikroham példáján keresztül megvizsgálhatjuk e két entitás közötti kölcsönhatást. Ha az emberi lélek életveszélyes fenyegetettségnek, kockázatnak értelmez egy helyzetet, egy másodpercnyi ijedtség hatására a test milliszekundumok alatt kémiai úton hormonok sorozatát bocsátja ki, amelyek megváltoztatják az egész test anyagcseréjét. Van a testnek választási lehetősége? Nincsen, úgy kell reagálnia, ahogyan az előre be van állítva. Még ha a pánik tévhiten alapul is, a fizikai reakció ugyanaz. Néha álmodsz valami rosszat, aztán megkönnyebbülten ébredsz, és azt mondod magadnak: „Ez csak egy álom volt!” Ettől függetlenül a fizikai reakció akkor is megmarad. Ez vonatkozik arra a pánikra is, amelyet önként teremtessz magadnak azzal, hogy bizonyos filmeket nézel.

Ahhoz, hogy a lélek a gondolatokon keresztül irányíthassa a testet,<sup>5</sup> a természeti törvények szerint a testet fizikai impulzusokkal kell ellátnia. E nélkül nem tudná a testet mozgásba hozni.

Láttuk, hogy az agyunk elektromos árammal működik. És ezeknek az impulzusoknak valahonnan jönniük kell. Az agy nem adhatja őket önmagának. Ezt mutatja az élő és a halott ember közötti különbség. Mi hiányzik egy halott ember agyából? Az elektromos áram! Miért hiányzik most? Hogyan jut egyáltalán az áram az agykéregbe? Ki generálja az elektromos impulzust az agyban?

Az agy, mint anyag, nem képes az azt működtető elektromos impulzusok létrehozására.<sup>6</sup> Ha képes lenne önmagát ellátni a meghajtásához szükséges eszközökkel, akkor egy perpetuum mobile, örökmozgó lenne. Ez azonban megszüntetné a függőség alaptörvényét és a csatorna elvét. Az agy másképp működne – nemcsak az összes többi emberi szervtől, hanem a világegyetem összes megfigyelhető elemétől is eltérően.

A lélek az, amely gondolatokon és döntéseken keresztül kiváltja az elektromos áram impulzusait. A lélek tartja úgymond „mozgásban” az agyat. Ez az áram mérhető. Ez nem más, mint a lélek tevékenysége az agyban. Maga az agy nem képes elektromos impulzusokat generálni, ahogy az a halottaknál látható. A természet törvénye szerint tehát a halott ember bizonyítja, hogy kell legyen lelke az élő embernek.

A lélek létezésére vonatkozó bizonyítékok a következőképpen

foglalhatók össze: A lélek nélkül:

- nincs mentális tevékenység
- nincsenek lelki szükségletek

---

<sup>5</sup> A légzésfunkciót is egy kémiai folyamat irányítja a lélek jelenlétében. Ez a kémiai folyamat csak addig működik, amíg a lélek irányítja, de az, hogy hogyan működik, nem a lélek döntése. A táplálékfelvételtől való döntéstől eltérően a légzés hatásosan edzhető, de tudatosan nem lehet tartósan leállítani. Ezért az irányítás nem csak azt jelenti, hogy parancsokat adunk a testnek, de a testben meghatározott folyamatokat is fenntartjuk egy meghatározott kereten belül.

<sup>6</sup> Az agykéregből az egész testet átható komplex vezérlő impulzusokról van szó, nem pedig arról, hogy a test maga hogyan látja el energiával az agyat.

- nincsenek érzékszervi jelzések (tapintás, látás, szaglás, ízlelés, hallás).
- nincsenek gondolatok
- nincs értékítélet (választható Igen vagy Nem)
- nincs felelősség
- nincs erkölcs
- nincs lelkeség
- nincs lehetőség a test mozgatására.

A lélek nélküli test tehát halott. Így óhatatlanul felmerül a kérdés: ha az anyag nem képes azt előállítani, akkor honnan származik a lélek?

## 6. Az élő lélek – a test és a lélek összessége

Az evolúción alapuló tudomány szerint a lélek az anyagból származik. Ezt azonban nem léleknek, hanem „pszichének” nevezik. A pszichét az agykéreg tevékenysége eredményének tekintik. Ha ez így lenne, akkor a fizikai szükségleteknek és kellemetlenségeknek fontosabbnak kellene lenniük, mint a lelki szükségleteknek. A testnek kellene irányítania a lelket. Láttuk, hogy ez nem így van.

A *természeti törvények* szerint a sejtek kémiaiájából vagy anyagából nem keletkezhet anyagtalan lélek. Képzeljük csak el, hogy a test létrehoz egy pszichét, amely aztán eldönti, hogy ad-e a testnek valamit enni vagy sem. Vagy azt, hogy leugrik a 11. emeletről, stb. Az értelmünk alapján ezt nem tekinthetjük valószínűnek, és ellentétes lenne az ok és okozat törvényével is.

A lélek az, amely a gondolatok révén elektromos áramot hoz létre a testben. Ezekről a gondolatoktól függően a testben létrejövő áram hibás működést, önkárosítást, sőt betegséget is okozhat.

Ez azt mutatja, hogy a lélek által keltett elektromos impulzusoknak meghatározott hatást kell gyakorolnia az agykéregre, azaz a „helyes” gondolatok a test számára megfelelő impulzusokhoz vezetnek, míg a „helytelen” gondolatok káros hatást fejtenek ki. Az agykéreg anyag, és nincs saját döntése, nincs önrendelkezési képessége abban, hogy miként reagál a lélekre vagy a gondolatra. Ez azt jelenti, hogy a lélek helyes gondolkodásmódja, amely a testnek a megfelelő elektromos impulzusokat adja, megbízhatóan leolvasható a testben. Ugyanakkor a rossz, a testnek nem megfelelő elektromos impulzusok a testben szintén objektív reakciót adnak. A szubjektív gondolkodás objektív mérése nagyon hasznos dolog, különösen, ha életünkről és egészségünkről van szó.

Mielőtt azonban ezeket a részleteket megtudnánk, áttekintést kell kapnunk az antropológiáról, azaz az ember természetéről szóló elméletekről. Az ember felépítéséről sokféle elmélet létezik, de itt most csak a három legismertebb megközelítést vesszük szemügyre.

# Antropológia – Az ember természetéről szóló elméletek



1. Egyrészt az emberi lényt három független entitás, a test, a lélek és a szellem összjátékának tekintik. A lélek és a szellem spirituális entitások. Az embernek ezt a felfogását az ókori görögök alakították ki, ezért az ember platóni és arisztotelészi felfogásának nevezik. Platón nagyon szemléletesen úgy írja le az embert, mint állati testbe zárt istent. Következésképpen a halál egyfajta felszabadulás az ember számára. Ekkor újra istenné válik.<sup>7</sup>

Az embernek ez a felfogása ma is nagy népszerűségnek örvend, és számos vallásban, különösen a kereszténységben megtalálható.

2. Az ókori görögök óta létezik egy alternatív felfogás is – a sztoikus és epikureus emberkép. E nézet szerint az egész ember kizárólag kémia, és ebből származnak a lelki képességek is. Az evolúciós alapú orvostudomány és a tudományok többsége ma is ezt a meglehetősen egyszerű emberképet vallja. E nézet szerint a szerelem vagy a szenvedély a sejtekben történő „égés” révén keletkezik.

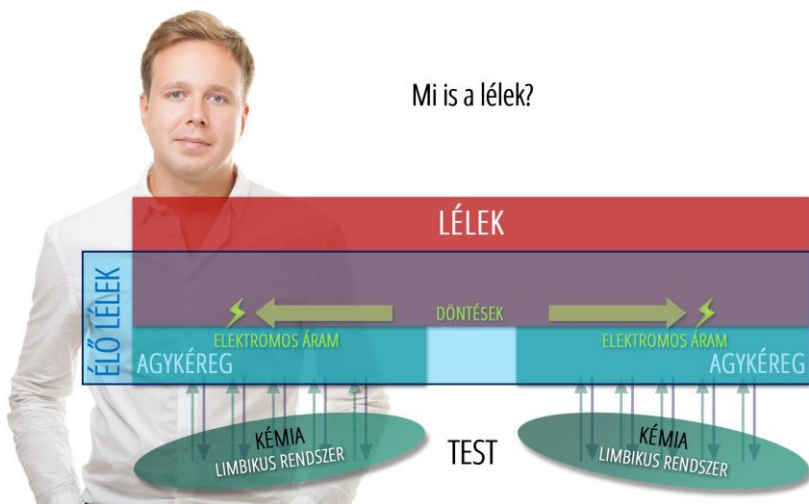
3. Az eddig elmondottak fényében kétségbevonhatatlan bizonyíték, hogy az anyag önmagában nem képes megmagyarázni az emberi lény felépítését és működését. A természet törvénye szerint szükségszerű, hogy a testet olyan

<sup>7</sup> Reuter, H. (2014): A pszichológia története. Hogrefe, pp. 31-45.

erő irányítsa, amelyet nem tud saját maga számára előállítani. Ezért hihető, hogy az emberi lény két egységből áll: testből és lélekből. Harmadik egységet nem találtam, de a test és a lélek egymásra utaltsága alapján – az egyik nem tud semmit sem tenni a másik nélkül – a „lélek” kifejezés jól jellemzi ezt a tényt. Az ember tehát egy élő lélek, amely lélekből és testből áll.

Ennek illusztrálására jó hasonlat a víz összetétele. A víz (H<sub>2</sub>O) akkor van jelen, ha oxigén és hidrogén együtt van. Ahogy a víz két elemből áll, úgy az élő lélek is két, egymástól elválaszthatatlan elemből áll. Ha a víz elemeit szétválasztjuk, akkor az már nem víz, hanem oxigén és hidrogén. Ha a lélek és a test elválik egymástól, az ember halott. Ez azt jelenti, hogy az élő lélek már nem létezik, csak az elválasztott elemek, a lélek és a test. Az emberi lény csak akkor tud működni, ha mindkét entitás együtt működik.

A lélek és a test közötti együttműködés másik szemléltetője a zongorista és a zongora közötti kapcsolat. A zongora önmagában nem képes hangokat produkálni. A játékos sem tud zongoramuzsikát előállítani a zongora nélkül. Zene csak akkor jön létre, ha a játékos és a zongora együtt dolgozik. A zene a játékos és a hangszer együttműködéséből jön létre. Ugyanígy az élő lélek is a lélek és a test kölcsönhatásának eredménye. A test a zongora, a lélek a játékos. A két különböző összetevő egy új egységet eredményez, az élő lelket. A törvény szerint kölcsönös függőségben vannak, de a testet a lélek irányítja.



Ha szétválasztás történik, nincs többé zene. Az élet akkor ér véget, amikor a

lélek elhagyja a testet.

A lélek és a test tehát funkcionális egységet alkot. Mindkettő csak együtt működhet. Mindazonáltal a lélek a test felett áll és irányítja azt. A test a maga részéről olyan meghatározott képességekkel rendelkezik, amelyeket a lélek nem tud felülrni. Ez azt jelenti, hogy bár ha a lélek irányítja is a testet, az nem tud többet tenni a testtel, mint amire a test képes. Ezért van az, hogy az emberi lelket a test korlátozza.

### A lélek és a test kölcsönhatása

**LÉLEK:**

- MINDIG CSAK ÖNMAGÁÉRT CSELEKEDHET
- NEM LEHET KÉNYSZERÍTENI, HOGY VALAMIT TEGYEN
- TUD GONDOLKODNI, ÉREZNI, LÁTNI, SZAGOLNI, ÍZLELNI, HALLANI, DÖNTENI, ...
- MOZGÁSBA HOZZA A TESTET
- IRÁNYÍT MINDEN KAPCSOLatot AZ ÁLLATOKKAL, AZ EMBEREKKEL ÉS ISTENNEL

**BÁRMILYEN MŰKÖDÉS CSAK AKKOR LEHETSÉGES, HA A LÉLEK ÉS A TEST ÖSSZEKAPCSOLÓDIK ÉS AZ ÉLŐ LELKET ALKOTJÁK**

**TEST:**

- ENGEDELMESKEDIK A PARANCSOKNAK
- KÉNYSZERÍTHETŐ
- NEM RENDELKEZIK MENTÁLIS KÉPESSÉGEKKEL (GONDOLKODÁS, ÉRZÉS, DÖNTÉS).
- MOZGÁSKÉPTELEN
- KÉPES RÖGZÍTENI, TÁROLNI ÉS TOVÁBBÍTANI AZ INFORMÁCIÓKAT

Ez világossá teszi, hogy az öt emberi érzékszerv – érzés, látás, szaglás, ízlelés és hallás – csak a test és a lélek együttműködésével létezhet. A fizikai információ az idegeken keresztül a testen át eljut az agykéregbe, majd a lélek elé kerül, amely érzi, szagolja, látja, hallja vagy ízleli azt. A lélek gondolkodási képessége szintén az agykéregtől függ. A lélek önmagában gondolkodik, de nem az agykéreg nélkül. Ahogyan a lábak a járásra szolgálnak, bár önmagukban nem tudnak járni, a lélek sem tud gondolkodni működő agy nélkül. Mindkét egység mindig részt vesz mindenben, amit az ember tesz.

## 7. Hogyan keletkezik a betegség?

Szeretnék beszámolni egy esetről, amelyben megtanultam a betegség kialakulásának elvét. Ezt újra és újra ugyanúgy megfigyelhettem minden későbbi betegnél, és nem találtam kivételt.

**5. eset:** Egy 30-as évei elején járó beteg 14 napja szenvedett tartós, erős fejfájástól, amely a fájdalomcsillapítók szedése ellenére sem enyhült. A háziorvosa sikertelenül kezelte a fejfájás miatt, majd hozzám utalta, hogy kizárjam az arcüreggyulladást. Alaposan megvizsgáltam a beteget, de semmi rendelleneset nem találtam. Mivel a nő nagyon zaklatott benyomást keltett, agydaganatra vagy agyvérzésre gondoltam. A fej CT-vizsgálata, amit még aznap elvégeztek, nem mutatott kóros elváltozást.

A nő fájdalma kezdetben megmagyarázhatatlan volt. Nem szenvedett fejsérülést vagy más fizikai behatást. Vajon a fájdalma csak a képzelete szüleménye volt? A fájdalmat természetesen nem lehet látni, de a funkcionális MRI-vizsgálat során láthatóvá lehet tenni az agy aktivált területeinek kimutatásával. Tudjuk, hogy az emberek fájdalmat éreznek, amikor bizonyos aktivációs mintázatok lépnek fel.<sup>8</sup> A fájdalom egy kémiai reakció a limbikus rendszerből az agykéreg felé, ami a fájdalomról jelez a léleknek.

Hogyan járjak el a nővel? Súlyos panaszai voltak. A fájdalom nem képzeletbeli. A képzelet azonban előállíthatja. De ha ott van, akkor fiziológiailag megtapasztalható. Ezt saját tapasztalatomból is megerősíthetem. Amikor orvosi tanulmányaim során részt vettem egy reggeli előadáson, amely a vakbélgyulladás életveszélyes voltáról szólt, még aznap éjfél körül fájdalmat kezdtem érezni a vakbél környékén. Mivel attól féltem, hogy meghalok, azonnal a sürgősségi osztályra mentem, ahol fekvőbetegként felvettek. Kétnapos kivizsgálás után, amelyek során megpróbálták megállapítani, hogy vakbélgyulladásom van-e vagy sem, a biztonság kedvéért eltávolították a vakbelemet. Kiderült, hogy nem volt

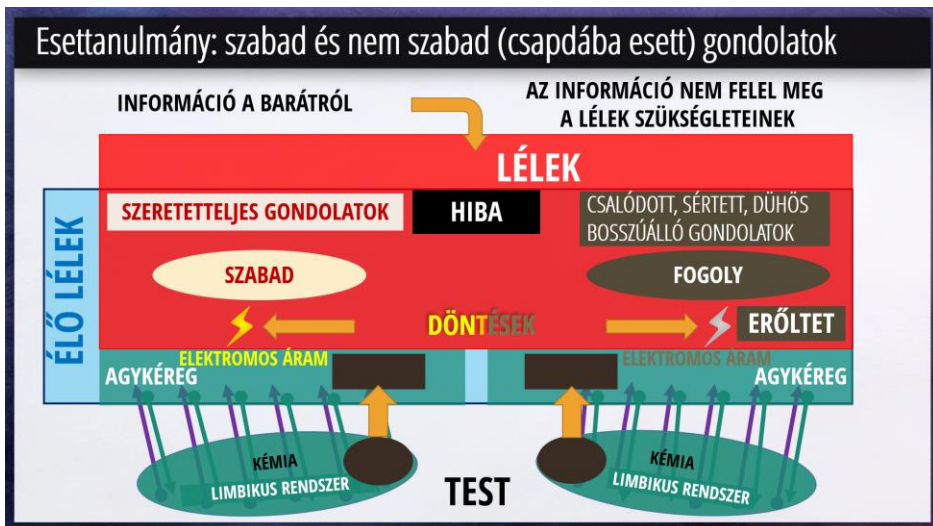
---

<sup>8</sup> Kröner-Herwig, B. et al, (2011): Springer, p. 6.

begyulladva.

**5. eset folytatás.:** Mivel a fájdalom fizikai okát nem lehetett megtalálni, csak a lelki összetevő maradt. Megkérdeztem, történt-e valami 14 nappal ezelőtt, ami hatással volt a betegre. A nő erről számolt be: „Két héttel ezelőtt megtudtam, hogy a barátom megcsalt”. A kapcsolat már egy éve tartott, és a nő sok mindent feladott azért, hogy messziről odaköltözzön hozzá. Családtagjait is hátrahagyta, hogy vele élhessen. Most megtudta, hogy a férfi megcsalta őt.

A hűség igénye a lelkünkben van rögzítve, a hűtlenség pedig ennek az ellentéte. Mivel vannak szükségleteink, amelyeket ki kell elégítenünk, a szükséglet ellentétére automatikusan elutasítással reagálunk. Így tett ez a nő is. Engem azonban az érdekelt, hogy melyik gondolatmenet vezetett a fejfájáshoz. Ezért megkérdeztem, hogy milyen gondolatai voltak a barátjáról, mielőtt megtudta a hírt, és milyen gondolatai voltak utána? Előtte csak szeretetteljes gondolatai voltak vele kapcsolatban. A szeretetteljes gondolatok alapvetően szabad gondolatok, azaz megfelelnek a lelki szükségleteinknek. Minden szabad gondolat olyan döntésekhez vezet, amelyek a testnek megfelelő elektromos impulzust váltanak ki, és pozitív érzelmet eredményeznek a limbikus rendszerben. Ez a fizikai megerősítése annak, hogy az elektromos impulzus megfelelő volt a test számára, és



információt ad a léleknek: „Csak így tovább!” A szeretetteljes gondolkodás nem válthat ki rendellenességet, és ezért nem is okozhat betegséget a testben.

Most azonban a nő megkapja a rossz hírt a barátja hűtlenségéről. Ez az információ sérti a lélek hűségre, őszinteségre és igazságosságra való igényét. Mert ha a férfi megcsalja, nemcsak a hűséget szegi meg és nem őszinte, hanem igazságtalanságot is elkövet. Hogyan reagál a nő a bizalom megszegésére? Csalódottnak érzi magát, megbántódik, és bosszú-gondolatai is vannak.

Ezek a negatív gondolatok olyan elektromos impulzust generálnak, amely nyilvánvalóan károsítja a testet. Ezek azok a nem szabad gondolatok, amelyeket a lélek gondol, és amelyekkel blokkolja magát. Amikor a lélek foglyul ejti önmagát, olyan döntéseket hoz, amelyek nincsenek összhangban a testtel, és amelyek olyan elektromos impulzusokat váltanak ki az agyban, amelyek nem a test javát szolgálják.

Ez a hibás vezérlés az agy és a hozzá kapcsolódó összes többi szerv károsodásához vezet. Összefoglalva: A negatív és a nem szabad gondolatok mindig nem megfelelő elektromos impulzushoz vezetnek, amely különböző mértékben károsítja a testet.<sup>9</sup>

Általánosságban elmondható, hogy az emberi szükségletet akkor érezzük, amikor valaki olyasmit tesz, ami nem felel meg a lelki szükségleteinek. Ezt a szükséglet-ellenességet úgy fogjuk fel, mint lehetőséget, hogy fellépjünk ellene. Mivel azonban a másik személyt (általában) nem lehet megváltoztatni, ez a törekvés a saját egó bebörtönzését jelenti. Minél inkább ragaszkodik valaki ezekhez a korlátozó gondolatokhoz, annál inkább

---

<sup>9</sup> A gondolatok a limbikus rendszeren keresztül, mint az emberi keringési rendszer következő pontján, impulzusként jutnak el a csontvelőbe. Már bölcs Salamon is azt írta, hogy a szomorú lélek megszártja a csontokat (Példabeszédek 17:22). Tudta, hogy minden testi betegség a csontvelőből ered. Itt termelődik a vér, azaz minden antitest és immunsejt. Minden, ami a csontvelőben történik, a lélek parancsára történik. A csontvelő tevékenysége befolyásolja a test összes többi szervének működését. Az olyan anyagi elemek, mint a levegő, a víz és a táplálék csak a gondolatok után, a tüdőn, a gyomron, stb. keresztül kerülnek be az ember működési körforgásába. Az emberi lény kezdeténél a szeretet áll mint lelki elem, nem pedig a kémia. A szervekből az információ visszaáramlik a limbikus rendszerbe, majd az agykéregbe, onnan pedig a lélekbe, így zárul az emberi lény működési ciklusa.

elszaporodnak, és további megoldhatatlan problémák keletkeznek a lélekben. A páciens egy újabb gondolat fogságába esett, amely már 14 napja gyötörte: „Szeretném megtartani a barátomat, ha garanciát kapnék arra, hogy soha többé nem lesz hűtlen hozzám”. Ezzel lehetetlen helyzetbe került, mert hol van rá garancia, hogy a barátja a jövőben hűséges marad? Ő maga is tudja, hogy nincs ilyen garancia, de mégis ragaszkodik a barátjához, és ha lehet, kényszerítené, hogy hűséges legyen. Ez a kényszer önmagában a fejfájásához vezet.

Most felmerül a kérdés, hogy mi az oka a kapcsolatainknak? Miért lépünk be ezekbe? Az általános meggyőződés szerint azért van szükségünk embertársainkra, hogy kielégítsük lelki szükségleteinket. Ez a páciens is úgy véli, hogy szüksége van a barátjára, hogy kielégítse lelki szükségleteit. Úgy véli, hogy a férfi képes kielégíteni a szeretet, a hűség és a biztonság iránti szükségleteit. Ezért választotta őt, és ezért él vele. A barátja egyáltalán ki tudja elégíteni a szükségleteit? Reális az elvárása? A természet törvényei megengedik-e, hogy az egyik a másikért igyon, egyen vagy gondolkodjon?

Ahogy már sokszor láttam, mindenki önmagával szemben reagál, amikor valaki más olyasmit tesz, ami ellentétes a lelki szükségleteivel. Úgy bántják magukat, hogy észre sem veszik, és nem is akarják. Így van ez ezzel a pácienssel is, aki lelkileg foglyul ejti magát, és saját maga produkálja a fejfájását, mert meg van győződve arról, hogy a barátja hűséggel tartozik neki. Én egyetértettem vele, amíg rá nem jöttem, hogy a lelke ezzel a kéréssel árt a testének, és hogy a természet törvénye nem engedi meg azt, amit ő akar. Csak akkor jöttem rá a tévedésemre, amikor közelebbről megvizsgáltam az egészséget.

Orvosként feltételezem, hogy olyasmit, ami árt a testnek, nem szabad a testtel megtenni. Ha rossz ételt adok a szervezetnek, akkor az negatívan fog reagálni rá. Ha a test negatívan reagál a gondolataimra, akkor azok nem lehetnek jók. Akkor meg kell változtatnom ezeket a gondolatokat, ahogyan a testre káros ételekkel is teszem.

Mi az a gondolati hiba, amit ezután minden későbbi betegnél fel tudtam ismerni? Egy tudattalan önbecsapásban rejlik, amelyet nem tekintünk hazugságnak. És mivel ez mindannyiunkban közös, mindenki a saját ellensége, és önmagát teszi tönkre, amikor a szerettei, azok, akik

gondoskodnak róla, nem azt teszik, amit kellene, vagy amikor meghalnak. Ez a tudatalatti önbecsapás ismeretlen maradt volna számomra, ha nem a betegséget és a természet törvényét vettem volna mércéül.

## 8. A hazugság, ami állandóan elkísér minket

Amikor elkezdtem beszélgetni a betegeimmel, észrevettem, hogy ugyanaz a belső meggyőződésük van: Szükségem van arra, hogy szeressenek. Úgy tűnik, az emberek azt gondolják, hogy a „szeretve lenni” kielégíti a szükségletüket. Minden páciensem története a szeretet körül forgott így vagy úgy, mindig ugyanazon gondolat körül: *Engem nem szeretnek.*

A következőkben néhány olyan valós esetet szeretnék leírni, amelyek jól szemléltetik a szeretet elvárását.

