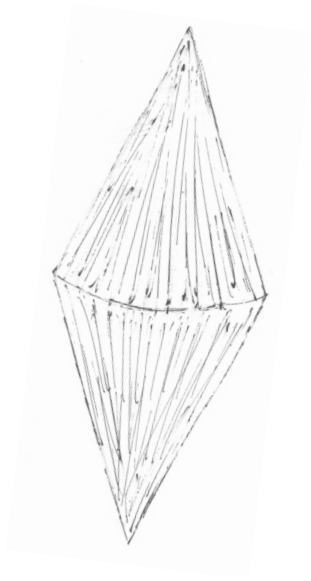


Vég Csaba

# BEAVATÁS



*„Nem az a kérdés, hogy az ember valójában mágikus szemléletű-e, és, hogy a cselekedeteiben és teljes életútjában valóban archetipikus törvényeket követ; az igazi kérdés az, hogy a tudat képes-e egyáltalán megismerni a mágikusan működő világot, a tudattalan mágikusnak tűnő valóságát.”*



*Vég Csaba*

# BEAVATÁS

**Kiterjesztett valóság**

**Filmekről – Más/Kép**

**Szerepek, életek**

**Úton**



Budapest, 2011.

© 2008-2011, Vég Csaba

( veg.csaba@gmail.com )

Minden jog fenntartva

*Elektronikus könyv forma / A5 nyomtatott méret*

[www.astur.hu](http://www.astur.hu)

*( transzperszonális pszichológia, S. Freud,  
Jungi pszichológia, személyiségstruktúra,  
asztrológiai archetípusok, archetípusok a  
filmekben, a tudattalan szimbólumai,  
Hellinger-családterápia, autogén-tréning )*

# Tartalom

## KITERJESZTETT VALÓSÁG ..... 1

Valóság és belső valóságunk .....	3
Források .....	5
Idő és döntéseink.....	7
Reinkarnáció? .....	12
Tudat és tudattalan .....	14
Belső energiák.....	19
A félelmen túl .....	22
Az ego, szerepei és játszmái .....	23
Asztrológia.....	28
Igazság, Erő, Szeretet.....	34
Módosult tudatállapotok .....	36
Pszichedelikumok? .....	40
A sors .....	45
Felettes-tudat.....	48
Igazság, ítéletek.....	55
Az én .....	56
Kiterjesztett valóság.....	60
Érvényesség és észlelés.....	62
„Megnézni” .....	64
Személyiségfejlődés, jelek .....	66
Teljesebb élet .....	69

## FILMEKRŐL – MÁS/KÉP ..... 73

<b>Állítsátok meg Terézanyut!</b> <i>párválasztás és a pszichológiai alaptípusok</i>	75
<b>Taxidermia</b> <i>csak anyag – no lélek</i>	80
<b>Szerelem a kolera idején</b> <i>romantika – dráma nélkül</i>	85

<b>Ponyvaregény</b> <i>látsz is, vagy csak nézel?</i>	91
<b>Ház a tónál</b> <i>az igazat, ne csak a valódit</i>	97
<b>Megérzés</b> <i>férfeltüntetés ezoterikus módon</i>	102
<b>Hancock</b> <i>plátói szerelmesek</i>	107
<b>Grace keresése</b> <i>az igazi lélektárs</i>	113
<b>Sült zöld paradicsom</b> <i>angyalok nehéz sora a földön</i>	119
<b>Jelenetek egy házasságból</b> <i>a Jégkirálynőért – feláldozni mindent</i>	125
<b>A tetovált lány</b> <i>a tudattalan ereje</i>	136
<b>A terapeuta</b> <i>a sors terápiáján</i>	143
<b>A szabadság útjai</b> <i>mellé</i>	150
<b>Út a vadonba</b> <i>az igazi valóság, a valódi igazság</i>	157
<b>Doktor House</b> <i>nem istent, a Sorsot játszva</i>	162
<b>Saraband</b> <i>a remete</i>	169
<b>Kaliforgia</b> <i>amit az élettől valójában akarsz</i>	174

<b>Dr. Csont</b>	
<i>nagyon-nagyon tudományosan</i>	179
<b>Nem látni és megszeretni</b>	
<i>hogyan veszthettem el mindenem?</i>	188
<b>Tágra zárt szemek</b>	
<i>a szakadék előtt</i>	193
<b>A Gyűrű átka</b>	
<i>a „pozitív gondolkodás” természete</i>	200
<b>Amatőr</b>	
<i>élet a halál előtt</i>	207
<b>A forrás</b>	
<i>az Örök élet titka</i>	213
<b>A Faun labirintusa</b>	
<i>Beavatás</i>	218

## **SZEREPEK – ÉLETEK..... 223**

Élet és tulipánok.....	230
Munkával eltöltött élet .....	232
Máshol .....	234
Egyetlen villanás .....	235
A rémálom szelleme .....	236
Domboldal, fenyők .....	239
Pénz, pénz... ..	240
Meghalni .....	241
A Krisna Szellemiség.....	243
Gyilkos büntudat.....	248
Vádló ujj.....	249
A gazda és a fehér csikó.....	251
Charlie és a csokigyár .....	254
Ősök tisztelete .....	256
Paplan-tenger .....	257