**6. eset:** Egy fiatal nőbeteg három napja nem tudott nyelni vagy enni. Fizikai rendellenességet azonban nem tudtam kimutatni. A nő két éve volt házas. Nagy problémája a férje takarékoskodó magatartása volt. Eleinte nem akart nászútra menni, de a nőnek csak sikerült meggyőznie. Amikor a fiatal nő első este kicsinosította magát a szállodában, és várta, hogy férje elvigye vacsorázni, a férfi azt mondta: „Gyere, menjünk el a szupermarketbe, és vegyünk magunknak valami ennivalót”. Nem igazán romantikus, ugye?

A nő tehát egy fősvény férfihoz ment feleségül, aki ott spórol, ahol csak tud. Még a nászútja alatt öngyilkosságot kísérelt meg a szálloda medencéjében. A nálam tett látogatása előtt ismét történt valami, ami azt mutatta, hogy a férje az elmúlt két évben semmit sem változott.

Minden ember problémája abból fakad, hogy azt hiszi, mások nem szeretik őt. Miért haragszik egy anya, ha a fia nem szedi el az asztalt, vagy nem mosogat el? Azért bosszankodik az anya, mert nem tud elmosogatni? Ő maga hosszú évek óta azt teszi. Azért bosszankodik, mert tudat alatt azt gondolja, hogy a fia nem szereti és nem becsüli őt, mert különben nem hagyná rá a mosogatást. Majdnem minden párkapcsolati könyv azt mondja: „Szükséged van arra, hogy szeressenek, ez egy adok-kapok.” Ez a hazugság, hogy valaki másnak kellene törődnie a szükségleteinkkel, végigkíséri az életünket, és megnehezíti azt.

Ez a tévedés egy másik hazugságra ad okot: „Mások nem tehetnek velem

semmi rosszat”. Ez azt jelenti, hogy mások nem hazudhatnak *nekem*, nem csaphatnak be, nem verhetnek meg, nem lophatnak tőlem, stb. Volt egy figyelemre méltó esetem ezzel kapcsolatban a praxisomban.

**7. eset:** Egy páciens nagyon dühös volt a férjére, mert tudta, hogy a férjének házasságon kívüli viszonya van. A nő többször megvádolta a férfit ezzel, aki mindig tagadta, míg egy nap mégis beismerte a viszonyt, és el akart válni. A beteget kevésbé bosszantotta, hogy a férfi mással találkozzat, mint az, hogy ilyen sokáig hazudott neki. Megkérdeztem tőle: „Ki vagy te, hogy a férjed őszinteséggel tartozik neked”.

Vagy egyáltalán: Ki vagyok én, hogy bárki tartozik nekem valamivel? Mások hazudhatnak nekem és becsaphatnak engem? Megverhetnek vagy ellophatnak tőlem valamit? Nos, *megtehetik*, még akkor is, ha ezzel minden bizonnyal megszegik az állam törvényeit. Abban a pillanatban, amikor nem tudom elviselni mások cselekedeteit, vagyis amikor megpróbálom elvenni mások jogát arra, hogy azt tegyék, amit akarnak, bebörtönzöm magam, és nem érzem jól magam.

Két egyszerű kérdés világossá teszi, hogy milyen logikátlanul ítéljük meg mások szeretetét. Amikor megkérdezem a pácienseimet: „Tud-e valaki gondolkodni ön helyett?”, mindannyian helyesen válaszolnak: „Nem”.

De ha egy kicsit másképp teszem fel a kérdést: „Szüksége van arra, hogy szeresse valaki?” Mindenki azt válaszolja: „Igen!” Ez nem logikus. Ha valóban szükségem van arra, hogy valaki más szeressen, akkor *valaki másnak* kell *tudnia szeretetteljes gondolatokat gondolni helyettem*. Tehát a pácienseim válaszai azokra a kérdésekre, amelyek tulajdonképpen ugyanazt jelentik, ellentmondásosak. Az emberek gyakran nem is ismerik el, hogy mennyire ellentmondásos a más emberek gondolatairól alkotott véleményük.

## A hazugság, amely állandóan kísér minket

TUDATALATTI

TUDAT

A HAZUGSÁG



ISTEN VAGYOK

ISMERETLEN  
IDENTITÁS

Másoknak szeretniük kell engem

Másoknak nem szabad semmi rosszat tenni velem  
(hazudni, becsapni, megütni, meglopni, stb.)

Mások jelentik a problémát számomra  
(szülők, házastárs/élettárs, gyerekek, stb.)

Miért akarja mindenki, hogy szeressék? És miért van mindenki meggyőződve arról, hogy felnőttként azért sérült, mert az édesanyja nem szerette őt gyerekkorában?

Az egyik páciensem, aki több mint 40 éves volt, hátrált, amikor megpróbáltam belenézni a fülébe. Megkérdeztem tőle, miért fél ennyire. A férfi azt válaszolta: „Mert a szüleim nem szerettek!” Tényleg azért félünk 40 évesen, mert a szüleink nem szerettek minket? Nem látjuk, hogy nem számít, hogy mások mit tesznek vagy nem tesznek, amikor a szükségleteink kielégítéséről van szó. Csak az a döntő a szükségleteink és az életünk szempontjából, amit mi teszünk.

Az az elképzelés, *hogy szeretve kell lennem ahhoz, hogy lelki szükségleteim ki legyenek elégítve*, hazugság, egyszerűen azért, mert ez lehetetlen. Senki sem tudja kielégíteni a fizikai és lelki szükségleteimet. Testünk ezt az önbecsapást negatív érzelmek és betegségek révén mutatja meg.

A testünk a legjobb mutatója annak, hogy lássuk, hogy egy gondolat igazság vagy hazugság. A testnek nem lehet hazudni, az toleranciával reagálhat, de mindenképpen reagálnia kell. A testünknek többek között elektromosságra van szüksége a működéshez. Ezt az áramot az emberi lélek hozza létre. De a léleknek is megvannak a maga igényei, amelyeket először ki kell elégítenie. A

lélek önmagában üres, mielőtt információt szívna magába. Ahhoz, hogy szükségleteinket kielégíthessük, e három kérdésre kell választ kapnunk: Kinek? Hogyan? és Honnan?

Ki a felelős a gyomrom megtöltéséért? Csak én vagyok 100%-ban felelős, mert senki más nem lehet helyettem. Az evés azt jelenti, hogy a test táplálékigényét azzal elégítjük ki, amit előzőleg a természetből vettünk. Amikor eszünk, az élet törvényével összhangban először *vennünk kell, hogy adhassunk*.

Most lépünk át a lelki szintre. Ki a felelős azért, hogy a lelkem elegendő szeretetet kapjon? Ki a felelős azért, hogy az „megteljen”? A fizikai szükségletekhez hasonlóan 100%-ban én magam. Hogyan kellene ezt megtennem? Az emberi lény felépítése megmutatja, hogy a felebarátunk felé irányuló szeretetteljes gondolatok szükségesek ahhoz, hogy a test számára megfelelő elektromos impulzusokat generáljunk. Ezt az információt azonban először fel kell venni, hogy továbbadhassuk.

Az ember azonban elméjének tévedésében nem látja, hogy a szeretetnek is két cselekvése van. Azt hiszik, hogy a szeretet *csak* adás. A valóságban azonban világossá válik, hogy ha nem tudok szeretetteljes gondolatokat adni a másik embernek, mert ő nem felel meg az igényeimnek, akkor végső soron tőle veszem az információt, és pontosan azt adom vissza, amit kaptam. Ha a másik ember diszharmonikus vagy dühös, akkor én is az leszek. Ha a másik személy szeretetteljes, akkor általában szeretettel válaszolok, és jól érzem magam. Mert amíg szeretetteljes gondolatokat gondolok, addig az általuk kiváltott elektromos impulzus megfelel a fizikai szükségleteimnek, és nem árt nekem.

A *vevés és adás* elve a gondolatra is vonatkozik. A szerető gondolat az adás. Honnan tudok előzetesen venni? Miért nem tudok egyszerűen ilyen gondolatokat gondolni azokról, akik nem szeretnek engem? Mert a lélek mélyen és szilárdan meg van győződve abban a tévedésben, hogy szükséglete csak akkor elégül ki, ha a másik ember ad neki valamit. Ez azt eredményezi, hogy mindannyian mások cselekedeteire összpontosítunk.

A szavak nem mindig döntőek. Még az a szó is, hogy „Szeretlek” dühöz és stresszhez vezethet, ha valaki olyan mondja, aki tegnap megütött. Hogyan

reagálsz és hogyan érzel ilyenkor? Olyan szép szavak hangzottak el. De ha a szavak nem hihetőek, akkor szeretetlen gondolatokkal reagálsz. Ez olyan elektromos impulzusokat hoz létre, amelyek negatív érzelmeket váltanak ki.

Ez világossá teszi, hogy az érzések *nem* abból fakadnak, amit valaki más tesz, hanem kizárólag a saját reakcióból.

Akkor miért nem tudok (általában) pozitívan reagálni a másik negatív viselkedésére? Miért nem vagyok képes tárgyilagos maradni, hanem fel kell háborodnom és rosszul kell éreznem magam? Mert a szívünkben lévő tévedés tudat alatt elhiteti velünk, hogy a másik ember tartozik nekünk valamivel – ha nem is szeretettel, de legalább kedvességgel.

Az a gondolat azonban, hogy szeretve kell lenni, nem működik, mert a törvény kizárja. Egy olyan funkció, amely engem érint, nem történhet rajtam kívül. Senki sem adhat valamit valakinek, ha előzőleg nem kapja azt. Mindannyian hatással vagyunk másokra, és fordítva, más emberek hatással vannak ránk. Az azonban, hogy valaki reagál-e egy másik ember „karizmájára”, csakis rajta múlik. Mindegy, hogy mit kínálnak fel neked – jót vagy rosszat –, ha nem fogadod el, nem történik semmi.

*Az elfogadás és az adás törvénye szerint* valahonnan el kell vennem a szeretetet, mielőtt továbbadhatnám. Ha nem tudom szeretni azt a személyt, aki nem szeret engem, akkor egy dolog világossá válik: ez a személy valójában az, akitől szeretetet veszek vagy akarok kapni. Tehát őket használom a szeretet forrásaként.

Ha megértjük az emberi lény felépítését, akkor a törvény abszolút és megbízható mértéket ad az ok és okozat viszonyára. A világegyetem minden funkciójának alaptörvényével és az emberi lény felépítésével szinte minden dolog az életben kategorizálható, besorolható és megmagyarázható, hogy miért történik vagy miért nem történik. Az embereknek megvan az az előnyük, hogy képesek reflektálni, elmélkedni. Ez lehetővé teszi számukra, hogy észrevegyenek dolgokat önmagukról és elgondolkodjanak azokon.

## **9. Önmagunk megismerése az első és legnehezebb lépés az igazság felé**

Mi a legfontosabb tudás, amit el kell sajátítani? Nem az önismeret? Meggyőződésem, hogy az emberiség legnagyobb katasztrófája az, hogy mélységesen tudatlanok vagyunk a természetünkkel kapcsolatban. Hogyan gondolkodom? Hogyan keletkeznek az érzéseim és érzelmeim? Miért reagálok úgy, ahogyan reagálok? Ha az emberek ismernék önmagukat, nem hagynák magukat becsapni mások által. Az önismeret birtokában tudnánk, hogy kik vagyunk, mit tehetünk és érhetünk el, és mi az, ami lehetetlen számunkra. De sajnos az emberek nem ismerik önmagukat. Egyetlen iskola vagy egyetem sem tanítja meg nekünk az igazságot önmagunkról.

Amikor elkezdtem beszélgetni a betegekkel az élettörténetükről, észrevettem, hogy az emberek félreértékelik magukat. A történeteikből könnyen kiderült, hogy hamis önképük van. Fel kellett tennem magamnak a kérdést: vajon én is ilyen rosszul látom magam? Nagy nehézséget okoz, hogy nem ismerjük önmagunkat. Az önismeret nehéz lehet, de ettől függetlenül elengedhetetlen, hogy megértsük a bennünk zajló folyamatokat, hogy meg tudjuk magyarázni a betegségeket.

A tükörök segítségével önismeretre tehetünk szert. A test számára a tükör az, amit mindannyian ismerünk. Vajon a tükör a valóságot tükrözi? Egy jó tükör pontos tükörképet mutat. De mi a tükör a lélek számára? Hogyan ismerem fel, hogy ki vagyok én mint személy?

Fontos, hogy objektív mércével mérjem magam. Mi áll rendelkezésünkre ehhez?

### Az önismeret eszközei:

A. A test: Az emberi agy és különösen az agykéreg szerkezetét már megvizsgáltuk. Minden testi funkciót az agykéreg irányít az idegek segítségével, amelyek az egész test legkisebb részeit is összekötik. Ez csak azért lehetséges, mert van lelkünk. A lélek és a test úgy működik együtt, mint egy zenész és a zongora. A lélek gondolatokon és döntéseken keresztül

irányítja és küldi az elektromos áramokat a testbe. Mivel egy szervnek nincs más választása, mint a befogadás, az agy csatornaként fogadja ezeket az áramokat, és ennek megfelelően reagál, azaz pontosan a lélek által meghatározott impulzust továbbítja a testnek.

Az első fizikai reakció a limbikus rendszerben zajlik. Az érzelmeken keresztül a hormonok (kémia) egy kezdeti ciklusban jelzik vissza, hogy az elektromos impulzust kiváltó gondolat megfelelő volt-e a test számára vagy sem. Az érzelmekek mindig a gondolatok következményei, azaz hatásai. Az érzelmekek és a gondolatok tehát nem párhuzamosak. Például a félelem gondolata öntudatlanul elterjed, majd a test számára stresszes érzelmeként nyilvánul meg az elektromos impulzusokon keresztül, az azt követő hormonokkal együtt.

Ez azt jelenti, hogy az emberek maguk felelősek azért, amit érzelmeként érzékelnek. Az érzelmekek végső soron a tudattalan gondolkodásunk tükröképei.

A súlyos fejfájással küzdő páciens (5. eset) esetében az érzelmekek azután jelentkeztek, hogy megváltoztatta a barátjával kapcsolatos szeretetteljes gondolatait. A kiváltó ok a barátja hűtlenségéről szóló negatív információ volt, amely nem felelt meg lelki szükségleteinek. A nő ezért a csalódottság, a megbántottság és az esetleges bosszú gondolataiba tévedt. Miután megkapta az információt, a gondolatai már nem voltak szabadok, hanem csapdába estek. Attól a pillanattól kezdve, hogy kényszeresen kezdett gondolkodni és így csapdába esett, olyan döntéseket hozott, amelyek kezdetben negatív érzelmekek váltottak ki a limbikus rendszerben. Ezek a gondolatok nem felelnek meg a test szükségleteinek, ezért helytelen elektromos impulzusokat eredményeznek. Rövid idő után fejfájás jelentkezett további reakcióként.

Mivel a testet a lélek irányítja, a test tökéletes tükrö a léleknek. Objektív és nem tud hazudni, mert csak azt adja tovább, amit kap vagy amit vele tesznek. A test – mint tükör – felfedheti a léleknek az igazságot önmagáról. És mivel a lélek alapvetően csak két csoportba sorolhatja a kapott információt – igazság vagy hazugság –, a test bizonyítja a léleknek, hogy igazat gondol-e vagy hazugságot követ. Ez a folyamat egy fontos objektív mérce, amely segít a léleknek felismerni tudattalan önbecsapását, majd azt az igazsággal

helyettesíteni.

B. A csapdába esett lélek: Amíg az ember olyan információkat kap, amelyek megfelelnek a lelki szükségleteinek, addig szabad marad. Nem kell negatívan reagálnia. Mivel az elvárásai teljesülnek, nincs probléma. Abban a pillanatban azonban, amikor a másik személy már nem azt teszi, amit elvárnak tőle - vagy ami a saját szemszögéből nézve helyes lenne -, kezdődik a probléma.

Amikor kicsi voltam, nagyapámnak volt egy kutyája. Ha cukkoltad, megharapta a saját farkát, és körbe-körbe futott. Biztosan nem bölcs dolog, ha tönkreteszed magad, csak azért, mert mások hibáznak. De pontosan ez az általános folyamat az összes általam vizsgált páciensnél. Még ha mindenkit ismernék is a világon, valószínűleg nem találnék kivételt.

Néhány beteg úgy gondolja, hogy másképp is gondolkodhat. Elkerülhetik, hogy dühösek legyenek. Tényleg megtehetik ezt?

**8. eset:** Egy páciensem 35 év házasság után rájött, hogy férje házasságuk kezdete óta több nővel, különböző helyeken csalta meg őt. Körülbelül három évvel azután, hogy a nő erre rájött, több panasszal kereste fel a rendelőmet. Az egyik ezek közül az alvászavara volt. Azt mondta: „Már nem tudok aludni éjszaka. Ilyenkor kocsikázom, és a csillagokat nézem, miközben azon gondolkodom, hogyan tudnék ebből a helyzetből kilábalni”.

Szabad ez a nő lélekben, vagy csapdába esett? Ki tartja fogva? A nő 35 évig boldog és elégedett volt a férjével. Csak akkor kezdődött el benne a pusztulás folyamata, amikor rájött a megcsalásra. Ki segíthet rajta, amíg nem veszi észre, hogy önmagát pusztítja? Senki sem. Azt hiszi, hogy a férje tettei pusztítják őt. De a férje tette nem ártott neki, amíg ő nem tudott róla. Ez világossá teszi, hogy csak az a mód, ahogyan valamit érzékelünk és kiértékelünk, árthat nekünk.

Amikor rájöttem, hogy minden páciensem önpusztító, megkérdeztem magamtól: Miért teszik ezt magukkal? Természetesen ugyanezt a problémát fedeztem fel magamban is. Ez minden embert érint, mert mindannyian ugyanúgy működünk. Mi tehát a hiba? Hol rontjuk el mindannyian?

A megtévesztés abban áll, hogy a kapott információt igazságnak tekintik.

Amíg az információt nem ismerik fel hazugságként, addig az a megtévesztett személy számára igazság marad. A probléma tehát csak azért következik be, mert a hazugságot igazságként fogadják el.

C. A természet alapvető törvénye az ok és okozat: Nézzük meg a kapcsolatainkban megjelenő viselkedésmintáinkat! Kapcsolataink vannak anyánkkal, apánkkal, házastársunkkal, gyermekeinkkel, háziállatainkkal, stb. Miért vannak ezek a kapcsolataink? Mert szeretjük ezeket az embereket, és adni akarunk nekik valamit? Vagy azért, mert kapni akarunk tőlük valamit, nevezetesen azt, hogy szeretve legyünk? Miért költözött össze a fejfájós nő a barátjával? Miért megy valaki férjhez? Adni vagy kapni akarnak valamit? A szokásos válasz: „Mindkettő!” Igaz ez? A törvényből láttuk, hogy az adás és a kapás egyszerre, ugyanazon a helyen nem működik. Ez nem lehetséges. Ahogyan előre és hátra sem lehet egyszerre menni.

Az emberben lévő hiba egy gondolatot kényszerít rá: *„Függök a szeretettől és a mások cselekvéseitől és lététől (létezésétől).* Valóban így van ez? A problémának két gyökere van. Vagy az emberek nem azt teszik, amit mi helyesnek tartunk és elvárunk tőlük – vagy megteszik, de meghalnak és elvesznek számunkra.

A függőség többnyire nem tudatos gondolatával minden ember, akivel kapcsolatba lépek, az adósommá válik. A kapcsolatot úgy kezdjük, hogy adunk (legalábbis azt hisszük, hogy adunk), és nem úgy, hogy elveszünk. Ez azonban ellentmond a törvénynek. A természetben minden azon elv szerint működik, hogy *veszünk, hogy adhassunk.* Az emberek azonban azt hiszik, hogy először adnak, hogy utána vegyenek vagy kapjanak. Az emberi lélek alapvetően téved, mert azt hiszi, hogy először önmagából ad. Ezért mások tartoznának neki valamivel, és cserébe valamit adniuk kellene neki.

A tévhit miatt mindenki „először” ad, és vár valamit cserébe - még akkor is, ha azt hiszi, hogy nem számít rá. Ha semmi sem jön vissza a másiktól, akkor a negatív gondolatok, amiket róla gondolsz, elárulják, hogy valami nincs rendben.

Összefoglalva, három dolog segít abban, hogy felismerjük önmagunkat:

A. A test megmutatja nekünk az érzelmeinket, a működési zavarokat, a szorongást és mindenféle betegséget.

B. Egy csapdába esett lélek reménytelen kilátásokkal.

Gondolatok, amelyek állandóak és nem hagynak békén.

C. Az ok és okozat alapvető törvénye, amely kimondja, hogy a *vevés* megelőzi az *adást*. Hogy csak az egyén maga tudja kielégíteni szükségleteit, azáltal, hogy kívülről veszi mindazt, amire testileg és lelkileg szüksége van, és azt továbbadja, azaz megvalósítja. Senki sem ihat, ehét vagy gondolkodhat más helyett.

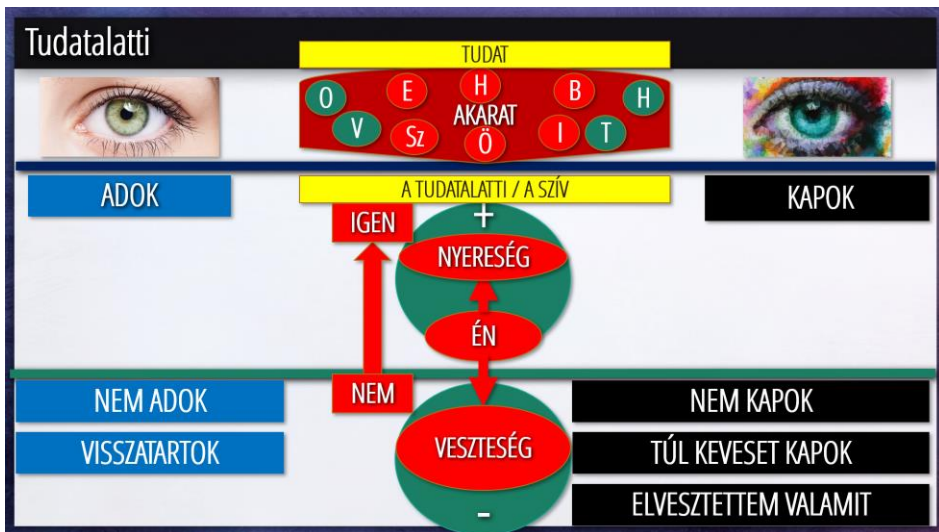
## 10. A tudatalatti – A nyereség- és veszteség-mérlegeink

Amikor feljegyeztem a pácienseim történeteit, kezdetben a panaszaik alapján csoportokra osztottam őket. Össze akartam hasonlítani az azonos panaszokkal - például fülzúgás, szédülés, stb. - küzdő betegeket, mert feltételeztem, hogy a különböző tüneteknek különböző okai vannak. Minden csoportban közös nevezőt akartam találni. Mi a közös a fülzúgással küzdő betegekben? Mi a közös a szédüléssel betegekben? Vannak-e hasonlóságok, és ha igen, melyek azok? Leginkább azok a betegek érdekeltek, akiknek többféle betegségük és tünetük volt. Mi történt az életükben, hogy ennyi betegséget halmoztak fel?

Évekig kerestem a hasonlóságokat a hasonló tünetekkel küzdő betegek élettörténetében. 2007-ben rábukkantam valamire, ami kibővítette az emberekről szerzett ismereteimet: Bármilyen történetet is mesélt nekem egy személy, az negatív volt (mint minden betegségtörténet), és minden a személyes veszteség gondolata körül forgott. Megkérdeztem magamtól: Lehetséges, hogy egyetlen gondolat a kiindulópontja minden problémának és így minden emberi betegségnek?

Hosszú időbe telt, mire teljesen meggyőződtem arról, hogy mi váltja ki a betegségeinket. Egy bizonyos ponton azonban világossá vált számomra, hogy egyedül a személyes veszteség az, ami megnehezíti az életünket. Nem számít, milyen történetet mesél nekem valaki, ha az negatív, akkor az a személyes veszteség gondolatában gyökerezik. Más elvet még nem sikerült találnom. Keresésem során rábukkantam a tudatalattira, amely választ adott az emberi betegségek és problémák okára.

Ahhoz, hogy jobban megértsük a veszteség gondolatát, fontos megérteni a tudatalattit, a lélek funkcionális központját. Annak bemutatására, hogy az emberek hogyan működnek egy központi gondolaton keresztül, összeállítottam egy ábrát. Fent van a tudatos lélek szintje, alatta a tudatalatti lélek, amit én „szívnek” is szoktam nevezni. A tudatos lélek tartalmazza az akaratot. Bizonyos jeleket és információkat érzékelünk. Az ábrán a fizikai szükségletek zölddel vannak jelölve. Az O az oxigént, a V a vizet, a T a



táplálékot és a H a hőmérsékletet jelöli. Az embereknek először tudatosítaniuk kell ezeket a fizikai szükségleteket. Ezután tesznek valamit a kielégítésük érdekében. Az akarat egy képernyőhöz hasonlítható, amelyen a „Cselekvés szükséges!” felirat világít. Tudatosítja: Aha, itt a felhívás a cselekvésre!

A pirossal jelzett lelki szükségletek is érzékelhetőek. Ezek minden emberben jelen vannak, de fontossági sorrendjük egyéni. Mindenkinek van egy fő szükséglete lelki szinten. Az ábrán az Ö-t, ami az összhangot jelöli, középre helyeztem, mert számomra az összhang, a harmónia a legfontosabb lelki szükséglet. Az I az igazságosságot, az Sz a szabadságot, a H a hűséget, az E az elfogadást és a B a biztonságot jelenti. Ahhoz, hogy ezeket a lelki szükségleteket kielégíthessük, tudatosítanunk kell őket, hasonlóan a fizikai szükségleteinkhez. Minden, a szükséglet kielégítésére hozott döntés a tudatalattiban születik. Tehát, *bár* tudatában vagyok a szükségleteknek, a döntés mégis nem tudatosan születik.

A tudatalatti a lélek és a test közötti kapcsolódási pont. Mivel a lélek mindig aktív a test ellátása és irányítása érdekében, minden egyes döntéskor elektromos impulzust vált ki az agykéregben. Egy másodperc alatt több száz döntést hoz. Ezért van az, hogy a legtöbb döntést csak öntudatlanul lehet meghozni.

A léleknek ki kell értékelnie az összes információt, amit a bemeneténél kap, és csak két kategóriába sorolhatja azokat. Mindent vagy „nyereség”, vagy „veszteség”-ként fog fel. A nyereség az, ami kielégíti a lélek és a test szükségleteit. A veszteség ennek az ellentéte, vagyis a szükségletekkel ellentétes. Létezik a nulla vonal is, azaz olyan információ, amely nem jelent sem nyereséget, sem veszteséget, és ezért nem vált ki reakciót. A nulla vonal azért fontos, mert ehhez mérjük a nyereség vagy veszteség mértékét. Ennek az egyszerű kategorizálásnak megfelelően hozzuk meg minden döntésünket, amely csak igent, vagy nemet tartalmaz. Döntéseink előre meghatározottak, „igen” a nyereségre és „nem” a veszteségre. A veszteségre nem mondhatunk „igen”-t. Ellenőrizd magad, pl. miért adományozol egy jó ügynek, vagy miért nem? Minden emberi döntés visszavezethető egy egyszerű “igen”-re vagy “nem”-re.

Mit kell gondolnia valakinek tudat alatt, amikor éhes? Az evést nyereségnek kell tekintenie. Ez a folyamat tudatosan történik? Nem, biztosan nem. Ha valaki előtt van egy kívánatos ennivaló, például többféle gyümölcs, akkor öntudatlanul kiszámolja azt, hogy az egyes gyümölcsök elfogyasztása esetén számára melyik jelent nyereséget és melyik veszteséget. Csak ezután választja ki és eszi meg a gyümölcsöt.

Az emberek mindig nyereség és veszteségben gondolkodnak és így döntenek az “igen”, vagy a “nem” mellett. Minden reklám vagy nyereséget, vagy a veszteség elkerülését ígéri. Senki sem fog reagálni egy olyan hirdetésre, amely azt mondja: „Vásároljon itt, nálam rosszabb minőségű áruk vannak, és túl drágák”. Ezt nem lehet választani. Az embereknek el kell kerülniük mindent, amit veszteségnek látnak, és nemet kell mondaniuk rá. Ezt a folyamatot nem lehet elkerülni.

A léleknek a döntéshozatali folyamatában ki kell zárnia a veszteséget. Addig, amíg ezt meg tudja tenni, nem merül fel benne félelem. Az ember megnyomhatja a féket, ha a közlekedési lámpa pirosra vált, és nem lesznek negatív érzései. Ha azonban megpróbálja irányítani a körülményeket, más embereket, az időt, a pénzt, stb. akkor félelem támad – legalábbis akkor, ha ez nem sikerül. Így azt is megérthetjük, hogy mi a félelem. A szorongás mindig akkor keletkezik, amikor azt gondolom, hogy el kell kerülnöm valamit, ami nem az én irányításom alatt áll. Félni csak a veszteségtől lehet, a nyereségtől

soha nem félünk.

A betegség és az ember minden problémája azért keletkezik, mert azt hiszi, hogy elveszíti a „nem”-et mondás lehetőségét (a veszteség elkerülésének képességét). Az emberek felépítésükből eredően arra vannak beállítva, hogy mindig nemet mondjanak a veszteségre és mindig igent a nyereségre. Ez a működésük része. Bármilyen veszteséget, vagy akár csak a veszteség várását, vagy az abban való hitet sem fogadják el. A személyes veszteséget nem lehet elfogadni, és azt a személyt, aki úgy hiszi, hogy személyes veszteség érte és annak éli meg azt, idővel megtöri és megbetegíti. Ez attól is függ, hogy az egyes emberek mekkorának érzik a veszteséget. A nagy személyes veszteség súlyos érzelmeket okoz és idővel súlyos betegséghez vezet. Az alacsonyabb személyes veszteség kevésbé erős érzelmeket és betegséget okoz. A személyes veszteség szintje minden egyénnél más és más. Ugyanazt a veszteségtörténetet nagyon különböző súlyossággal lehet érzékelni és megélni. Az intenzitás szubjektív és egyéni, de a döntések mechanizmusa minden embernél azonos.

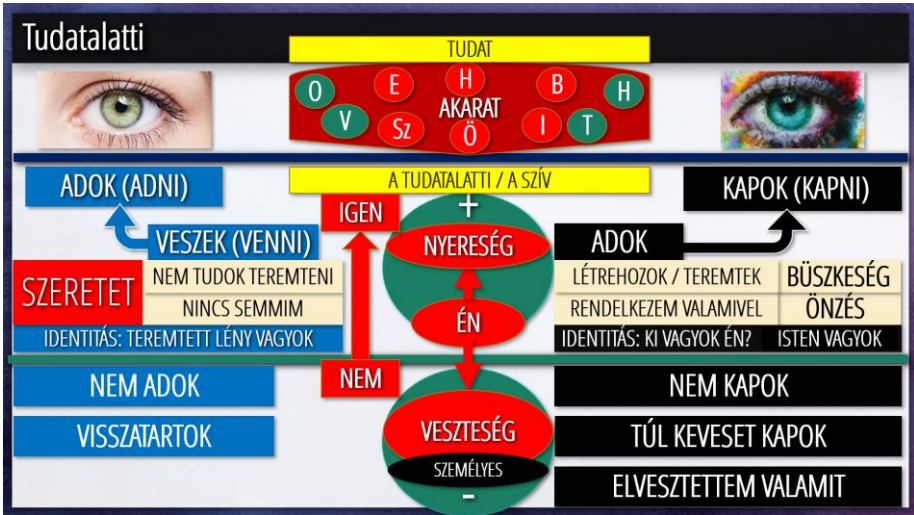
Néhány ezredmásodperc alatt kiértékeljük a kapott benyomásokat és a nyereségre és veszteségre vonatkozó információkat. Ezt például olyan szerencsejátékosok agyhullámaiban mérték, akiknek döntéseket kellett hozniuk.<sup>10</sup> Minden információt és észlelést a nyereség, vagy veszteség kategóriájába sorolunk. Pusztán az a tény, hogy az emberek úgy gondolják, hogy nem tudják elkerülni a személyes veszteséget, vezet minden olyan problémához, amellyel az emberek szembesülnek.

Amikor rájöttem, hogy az ember minden problémája abból *a meggyőződéséből* ered, hogy mások személyes veszteséget okozhatnak neki, megkerestem ennek az elképzelésnek az okát. A lélek szemléletében találtam meg, amelyet a két szemmel ábrázolok. Mielőtt valamit nyereségként vagy veszteségként kategorizálnánk, van egyfajta szűrő: a nézőpont. Ezt jelképezi az illusztráció felső sarkában lévő két szem. A léleknek van egy (lelki) szeme, amelyen keresztül néz mindent. A dolgokat csak kétféleképpen lehet

---

<sup>10</sup> Fehr, T., Herrmann, M., Meyer, G., Miedel, S., (2010). A problémás szerencsejáték neurobiológiai összefüggései egy kvázi-reális póker szituációban, amint azt az MRI feltárta. Pszichiátriai kutatás: Neuroimaging. 181, 165-173

szemlélni és ennek megfelelően értékelni.



Az ábrán jobb oldalt levő szemmel a lélek a szükségletének megszerzésében látja a nyereségét. Ha a szerzést nyereségnek tekintjük, akkor a veszteség a szerzés ellentéte kell, hogy legyen, azaz *nem kapja meg, nem kap eleget, vagy elvesznek tőle valamit*. Ezzel szemben az ábrán balra oldalt levő szemmel a lélek az *adásban* látja a nyereséget. Akkor ennek az ellentéte, vagyis *a nem adás vagy megtartás* a veszteség.

Ezen a ponton emlékeztetnünk kell magunkat a világegyetem alaptörvényére, amiről a 2. fejezetben beszéltünk. Ott megvizsgáltuk *a venni, hogy adjunk* átfogó elvét, ami minden elemre vonatkozik, mert minden egy csatorna működéséhez hasonlóan működik. A *visszatartás* nem felel meg ennek az egyetemes elvnek (a tüdő nem tartja vissza az oxigént, stb.). A törvény nem engedi meg, hogy megtartsuk a bevitt dolgokat.

Melyik szemmel látjuk a dolgokat olyannak, amilyenek, és melyik szemmel csaljuk meg magunkat? Melyik szemünk helyezi a „nem”-et oda, ahonnan nem lehet venni az embertől? A bal oldali szem biztosítja az embereknek azt a képességet, hogy bármilyen körülmények között mindig képesek legyenek végrehajtani a „nem” döntésüket. A nyereség és a veszteség kizárólag az én cselekedeteimben vagy cselekvésem megtagadásában rejlik. A vevés, az adás és a visszatartás mindig az én cselekedeteim.

De a jobb oldalon lévő kaméleonszerű szem nézőpontja megtéveszt, becsap. Ez a szem azt sugallja, hogy a megszerzésből *nyereség*, a meg nem szerzésből pedig *veszteség* származik. Ez azt jelenti, hogy a szem mindig azt figyeli, amit mások feltehetően jól vagy rosszul tesznek – és azt, amit nem csinálnak. A hangsúly nem a saját cselekvéseiden van, hanem mások cselekedetein. Ezzel a nézőponttal teljesen függővé válsz másoktól, hogy kielégítsd saját lelki szükségleteidet.

Egyszerre lenyűgöző és ijesztő látni, hogy mindketten folyamatosan a másikkal vannak elfoglalva, hogy kielégítsék lelki szükségleteiket. Kiről beszélnek a házastársak szinte kizárólagosan, amikor tanácsadásra jönnek? A hangsúly teljesen a másik személyen van. Mindig a partnerük rossz viselkedéséről beszélnek.

Az a helyzet, amikor valaki egy másik személyt akar irányítani, csak abból a szándékból fakad, hogy a másik személy ne okozzon neki veszteséget. Ebből származik minden ellenőrzési és felügyeleti mechanizmus.

A dolgok szemléletének csak ez a két módja van. Vagy az, hogy az emberek maguk döntenek az igen és a nem kérdésében. Mivel senki más nem gondolkodhat helyette, nyilvánvaló, hogy az „igen” és a „nem” az ő választása.

Vagy van egy ellentétes gondolkodásmód, amelyben mások olyan veszteséget okozhatnak neki, amelyet nem tud elkerülni. Amíg az ember nyereségben van, és azt kapja, ami megfelel az elvárásainak, addig jól érzi magát, és nincs problémája. De ha 35 év után kiderül, hogy a házastárs megcsalta, és amit korábban nyereségnek látott, az most hirtelen úgy tűnik, *hogy nem kapja meg/elveszik tőle*, akkor ez egész életére teherré válik. Mert az uralkodó gondolat: a másik ember veszteséget okozott nekem.

Ebben a rendszerben van egy kritikus pont. A döntő tényező az, hogy az illető személy szerint *személyes veszteségről* van-e szó. Ha egy negatív esemény a személyes kapcsolatainkon kívül történik, például egy gyermek halála vagy bántalmazása, akkor az bizony veszteség, igazságtalanság, rossz dolog. A döntő tényező abban, hogy ez tartósan hat-e az illető elméjére, az, hogy személyes veszteségként értékeli-e azt, vagy nem személyesnek. Ha az 5. esetben a fejfájós fiatal nő dühös a hűtlen barátja miatt, akkor kétségtelenül

személye elleni támadásnak tekinti ezt a tettet. Azt gondolja: „ő tette ezt *velem*”. Ha azonban úgy gondolná, hogy a barátja nem személyesen vele tette, akkor a problémája megoldódna.

Igen, a barátja bizonyára valami rosszat tett. De vajon tényleg személyesen tett vele valamit? Valóban volt a nőnek kötelező érvényű igénye a férfi hűségére? Honnan származik ez az elvárás másokkal szemben?

A válasz keresése során az emberi elme legmélyebb részébe - az identitásába - botlottam. Mit gondol az ember arról, hogy ki is ő valójában?

## 11. Teremtő vagy teremtmény – az ember valódi identitása

Minden páciensem szüleivel, partnereivel, gyermekeivel, testvéreivel, barátaival, stb. szemben támasztott elvárása arra utal, hogy az egyén a másik fölé emelkedik. Ez azt jelenti, hogy minden követelés abból a feltételezésből fakad, hogy a másik személy tartozik nekem azzal, hogy kielégítse az én igényeimet. Ez automatikusan az én alattvalóimmá teszi őket, akiknek a rendelkezésemre kell állniuk, hogy kielégítsék az én szükségleteimet. A jól ismert emberi motiváció – az önzés és a büszkeség – alapján láttam, hogy honnan ered ez a felsőbbrendűségi igény.

Az önzés mögött az a meggyőződés áll: „Nekem van tulajdonom.” Ez azt jelenti, hogy valami személyesen hozzám tartozik. A büszkeség abból a meggyőződésből fakad, hogy „képes vagyok teremteni”. Ez azt jelenti, hogy képes vagyok magamból kihozni valamit, és továbbadni másoknak. Ezzel a hozzáállással az emberek mindig először adnak, és cserébe mindig kapni akarnak valamit. Még ha tudatosan azt gondolják is, hogy nem várnak semmit cserébe, ez önbecsapásként nyilvánul meg, például az emberek dühösek lesznek, ha nem kapnak egy egyszerű „köszönöm”-öt.

Mivel minden a személyes veszteség körül forog, és ez a gondolat tönkreteszi az ember testét, feltettem magamnak a kérdést, hogy valóban lehet-e az embernek személyes tulajdona? Sok emberrel beszéltem a legrosszabb tapasztalataikról. Voltak, akik elvesztették gyermeküket, vagy gyermeküket bántalmazták. Bár sok év telt el az esemény óta, a szülőket még mindig terheli és bántja a fájdalom – és a testi betegségeik is fokozódtak.

Fentebb a testet az önismeret segédeszközeként, tükörként írtuk le. Bármilyen, ami azt tönkreteszi, azaz megbetegíti, nem lehet helyes. Ez a lelki szinten is érvényes, még akkor is, ha a lélek azt helyesnek tartja. Így a személyes veszteséget helytelen elvnek kell tekinteni, pontosan azért, mert tönkreteszi a testet és bebörtönzi a lelket. De honnan származik ez a súlyos, mindent tönkretevő gondolkodási hiba?

A léleknek minden eseményt ki kell értékelnie. Ha egy gyermeket a

tulajdonának tekint, és az esetleg természetellenes körülmények között meghal, akkor a lélek a testet elpusztítja, mert nem képes elfogadni egy személyes veszteséget. Nem tud veszíteni. Az ember egyszerűen nem képes igit mondani a személyes veszteségre.

Felmerül tehát a kérdés: Jogos-e a tulajdonjog iránti igény? Miért nem lehet az embernek, még ha másként is gondolja, tulajdona? A válasz egyszerű: mert nem tud semmit létrehozni. Csak akkor lenne valóban a tulajdona, ha képes lenne valamit létrehozni. Mivel azonban minden – az embert magát is beleértve – csatornaként működik, nem tud semmit megteremteni. Az ember képes összeállítani dolgokat, megvan a képessége arra, hogy összeszereljen dolgokat, vagy szétszedjen, hogy képzeletével összerakjon valami szépet, hogy fessen, stb. Ez azonban nem azonos a teremtéssel, mert az emberi erőfeszítés minden eredménye abból származik, ami már megvan, és ami már létezik, azt csak alkalmazzák, kivitelezik. A gyermek is a szülőkön keresztül jön létre, de nem a szülőkből. Az ember azonban tévedésében azt hiszi, hogy képes dolgokat teremteni – még az életet is –, és hogy a gyermek tőle származik.

Így a test betegsége, a bebörtönzött lélekkel együtt, bizonyítja, hogy az ember téved, amikor azt gondolja, hogy valami az övé. A természet alapvető törvénye is bizonyítja, hogy semmi sem a sajátja. Az ember azon állítása, hogy önmagaé, hogy teste és élete személyesen az övé, egy önámításból fakad, amelyet le kell lepleznünk.

A lélek hamis indítékából fakadó második gondolat szerint a lélek önmagából képes valamit létrehozni. Az ember mely szükségleteit képes valójában saját maga kielégíteni? Nézzük meg újra az alapvető emberi szükségleteket. Az oxigén szükségletünk egyértelműen mutatja, hogy mennyire függünk a környezettől. A *veszek, hogy adjak* elve szerint az embernek a levegőből kell beszereznie a szükséges oxigént. Ugyanez vonatkozik a vízre is. Víz nélkül az ember nagyon hamar meghal. Az ember nem tud élelmet sem előállítani, csak akkor tudja elkészíteni, ha előbb beszerezte azt a természetből.

Tagadhatatlan, hogy a szeretet egy alapvető szükséglet. Az emberi élet minden pillanata a szeretet körül forog. Ezért fontos megkérdezni, honnan származik a szeretet? Világos kell legyen számunkra: ha a szeretet a lélek szükséglete, akkor az csak információ lehet. Az olyan lelki szükségletek, mint

a szeretet, az igazságosság, a szabadság és a biztonság, lelki információk. Nem elektromágneses hullámok formájában létező energia, hanem szavakban vagy képekben kifejezett, tisztán lelki információk. Nem mérhető vagy érzékelhető energia. Csak miután a lélek feldolgozza őket, a lélek döntései alakítják ezeket konkrét elektromos impulzusokká (energiává) az agykéregben, amelyek fizikailag mérhetőek a testben és a testen.

Tudnak-e az emberek szeretetet, azaz a nekik feltétlenül szükséges lelki információt előállítani maguknak? Ők az információ termelői vagy felhasználói? Fizikai szinten kétségtelen, hogy az eszközöket csak alkalmazzák, de nem hozzák létre. Lelki szinten ezt is fel kell ismernünk: Az információt a lélekben úgy alakítjuk át, ahogyan a test a kémiát alakítja át. Megfigyelhetjük, hogy a média csak azért tudott ilyen erősen fejlődni, mert a lélek telhetetlenül követeli az információt. A gyermek már egészen kicsi korától kezdve lenyűgözve ül a képernyő előtt, és magába szívja az információkat. Ha a szülők ma csendben akarják tartani a gyerekeiket, akkor ezt nagyon jól meg tudják tenni egy mobiltelefonnal vagy más képernyővel. A gyerekek még étel nélkül is meglepően hosszú ideig képesek megenni.

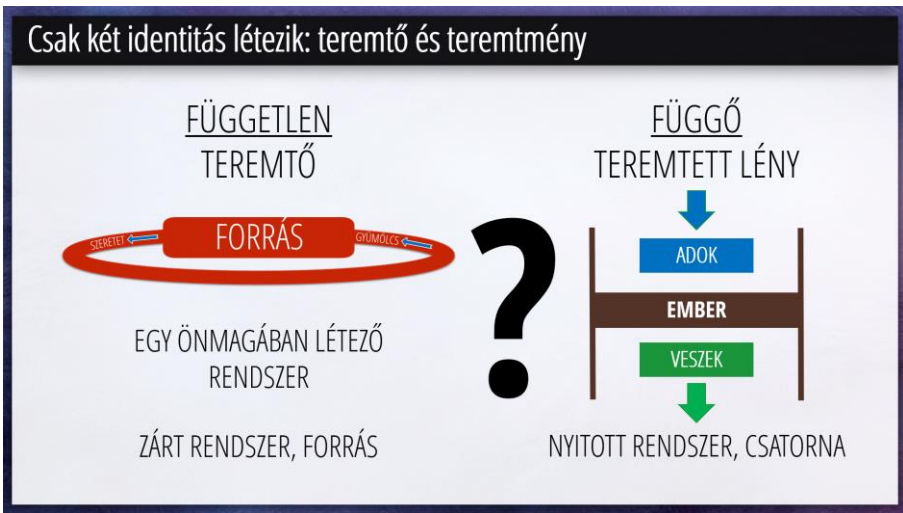
A lélekben rejlő tévedés miatt az emberek azt hiszik, hogy valóban képesek információt – beleértve a szeretetet is – létrehozni. Majdnem minden páciensem igennel válaszol arra a kérdésre, hogy vajon képesek-e maguk is a szeretetet mint olyat előállítani. Ha ez így lenne, akkor a szeretet nem lenne alapvető szükséglet. Akkor mindenkinek meg lenne a saját szeretet-forrása önmagán belül, ahol szeretetet hozna létre, és élne belőle.

Az a tény azonban, hogy mindenki a szeretetet keresi, és mindenekelőtt azt akarja, hogy valaki más szeresse, azt mutatja, hogy nincs bennük szeretet. A törvény szerint a szeretetet először fel kell venni, fel kell dolgozni és tovább kell adni. Egy csatornában csak forgalom van, de nem benne termelődik az anyag, amit szállít. Egy csatorna mindig csak olyasmit ad tovább, amit előzőleg felvett és feldolgozott. Az emberek nem tudnak semmi újat létrehozni. Meg kell értenünk, hogy még amikor házakat és repülőgépeket építünk, akkor sem hozunk létre semmi újat, hanem meglévő anyagokból rakunk össze dolgokat. Lelkünk sok rendkívüli képességgel van felruházva, de nem lehetséges számunkra, hogy akár egyetlen alapelemet is a semmiből előteremtsünk.

Az embernek az a (hamis) meggyőződése, hogy képes valamit birtokolni, vagy akár létrehozni, valamilyen forrásból kell, hogy származzon. És ez a kiindulópont az ő identitása. A „Ki vagyok én?” az, amit az elme minden információ feldolgozásához használ.

A mi világunkban alapvetően csak két azonosságtudat létezik. Az ember vagy teremtmény, azaz csatorna, vagy teremtő, azaz forrás, tehát isten. Az emberi lélek tehát kinek hiszi magát? Vagy azt hiszi: „teremtmény vagyok”, vagy azt hiszi: „Teremtő vagyok”, azaz isten.

A Teremtő olyan rendszer, amely önmagában létezik. Nincsenek szükségletei, mert Ő maga az eredet. Ő mindennek az oka, és azért az eredet, mert egy eredetnek nincs oka, különben az is hatás lenne. Ez az eredet önmagában áll, és nem igényel befogadást – a Teremtőnek nincsenek szükségletei. Ő táplálja és ellátja mindazt, amit teremtett, saját akaratából.



Ezzel szemben egy teremtett lény, a meghatározás szerint, mindig csatornaként van felépítve. Először mindig vennie kell ahhoz, hogy adni tudjon. Ez azt jelenti, hogy kivétel nélkül minden teremtménynek nyitott rendszerként kell működni, és abszolút függőnek kell lennie. De melyik oldalra tartoznak az emberek? Kétségtelen, hogy az ember csatornaként működik és teremtmény. Fizikai szinten ez mindenki számára gyorsan elfogadható, de lelki szinten az ember nem látja a hibáját.

Az emberi lélek tévedésében azt hiszi, hogy ő maga egy isten. Azonban minden beteg, akivel erről beszélek, azonnal azt mondja: „Doktor úr, én még soha nem gondoltam ezt!”. Ez a tudatos gondolkodásra igaz is lehet. De rá kellett jönnöm, hogy a praxisomban csak „istenek” vannak mint pácienseim. Mindig a betegnek embertársaival szemben támasztott elvárásai vezetnek a szorongáshoz és ennek következtében a betegséghez. Ezek nélkül az igények nélkül a lélek szabad lenne, és így a test is mentes lenne a betegségtől.

Orvosként azzal a kihívással szembesülök, hogy be kell bizonyítanom a betegnek, hogy ő magában istennek tartja magát. Még akkor is, ha ez csak tudat alatt történik, vagy nem veszik észre: minden probléma abból fakad, hogy az emberek magukat mások fölé emelik.

Egyértelmű bizonyíték van arra, hogy az ember így gondolkodik: „Én isten vagyok”. Az ember belső hozzáállása a viselkedésében is megmutatkozik. Ott van a mások feletti hatalom gyakorlása. Az ember már az anyaméhben elkezdi hatalmat gyakorolni mások felett. A következő hatalmi harc pedig a születéskor kezdődik. Ki az erősebb, az anya vagy a gyermek? A hatalomgyakorlás abból az elképzelésből fakad, hogy az egyik magasabb rendű lény, mint a másik. Ha egy szinten vagyok a másik emberrel, eszembe sem jutna hatalomra törekedni. Ha a másik személy nem hoz nekem hasznot, vagy nem tud veszteséget okozni nekem, akkor nincs szükségem arra, hogy hatalmat gyakoroljak felette.

Talán hallottál már arról a híres kísérletről, amelyben néhány diákot bebörtönöztek nyilvánítottak, míg más kísérleti alanyok teljes hatalmat kaptak a foglyok felett, mint őrök. Rövid időn belül a normális emberek vadállatokká váltak. A kísérletet néhány nap után idő előtt le kellett állítani, mert az őrök minden ok nélkül kínozni és gyötörni kezdték a foglyokat.<sup>11</sup> Mindenki, aki hatalmat kap, előbb-utóbb megváltoztatja viselkedését, visszaél a hatalmával, és nem hajlandó lemondani róla. Csak akkor tud valaki tekintéllyel felruházva is megfelelően bánni a hatalommal, ha sikerül megszabadulnia a hamis identitás téveszméjétől.

A mások feletti irányítás gyakorlása felfedi a belső hozzáállásodat. Senki sem

---

<sup>11</sup> Banks, C. W., Haney, C., Jaffe, D., Zimbardo, P. (1971): Börtön kísérlet a Stanfordin: A bebörtönzés pszichológiája - szimulációs tanulmány. A kísérletet a Stanford Egyetemen végezték 1971 augusztusában.

szereti, ha mások irányítják. Ennek ellenére sokan törekszenek arra, hogy másokat irányítsanak – nagyon különböző módon. Az egyik ember kamerát szereltetett a felesége autójába, hogy biztos lehessen benne, hogy a felesége nem csalja meg.

Mások ellenőrzik partnerük vagy gyermekük mobiltelefonját. Természetesen mindenki a jót akarja, de a jót önmagának.

Az emberek bíróként is fellépnek, és szeretnek ítélkezni mások viselkedése felett. Ki a mércéjük az ítélkezéshez? Természetesen csak a saját személyük.

Az emberek követelik az istentisztelet különböző formáit. Úgy gondolják, hogy joguk van dicséretre, köszönetre, tiszteletre vagy elismerésre a másik féltől. Ezért elvárják és megkövetelik azt.

**Bizonyíték arra, hogy az ember azt gondolja: "Isten vagyok".**

**1. EMBERI VISELKEDÉS:**

**2. IDEOLÓGIÁK:**

- HITEK: MAJDNEM MINDEN TANÍTÁS
- ATEISTA, HUMANISTA, KOMMUNISTA
- TUDOMÁNY: EVOLÚCIÓS ELMÉLET

- ▶ HATALMAT GYAKOROL MÁSOK FELETT
  - A NEMEK ÁLLANDÓ HARCA
- ▶ MÁSOK FELETT ELLENŐRZÉST GYAKOROL
- ▶ MÁSOK FELETT ÍTÉLKEZIK
  - ÉN VAGYOK A MÉRTÉKEGYSÉG
- ▶ IMÁDATOT KÖVETEL
  - DICSÉRET, KÖSZÖNET, TISZTELET, ELISMERÉS
- ▶ ELŐBB AD, MINT VESZ

- HIT → ŐK ISTENEK, HATALMAT GYAKOROLNAK
- HIT → SZELLEMILEG FÜGGETLENEK
- HIT → LEGMAGASABBRENDŰ LÉNY

Volt egy páciensem, aki egy étteremben rendezett egy nagy partit. Amikor hazament és átnézte a már kifizetett számlát, rájött, hogy a tulajdonos jó 200 DM-rel (német márka) kevesebbet számolt fel. Igazságos akart lenni, ezért másnap elvitte a különbözetet a tulajdonosnak. Amíg a páciensem a vendéglőben volt és kifizette a pénzt, ő és a felesége megittak egy pohár gyümölcslevet. Úgy gondolta, hogy a gyümölcsléért nem kell fizetnie, mivel önként adott a vendéglősnek 200 DM-t. De amikor a vendéglős hozta az 5,80 DM-s számlát, a páciens dühösen reagált, és azután 15 évig nem tért vissza

abba az étterembe. Akkor miért adta oda a páciensem a plusz pénzt? „A semmiért” tette? Miért akart jutalmat a jó cselekedetéért? Ha nem isten volt, a vendéglős nem tartozott neki semmivel a becsületességéért, vagy igen?

A legegységelműbb bizonyíték arra, hogy az ember istennek tartja magát, abban látható, hogy feltételezi, hogy előbb adhat, mielőtt kap. Egyedül Isten az, Akinek nincsenek szükségletei, Ő csak ad. Az ember egy csatorna; ő mindig előbb vesz, mint ad. Ha ez fordítva történik, akkor istennek képzeletben magát, különben nem így cselekedne.

Van egy másik megközelítés is, amely feltárja veszélyes alapvető tévedésünket. Ez látható a különböző ideológiákban, amelyeket oly sok könyvben megírtak. Az egyik példa erre a vallás. Minden főáramú vallás olyan hitet tanít, amelyben az emberek hatalmat vagy kényszert gyakorolnak, ami aztán istenné teszi őket. Minden olyan rendszer, amely kényszert gyakorol az emberekre,<sup>12</sup> és megszabja, hogy mit kell és mit nem szabad tenniük, ezen a tévedésen alapul.

Ott van még az ateisták, a humanisták és a kommunisták világnézete is. Mindezen filozófiáknak egy fontos közös vonása van: az a meggyőződés, hogy az ember lelkileg független. Ennek következtében ez azt jelenti, hogy az emberek maguk állítják elő a saját szeretetüket és lelki szükségleteiket. Tévedésük akkor derül ki, amikor válsághelyzetbe kerülnek, amikor összeomlanak, mert például meghal a feleségük vagy a gyermekük. Ez azt mutatja, hogy lelkileg egyáltalán nem függetlenek. Ideológiájuk abból a perspektívából származik, hogy önmagukat istennek tartják – de ha istenek lennének, akkor lelkileg függetlennek kellene lenniük.

A tudomány nagy része is egy mélységes tévedésen alapul, nevezetesen az evolúció elméletén. Ez képezi az alapját a tudomány azon hitének, hogy egy alacsonyabb rendű lényből egy magasabb rendű lény keletkezhet, amennyiben ehhez elegendő idő és anyag áll rendelkezésre. Az ember, mint a legmagasabb rendű lény ebben a gondolatrendszerben, ekkor szükségszerűen isten.

---

<sup>12</sup> Ezzel szemben a következmény nem feleltethető meg a kényszerítésnek, mert nem kényszeríti az embereket a változásra, hanem (csak) megmutatja nekik a határaikat és viselkedésük következményeit.

Minden részlettől elvonatkoztatva, minden ideológiának, vallásnak vagy világnézetnek van egy közös hamis gyökere. Végső soron ezek mind csak ágak és gallyak ugyanazon a fán. A gyökér az embernek ezen belső meggyőződése: „Én isten vagyok” és az emberek pontosan így viselkednek, mindegyikük jobbnak, ügyesebbnek vagy okosabbnak tartja magát a másiknál. Mindenki verseng a másikkal. Az emberek megítélik a többi embert, irányítani és elnyomni akarják őket, akár az erőszakig, háborúig és gyilkosságig.

A helyzet a vallásokon belül sem jobb, és a kereszténységben sem. Mindenki istennek képzeli magát, és ennek megfelelően viselkedik. Magasabbrendűnek látja magát, mint a felebarátját. A következmények ugyanolyan rosszak, mint a nem vallásos emberek esetében. Sok háborút vívtak már pusztán vallási kérdések miatt.

Az ember fent említett viselkedési formái és ideológiái bizonyítják, hogy egy egyszerű teremtménynél többnek tartja magát. Ha az igazságban lenne önmagával kapcsolatban – amit az ész és a látható tények nem tudnak letagadni –, akkor nem lenne gőg, fennhéjzás, versengés, erőösszemérés, kényszer és erőszak.

Az alapvető emberi problémára az egyetlen megoldás a helyes identitás felismerése. Ez mindig egységhez és békéhez vezetne. Ha az ember azt gondolja: „Én egy teremtmény vagyok”, akkor mindenki számára van hely és tér. A nemzetiség, az eltérő képességek, a bőrszín, a különböző méretek, ruhák, ízlések és a különböző feladatok nem okoznának feszültséget, összehasonlítást vagy konfliktust. Mindenki egyenrangúnak látná magát a szomszédjával. Senki sem állítaná, hogy jobban tudja vagy jobban tudná. Nem lennének állandó versenyben egymással. Csak az isteneknek kell méricskélniük és összehasonlítaniuk magukat egymással. Nem lennének hatalmi harcok a teremtmények között, senkinek sem kellene megítélnie a másikat. Nem lenne szükség az ellenőrzésre sem. Nem lenne erőszak, gyilkosság vagy háború. A megoldás minden problémára tehát a helyes megértés: Ki vagyok én valójában?

Ha a helyes identitásban élek: „teremtmény vagyok”, akkor betartom a törvényt. Teremtményként tudom, hogy nem tudok semmit előállítani, és nincs tulajdonom. Mielőtt adnék, először vennem kell azt. Ez vonatkozik a fizikai szükségletekre éppúgy, mint a szeretetre (mint a lelki szükségletek

összességére). Ha semmit nem tartok meg magamnak, hanem továbbadom, akkor mindig nyereségem van, mert a nyereségem az adásban rejlik. Amikor szeretetteljes gondolataink vannak embertársaink felé, akkor kiteljesedünk és jól érezzük magunkat!

Ezért olyan fontos az önismeret. Mindannyian becsapjuk magunkat, mert egy veleszületett hazugság van bennünk. Ez a hazugság egy hamis identitásból jön. Azt hisszük, hogy olyasvalaki vagyunk, aki nem vagyunk, és soha nem is lehetünk. Ez a fogantatáskor kezdődik és egészen a halálunkig tart. Minden negatív dolog eredete az önbecsapás és az egyiknek a másik fölé emelése. Igaz, hogy nem tehetünk arról, hogy ezzel a hazugsággal születünk. De amint észrevesszük és felismerjük a tévedést, keresnünk kell a megoldást, hogy megszabaduljunk tőle. Mert ha megtartjuk, ez a tévedés elkerülhetetlenül tönkretesz minket.

Az ember problémája tehát benne rejlik, nem pedig rajta kívül. Ezért nem találhatunk megoldást önmagunkon kívül. Törvények, állami és egyházi szabályok nem tudják megoldani a problémát. Minden ember a maga egyénisége, és ezért csak önmagában tudja megoldani a problémáját. A nehézség azonban abban rejlik, hogy felismerjük, hogy belső problémánk van. Amíg tévedsz, és mindig magadon kívül keresed a problémát, addig soha nem fogsz igazán megoldást találni.

## 12. Ki szenved veszteséget?

A személyes veszteség elszenvetésének gondolata az ember egész további életét meghatározhatja. Ezt néhány nagyon nehéz esettel szeretném szemléltetni.

**9. eset:** Külföldön találkoztam egy 20-as éveit elején járó fiatal nővel, aki öt éve depresszióban szenvedett, és már többször is gondolt az öngyilkosságra. Általában az öngyilkossági gondolatok az „én isten vagyok” hamis identitásból erednek. Mi történt? Öt évvel korábban egy óvodai barátja felvette a kapcsolatot a nővel, aki akkor még lány volt. Meghívta őt egy városi kávézóba. Még a lány szüleit is megkérdezte, hogy elviheti-e magával. A férfi felvette a nőt az autójával. Az autóban azonban még három másik férfi is ült. Útközben megálltak, megerőszakolták a lányt, és majdnem megölték. Halálra rémülve a lánynak valahogy sikerült elmenekülnie, és a következő faluban kért segítséget. Egy másik férfi, aki állítólag segíteni akart neki, beültette a kocsjába, hogy aztán ő is megerőszakolja és majdnem halálra verje.

Ez a lány gyors egymásutánban két szörnyű eseményt élt át. Helytelen, amit a férfiak tettek vele? 100 %-ban. De mi az oka annak, hogy öt év után pszichésen ennyire szenved? Még mindig az esemény, vagy annak feldolgozása?

A traumák, amelyeken nem tudunk segíteni, nehezítik meg az életünket? Vagy az, amit a traumáról gondolunk? Meglepő módon sok nemi erőszak áldozatának gondolkodásmódja kívülről érthetetlen. A fiatal nő büntudatot érzett, hogy ilyen rossz dolgok történtek vele. „Nem azért szállt be az autóba, hogy megerőszakolják” - vettem közbe. De a nő nem értett egyet: „Nem, de meg tudtam volna akadályozni!” A büntudata, a gondolat, hogy meg tudta volna akadályozni, abból a gondolatból ered: „Én isten vagyok” vagy „előre tudom, mi történhet”. De senki sem tudja, mi fog történni a jövőben. A nő azonban szilárdan meg volt győződve arról, hogy valami rosszat tett, és ezért erőszakolták meg.

Ez az eset az emberek szörnyen téves gondolkodásmódját mutatja be. Nehéz rámutatni a betegeknek a tévedésére, amikor mélyen meg vannak győződve arról, hogy igazuk van. Mindazonáltal szerencsére vannak jó érvek a tévedés feltárására. Ezért megkérdeztem a nőt: „Mit tesz önnel az a gondolat, hogy magát hibáztatja?”. A válasza a következő volt: „A gondolat nem tesz jót nekem.”

Ezen a ponton a nőnek minden bizonnyal igaza volt. Kértem, ellenőrizze le saját maga, hogy mit érez, amikor büntudattal teljes gondolatai támadnak. A test azonnal reagál, és egyértelmű jelzést küld: ez egy nem szabad és nem igaz gondolat. Ez volt az első bizonyíték arra, hogy a nő rosszul dolgozta fel az eseményt. A második bizonyíték a depressziója volt, a testi folyamatainak zavara. A szenvedése bizonyította, hogy az értékítélete, vagyis a nő gondolatai tévesek voltak, és nem lehettek igazak.

Az érintett személy nem felelős a bűncselekményért. Azonban mindent meg kell tennie annak érdekében, hogy ezt a cselekményt ne használja fel saját maga ellen, és ennek következtében ne tegye tönkre önmagát. Ehhez az kell, hogy legyen megoldás a problémájára.

**10. eset:** Egy idős betegnek közel két éve erős köhögőrohamai voltak. A köhögés nem akart elmúlni sem inhalálással, sem gyógyszerekkel. Már a váróteremből hallottam a köhögését. Ezenkívül 20 éve gyomorrákban szenvedett, ami miatt 10 éve nehezen tudta visszatartani a vizeletét. A betegnek 30 percenként kellett ürítenie a hólyagját. A köhögés és az inkontinencia kombinációja nagyon megterhelő volt számára, és több műtét után sem sikerült azt megoldani.

A beteg története a következő volt: Az édesanyja soha nem dicsérte őt. Gyermek- és serdülőkorában az anyja csak kihasználta őt, és a testvéreit részesítette előnyben. Édesanyja 20 évvel ezelőtt meghalt. A páciens számára tehát már nem volt lehetőség arra, hogy ezt a hiányt bármilyen módon pótolja. Most, majdnem 80 évesen is nagyon szenvedett attól, hogy az édesanyja nem dicsérte őt. Gyakorlatilag az édesanyja az adólistáján szerepelt.

Mi lenne szükséges ahhoz, hogy jobban legyen? Fel kellene ismernie, hogy tévedett, amikor azt hitte, hogy az anyja köteles dicsérni őt. Első pillantásra

ez nagyon keményen hangzik, de ha az anyjának *kötelessége lenne* dicsérni őt, akkor ő több lenne, mint egy gyermek – mégpedig Isten. Az ember működéséről és a természet törvényeiről szóló tanácsadás során elmagyaráztam neki: „Ahhoz, hogy egészséges legyen, szeretnie kell az anyját, és így el kell engednie a vele kapcsolatos büntudatot. Az a gondolat, hogy az ön anyja csak kihasználta önt, stresszt okoz, és a teste ezt egyértelműen bizonyítja.”

Mivel a páciens hívő nő volt, azt tanácsoltam neki, hogy kérje Istent, hogy segítsen neki megváltoztatni az édesanyjáról alkotott képét, hogy szeretni tudja őt. Három hét múlva a páciens visszatért a rendelőbe. Bár hosszan ült a váróteremben, nem hallottam köhögést. Amikor belépett a kezelőszobába, sugárzó örömmel mondta: „Nem köhögtem, mióta beszéltem önnel, és a hólyagom is újra tökéletesen működik”. Ezt az édesanya iránti szeretetvágát az esti imája alkalmával kifejezte Istennek, és ennek eredményeképpen meggyógyult.

A lelkünk felelős azért, ami a testünkben történik. A lélek azért okoz problémát a testben, mert azt hiszi, hogy mások tartoznak neki valamivel, amire feltétlenül szüksége van.

**11. eset:** Egy 60 év körüli nőbetegemnek előrehaladott rákja volt. Élettörténete minden volt, csak nem kellemes. Hároméves korában az édesanyja kitagadta és elajándékozta valakinek. Tizenhárom éves korában barátnője bátyja megerőszkolta. Később, anélkül, hogy tudott volna róla, hozzám ment egy pedofil férfihoz, aki molesztálta, zaklatta a gyerekeiket.

Amikor erre rájött, elvált a férfitől, de az okozott kár személyes veszteségként maradt meg a tudatában. A válás után nyolc év telt el, mire megbetegedett.

Képzeljük magunkat ennek a nőnek a helyébe. Őt már sokszorosan megbántották. Ez már gyermekkorában kezdődött. Vajon azok, akik bántották őt, jóvá tudják tenni a bűnüket? Nem, az igazságtalanságot, amit átélt, nem lehet jóvátenni. De az igazságérzete ezt követeli. Nem tudja kikapcsolni az igazság iránti vágyát. Így aztán elpusztítja önmagát, mert képtelen kielégíteni igazságérzetét.

Nem számít, hogy mi a gondolat tartalma, minden gondolat vagy az

igazságból, vagy az önmagunkkal kapcsolatos hazugságból ered. A kettő között nincs semmi, még egy semleges terület sem. Mindig csak az az egy hazugság önmagunkról az igazi probléma. Mivel mindez a tudatalattiban zajlik gyors egymásutánban, tudatosan meg kell kérdőjeleznünk a veszteségnek elkönyvelt eseményekről való gondolkodásmódunkat.

Ezért szeretnénk megvizsgálni a két identitás, azonosságtudat: az „isten vagyok” és a „teremtmény vagyok” közötti alapvető különbségeket.

Függőség: Ha isten vagyok, akkor lelkileg *független* vagyok, mert én vagyok a szükséges információk előállítója.

Ha én teremtmény vagyok, akkor a lelkem egy csatorna, és én lelkileg automatikusan a Teremtőtől *függök*.

Tulajdonjog: Ha én isten vagyok, akkor *minden* az enyém.

Emberi lényként azonban *semmi* sem lehet az enyém.

Autonómia: Ha isten vagyok, akkor mindent magamból és magamtól teszek.

Mint teremtmény, semmit sem tehetek magamtól. Csak azt adom, amit korábban vettem.

Viszonyítási alap: Ha én isten vagyok, akkor *minden* körülöttem forog.

Ha én egy teremtmény vagyok, *semmi sem* forog körülöttem.

A gondolkodási folyamat végén mindig csak a nyereség- vagy veszteségként besorolás marad. A személyes veszteséget azonban nem tudjuk elfogadni. Ezért meg kell válaszolnunk a kérdést: létezik-e valóban a személyes veszteség, vagy ez csak illúzió? A veszteség gondolatának a gondolkodó személy testére gyakorolt romboló hatása, a lélek reménytelensége és a természet törvényei alapján a személyes veszteség gondolatát mint téveszmét kell felismerni és megérteni.

## Kit ért sérelem?

AZ IGAZSÁG



ISTEN TEREMTMÉNYE

- ▶ LELKILEG FÜGGŐ
- ▶ SEMMI SEM AZ ENYÉM
- ▶ AMIT TESZEK, NEM ÖNMAGAMBÓL TESZEM, NEM SAJÁT ERŐFORRÁSAIMBÓL
- ▶ SEMMI SEM KÖRÜLÖTTEM FOROG

A TEREMTŐÉ A VESZTESÉG  
NEM SÉRÜLTÉM  
NEM VAGYOK ÁLDOZAT

## IDENTITÁS



A HÁZASTÁRS ELVESZTÉSE  
BARÁTOK ELVESZTÉSE  
A SZÜLŐK ELVESZTÉSE  
A GYERMEKEK ELVESZTÉSE  
SZEXUÁLIS ERŐSZAK ÁLTALI VESZTESÉG  
**MINDENFÉLE VESZTESÉG**

**KIT ÉRT VESZTESÉG**

A HAZUGSÁG



ISTEN VAGYOK

- ▶ LELKILEG FÜGGETLEN
- ▶ MINDEN AZ ENYÉM
- ▶ MINDENT ÖNMAGAMBÓL TESZEK
- ▶ MINDEN KÖRÜLÖTTEM FOROG

ENDEM ÉRT A VESZTESÉG  
A VESZTESÉG SZEMÉLYES  
ÁLDOZAT VAGYOK

Ha valaki nem képes egy teremtmény perspektívájából feldolgozni az őt ért igazságtalanságot, akkor egész életében abban csapdában marad, és betegségekkel és fizikai fájdalmakkal kell küszködnie. Beszéltem néhány emberrel, akik 40, 50 vagy 60 év után, egész életükben szenvednek, mert gyerekkorukban valami rossz történt velük. Nincs választásunk. Mindennel, amit megtapasztalunk, el kell számolnunk és ki kell azt értékelnünk. Át kell gondolnunk, és nem kerülhetjük el, nem titkolhatjuk el, nem hagyhatjuk ki ezt az utólagos gondolkodást. Azonban szabadon gondolkodhatunk, ha tudjuk, hogy milyen perspektívából gondolkodunk. Aki a teremtmény perspektíváját fogadja el azt, ami az igazság magunkról, az szabad lesz, és a betegség súlyosságától függetlenül van esélye egészségesé válni.

### 13. Egy pillantás a természetre – Milyen szerepet játszanak a baktériumok a betegségben?

Gyakran találkozom fülgyulladással a betegeimnél. Sok gyulladt fülben megtalálható egy baktérium. Ez a baktérium azért szaporodik, mert a dobhártyán, vagy a hallójáratban szemcsés szövet (ún. „vad” hús, bőr nélkül) képződik. Amíg a baktérium megtalálja a szükséges tápanyagokat, szaporodni tud és káros anyagokat termel.

A kezelést hol kell alkalmazni? A baktériummal vagy a gyulladással kell harcolni? Az orvostudományban mindkét megközelítés létezik. Az antibiotikumot általában kortikoszteroiddal kombinálják, hogy egyszerre csökkentsék mindkettőt. Ha azonban a gyulladás kiváltó okát nem szüntetik meg, ezek a gyógyszerek csak ideiglenesen, sőt néha egyáltalán nem hatnak.

Számos esetben megfigyelhettem, hogyan működik ez a gyakorlatban.

**12. eset:** Egy 60 éves beteg a jobb füle dobhártyájának súlyos gyulladásával jelentkezett kezelésre. A szokásos gyógyszeres kezelést alkalmaztam, hogy a gyulladós folyamatot leállítsam. A kezelés során azonban a gyulladás valójában rosszabbodott, nem pedig javult. Ezért beszélgettem a férfival az élethelyzetéről. Egy komoly konfliktusban volt, amelyet csak három hét múlva tárgyalnak a bíróságon. Semmi sem segített rajta, amíg a bírósági tárgyalás véget nem ért. Akkor az alkalmazott terápia hatására a gyulladás megszűnt, és a baktérium nem szaporodott tovább (a baktériumokat nem lehet elpusztítani, csak csökkenteni, mindig jelen maradnak inaktív formában). Mitől lett egészséges a beteg, a terápiától vagy a gondolkodásának megváltozásától?

A baktériumok csak akkor tudnak valamit termelni, ha van táplálékuk – és a szervezetnek ezt a táplálékot meg kell adnia nekik. Ezért a baktériumok is a gyulladás hatása, és nem az oka. Egy bakteriális fertőzés is okozhat kárt az általa termelt toxinok révén, de mindig másodlagosan, és nem kiváltó okként.

Következésképpen a kóros baktériumszaporulatot mindig megelőzi a szervezetben a gyulladás, mind a baktériumok, mind a gombák esetében. Antibiotikumot tehát akkor használhatok, ha a csíra által termelt toxinok károsak a szervezetre. De ez nem gyógyítja meg a gyulladást, mert nem az okot szünteti meg. El kell magyaráznom a betegnek, hogy honnan ered a betegsége. Amint a gyulladás megszűnik, a csíra tevékenysége is megszűnik.

A baktériumok csak ott képesek növekedni, ahol a szervezet teret és táplálékot biztosít számukra. A baktériumok bármikor aktiválódhatnak. Csak a gazdatest dönti el, hogy mikor ad a csírának táplálékot és mikor nem. Csak így tud a szervezet vírust termelni és azt gyulladáskeltő tényezőként használni.

**13. eset:** Egy 60 év körüli beteg egyoldali, jobb oldali övsömörrel jelentkezett a rendelőben. Az övsömör tüneteire tartozik, hogy hólyagok képződnek a bőrben az ideg mentén. Mielőtt ezek a hólyagok megjelenének, körülbelül három napig fájdalmai vannak anélkül, hogy bármit is látna. Amikor a hólyagok megjelennek, azt mondják, hogy víusról van szó. De honnan származik ez a vírus, ki termeli? Honnan jön és miért csak ezen a testrészen van jelen? Ki irányítja a lokalizációt?

Beszéltem a pácienssel a test két oldaláról, az egymással kapcsolatban álló agyféltekéről és az apai és anyai örökségről. Ahol elégedetlenség és konfliktus van a kapcsolatban, ott nyilvánul meg a betegség is. A betegek gyakran nehezen értik meg, amikor elmagyarázom nekik, hogy a betegség a gondolataikból ered. Egyébként a hagyományos orvoslásban is ismert a stressz, mint az övsömör kiváltó oka. Konzultációim során rájöttem arra, hogy a testnek az az oldala, amelyen a domináns kéz van, az az oldal, amelyet az anyával vagy a partnerrel való kapcsolat befolyásol. Ezért elmagyaráztam a nőnek, hogy a betegségét a bal oldali agyfélteke gondolkodása váltotta ki, és hogy ez valami negatív dolog lehetett. Valami személyes veszteség lehetett, valami, amivel nem értett egyet, és ami a testében a károsodást okozta. A test nem tud hazudni.

Elmesélte, hogy milyen volt a nyaralás, amit éppen most fejezett be, hogy minden rendben volt, és nem voltak viták. Az édesanyja 5 évvel ezelőtt halt meg. Amikor rákérdeztem a halála időpontjára, az egybeesett a nyaralásával, és az első hólyagok egy nappal később jelentek meg. A páciens ezután leírta,

hogya a nyaralás alatt eszébe jutott az édesanyja, és gyászolta őt.

A gyász fájdalmas és veszélyes gondolat, mert megbetegít. A gyász azt bizonyítja, hogy még mindig akarsz valamit a másiktól. De ez a személy meghalt, és már nincs ott. Ha csak az elhunyt személyre gondolnál, anélkül, hogy ezt nagy veszteségnek tekintenéd a számodra, a tested nem termelne vírust az elméd parancsára. A valóságban azonban mindenki sajnálja magát, mert már nincs meg az édesanyja vagy egy másik személy. Ezért az emberek rosszul érzik magukat, és áldozatnak tekintik magukat szeretteik halála miatt. Ez a fajta gondolkodás megakadályozza az embereket abban, hogy megfelelően feldolgozzák az eseményt, és ez betegséghez vezet. Az, hogy a mikroorganizmusok közrejátszanak-e vagy sem, lényegtelen a helytelen gondolkodás, a tényleges ok szempontjából. A terápiában mindenképpen szerepet játszik, de nem az ok megszüntetésében.

A természetben vannak olyan alapvető összefüggések, amelyeket nem lehet megváltoztatni. Ezek szerint egy makroorganizmus mindig uralkodik egy mikroorganizmus felett. Ez kivétel nélkül igaz. Azonban ennek az ellenkezőjét mondják és tanítják. Ezért a természetet kell mércének tekinteni a maga nyilvánvaló folyamataival, és nem az úgynevezett szakértők állításait. A rothadásból élő baktériumok például mindig és mindenhol jelen vannak.

Nyilvánvalóan nem a csírákon múlik, hogy egy alma – még a fán vagy akár a szüret után – mikor rothad meg, és a csírák ezt követően „megemészthetik”.

A magasabb rendű szervezetek mindig uralkodnak az alacsonyabb rendű életformák felett. Ha ez másképp lenne, nem léteznének magasabb rendű szervezetek, és így emberek sem. Több baktérium van a beleinkben és a bőrünkön, mint sejt az egész testünkben. Számukat tekintve könnyedén képesek lennének „felfalni” minket. Nyilvánvalóan azonban nem tudnak és nem is tesznek ilyet, mert velünk együtt élnek.

Összefoglalva: A mikroorganizmusok, legyenek azok vírusok, baktériumok vagy gombák, nem lehetnek a betegségeink tényleges okai. A lélek, amely az anyag felett áll, irányítja a testet, beleértve a baktériumok hatását is. Ezért kulcsfontosságú, hogy pontosan ismerjük az emberi test felépítését, működését és szükségleteit.

## 14. Az ember függ a szeretet forrásától

Az ember a lelkében lévő tévedés miatt – miszerint ő egy isten – lelkileg független lénynek látja magát. Ezért nem könnyű megmagyarázni a függőséget egy olyan embernek, aki függetlennek tartja magát egy szeretetforrástól (az információforrás értelmében is). Mindazonáltal senki sem tagadhatja, hogy az emberben minden folyamat az információ befogadásával kezdődik. Függetlenül attól, hogy milyen módon történik a befogadás, akár látás, hallás, szaglás, ízlelés vagy tapintás által, az információnak egy kiértékelési folyamaton kell keresztülmennie, mielőtt befogadásra kerülne. Már láttunk egy áttekintést arról, hogy ez hogyan működik. Most ezt a folyamatot szeretnénk részletesebben leírni.

Egy kanadai kisfiú azt mondta az édesanyjának az ember lelkéről szóló előadásom után: „Anyám, tudod, hogy nem kényszerítheted a lelkemet arra, hogy én szorgalmasan gyakoroljak a zongorán?”. A gyerekek fantasztikus lények. Gyakran intuitív módon nagyon jól megértik az összefüggéseket. Tudja, hogy az édesanyja nem kényszerítheti. De miért gyakorol a fiú mégis, ha az anyja ragaszkodik hozzá? Mert a lelke az anyjától függ. Egy lélek mindig tudatosan cselekszik, de soha nem önállóan. Lelki szükségleteit valamilyen forrásból kell kielégítenie. Mivel a fiú az anyjától vesz, engedelmeskedik, még akkor is, ha ez nem igazán tetszik neki.

A lélek függőségének további bizonyítéka az a tény, hogy jutalommal vagy büntetéssel való fenyegetéssel rávehető arra, hogy olyasmit tegyen, amit különben saját elhatározásból nem tenne. Gyakran látom ezt a praxisomban. A gyermek ott ül, és nem nyitja ki a száját, hiába könyörög az anya: „Kérlek, kérlek, nyisd ki a szádát!” A gyermek ennek hatására általában még jobban összehúzza a száját. Ha az anya ezután megígéri, hogy megveszi utána a kedvenc fagyaltját, a száj kinyílik, mert a gyermek lelke beleegyezik a jutalomba.

De egy bizonyos ponton a gyermek lelke már nem elégedik meg az anya ajánlataival, és az ígéretek vagy fenyegetések már nem számítanak. A gyermek ekkor azt teszi, amit akar, az anyára való tekintet nélkül.

A lélekről már megtudtunk három döntő fontosságú dolgot:

- a. A lélek egy zárt rendszer, és kívülről nem irányítható. A lélek kívülről befolyásolható, de csak ő dönti el, hogy elfogadja-e ezt a hatást vagy sem.
- b. Egy lélek csak önmagát tudja irányítani, és ezt belülről teszi.
- c. A lélek mindig aktív, azaz a lélekben nem létezik passzivitás.

Mivel a léleknek vannak szükségletei, amelyeket ki kell elégíteni, a kívülről érkező információknak meg kell felelniük ezeknek a szükségleteknek, azaz az információt igaznak kell értékelni, ahhoz hogy befogadható legyen. A lélek csak az igazságot tudja befogadni, vagy azt, amit igazságnak tart. Ezért minden információt ellenőriznie kell, mielőtt befogadná.

Hogyan és mivel ellenőrzi a lélek, hogy az információ igaz-e és megfelel-e az igényeinek? Az információk mérlegeléséhez szükség van egy mérce-re, amellyel a vizsgálatot elvégezzük. Ez a mérce lehet objektív, azaz abszolút és biztos - vagy lehet szubjektív és ezért bizonytalan. Mindenesetre a mérlegeléshez használt mérce döntő szerepet játszik. Az objektív és szubjektív mércék közötti különbségeket a 2. fejezetben már megvizsgáltuk.

Ha a vizsgálat az információt igaznak találja, akkor azt elfogadjuk. Ez a hinni és a tenni kombinációjához vezet. Mivel egyetlen információ sem keletkezik önmagától, a lélek egyidejűleg meg is bízik az információ forrásában. Ahhoz, hogy egy lélek – amelyet mindig személyként kell érteni – megbízzon valamiben, az információ forrásának is rendelkeznie kell lélekkel. Ez azt jelenti, hogy csak más emberek – vagy akár állatok – jöhetnek szóba. A szeretet nem szereshető meg egy fától vagy egy kémiai elemtől. Az információt hiszed, a személyben bízol. Ha egy szakértőt hallgatsz egy témában, és egyetértesz vele, akkor bízol ebben a szakértőben és elhiszed az információját. Hogy ez az egyes esetekben bölcs-e, az más kérdés.

Miután az információt befogadtuk, a folyamat többi része gyors és szabályozott sorrendben zajlik. A lélek döntése elektromos áramot vált ki az agykéregben, amely pontosan az adott testrészbe irányul. A testnek ennek

megfelelően reagálnia kell. Természetesen azt is el kell döntenie, hogy mennyit és mit eszik, stb. A léleknek kell kielégítenie a test szükségleteit. Ha a lélek ezt nem teszi meg, és úgy dönt, hogy a test szükségleteit háttérbe szorítja, akkor a test, és ezzel együtt a lélek is, előre látható időn belül meghal.

Az ember csak a lelke kimeneténél teljesítheti teremtésének célját. A helyes identitással az ember szabad lény lenne. Bár függő maradna, mindig szabad lenne. De a lélek bemeneténél, az identitásban ott van a hazugság: „Én isten vagyok”. Ez a hazugság egész életünkben elkísér minket, ha nem fedezzük fel és nem távolítjuk el. Ez a hazugság magunkról meggyőz minket arról, hogy mi vagyunk a szeretet forrása. Ez megsemmisíti a kapcsolatot a szeretet igazi Forrásával, és többé nem tudunk kapcsolatba lépni Vele. A függőség törvénye háttérbe szorul a szemünkben, még akkor is, ha természetesen továbbra is érvényes. Akkor azt gondoljuk, hogy látszólag nincs szükségünk több információra a lelkünk számára, és ebben a tekintetben a semmiből élünk. Ez a nagy megtévesztés, amellyel minden ember születik.

Az ember élete azonban egyértelműen bizonyítja, hogy nem lehet független. Mivel csatornaként működik, a bemeneténél mindig függő helyzetben van. A lelke kimeneténél azonban az ember független. Az, hogy mit teszek a kapott szeretettel, teljesen rajtam múlik. Szeretetből soha nem tehetek rosszat. Ha jóllaktam, szabadon eldönthetem, mit teszek a felvett energiával. Ugyanakkor nincs szabadságom azt enni, amit akarok. Ha olyasmit eszem, ami nem ad energiát, akkor az nem jó. Nem mi döntjük el, hogy „mit” és „honnán” szerzünk be. Ezek a kérdések nem tartoznak egyetlen teremtmény hatáskörébe sem, azaz nem dönthetnek szabáon ezzel kapcsolatban. Szükségleteink mind rögzítettek. Szabadságunk abban áll, hogy eldöntjük, mit kezdünk a szükségleteink kielégítésére felhasznált erőforrásokkal.

Hány dolgot tudsz szeretetből tenni? Végtelenül sokat. Az embernek sokkal több lehetősége van, mint egy élettelen számítógépnek, amely az elektromosság és a programok segítségével már nagyon sokféle eredményt képes előállítani. Ez azért van, mert a kimenetnél szabadok vagyunk.

A legfontosabb felismerés, amelyre el kell jutnunk, a válasz a következő kérdésre: „Ki vagyok én?” Választási lehetőség és felelősség nélkül

születésemtől fogva tévedésben vagyok. Tudat alatt azt hiszem, hogy valaki vagyok, aki nem lehetek. Először is tudatosítanunk kell ezt a hamis identitást, hogy változás történhessen, és képesek legyünk kilépni a hazugságból.

Én mindenesetre belefáradtam abba, hogy olyan hazugságban higgyek, amely csak megtéveszt és megnehezíti az életemet. A valódi probléma nem az embertársaim vagy a környezetem. Természetesen vannak olyan körülmények, amelyek nem megfelelőek. De csak akkor tudok valóban tenni valamit a környezetemért, ha csatornává válok, nem törekszem többé semmire önmagamért, és az igazságban élek. Ha békesség van a szívben, nincs konfliktus és rombolás. Ez az állapot azonban soha nem érhető el törvényekkel vagy intézkedésekkel. Az ember problémája önmagában rejlik. Hogyan nézne ki alig két hét után egy tökéletes világ, amelybe mindannyian ebben a megtévesztett állapotunkban csöppennénk bele?

Amikor belsőleg megváltozom, és visszatérek az igazsághoz és a természet törvényéhez, jót cselekszem a környezetemben. Ellenkező esetben kénytelen vagyok a családomat és embertársaimat jó cselekedetekre kényszeríteni, mert az a „jó” számomra. Ezért a tennivalónk a következő: először magunkban kell megváltoznunk. Csak ezután mehetünk másokhoz, és mondhatjuk ki, amit gondolunk, hogy mi a helyes. Így tudunk jó hatást gyakorolni. Még ha mások nem is fogadják el a jó befolyásunkat, legalább betöltöttük teremtésünk célját.

Ahogy korábban már említettük, csak két identitás létezik: teremtő és teremtmény. A Teremtő önmagában létező és önmagában teljes rendszer. Ugyanakkor a Teremtő független és Ő maga a teremtésének forrása. A Teremtőt szeretem egy körrel ábrázolni. Minden teremtmény, beleértve az embert is, a „venni, hogy adhass” törvényének van alávetve.

Ez a teremtményt csatornává, nyitott rendszerré teszi, és függővé. Melyik volt előbb?<sup>13</sup> Nyilvánvaló, hogy a Teremtő csak a kiváltó ok lehet, a teremtmény pedig csak a hatás. A „szeretet” kifejezést már többször használtuk itt a lelki szükségletek összességének megjelölésére. Hogyan lehet

---

<sup>13</sup> Valószínűleg ismered a népszerű kérdést: Mi volt előbb? A tyúk vagy a tojás? Ez a kérdés nem jelentéktelen. A válasz csak egy lehet: A tyúk és a kakas mindketten Isten teremtményei, és a tojás előtt jöttek létre. A tyúkok kakas nélkül is tojást tojnak, de soha nem kelnek ki belőlük csibék. Az élet szaporodásához szükséges feltételek sokfélék és nem egydimenziósak.

meghatározni a szeretetet? Végül is a szeretet az az eszköz, amelyre az embernek leginkább szüksége van a működéshez.

A szeretet természetesen szubjektív dolog, és mindenki egyénileg határozza meg, hogy számára a szeretetnek melyik aspektusa e legfontosabb. Ugyanakkor minden ember végső soron igennel válaszol arra a kérdésre, hogy szüksége van-e a szeretetre. Választható-e az, hogy szeretetre van szükségünk, vagy hogy szeretve akarunk lenni? Nem. A lelkünk csak szeretettel működik. A szeretet magában foglalja az összes lelki szükségletet, mint például a szabadság, az igazságosság, a harmónia, az elismerés, a biztonság és még sok más. Mindezek megváltoztathatatlan szükségleteink. Így vagyunk megalkotva mi, emberek.

Mint valaki, akinek különösen nagy szüksége van a harmóniára, igyekszem mindenkinek megfelelni. Olyan légkörben érzem jól magam, ahol mindenki „kedves a másikhöz”. De mi történik a harmónia iránti igényemmel, ha a dolgok másképp alakulnak? A szüleim elváltak, amikor 8 éves voltam. Egy héttel később hepatitis B-t, egy vírusfertőzést kaptam. Kitalálsz, mi okozta? Senki sem kétkelhet abban, hogy a szülők válása kárt okoz a gyerekeknek. De hogyan kerül egy vírus a májba? Miért történik valami fizikai, ha lelki szinten van probléma? Azért, mert a gyermek a szülei szeretetétől függ.

Én választottam akkor, hogy beteg legyek? Nem választhattam meg a családomat és nem is mondhattam le róla. Már 8 évesen a saját családomra gondoltam, terveztem és álmodoztam a házasságról. A lányok mindig is a figyelmem középpontjában álltak. A harmóniát és a szeretetet kerestem bennük. Tulajdonképpen korán megnősültem, mert meg kellett szereznem a harmóniát. Minden férfinak megvan a saját elképzelése arról a nőről, akit szeretne. De ezek az elképzelések nem mindig válnak valóra.

Az, hogy szükségünk van harmóniára, igazságosságra, stb., nem választás kérdése. Ez a lelkünkben van rögzítve. Vagy kielégítjük ezeket az igényeket, vagy boldogtalanok és betegek leszünk. A szeretet meghatározását a testünkön keresztül találtam meg. Ha „szeretethiány” van, a test megbetegszik. Mit tesz a szeretet a testben? A szeretet, ahogyan azt én meghatároztam, azt jelenti, hogy a test nem tud többé megbetegedni. Amikor a lélek felveszi ezt a szeretetet és gyakorolja, az agyhullámok kiváltó okként hatnak a test megfelelő működésére. Mert nem csak a szeretet iránti

szükséglet van meghatározva, hanem az elektromos áram hatása is, amellyel a lélek – mint a zongorista – megnyomja a billentyűket, hogy az egész test megfelelően működjön. Az ember nem választhatja meg, mire van szüksége. A választás csak abban rejlik, hogy az ember hogyan használja azt, amit korábban felvett.

Tehát mi a szeretet? Meghatározásomban a két dimenzió, az érdeklődés és a szabadság ötvöződik. Mint ilyenek, egyiknek sincs határa, ezért mindkettő végtelen. Ha a szeretetet ebben a formában gyakoroljuk, akkor szabad lények vagyunk, akiknek már senki sem árthat. A szeretet a megoldás minden emberi problémára. A szeretet a másik iránti maximális érdeklődés. Miért fontos az érdeklődés a szeretet szempontjából?



A szeretetnek maximális érdeklődést kell tanúsítania a másik iránt. Az emberi szeretet is képes arra, hogy nagy érdeklődést mutasson a másik ember iránt. Ez azonban *a másik emberben való érdeklődés*, nem pedig *a másik iránt való érdeklődés*. Minden anya szereti a gyermekét. De akar-e valamit a gyermekétől, vagy nem akar semmit? Tudjuk, hogy az anyák az életüket is feláldoznák gyermekeikért, mert ragaszkodnak hozzájuk. Amikor azonban a gyerekek nem azt teszik, amit elvárnak tőlük, az anyák gyakran közbelépnek. Pácienseim túlnyomó többsége azt mondja, hogy domináns anyja van, vagy volt. Az anyák képesek kényszeríteni és kondicionálni a gyerekeket, feltételeket szabni nekik. De egyetlen ember sem szereti, ha kondicionálják,

kényszerítik, feltételeket szabnak neki.

Az ember önszántából is hatalmas érdeklődést tanúsíthat egy másik ember iránt – elvégre szüksége van a szeretetére. Következésképpen nem tudják elengedni a másik személyt. A szeretet csak akkor igazi szeretet, ha a másik személy *iránt* van érdeklődés, és nem *a* másik *személyben* érdekelt. Ez csak akkor lehetséges, ha a szeretet 100%-os szabadságot ad a másik embernek, és 100%-ban tiszteli őt.

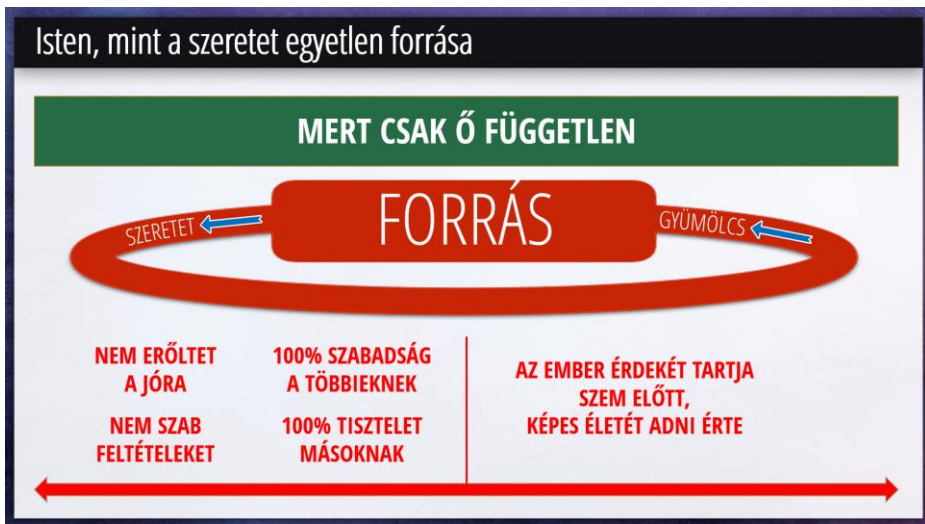
Jó lenne együtt élni valakivel, aki ilyen szeretetet gyakorol? Valakivel, aki hajlandó az életét adni értem, de megadja nekem a teljes szabadságot, hogy azt tegyek, amit akarok? Ez lenne a tökéletes kapcsolat. Mit gondolsz, mi a nehezebb: maximális érdeklődést mutatni valaki iránt, vagy teljes szabadságot adni? Amikor az emberi szeretet már nem kényszerít és nem szab feltételeket, akkor közömbösségre törekszik, és látszólag elfordul. Belül azonban általában továbbra is fennáll a vágy, hogy uralkodjon a másik emberen. Az igazi szeretet ezzel szemben nem ismeri a jóra való kényszerítést.

Miért kell az embereknek másokat jó cselekedetekre kényszeríteniük? Tényleg a másik biztonságáról vagy jólétéről van szó, vagy valójában a saját érdekükről vagy biztonságuk védelméről? A szabályokat és előírásokat gyakran az egyén közösség iránti felelősségével és mások iránti szeretetével indokolják. De a szeretet meghatározása azt mutatja: aki kényszert és erőszakot alkalmaz, annak nincs köze az igazsághoz. Az igazi szeretet nem ösztönöz semmilyen viselkedésre, nem köti azt feltételekhez. A feltételekhez kötés manipuláció, taktikázás, befolyásolás.

Pácienseimnél következetesen azt tapasztaltam, hogy minden problémájuk és betegségük abból ered, hogy nem tudnak szabadságot adni másoknak. Mindenesetre az emberek túlnyomó többsége nem tud szabadságot adni a másoknak, amint a dolgok nem az ő elképzeléseik szerint alakulnak.

Már majdnem 40 éve vagyok házas, és még mindig gyakorlom, hogy megadjam a feleségemnek a szabadságát. Ha másoknak megadom a teljes szabadságot, mennyi szabadságom van nekem magamnak? Teljes, tökéletes szabadság. Ha megtagadom a szabadságot, és megpróbálok uralkodni másokon, akkor fájdalmaim vannak és beteg leszek.

A szeretet teljesen szabaddá tesz minket, ha a megfelelő módon gyakoroljuk. Szabadságot akkor kapsz, ha szabadságot adsz. Ha nem tudsz adni, akkor magad sem vagy szabad. Mert akkor attól függsz, akitől megtagadod a szabadságot, és akit szeretsz. Ezért leszek mindig független azoktól az emberektől, akiket a megfelelő módon szeretek. Ez a feltétel. Ha emberi módon szeretsz, akkor tényleg hagyod, ha a másik valami rosszat tesz, pl. pénzt pazarol? A szabadság kérdésében látható annak a próbája, hogy a szeretet valódi szeretet-e. Ahol hiányzik a szabadság, ott függőség van a másiktól, mert nyilvánvalóan akarok tőle valamit. A maximális érdeklődéssel és egyidejűleg a másik személy szabadságával járó szeretet ezt bizonyítja: Aki ilyen szeretetet produkál és ad, annak függetlennek kell lennie. Azonban csak egy lény igazán független: Isten, a Teremtő.



Mivel egyedül Isten független, Ő minden teremtmény számára korlátlanul elérhetővé teheti szeretetét. Mindenki gyakorolhatja azt, ha először elfogadja a szeretetet, majd továbbadja másoknak. Az emberek szabadon dönthetnek arról, hogy kinek adják a szeretetet – annak használata azonban feltétele a saját életüknek.

Önként eszel vagy kényszerből? Én magam is szívesen eszem, és gyanítom, hogy az emberek nagy többsége szintén. Általában nem azt gondolja az ember, hogy „milyen kár, már megint enni kell”. A szeretet is olyan dolog,

amit nekem kell vállalnom és megvalósítanom, mert teremtmény vagyok. A szeretet az az elem, ami erőt ad az egész életemhez. Ezt a fajta szeretetet csak egy helyen találhatom meg – Istennél, a Teremtőnél.

Bármilyen legyen is az Istenről alkotott nézetünk: csak egy Isten létezhet – a szeretet egyetlen forrása. Egynél több forrás esetén a világegyetem alaptörvénye már nem lenne érvényes. Isten csak egy van, és mivel Ő Lélek, szükségszerűen személy.

## 15. Örökség és nevelés – Mitől függnek gyermekeink?

Az a tény, hogy számos gyermeket is vizsgáltam és tanácsoltam, sok mindenre megtanított. Miért folyik a gyerekek orra? Miért alakulnak ki görcsös mozgások, vagy furcsa szokások, ideges tikkek náluk?

**14. eset:** Egy család jött hozzám a 10 éves lányukkal, mert négy éve nagyon feltűnően köszörüli a torkát. Sem a garatmandulák eltávolítása, sem a pszichológiai kezelés, sem az alternatív gyógymódok nem segítettek. A gyermek most harmadik osztályos volt, és két-három percenként köszörülte a torkát. Az osztálytársai állandóan nevettek rajta.

Az ideges tikkek esetében az ok egy konkrét szeretethiány, nevezetesen a biztonság hiánya. A gyermeknek 100%-os biztonságra van szüksége. Honnan kapja a gyermek ezt a biztonságot? A szülőktől. Miután intenzív beszélgetést folytattam a szülőkkel, a torokköszörülés három nappal később megszűnt. Hogyan volt ez lehetséges? Azért, mert a betegségeink nem mások, mint valaminek a jelei. Amikor a gyermek lelke rájött, hogy a biztonsághiányra utaló jelét észrevették, és a lélek ezt a problémát megoldottnak értékelte, akkor abbahagyta a torokköszörülést, így a betegség megszűnt.

Hogyan működik egy gyermek? Először is, néhány szó a fejlődéséről: a gyermek két ivarsejtből alakul ki. Az egyik az anyától, a másik az apától származik. Ezek a sejtek egy üregben, a petevezetékben találkoznak. Igazából ez nem az anya testében történik, hanem *azon*. A két, egy-egy fél kromoszómakészlettel rendelkező ivarsejt összeolvad. Mivel a sejtek önmagukban nem képesek semmire, ezért egy léleknek is társulnia kell hozzájuk, bár ez a lélek nem látható. A gyermek egyik fele az anya, a másik fele pedig az apa genetikai információiból jön létre. Ez fizikai szinten a sejtekre, lelki szinten pedig a gyermek lelkére vonatkozik. A gyermek lelke félig az apa, félig az anya lelkéből alakul ki.

Az összeolvadt sejt növekedésnek indul, osztódni kezd, és a méhbe költözik. Ki kötődik kihez? A természet törvénye szerint mindig az kötődik valakihez, akinek szüksége van valamire. Következésképpen a fejlődő gyermek az, aki az

anyához kötődik. A köldökzsinóron és a méhlepényen keresztül, amelyek a gyermek testének részei, a gyermek az anya méhéhez kapcsolódik, hogy táplálkozzon, vagyis azért, hogy *vegyen*. A fizikai köldökzsinór a kémiát, a táplálkozás eszköztét biztosítja. A gyermek 100%-ban függ az anya testétől. Van választási lehetősége, hogy a testet válassza? Nem, természetesen nincs választása. Mi a helyzet az anyával? Független az anya, vagy neki is kell valahonnan táplálkoznia? Az anya szükségletei kielégítésének forrása a természet. Az anya azt eszi, amit a természet biztosít, a gyermek pedig az anyától veszi el a tápanyagot. Ha az anya alkoholt iszik, a gyermek is berűg. Mivel az anya az egyetlen lehetséges tápforrása a gyermeknek, vigyáznia kell, hogy ne vegyen be semmit, ami árthat a gyermekének.

Mi a helyzet a gyermek lelki kötődésével? A kötődés ugyanolyan lényeges lelki szinten, mint fizikai szinten. A fogantatás pillanatától kezdve a gyermek lelke az anya lelkéhez kötődik, még mielőtt az embrió belépne az anyaméhbe. A gyermek lelkének nincs választása e kérdésben. El kell fogadnia, bíznia kell. A gyermek lelke csak ezután képes adni. A léleknek kell mozgásba hoznia és irányítania azt az elektromos áramot, amelyre az embrióknak szüksége van az élethez és a növekedéshez. A gyermek lelke egyfajta lelki köldökzsinóron keresztül vesz az anya lelkéből, és az első három hónapban összerakja a kis testet. Ezt az építési szakaszt követően a gyermek még sokáig növekszik, de szerkezetileg nem változik.

A lélek irányítja a gyermek fejlődését és növekedését minden folyamatban. Ha az anya túl sok stresszt él át – a nem szabad gondolatok formájában –, akkor a gyermek lelke nem építi fel egész helyesen a testét. Ilyenkor egyes testrészek vagy érrendszeri kapcsolatok hiányozhatnak. Ezért a várandós anyának nemcsak azt kell tudnia, hogy helyesen mit kell ennie és innia, hanem azt is, hogy hogyan és mit kell gondolnia. Ki irányítja az anya gondolatait? Van-e olyan forrása, ahonnan a szükségleteit kielégíti? Bizonyára ő is bízik valakiben. Bíz-e a férjében vagy a saját szüleiben?

A legtöbb ember egész életében ragaszkodik az édesanyjához. Egy idős páciens dühösen mondta nekem: „A férjem már 70 éves, az anyja több mint 90 éves, és még mindig rá hallgat!”. A folyamatos ragaszkodás miatt sok haldokló azt mondja az utolsó pillanataiban, hogy most az édesanyjához megy.

Mi történik a gyermekkel az anyaméhben? Általában a forrásnak mindig nagyobbak kell lennie, mint annak, akinek szüksége van valamire. Amíg az anya teste elég nagy ahhoz, hogy teljes mértékben táplálja a gyermeket, addig az anya elegendő. Az anyaméhben töltött 9 hónap után azonban ez már nem így van, és a gyermek megszületik. Ettől kezdve további szükségletforrásokhoz kötődik. A szoptatásnak megvan a maga ideje, majd a gyermek kevesebbet vagy egyáltalán nem táplálkozik az anya testéből. A születéstől kezdve a gyermek saját maga lélegzik.

Mi a függőség lelki szinten? Miért volt a 14. esetben a lánynak ideges torokköszörülése? A kiváltó ok a gyermekben vagy az anyában keresendő? A gyermeknek nincs választása. Egy lelki hiányosságot fejez ki a tikkelésével. Lelkileg kötődik az anyához, és táplálkozik belőle. Ez a kötődés kísérletileg is kimutatható. A lelket nem lehet látni, de az általa kiváltott elektromos áramot meg lehet mérni. Ha az anya és a gyermek agyhullámain egyszerre mérjük, akkor a gyermek függősége nyilvánvalóvá válik.<sup>14</sup> Amikor az anya elektromos agytevékenysége megváltozik, a gyermek agyának elektromos tevékenysége nagyon rövid időn belül szintén megváltozik. Az anya és a gyermek agyhullámai közötti kapcsolat a köztük levő bizonyos távolságon belül megfigyelhető. Ha azonban a távolság túl nagy lesz, ez az úgynevezett "lelki köldökzsinór" megszakad.

Mennyi ideig kell a gyermeknek megtartania az anyjához fűződő lelki köldökzsinórját? A születés után a gyermek természetesen nem érett emberi lény. Az, hogy az anya hogyan viselkedik, döntő fontosságú a fejlődése és az egészsége szempontjából az első években. Ezért az első hét évben nem szabad elválasztani egymástól az anyát és a gyermeket. Az állatvilágban mindenhol – legalábbis az emlősöknél – az anya és az utód egy bizonyos ideig együtt marad; a medvéknél például ez az idő három év. Csak az értelemmel felruházott emberek hagyják el néha saját gyermeküket néhány hét után, mert nem tudják, milyen kárt okoznak ezzel a gyermeknek.

Lelki szinten a gyermeknek az anyától való idő előtti elválasztása ahhoz hasonlítható, mintha egy halat kivennénk a vízből. Sok betegség, még ha csak

---

<sup>14</sup> Turk, E., Vroomen, J., Fonken, Y., Levy, J., van den Heuvel, M. (2022): Szinkronban a gyermekkel: Az elektroencefalográfia által nyújtott lehetőség a szülő-gyermek fejlődése kutatásban. Wiley. *Developmental Psychobiology*, különszám, 1-16.

jóval később jelentkeznek is, a gyermekkorából ered. Ezt számos megfigyelés alapján állíthatom. Pácienseim szorongása gyakran ebből a korai életszakaszból ered, mert az emberek nem értették meg, hogy milyen szükségletei vannak egy gyermeknek. Nem akarom, hogy azok az anyák, akik ezzel nincsenek vagy nem voltak tisztában, büntudatot érezzenek. Ennek ellenére szeretném úgy leírni a dolgokat, ahogyan azok valójában vannak, mert fontos, hogy mindenki megértse.

Majd egy bizonyos ponton eljön az idő, amikor a gyermeknek már nem kell lelkileg az anyához kötődnie. A gyermeknek egy napon meg kell változtatnia a szükségleteinek forrását, mert az anya már nem elegendő forrásként. De ha az anya nem érti meg saját maga számára, hogy a férje vagy más emberek nem megfelelő szükségletforrást jelentenek a lelke számára, hogyan érthetné meg a gyermeke? Csak amikor a Teremtő veszi át az emberek szükségletforrásának helyét, akkor fognak a lelki szükségletek a megfelelő módon teljesülni. Ideális esetben a gyermek 12 éves korára lelkileg kötődik Istenhez. Csak Istentől kell lelkileg táplálkoznia, és nem szabad több lelkileg az anyjától vagy más emberektől függenie. Ha a gyermek ettől kezdve teljesen Istenhez kötődne, akkor lelkileg teljesen független lenne az emberektől. Hát nem lenne ez fantasztikus? Ha az anya mindent jól csinált volna, szabadon elengedhetné a gyermeket.



De ha körülnézünk, pontosan az ellenkezőjét tapasztaljuk. A legtöbb anya nem tudja elengedni a gyermekét. Az anyák gyakran nagyon „drága” anyák. Amikor a gyerek férjhez megy, néhányan legszívesebben beköltöznenek az újdonsült házaspár hálószobájába mellé egy kis szobába.

Érdekes módon azt tapasztaltam, hogy végső soron mindenki mindig ugyanazt a történetet meséli el. Mert minden, amit megtapasztalnak, ugyanahhoz az okhoz, a hamis identitáshoz vezet vissza. Tehát a gyermek is a veleszületett hamis identitása szerint viselkedik így: „Én isten vagyok”. Az anyján kívül más emberekhez is kötődik, például az apjához, a nagyszülőkhöz, a testvérekhez vagy a barátokhoz. Minden kapcsolatban egyetlen céllal kötődik, mégpedig azért, hogy vegyen. Minden dolgot magába szív, mint egy szivacs. Ugyanakkor szilárdan megmarad abban a tévhitben, hogy a többi embernek szeretnie kell őt.


A gyermek követeli, hogy szeressék. A gyerekek elvárják, hogy a szüleik szeressék őket. A betegségek azért fordulnak elő, mert ez az igény nem, vagy nem teljes mértékben teljesül. A gyermek leginkább az anyától és az apától, de a nagymamától vagy más gondozóktól is szeretetet vár. Ha a gyermek keresztényként nő fel, akkor ehhez gyakran hozzáadódik Isten, akitől a gyermek szintén szeretetet követel. Ez a másoktól való követelés elsősorban azon alapul, hogy a gyerek istennek képzeletben magát. Amikor sok ember élettörténetét végighallgattam, rájöttem, hogy végső soron mindenki ugyanígy gondolkodik, és mindenki nagyobbnak, felsőbbrendűnek látja magát embertársainál.

Egy kérdés továbbra is megválaszolatlan marad: Miért van mindannyiunknak ugyanaz a hamis identitásunk, azonosságtudatunk? E kérdés tisztázása érdekében szeretném megvizsgálni az öröklési törvényt. Mindaz, ami vagyunk, azt kétségtelenül örököltük. Honnan származik az „élet”, és honnan van minden ember a földön? Honnan származik az ember? Új élet csak a meglévő életből keletkezhet. Mivel élünk, csak valami élőbből származhatunk. Ez természetesen a szüleinkre, nagyszüleinkre, stb. is vonatkozik. Honnan származik minden ember? Egy faj vagyunk, mindannyian ugyanolyan felépítésűek vagyunk. Minden ember működése és alapvető szükségletei azonosak. Ezenkívül megvan a már leírt lelki közös vonásunk is: mindannyian ugyanannak a hamis identitással kapcsolatos tévhitnek vagyunk kitéve.

Ma több mint 8 milliárd ember él a bolygón. Honnan származunk, ha sok generációnyi időre megyünk vissza?

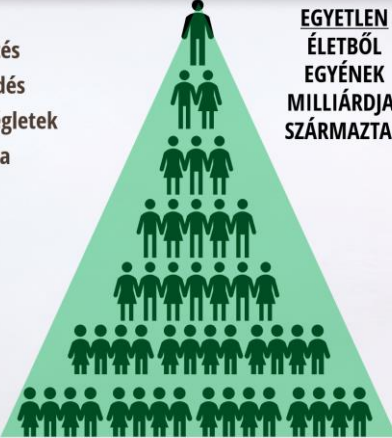
### Az öröklés törvénye a közös eredetet bizonyítja

**CSAK AZ ÉLETBŐL JÖHET LÉTRE ÉLET**



**HONNAN SZÁRMAZIK MINDEN EMBER?**

- egy faj
- azonos felépítés
- azonos működés
- azonos szükségletek
- ugyanaz a hiba



**EGYETLEN ÉLETBŐL EGYÉNEK MILLIÁRDJAI SZÁRMAZTAK**

## 16. Egy új élet – az egyetlen megoldás az ember problémájára

Mi emberek mindannyian egy életből lettünk, még akkor is, ha különböző egyének vagyunk. Nincs kivétel. *Mindannyiunknak* egyetlen eredete van, és ez a teremtésben rejlik. Az öröklődés törvénye is a teremtéskor volt meghatározva. A Biblia megmutatja nekünk, hogy Isten kezdetben egyetlen egyedet teremtett: Ádámot. Az 1Mózes 2. könyvében található bibliai beszámolóból tudjuk, hogy ezt követően Ádámából teremtette Évát. Isten elvett egy bordát Ádámtól, és megformálta belőle Évát. Évának lelkileg szintén hozzá kellett kötnie magát Istenhez. Ádámhoz hasonlóan neki is megvolt a megfelelő identitása, azonosságtudata, hogy ő teremtmény. Minden gyermek, aki ebben az állapotban jött volna létre Ádámából és Évából, Ádám életével rendelkezett volna, és így szintén képes lett volna örökké élni.

Ádám lelkileg kötődött Istenhez, és rendelkezett a helyes identitással: „Én egy teremtmény vagyok.” Minden más ember Ádámtól származott. Isten terve szerint az embernek szaporodnia kellett, és örökké, azaz korlátlan ideig kellett élnie.



De a dolgok másképp alakultak. Ádám és Éva becsapták magukat, amikor azt hitték, hogy megváltoztathatják identitásukat, és olyanokká válhatnak, mint Isten. Ez az önámítás az Istentől való elszakadáshoz vezetett. Mivel azonban a lelki függőség be van építve a lélek működésébe, elkerülhetetlenül lelkileg egymástól váltak függővé. Nem tudtak többé Istenbe és az Ő változhatatlan törvényébe vetett bizalommal rendelkezni. Nem tudtak többé hinni Isten szavának. Ezért mindketten a másikba vetették bizalmukat és hitüket. Az emberek azonban az önbecsapás révén lelkileg függetlennek látják magukat. Egy képzeletbeli buborékban élnek, azt hiszik, hogy szabadon gondolkodnak, és nem látják, hogy minden gondolatuk csupán attól függ, hogy mások mit mondanak, vagy tesznek. Ezt az önbecsapást a testi betegségen keresztül tudtam felfedezni, mert ez felfedi a hamis lelki függőséget.

A szeretet, amelyre az embernek szüksége van, mindig csak abból a forrásból meríthet, amely a világ kezdete óta erre a célra rendeltetett. Ahogyan Isten kezdettől fogva meghatározta, hogy honnan kapjuk az oxigént – a levegőből és nem a vízből –, úgy határozta meg azt is, hogy kizárólagosan hol és miből elégíthetjük ki lelki szükségleteinket. Ha mégis megpróbálunk mély lélegzetet venni, miközben víz alatt vagyunk, annak nem lesz jó vége. Ugyanez a helyzet a lelki függőséggel is: ha a szeretetünket emberektől próbáljuk beszerezni, az olyan, mintha a vízből próbálnánk levegőt venni.

Nagyon nehéz tudatosítani valakiben az önccsalásnak ezt a szörnyű állapotát, mert az orvostudományban és a tudomány egészében nincs világos képünk a betegség kialakulásának lelki aspektusáról.

Ha felismerjük azt az önámítást, hogy az ember azt hiszi magáról, hogy ő isten, akkor érthetővé válik, hogy honnan származik minden olyan tanítás, amely tagadja Istent. De még az Istent közvetlenül nem tagadó emberek sem tudják, miért van szükségük Istenre. Sajnos a vallások nem tükrözik pontosan a Teremtő szeretetét, hanem inkább egy uralkodó és diktatórikus Isten képét mutatják. Ezért mondhatjuk, hogy végső soron minden ember konfliktusban áll Istennel. Már nem tudnak közel kerülni Hozzá. Következésképpen az emberek évezredek óta sokféle módon próbálják pótolni az Istenhez való közelség hiányát. Sokan a vallásokban vagy ideológiákban remélnek megoldást a problémájukra. Akár Buddha, akár Marx, Konfuciusz vagy Gandhi, a cél mindig az, hogy valamilyen módon megoldják ezt az emberi

problémát. Ez azonban nem hozza helyre az ember hamis identitását.

Ádám élete, amelyből mindannyian származunk, végül is elszakadt Istentől. Ez azt jelenti, hogy már nem vagyunk tartósan életképesek, és meg kell halnunk. Ha nem lenne mód arra, hogy ebből a de facto (ténylegesen) halott állapotból kilépjünk, hogy kicseréljük azt, hogy átváltozzunk egy időben nem korlátozott életre, akkor egyáltalán nem is élnénk.

Lehetséges-e megtérést elérni egy olyan emberben, aki tévesen azt hiszi, hogy ő maga isten?

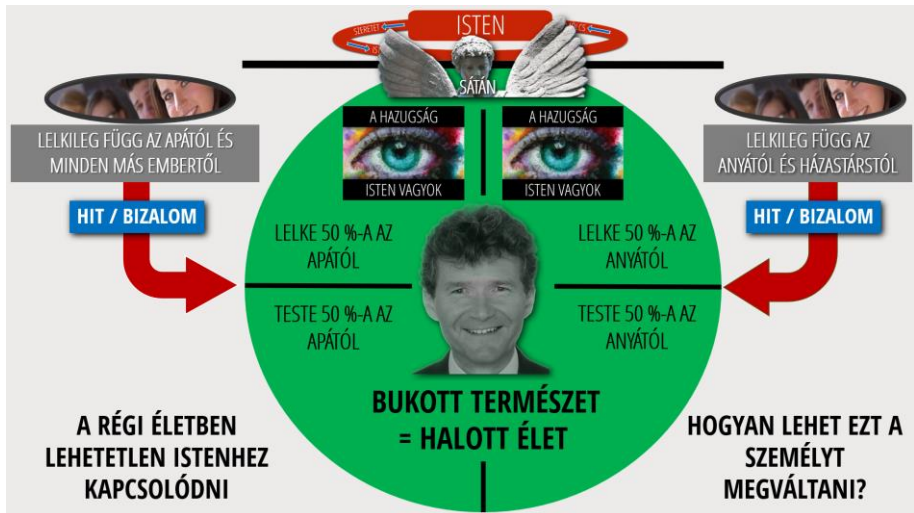
**15. eset:** Mianmarban talákoztam egy buddhista szerzetessel. Körülbelül 50 éves volt, rendkívül megnagyobbodott pajzsmirigye volt, pajzsmirigy túlműködéssel és súlyos szívproblémákkal küszködött. Semmilyen gyógyszer nem segített rajta. Tíz évvel korábban a felesége elvált tőle, és magával vitte a gyerekeket. Ezután depresszióba süllyedt és szerencsejátékokba menekült. Bizonyos idő alatt eljátszotta szülei összes pénzét, körülbelül 60 000 dollárt. Ez hatalmas vagyon volt, mert Mianmarban az emberek naponta csak körülbelül 1 dollárt keresnek. Miután eljátszotta a pénzt, mély lelkiismeret-furdalás fogta el, mert tönkretette a szüleit a tetteivel. Szerzetes lett, sokat meditált és hiába kereste a békét.

Mitől lett beteg ez a személy? Ki okozta a pajzsmirigyproblémákat? A válasz: ő maga! A lelke irányítja az egész testét, beleértve a pajzsmirigyét és a szívét is. Lelke elszomorodott, és nem látott megoldást a problémájára. Lelkileg a felesége és gyermekei szeretetétől *függött*. Amikor elvesztette ezt a szeretetet, nem látott más kiutat, minthogy valahogyan jó érzéseket szerezzen a szerencsejátékon keresztül. A szerencsejáték a szeretet helyettesítője volt számára. Nem maga a játék, hanem azok az emberek, akikkel együtt játszott. De ők eltűntek, amikor a pénze elfogyott. Nem vette észre, hogy ezzel még mélyebb problémába sodorta magát. Testi betegsége a hamis lelki függőségének tükröképe volt. Lelkének nem volt megoldása. A szerzetesség és a meditáció sem hozott neki gyógyulást. Mit ajánlottam neki megoldásként? „Új életre van szükséged, új identitással”.

Miért kell egy új élet egy új identitással? Mert a régi élet csak a lelki szükségletek kielégítése végett képes emberekhez – és néha állatokhoz –

kötődni. Nem képes arra, hogy lelkileg Istenhez kösse magát az „Én isten vagyok” identitással. Ha ez lehetséges lenne, akkor nem lenne szükség egy új életre, amelynek kötődési pontja csak Isten. Az ember összes problémája összefoglalható egyetlen kérdésben: Kitől függök lelkileg? Az Istentől való függés fiziológiai, normális, és nincs alternatívája, helyettesítője.

Már láttuk, hogy a szükségletek és a szükségletek forrásai tekintetében nincs választás. Amint az ember elveszíti szükségletei kielégítésének forrását, nem tud élni. Ha nem jut többé friss vízhez, akkor meg kell halnia. Ugyanígy nem tud létezni, ha nem fér hozzá a szeretet forrásához. Az, hogy egyáltalán élünk egy rövid ideig, bár el vagyunk választva Istentől, mint szeretetforrástól, egyedül az Ő kegyelme folytán lehetséges, hogy a régi életből az új életbe léphessünk. Ha valaki elmulasztja ezt az átmeneti lehetőséget, hogy megváltoztassa állapotát, akkor csak a nemlét, az örök halál marad számára.



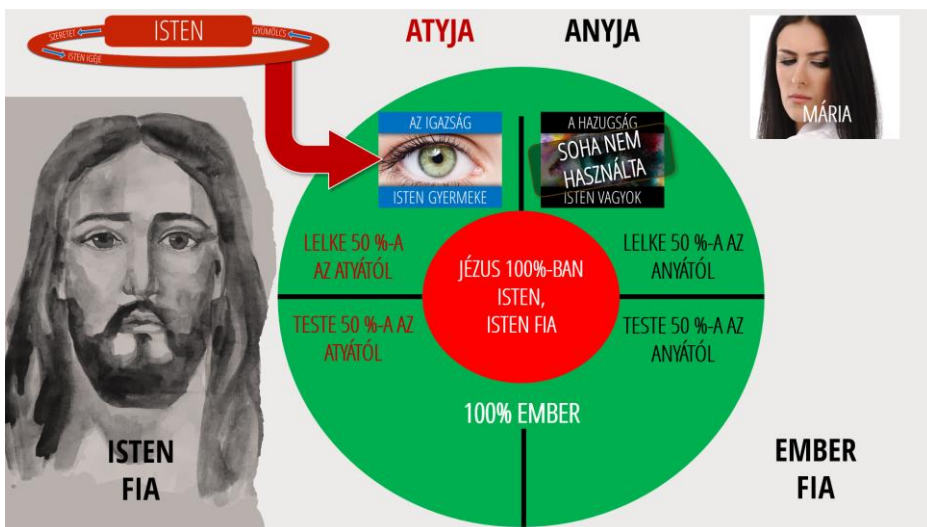
Így a betegségeink és tüneteink egyszerre jelzik és figyelmeztetnek, hogy rossz lelki kötődési ponthoz (más emberekhez) kapcsolódunk, és azt is felismerjük, hogy ez hamis. Ennek következtében választási lehetőséget kapunk, hogy feladjuk a régi élet tévedését, és a szeretet és az élet igazi Forrásához kötődünk, az Új Élet igazságával helyettesítve a régit.

Honnan jön az „Új Élet”? Hogyan jött létre?

## 17. Az új élet megteremtése az új identitással

Mivel az önbecsapás problémája az ember lelkében keletkezik, csak a lelkében lehet megoldani. Mivel az ember erre már nem volt képes önmagában, Isten megtalálta a módját, hogy segítsen neki. Isten azonban úgy teremtette a lelket, hogy kívülről nem tudja irányítani. A léleknek belülről, bizalommal kell a szeretet forrásához kötődnie. Tévedésében azonban az emberi lélek erre már nem képes, ezért Isten maga fogant egy emberi lényt egy Ádám-tól örökölt életben.

Jézus fogantatása Máriában a Szentlélek által volt az egyetlen módja annak, hogy az embernek megoldást adjon. Az öröklés törvényének megfelelően Jézus azáltal örökölte az Önmagára vonatkozó igazságot, a helyes identitást – az Atya fia vagyok –, hogy az Atyától fogantatott. Az Önmagáról szóló igazság révén az embrió Istenhez kötődött. Ezzel elhárult az akadály, amelyet egy földi apa által fogant gyermek soha nem tudott volna leküzdeni. Az ember, Jézus, összekapcsolódott az Atyjával. Megfelelő fiziológiai kötődésben volt.



Az öröklési törvény értelmében azonban Jézus örökölte a hibát is az anyjától, Máriától. Ő azonban soha nem használta ezt a hamis identitást, hanem el kellett pusztítania azt önmagában. A földön töltött ideje alatt Jézusnak ellen kellett állnia annak a kísértésnek, hogy emberi létében Isten akarjon lenni, *noha* Ő teljes mértékben Isten is volt. Fontos megérteni azt a tényt, hogy Jézus az örökkévalóságtól fogva Istenként létezett. Jézus az istenségét az emberi természettel, mint egy ruhával takarta el. Ily módon az Ő embersége látható volt, istensége pedig el volt rejtve. Ez teszi Jézust egyrészt Isten Fiává, másrészt, Mária részéről – és így Ádámtól – az Ember Fiává.

Jézus tehát 33 és fél évig élt a Földön. Többször provokálták arra, hogy olyan dolgokat tegyen, amelyeket identitása, hogy Ő Isten gyermeke, nem engedett meg.<sup>15</sup> Kétségbe kellett volna vonnia valódi identitását ahhoz, hogy válaszoljon a többszörös támadásokra és megtévesztő manőverekre. A kétely lehetősége létezett, és ez volt a célja Sátán minden kísértésének, hogy így megakadályozza az ember megváltását.<sup>16</sup> Jézus azonban soha nem kérdőjelezte meg identitását, hogy Ő mennyei Atyja gyermeke. Ennek eredményeképpen senki sem tudta Őt megkísérteni, hogy valami rosszat tegyen. Jézus egészen addig kapcsolatban maradt az Atyjával, amíg a kereszten át nem adta a lelkét.

Jézus küldetése az volt, hogy az Atyával való kapcsolatán keresztül és az Atyával együttműködve leleplezze és leküzdje az emberi lélekben rejlő tévedést önmagában. Jézus eltávolította a bűnös természetet, a hamis identitást önmagában. Ezt teljesen eltávolította, amikor a kereszten felkiáltott: „Elvégeztetett!” (János 19:30). Most Ádám élete, az ember, akitől mindannyian származunk, megszabadult a bűnös természettől.

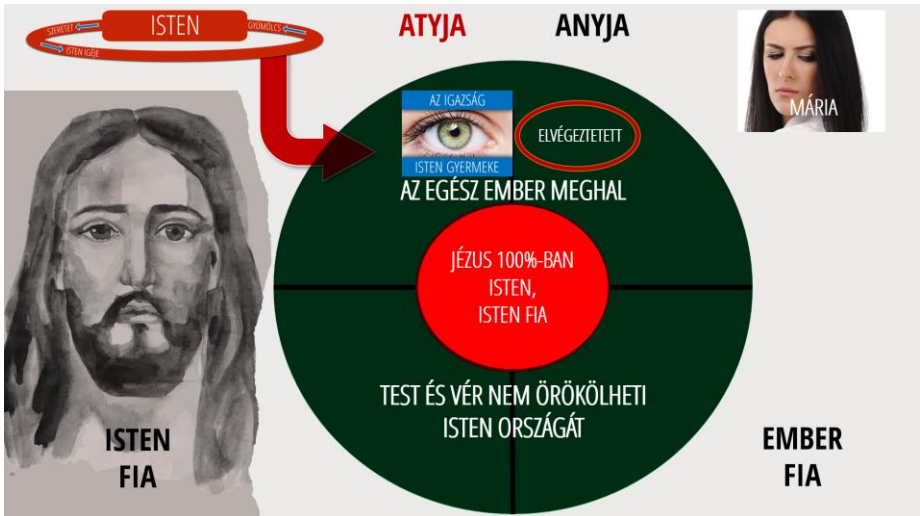
De nem állt meg itt. Az egész embernek meg kellett halnia, mert test és vér nem örökölheti Isten országát (1Korinthus 15:50). Ádám élete az egyszeri bűne miatt halott volt. Az ember többé nem tudja magát Istenhez kötni, és ezért nem képes többé megtartani az életét. Mindazonáltal az ember

---

<sup>15</sup> Erre példa az is, amikor a tanítványok, Jakab és János arra kérik őt, hogy hívjon tüzet az égből, mert egy falu nem volt hajlandó szállást adni nekik (Lukács 9:51-56).

<sup>16</sup> Lásd Jézus megkísértését az ördög által a pusztában (Máté 4:1-11; Lukács 4:1-13).

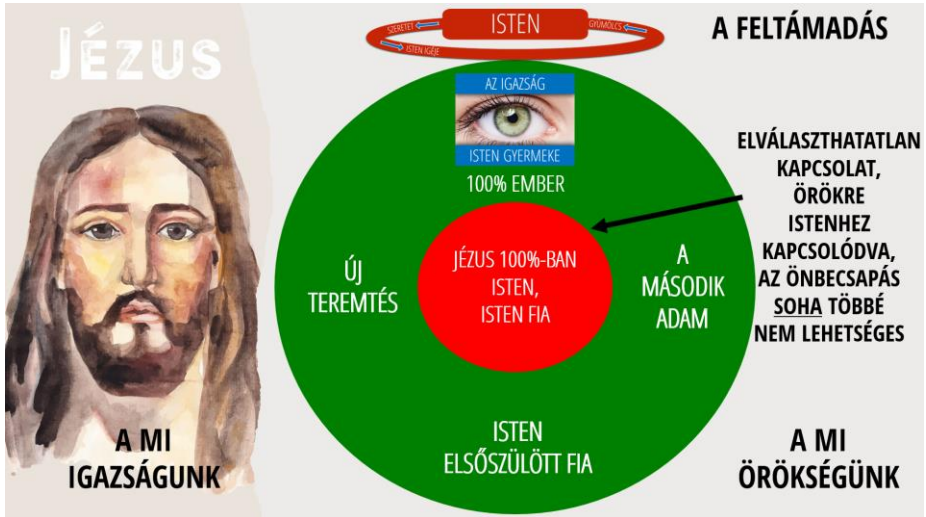
kizárólag kegyelemből létezik, de csak korlátozott ideig, hogy az egyénnek lehetősége legyen a régi életből való kilépésre.



Azzal, hogy belépett Ádám életébe – amelyből minden ember él –, és magára vette minden bűn okát (az „én isten vagyok” tévedést), és megsemmisítette azt Önmagában, Jézus magára vette az egész világ bűneit, hogy igazságosan ítélkezzen felette. Jézus magára vette minden valaha létezett ember bűnét, és a bűn oka és következménye felett győztesként halt meg. Ahhoz, hogy ez megtörténhessen, Ádám életének visszavonhatatlanul véget kellett érnie, az teljesen megszűnt. Ezért kellett Krisztusnak az egész embert a kereszthalálba vinnie. A mi megváltásunkhoz szükséges volt, hogy a régi életet teljesen megsemmisítse, és a feltámadás által egy teljesen új életet teremtsen azokból az immár megtisztított összetevőkből (test és lélek), amelyekből ez az élet állt.

A harmadnap feltámadása által Krisztus lett a második Ádám – egy életet adó lélek (1Korinthus 15:45). Amikor Krisztus feltámadt a halálból, halhatatlan lényként és örökre egyesülve Istennel, új teremtmény lett, és az is maradt. Most már örökké az igazságban van. Ő Isten elsőszülött Fia. A csodálatos üzenet itt az, hogy mindannyian Isten fiaivá és leányaivá válunk a Jézusba vetett hit által. Ez a mi üdvösségünk. Nincs más lehetőség az ember számára.

Ez az egy új élet minden, amire szükségünk van! Ha a régi ember hitben elfogadja, az új ember az isteni természet részese lesz. Igazságunk és minden reménységünk egyedül Krisztusban van. Az Ő új élete vezet vissza minket Isten jelenlétébe.



Az új ember elválaszthatatlan Istentől. Az önbecsapás örökre kizárt az új életben. Ezt a megváltás hozza el. Isten tett valamit, hogy az önbecsapás többé ne legyen lehetséges. A Teremtő elválaszthatatlanul egyesítette magát az emberrel. Isten teljes világosságot teremtett az egész világegyetem számára, hogy a Teremtőnek nincs alternatívája. Egyetlen lélek sem lesz képes soha többé kétségbe vonni, vagy megcáfolni ezt. Soha többé egyetlen lélek sem lesz képes becsapni önmagát az identitásával kapcsolatban. A megtévesztés egyszer s mindenkorra lelepleződött és megmutatkozott minden lénynek: A Teremtő és a teremtmény kapcsolata abszolút, változatlan, jó és helyes.

Isten a Jézus feltámadása által teremtett új életet kínálja fel minden embernek, hogy hit által elfogadja azt. Ennek az új életnek a hit általi elfogadása a megoldás minden emberi problémára. Az Istentől való elszakadás, amely Ádámmal és Évával kezdődött a bűnbeesés által, és minden leszármazottjunkt érinti, nem fordítható vissza az ember saját

erőfeszítései által. Az Istenhez való visszatérés számunkra lehetetlen – ami azt jelenti, hogy meg kell halnunk. Az egyetlen kiút az, ha hit által elfogadjuk Jézus életét.



Az üdvösséghez szükségünk van mind az Ő földi életére, mind pedig arra az új életre, amelyet Ő teremtett, amikor második Ádámként kijött a sírból. Számomra személy szerint ez azt jelenti, hogy minden bűnöm bocsánatot nyer, és beléphetek egy új életbe – az Ő életébe, a Jézus életébe. A Szentlélek ebben lényeges szerepet játszik. Ő képes Jézus életét a hit által elérhetővé tenni számunkra. A Szentléleknek minden ember szívében kell munkálkodnia.

A kérdés az: Hogyan tudják az emberek alkalmazni az új életet, ahhoz hogy szabadságban élhessenek?

## 18. Az ember felszabadítása a veleszületett szükségletek alól

Az ember teremtésének módja alapján világossá válik, hogy a felszabadulásnak minden egyes ember számára személyesnek kell lennie. A lélek csak belülről tudja irányítani önmagát, és így csak az egyén tudja alkalmazni az Isten által teremtett új életet. Az úgy áll rendelkezésre, mint egy gyógyszer vagy orvosság, de csak az egyén veheti be. Ha azonban az ember nem fogadja azt be hit által, és nem teszi az élete részévé, akkor az Isten által teremtett új élet az ő számára hiábavaló volt.

A veleszületett tévedésből való felszabadulás és megváltás csak Istennel együttműködve lehetséges. Isten megteremtette az eszközöket; az alkalmazás az egyénre van bízva. Ezért az ember maga felelős azért, hogy megszabadul-e. Senki sem tehet helyette semmit, csak maga az ember. Ehhez azonban bizonyos önismereti képességre, a természet törvényeinek tudatosítására és az Istentől való lelki függés felismerésére van szükség.

Szeretném elmagyarázni az új élet hit általi elfogadásának folyamatát személyes tapasztalatom alapján.

Gyermekkorom óta az volt az elképzelésem, hogy egy boldog család lesz életem beteljesülése. Ezért fiatalon megnősültem, hogy ez az álmom gyorsan valóra váljon. A dolgok azonban másképp alakultak, mint vártam.

A legfontosabb lelki szükségletem a harmónia. Ezért a feleségemmel szembeni elvárásom elég magas volt, hogy kielégítse ezt a vágyamat. Alapvetően három szükséglet volt, amelynek kielégítését vártam a feleségemtől:

1. Azt akartam, hogy megértse engem. Hogy megértse a legbelsőbb érzéseimet, és reagáljon rájuk.
2. Azt akartam, hogy figyeljen rám, amikor mondanivalóm van. Ő azonban már mindent jobban tudott, és nem jutottam szóhoz.
3. Volt még egy rendkívüli kívánságom, nevezetesen, hogy reggel, amikor felébred, mosolyogjon. Mint harmóniára szoruló ember, az ő mosolyából éltem.

Szívem tévedésében természetesnek tűnt számomra, hogy a feleségemnek ki kell elégítenie ezeket az igényeket. Mivel azonban elvárásaim nem teljesültek, boldogtalan voltam a kapcsolatban. Keresztényként felnőve megtanultam, hogy a házasság nem olyasmi, amit tetszés szerint fel lehet adni, hanem egy életre szól. Így hát beletörődtem ebbe a helyzetbe, anélkül, hogy belsőleg elfogadtam volna.

Ha boldogtalan vagy, más eszközökkel próbálsz kielégíteni a szükségleteidet. Így lettem a filmek, az internet és a sport rabja. Minél elégedetlenebb voltam a feleségemmel, annál erősebbek lettek a függőségek.

Ugyanakkor nagyon aktív voltam az egyházi közösségemben, mert gyerekkorom óta lelkész akartam lenni. Ahol csak tudtam, bekapcsolódtam, anélkül, hogy tudtam volna, hogy ezek a tevékenységek is csak egy kísérlet arra, hogy beteljesítsem életem célját. Azonban sehol sem találtam kielégülést. Az orvosi munkám a klinikán, a tevékenységem az egyházi közösségben, otthon a családommal – egyik sem töltötte be lelki szükségletemet. A környezetemmel szembeni elvárásaim nem teljesültek. Fogalmam sem volt, miért vagyok ennyire boldogtalan, hajszolt és nyugtalan.

Így 2002 végén, miután befejeztem a szakvizsgámat, arra a következtetésre jutottam, hogy szükségem van egy kis szünetre, és úgy döntöttem, hogy kiveszek egy év szabadságot. Javítani akartam a családi helyzetemen, hogy fennmaradjon a házasságom.

Ahhoz, hogy családuknak 2002-es év végi állapotáról világos képet nyújtsak, még egy szempontot kell megemlítenem. 1998-ban egy 6 gyermekes család bomlott fel a mi egyházközösségünkben. Felmerült a kérdés, hogy mi legyen az elhagyott 7-17 éves gyerekekkel. Isten vezetésével gyorsan elhatároztuk, hogy a gyerekeket családuknakba vesszük, és 6 gyermek nevelőszülei lettünk. Ez a helyzet stresszes volt, de számomra nagyon kiteljesítő. Szerettem a gyerekeket, és sok időt töltöttem azzal, hogy mindenféle tevékenységet végeztem velük.

Ez az új helyzet, bár lelkileg gazdagított, mégsem tett teljesen boldoggá. Folyamatosan egy olyan feleségről álmodtam, aki boldoggá tesz. De mivel nem akartam lemondani a gyerekekről, a 2002-es év végén kivettem egy év szabadságot. Minden eszközt fel akartam használni, hogy boldog legyen a család. Elhatároztam, hogy jobban odafigyelek a feleségemre, hogy ő

megváltozzon, és mi továbbra is családként élhessünk.

A terv azonban nem vált be. 2003 első néhány hónapja után arra a következtetésre jutottam, hogy nem tudom megváltoztatni a feleségemet. Az akkori elképzeléseim után nem volt más választásom, mint elválni és keresni egy másik nőt, aki boldoggá tesz. Kínomban arra is hajlandó voltam, hogy lemondjak a nevelt gyerekekről, csak hogy végre boldog lehessenek. Akkoriban 39 éves voltam, és úgy gondoltam, hogy ha most nem teszem meg, akkor egész életemben boldogtalan leszek.

Új tervet készítettem, hogy a tanév végén elválok. Felmondtam a bérleti szerződést a házra, ahol a gyerekekkel együtt laktunk. A gyerekek, akik még kiskorúak voltak, az édesanyjukhoz költöznének, én az édesanyámhoz, és a feleségem is a szüleikhez költözhetne. Így mindenkiről gondoskodtunk volna, és lett volna hol lakniuk.

Még mielőtt 2003 nyarán a különválás terve megszületett volna, terveztünk egy utazást az Egyesült Államokba, hogy meglátogassunk egy családot, ahol a házaspár házassági tanácsadó is volt. Mivel a repülőjegyeket nem lehetett lemondani, bár a válásra vonatkozó döntésem egyértelmű volt, a megbeszélte időpontban elrepültünk. Egy 2003. június 1-jén tartott kb. 3 órás házassági tanácsadás után, amelyen határozottan megvédtem az álláspontomat, és nem egyeztem bele a kibékülésbe, jött a gondolat, ami így szólt: **„Ha megtartod a parancsolataimat, Én gondoskodom a szükségleteidről.”**

Ez egy szokatlan gondolat volt, ami először örömmel töltött el, mert kilátásba helyezte, hogy boldog lehetek. Amikor azonban továbbgondoltam a dolgot, rájöttem, hogy ez a feltétele az igényeim kielégítésének: „Tartsd meg a parancsolatokat”. Keresztényként gyermekkoromból ismertem a tízparancsolatot, és az én esetemben a 7. parancsolattal volt problémám, amely szerint nem szabad felbontani a házasságot.

Gondolatban azzal érveltem, hogy 20 évig hűséges voltam a családban, legalábbis fizikailag, de nem voltam boldog. És most maradjak a családban, hogy boldog lehessenek? Nem értettem, és ezért nem gondolkodtam tovább ezen.

Egy héttel később leültünk a házassági tanácsadó családdal, hogy elbúcsúzzunk. Tízen voltunk egy szobában, a feleségem és én három 14, 16 és 18 éves nevelt gyermekünkkel, valamint a házigazda családdal a három,

hasonló korú gyermekükkel. Rövid eszmecsere nek kellett volna lennie az együtt töltött időnkéről. A beszélgetés közben a családapa felém fordult, és hirtelen megkérdezte: „Elszántad magad?” ... Amikor meghallottam ezeket a szavakat, biztos voltam benne, hogy azt kérdezi tőlem, hogy elszánt vagyok-e a családtól való elválásra, mert addig mindig egyértelműen ezt kommunikáltam. Anélkül, hogy megvártam volna a kérdés folytatását, hangosan és határozottan igennel válaszoltam. A kérdése azonban fordítva hangzott: „Eltökélt szándékod, hogy a családdal *maradsz?*”. Hangos és kétségtelen „igen”-emet nem lehetett figyelmen kívül hagyni. Nemcsak én, a gyerekek is megdöbbenek, mert tudták, hogy elszánt vagyok a különválásra, nem pedig a maradásra. Olyan dilemmába kerültem, amelyre megoldást kellett találnom. Igent mondtam valamire, amit egyáltalán nem úgy gondoltam.

Csak az a választásom volt, hogy azonnal visszavonom az igent, vagy pedig elfogadom. Nem tudom, mi indított arra, hogy megmaradtam az “igen” mellett a családnál maradásra, de belsőleg megtettem. Abban a pillanatban beteljesedett Isten ígérete, hogy szükségleteim teljesülnek, ha a családdal maradok.

Nem tudom megmagyarázni, hogyan történt, de a nagy éhségem, hogy egy nő szeressen, elmúlt. Megszállottságom és nyugtalanságom azonnal véget ért. Olyan belső békére tettem szert, amely azóta sem hagyott el. Minden függőség, amelyet boldogtalanságomban tapasztaltam, és amely ellen addig sikertelenül küzdöttem, eltűnt. A mai napig, több mint 20 évvel később, nem jelentek meg újra.

Az élmény annyira lenyűgöző volt, hogy nem igazán tudom leírni. Az egész belső életem megváltozott; kiszabadultam egy belső börtönből. A testem is reagált, és meggyógyultam az évtizedek óta tartó hátfájásból. A migrénjeim, amelyek 15 éves korom óta voltak, azóta megszűntek.

Ezt a tapasztalatot az élet cseréjének tekintem. Feladtam a régi életemet, amelyet az a tévhit jellemezett, hogy egy másik embernek kell boldoggá tennie engem, és befogadtam az Új Életet, amelyet Isten az Ő Fiában teremtett a szívembe. Összekapcsolt a szeretet és a béke Forrásával, és így szükségleteim kielégülhettek.

Az ezt az élményt megelőző időszakban néha nagy kétségeim voltak azzal

kapcsolatban, hogy Isten valóban létezik-e vagy sem. Nem tudtam felfogni Őt, és néha azon tűnődtem, hogy hol van. Ez az élmény azonban egyértelmű jelzést adott számomra, hogy Ő létezik, és Ő minden boldogság forrása.

Hogy végre eloszlassa kételyeimet, az immár 20 éves gyakorlati tapasztalattal megcáfolhatatlan bizonyítékot is adott létezésére. Az ember szeretet, szabadság, igazságosság, biztonság, stb. iránti lelki vágyát csak Ővele lehet kielégíteni. Lelki szükségleteink kielégítése *bizonyosan* nem más embereken keresztül vagy bárhol máshol a természetben történik. Lehetetlen, hogy olyan nyilvánvaló szükségleteink legyenek, amelyeknek nincs módja és forrása a kielégítésükhöz. Isten úgy rendezte el, hogy egyedül Ő tudja kielégíteni az ember lelki szükségleteit.

## 19. Mit hoz az új élet?

Bár mindig is kételkedő voltam, most abba a helyzetben kerültem, hogy higgyek. Nem tudtam mással megmagyarázni, hogy minden lelki szükségletemet egy csapásra kielégítették, mint Isten munkájával. Az Ő gyermekeként most elkezdtem felfedezni ezt a kapcsolatot és ebből élni. Ma ezt a 2003. június 7-ét az új életbe való belépésem napjának tartom. Ez volt a kezdete az egóm első, részleges halálának, az „Én isten vagyok” tévedésemnek, és ezt felváltotta az „Isten gyermeke vagyok” igazsága.

2003. június 7. óta tanulom, hogyan kell Isten szeretetét, amelyhez most már hozzáférhetek, a gyakorlatba átültetni. Bár mindenkinek megvan a képessége, hogy szeressen, hiányzik belőlük a szeretet, amelyet nem tudnak magukból előállítani. Fizikai szinten mindannyian könnyen megérthetjük, hogy mindenkinek megvan a képessége a lélegzésre, de az oxigént egy rajtunk kívüli forrásból kell beszerezni. Ugyanez a helyzet a lelki szükségletekkel, amelyekre a „szeretet” gyűjtőfogalmát használjuk. Az Istennel való kapcsolatomból, amit most már megalapoztam, ezúttal megtanulhatom, hogy Isten szeretetét átadjam, még olyan embereknek is, akik nem tűnnek számomra szeretetre méltónak. Ebbe az is beletartozik, hogy többé nem várom el, hogy mások szeressenek.

Ez a Mennyei Atyámmal járt út egy felszabadító folyamat. Ami azonban megnehezíti, az a tévedés maradványainak folyamatos létezése bennem. Maradék tévedésemet először nehézségek által kell felismernem, hogy aztán az okot – az önbecsapásomat – felcserélhessem az önmagamról szóló igazsággal. Ez a keresztény ember hitbeli harca, mert anélkül, hogy felismerném ezt önmagamról, hogy hol csapom be még mindig magam, és hol kell még mindig az igazságnak felváltania a hazugságot, nem válhatok teljesen szabaddá.

Ezen a ponton valami hiányzik az üdvösség hagyományos keresztény értelmezéséből. Az ember tudatlansága miatt, ami a lelkének működését, az önuralmat, a veleszületett hibát illeti, a keresztények lényegében két csoportra oszlanak. Ez a megosztottság más vallásokban és ideológiákban is

megfigyelhető. Felületesen „konzervatív” és „liberális” néven szeretjük ezt kifejezni. Végső soron azonban mindegy, hogy a vonal melyik végén állsz, akár a szélsőjobbon, akár a szélsőbalon, vagy akár a mérsékelt középén, egyszerűen csak *ugyanazon a vonalon* állsz. Nem ismered fel az önbecsapást, ami az egyik embert az egyik, a másikat a másik irányba vezeti. De ez még mindig ugyanaz az önámítás, amelyben mindenki öntudatlanul (bár egyeseknél tudatosan) *a saját javát* keresi. És amíg valaki azt hiszi, hogy tehet valamit önmagáért, addig megszegi a szeretet törvényét. Mert egyetlen teremtmény sem tehet semmit önmagáért. Tehát az ember sem tud. De szíve tévedésében meg van győződve arról, hogy tesz valamit önmagáért.

Jézus azért jött, hogy ezt a hamis „Én isten vagyok” gondolatot a keresztre szögezzék, és új teremtményt hozzon létre, új életet, amely újra a szeretet törvényében működik. Egy olyan életet, amely önzetlen, ahogyan Isten és minden más teremtménye is az.

Azzal a gondolattal születtem, hogy „Én isten vagyok”. Minden, amit 2003. június 7-ig tettem, önzésből fakadt. Mindent önmagamért tettem, és ez a törvényen kívül áll. Bár az azt megelőző 39 évben is külsőleg sok jót tettem, a motiváció mégis rossz volt. Mindig magamról szólt, még ha némelyik önzetlennek is tűnt. Amikor 2003. június 7-én meghoztam a döntésemet, egy csere történt. Az előző életem felkerült a keresztre, és egy új életet kaptam, Jézus életét. Ezzel megkezdődött számomra az az út, hogy a szeretet motivációjából cselekedjek.

Fontos megérteni: a tévedésből csak önzés származhat. Az igazságból csak a szeretet származhat. A természet törvénye ezt világossá teszi. A Lukács 6:44-45 nagyon egyszerűen írja le: „Minden fát a gyümölcséről lehet megismerni, mert a tövisről nem szednek fügét, és a csipkebokorról sem szüretelnek szőlőt. A jó ember szívének jó kincséből hoz elő jót, a gonosz ember pedig az ő szívének gonosz kincséből hoz elő gonoszt...”

A kereszten történt csere által megtapasztaltam a megbocsátást az elmúlt 39 évemre. A megbocsátás csak akkor történhet meg, ha egyúttal a bűn oka, az önzés is megszűnik. Ez a hiba a szívben – vagy ahogy Jézus nevezi, a szív gonosz kincse. A megbocsátás tehát csak úgy érhető el, ha a régi életet felcseréljük az új élettel. Az egyes cselekedetek megbocsátása anélkül, hogy az okot, ami miatt elköveltük őket, megszüntetnénk, nem lenne összeegyeztethető Isten igazságosságával. Ezért használták az

Ószövetségben az áldozati rendszert, amely világossá teszi: csak az élet cseréjével, amiből a cselekedetek származnak, van megigazulás és igazságosság.

Remélhetőleg érthető, hogy az itt értett életcsere a hit lelki cselekedete, és kezdetben nem a fizikai valóságban történik. Jézus teremtette az új életet, az valóságos, de azt csak az Ő visszajövelekor kapja meg minden egyes ember külsőleg és láthatóan. Csak akkor fogunk teljesen átalakulni az új élet valóságába. Akkor leszünk ténylegesen új teremtmény. Addig is az új életben való hitben élünk, és azt *csak hit által* tudjuk átültetni a saját életünkbe.

Mit jelent ez a hitcsere konkrétan? A hitnek tartalomra van szüksége, a léleknek világos információkra van szüksége, hogy eligazodjon. Két belső magatartásra van szükség:

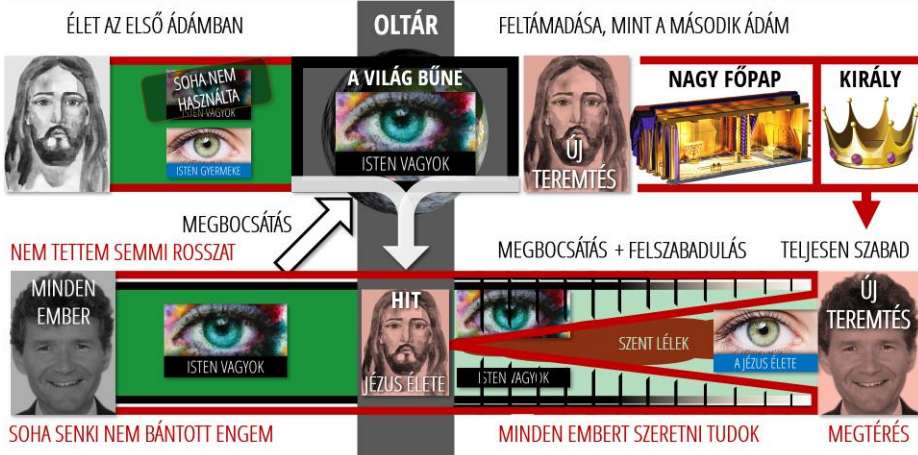
- a. Tiszta a lelkiismeretem, ami a múltat illeti. El kell hinnem, hogy az új életben *soha nem* vétkeztem, és nem követtem el hibákat. Ha a régi életben öltem, megszegtem a házassági fogadalmat, hazudtam vagy bármit tettem, akkor azt már *nem tettem*. Jézus átvette azokat. A régi tetteim már nem az enyéim, most már Krisztusé. Ő fog dönteni róluk az ítéletkor. Ez a megbocsátás Isten részéről. Ha valakinek továbbra is büntudata van, akkor még nem hisz teljesen az élet cseréjében. Akkor még mindig a sajátjának tekinti a régi életét, és úgy ragaszkodik a múltbeli tetteihez, mintha azok még mindig az övéi lennének. Akkor még nem adott át mindent Krisztusnak.
  
- b. A múltam most már Jézusé. Senki sem bántott engem a múltban, ez az az információ, amit el kell fogadnom és el kell hinnem magamban, hogy többé ne mások áldozatának lássam magam. Nem számít, hogy mit éltem át, és mit tettek velem mások, a cserén keresztül ez már nem az enyém, és nem vonatkozik rám személyesen. Ez a megbocsátás a részemről. Ha valaki még mindig tartozik nekem valamivel, ha úgy gondolom, hogy valaki a múltban bántott engem, akkor még nem vagyok a hit által Jézus új életében.

A régi élet felcserélése a jézusi új étellel megoldja az összes emberi problémát, amelyek két kategóriába foglalhatók: az önvád és a mások vádolása. Az ember vagy saját tettei áldozatának tartja magát, vagy mások tettei áldozatának. Mindkettő helytelen, mindkettő önbecsapásból ered, és arra vezetik az embert, hogy saját maga ellensége legyen, és ezáltal elpusztítsa önmagát.

2003. június 7-e már régen elmúlt, és én hitben továbbléptem. A még bennem maradt tudatnak, hogy „Én isten vagyok” lépésről lépésre, napról napra fogynia kell. Minden reggel megvizsgálom az előző napomat, hogy milyen forrásból éltem. Ezt a vizsgálatot általában a természetben végzem, Mennyei Atyámmal együtt, Akinek segítenie kell, hogy pontosan felismerjem, hol volt az önámítás, hogy azt az igazsággal válthassam fel. Tehát a gondolataimat a cselekedeteimmel, a motivációmat a gondolataimmal, a mindenkori gyökeret, az önmagamról szóló hazugságot vagy igazságot pedig a motivációmmal vizsgálom. Meg kell találnom, hogy pontosan hol vezettem félre magam, hogy ezen a ponton válthassam fel a megtévesztést az igazsággal. Tudatosan meg kell látnom, hogy hol játszom Istent. Fel kell ismernem, hogyan élhetek új életet, tudva, hogy a Magasságos gyermeke vagyok. Az Ő gyermekeként nincs szükségem arra, hogy bárki szolgáljon engem, bármit megtegyen helyettem, vagy bármilyen szükségletet kielégítsen. Szükségeimet csak magam tudom kielégíteni, ha Istentől veszek, és ezt a szeretetet továbbadom.

A következő ábra annak az embernek az útját mutatja be, aki a hit harcában a hazugság fogságából az igazság teljes szabadságába jut. Ezt az utat mindenkinek személyesen kell végigjárnia, ezért használtam a fényképemet. Remélem, hogy egy napon teljesen magamba szívhatom az új életet a hit által a lelkemben. Akkor embertársaim egyetlen cselekedete sem készíthet arra, hogy másokat jóra kényszerítsek. Mennyei Atyám ilyen gyermeke akarok lenni, aki mindenkit szeret, és többé nem gyakorolja a kényszerítés semmilyen formáját. Ez a felszabadulás célja.

# Egyetlen megoldás – egy Új Élet



Most még mindig úton vagyok e cél felé, amelyet nem a tetteimmel, hanem a hit által próbálok elérni. Tetteim csak a belső hozzáállásom külső bizonyítéka. Jó tetteim származhatnak rossz motivációból is, akár csak a rosszak. Ezért nem tudom ezt megtenni Mennyei Atyám segítségével nélkül, aki az Ő Szentlelke által segít engem. Lépésről lépésre egyre kevésbé bízom az emberekben, míg egy napon teljesen megbízom majd Istenben. Ebben az állapotban nem fogom többé becsapni magam, és a törvény a szívembe lesz írva. És mindez a hit belső folyamatán és az Isten és köztem zajló együttműködésen keresztül történik, mert Isten senkit sem irányít vagy kényszerít. Csak mi magunk bízhatunk Istenben. Ezért az üdvösség *csak* Isten és az ember együttműködésével lehetséges.

Összefoglalva, csak két identitás van, amelyből gondolatok keletkeznek, nevezetesen vagy az a hazugság, hogy „isten vagyok”, vagy az igazság „Isten gyermeke vagyok”. Mivel a gondolatok már tudattalanul kezdődnek, csak akkor tudom ellenőrizni, hogy melyik identitásból származnak, amikor tudatossá válnak számomra. A tudatos gondolataimból tehát felismerhetem, hogy tévedek-e vagy sem. Ekkor van választásom, hogy tovább „táplálom”-e a gondolataimat, vagy sem. Ha felismerem, hogy a gondolatok önámításból származnak, akkor lépéseket tehetek, hogy ne gondoljam tovább őket. A gyökér nem mindig ismerhető fel azonnal, még akkor sem, ha már tudom, hogy ezek a gondolatok a hazugságból származnak. Néha napokig is eltarthat,

mire felfedezem a konkrét tudattalan hazugságot. És csak akkor szabadulok meg a problémától, ha azt az igazsággal helyettesíttem.

Tehát nem könnyű munka ez önmagunkban, de felszabadító tevékenység. Nem akarok megmaradni a hibámban, ami megnehezíti az életemet, csak azért, mert mások valami rosszat tesznek velem, vagy megtagadják tőlem azt, ami jó. Nem az én hibám, hogy örököltem ezt a tévedést, de Isten kegyelméből tehetek valamit azért, hogy ez a hazugság ne gyötörjön engem.

Íme néhány konkrét példa arra, hogy honnan származnak bizonyos gondolatok:

**Megszállott gondolatok** – mindig hazugságból származnak. A kényszeres gondolatok mindig helytelenek. Ha kényszeríteni akarsz valakit, vagy ha haragszol valakire, akkor tévedsz. Ha haragszol valakire, akkor önmagadat pusztítod el. Ha már nem vagy ura a saját gondolataidnak, és érzelmeidre alapozva cselekszel, akkor kényszerítésnek vagy kitéve. Tégy tudatos erőfeszítést arra, hogy emlékeztess magad, hogy tévedsz, amint kényszeres gondolatod támad. Nem számít, hogy valójában mennyire van igazad a dologban. Nem számít, hogy a másik személy mennyire rosszul cselekedett. A kényszer mindig az önbecsapás eredménye.

A **félelem gondolatai** – mindig tévesek. Amint félelmet érzel, meg kell kérdezned magadtól: „Várj, hol rontom el? Megint istent játszom?” A félelem abból fakad, hogy megpróbálok elkerülni valami negatív dolgot, ami nem az én irányításom alatt áll. Mindenkinek megvan a maga meghatározott cselekvési területe, amelyet nem léphet át. Ezt fizikai szinten könnyebb felismerni. Senki sem próbál átmenni egy betonfalon, hanem a nyitott ajtót használja arra, hogy be- vagy kijusson egy szobából. A fizikai világban az ember megpróbál a határok között maradni, amelyeket nem léphet át. Az elme tévedésében azonban nem látom a lelki keretemet. Ezért megpróbálok a lehetetlent, nevezetesen, hogy olyasmit irányítsak, amit nem tudok irányítani. Ez vonatkozik az anyám életére, a házastársamra, a gyermekeimre és még a saját életemre is. De ez az irányítás nincs a lehetőségeink keretein belül. Ezért jobb, ha meg sem próbáljuk. A félelem segít meglátni a hibát, és megkeresni annak gyökerét. Amint megtaláltuk és az igazsággal helyettesítettük, a félelem eltűnik.

**A nyomás** – a testben az önbecsapás eredménye. A test azonnal reagál egy negatív tudattalan gondolatra, és jelzi a hibát. Ekkor számot kell adnunk magunknak arról, hogy mi vezetett a téves gondolathoz, hogy többé ne kövessük azt, hanem az igazságot gondoljuk helyette.

**A bűntudat gondolatai** – nagyon károsak. A bűntudat gondolatai abból a tévhitből erednek, hogy volt más választásunk is, amikor rosszul cselekedtünk. Azért merülnek fel, mert a tett következményei negatívak, nem feltétlenül azért, mert sajnáljuk a tettet. A tévedés azt sugallja, hogy veszteséget éltünk át a cselekedetünk következtében. És mivel képtelenek vagyunk veszíteni, ezért magunkat kell vádolnunk. Ha én isten vagyok, akkor én elítélhetem magamat és másokat is. A bűnösség gondolata nem merülhet fel egy teremtményben, mert a teremtmények nem tudnak ítéletet mondani önmagukról (vagy másokról). Nem szenvedhet személyes veszteséget sem, ha Isten gyermekének tekinti magát.

A **magány** – hamis következtetés. Hogyan érezhetném magányosnak magam annak tudatában, hogy Isten gyermeke vagyok? A gondolat: „Teljesen egyedül vagyok!” vagy „Minden rokonom meghalt, vagy máshol él” vagy „Teljesen egyedül nevelem a gyermekemet” vagy „Nincs senki, aki segítene nekem.” Ezek a gondolatok nem lehetnek helyesek. Ezekről rosszul érzed magad, és károsítják a testedet. A magányosság gondolatai abból a tévhitből fakadnak, hogy „másoknak ott kell lenniük mellettem”. A testnek és az elmének segítenie kell abban, hogy ne higgyünk ezeknek a gondolatoknak, mert nem igazak. *Soha* nem lehetünk egyedül; Isten mindig jelen van, és miért kellene magányosnak tartanom magam az Ő jelenlétének tudatában?

**Elutasítás** – erős önpusztító gondolatokhoz vezet. Istenekként, imádatot követelünk, és ha ezt megtagadják tőlünk, ezt nem tudjuk elfogadni. Személyes veszteségnek tekintjük, ha mások nem dicsérnek, nem értékelnek vagy nem ismernek el minket. De ki vagyok én, hogy ezt az igényt támasszam embertársaimmal szemben?

Amikor a szülők elhagyják, elutasítják gyermekeiket, a gyermekek ezt súlyos traumaként, megtagadásként élik meg. Ez az érintett gyermekeket egy nagyon nehéz, fájdalmas, sok problémával és betegséggel járó útra vezet egészség életük során. Isten kegyelme és annak az igazságnak a felismerése

nélkül, hogy szüleim és más embertársaim semmivel sem tartoznak nekem, arra vagyok kárhoztatva, hogy lépésről lépésre tönkretégyem magam. Ezért meg kell ismernünk az igazságot önmagunkról, és be kell látnunk, hogy minden személyes elvárásunk másokkal szemben indokolatlan. Csak az igazság akadályozhat meg minket abban, hogy elpusztítsuk magunkat csak azért, mert szüleink (néha nagy) hibákat követtek el.

**A reménytelenség gondolatai** – tévesek. Abból a tévhitből fakadnak, hogy ki tudom számítani a jövőt. Azért merülnek fel, mert én, mint isten, tudom, hogy mi lesz ebből a helyzetből. De vajon tényleg tudom-e ezt?

A gondolat, hogy nincs kiút, sok embert depresszióba és önpusztításba, sőt öngyilkosságba sodor. És akkor segítségként és felismerésként tudatosítanunk kell, hogy *minden*, ami önpusztításhoz vezet, ami negatív érzelmeket vált ki, biztosan *nem* felelhet meg az igazságnak. Még ha nem is látjuk azonnal, hogy hol csapjuk be magunkat, akkor is fel kell hagynunk azzal a gondolattal, hogy nincs kiút. Mennyei Atyánk tud ebben segíteni nekünk, ha segítséget kérünk Tőle, hogy kijavítson minket. Isten nem tud helyettem gondolkodni, de meg tudja adni a megfelelő információkat, amelyek felszabadítanak, ha befogadom őket.

A harc a gondolkodásunkban zajlik – hogyan nyerhetek?		
<p>ROSSZ GONDOLATOK:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▶ ERŐLTETÉS</li> <li>▶ FÉLELEM</li> <li>▶ NYOMÁS</li> <li>▶ BŰNTUDAT</li> <li>▶ ELHAGYATOTTSÁG</li> <li>▶ MAGÁNYOSSÁG</li> <li>▶ REMÉNYTELENSÉG</li> </ul>	<p><b>TUDAT</b></p> <p><b>MELYIK FORRÁSBÓL JÖN A GONDOLATOM?</b></p> <p><b>CSAK AKKOR BÍRJUK A VÁLTOZÁST VÁLASZTANI, HA FELISMERJÜK AZ IGAZSÁGOT</b></p>	<p>HELYES GONDOLATOK :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▶ HOGY SZABADON MOZOGHATOK</li> <li>▶ EKKOR A DÖNTÉS RÁM VAN BÍZVA</li> <li>▶ VAN REMÉNY</li> <li>▶ AMELY VALÓRA VÁLTHATÓ</li> <li>▶ AMELY BÖLCCSÉ TESZ TÉGED</li> </ul>
	<p><b>TUDATALATTI / SZÍV</b></p> <p>A GONDOLAT KELETKEZÉSE</p>	

Tagadhatatlan, hogy bizonyos körülmények negatív reakciókra készítetnek

bennünket. Másrésztől viszont más körülmények arra készítetnek minket, hogy örömmel reagáljunk. Honnan tudjuk tehát, hogy ez az öröm és jó érzés az igazságból vagy a hazugságból származik? Az biztos, hogy még a szívünk tévedésében is mindig örömet érzünk, amikor valamit személyes nyereségként értékelünk. Ez a reakció abban a pillanatban nem árt a testünknek. Csak akkor keletkezik kár a testben, amikor elveszítjük ezt a nyereséget.

Ez azt jelenti, hogy nem lehetünk biztosak abban, hogy az igazságban vagyunk, amikor pozitív érzelmeink vannak, mert minden, amit a hiba [a velünk született természetünkéből fakadó gondolkodásunk – a fordító megjegyzése] nyereségnek lát, jó elektromos impulzust vált ki, ami megfelelő a test számára, és ezért kellemes érzést kelt. Ha azonban a körülmények rosszak, és nem felelnek meg a szükségleteinknek, és mégis jó érzésünk van, mert nem a körülményekre, hanem Mennyei Atyánkra támaszkodunk, akkor biztosak lehetünk benne, hogy ez a reakció az igazságból származik.

Megváltónknak, Jézus Krisztusnak egyetlen negatív reakció sem volt a gondolataiban életének nehéz körülményei, az ellenségeskedés, a hamis vádak, a merényletkísérletek, a gúnyolódás, a verés, majd a keresztre szegezés alatt. Így nem állt ellen belsőleg a rossznak, amit ellene tettek, tudván, hogy az elkövetők az Ő Mennyei Atyjának tették, Aki majd megítéli az igazságtalanságot. Következésképpen mindig pozitív érzelmekkel viseltetett mindezen nehéz helyzetek során. Soha nem érezte magát rosszul a gondolkodása következtében. Nagyon szeretném ezt a fajta gondolkodást. Erre törekszem, és remélem, ti is.

Igazi identitásunk azonban bizonyos negatív érzelmeket is kivált, ezért kell például időnként sírnunk. Ezt Jézus életében is látjuk. Hogyan tudunk különbséget tenni a *valóban* negatív és a *tévesen* negatív között?

Itt is szükségünk van egy világos mércére, hogy el tudjuk különíteni a hazugságot az igazságtól. Mivel a reakcióink a tudatalattiban kezdődnek, a hatás segítségével meghatározhatjuk, hogy a reakció az igazságból, vagy a tévedésből származik. A következő szabály érvényes: minden, ami elveszi tőlem az irányítást, az önbecsapásból származik. Bármilyen, ami negatív, és nem veszi el tőlem az irányítást, az igazságból származhat.

A motivációmát is ellenőriznem kell: magamról vagy Mennyei Atyámról van szó? Az önzetlenségben is érzékelhetjük és érezhetjük a negatívumot, de vajon az Isten iránti valódi együttérzésből fakad-e, akinek a teremtménye elpusztul? Ha viszont rólam van szó, és önsajnálamba zuhanok, akkor ez minden bizonnyal mindig hibából történik, mert tönkretesz minket. A különbség nem mindig ismerhető fel azonnal, de idővel gyakorlatot szerzünk az önismeretben, és egyre jobban meg tudjuk különböztetni, hogy tévedésből törekszünk-e valamire magunkért, vagy a Mennyei Atyáért és az Ő teremtményéért, azaz az igazság szerint gondolkodunk.

Valójában elfogadhatjuk az elkövetett igazságtalanságot, az erőszakot, a javaink, gyermekeink, stb. elvételét, sőt, még együttérzést is érezhetünk az elkövetőkkel, ahogyan azt Megváltónk kifejezte: „Atyám, bocsáss meg nekik, mert nem tudják, mit cselekszenek”. (Lukács 23:34). Ez a magatartás megköveteli az igazságban való tökéletesség elérését. Hiszek ebben, és szeretném, ha egy napon meg tudnám élni.

A helyes identitással, hogy Isten gyermeke vagyok, teljesen meg tudom változtatni a gondolkodásomat – és idővel minden problémát meg tudok oldani. Szerintem jó, hogy minden egyetlen pontra redukálható, mégpedig arra, hogy hol kezdődik az ember. Ez az identitása. Ez a mindent eldöntő pont az ember életében.

Végső soron arról van szó, hogy megértsük ezt a pontot, és meggyőződéssel döntsünk úgy, hogy feladjuk a hamis identitású régi életet, és helyébe az Isten által nemzett új életet tesszük. Senkit sem lehet lélekben kényszeríteni valamire, mindenki csak önként, hit által akarhatja azt elérni. És ez jó dolog, mert Teremtőnk arra teremtett bennünket, hogy önrendelkezők legyünk.

Csak egy választásunk van, nevezetesen, hogy elhagyjuk a régi életünket. Nem szabad azonban követnünk a vallások és ideológiák példáját, amelyek a régi életet akarják megreformálni és javítani. Nem megoldás, ha a külsőségeknek tulajdonítunk jelentőséget, amikor a probléma az emberben rejlik. Az ember csak akkor fogadja el az új életet, ha elege van a régi élet gyötrelmeiből; ha meg van győződve arról, hogy a régi életével már nem tud mit kezdeni. Új életre van szükségünk a legbelsőbb lényünkben, amit csak hit által érhetünk el. Mivel az ember szükséglete önmagában van, csak ott oldható meg és orvosolható. A külső változások teljesen alkalmatlanok. Egy

üveget kívülről kimosni, amikor a szennyeződés belül van, nem bölcs dolog, és nem fogja megtisztítani az üveget.

A végidők válsága, amely meggyőződéseim szerint már elkezdődött, két osztályra fogja osztani az emberiséget. Nem gazdagokra és szegényekre, nem fontosakra és jelentéktelenekre, ez a felosztás már létezik. Az emberiség szabadokra és foglyokra lesz osztva. A konfliktus ebben a világban a szabadságról szól. Ahol kényszert alkalmaznak, ahol az egyén lelkét nem veszik komolyan, ott nincs jelen a szeretet. A Biblia nagyon világosan mondja ezt a 2Korinthus 3:17-ben: „Az Úr pedig a Lélek, és ahol az Úrnak Lelke, ott a szabadság.”

Elhatároztam, hogy belül teljesen szabad leszek, és Isten Lelkéből fogok élni. Ha benned is megvan a szabadság, akkor képes leszel azt mindenkinek megadni, és nem próbálsz senkit korlátozni, lekezelné vagy uralni. Ez egyértelmű bizonyítéka annak, hogy az igazságban élsz. Ahol szeretet van, ott szabadság van. A félelem ott többé nem fordulhat elő; kiirtották. Ennek eredményeképpen az ilyen ember viselkedését többé nem tudják befolyásolni mások. Bármilyen nehézség is érje, hű marad a szeretet elvéhez.

Szembe fogunk nézni a megpróbáltatásokkal, és mindenki láthatóan be fogja bizonyítani, hogy mire képes. A szabad ember ezt azzal fogja bizonyítani, hogy nyugodtan és magabiztosan azt teszi, amit lelkiismerete szerint helyesnek tart, és nem azt, amit valaki rá akar kényszeríteni. Aki hazugságban él, az viszont kényszerrel fog harcolni a kényszer ellen. Az erőszakot erőszakkal, az igazságtalanságot igazságtalansággal, a hazugságot hazugsággal és a csalást csalással viszonyozza. Az ember így bizonyítja be saját szívének tévedését. A kényszer ellen csak szabadsággal küzdhetünk. A rosszat csak jóval győzhetjük le. A hazugságot csak az igazsággal tudjuk kiirtani.

A végén a két csoport nagyon világosan különbözni fog egymástól. Világossá fog válni, hogy kinek a lelki gyermeke mindenki. Hamarosan elérkezünk ahhoz a ponthoz, amikor mindenkinek meg kell hoznia a végső döntést. Még mindig minden embernek megvan a választása arra, hogy vagy szabaddá válik, vagy megmarad a veleszületett holt létében. Mit választasz ma?