I. 1a	Vezess naplót.....	263
I. 2a	Lazulj el.....	266
I. 3a	Álmaid.....	268
II. 1b	A tükör.....	270
II. 4a	Képzeld el.....	272
II. 5a	Védd magad.....	273
III. 1c	Másképp.....	274
III. 2b	Szentély.....	275
III. 3b	Éber álmom.....	277
IV. 4b	Az.....	278
IV. 5b	Töltődj fel.....	278
IV. 6a	Ízleld.....	279
V. 2c	Emelkedés.....	280
V. 6b	Érezd.....	281
V. 7a	Megnézni.....	282
VI. 3c	Álmodni.....	283
VI. 4c	Mesében.....	284
VI. 7b	Ott.....	284
VII. 5c	Tisztítás.....	285
VII. 6c	Fentről.....	287
VII. 7c	Akkor.....	287
*	Szándék-mag.....	288
* * *	.....	290



# KITERJESZTETT VALÓSÁG

*Mind ez nem a tudat megsemmisítését, hanem éppen ellenkezőleg, annak kiterjesztését jelenti, amit tudatosságnak, a folyamatot pedig beavatásnak nevezhetjük. A cél pedig a nagyobb áttekintés megszerzése, s így az élet teljesebbé tétele.*

*A fénynek vajon az árnyék az ellentétje? A lélek mind mélyebb, mind tisztább rétegeibe érve az elnehezült, kaotikus, árnyékokat vető energiák megtisztulhatnak és az önmagán túli fény közvetítőjévé válhatnak, miközben abba hozzáadhatják saját belső teremtő fényüket.*



## Valóság és belső valóságunk

Életünk túlnyomó részében úgy érezhetjük, mintha egy keskeny ösvényen óvatosan haladva egyensúlyoznánk – mindkét oldalon a szakadék mélysége. A tudatunkat annyira lefoglalja az, hogy mi legyen a következő lépés, hogy sem a mélységbe nem mer tekinteni, sem pedig fel, s így sokszor észre sem veszi, milyen vidéken, milyen csodák között vezet át az útja. Csak maga elé néz, arra a keskeny ösvényre összpontosít, hogy túlélje a következő néhány pillanatot. Valami hasonló módon képzelhetjük el a hétköznapi tudatunkat, egy rendkívül szűk fókuszú figyelemként, amely sem a tudatalattiba, az ösztönvilág kaotikusan örvénylő mélységeibe nem mer letekinteni, sem pedig felfelé, hogy egy magasabb szempontból tekintse az útját. A cél a következő megfelelő lépés, a következő pillanat túlélése, hogy egyáltalán létezzen számára a következő pillanat. Így azonban arra sem figyel, hogy milyen belső motivációk hajtják lépéseit. Nem olyanok-e, amelyek csak régi, rossz beidegződések, valamely régi történés rosszul értelmezett lecsapódásai, maradványai? És ebben a kaotikus örvényben mi az, ami valójában ő maga, a sajátja, melyek a legbensőbb indíttatásai? Van egyáltalán olyan? Figyelmünk körén kívül rekesztjük azokat a jelzéseket, az ösztöneinkben, a zsigereinkben már érzett megérzéseket, amelyek közeledő veszélyre figyelmeztetnének, de ugyanígy a jobbító szándékú halk sugallatokat is. A tudat az ösvényre függeszti tekintetét, és felfelé sem mer nézni.

Milyen tájon is visz az utunk? Azt sem látjuk, hogy hova vezet ez az ösvény, nincs-e olyan lehetőség, amely az első pillantásra nem is látszott? Nem csak körbejárunk-e, mint a saját farkát kergető macska, és nem látjuk azt a pontot, ahol kiléphetnénk a körből, és tovább haladhatnánk? Merrefelé is tartunk valójában? És: valóban oda szeretnénk-e jutni, amerre tartunk?

Kiterjesztett valóságnak azt a teljesebb képet nevezzük, amikor a tudat már nem csak az ösvényre függeszti szemét, hanem a szakadék mélységeibe, a tudatalattiba, az ösztönvilágba is tekint, de felfelé is, a felettes tudat magasabb nézőpontjait is keresi. Így teljesebb és igazabb képet kísérel meg kapni a valóságról, azaz környezetéről és belső valóságáról is. Mindez nem a tudat megsemmisítését, hanem éppen ellenkezőleg, annak kiterjesztését jelenti, amit tudatos-ságnak, a folyamatot pedig *beavatásnak* nevezhetjük. A cél pedig a nagyobb áttekintés megszerzése, s így az élet teljesebbé tétele.

A beavatás egy különös szó, valójában azonban minden tanulás, ismeretszerzés beavatást jelent, „beavatódást” adott ismeretek körébe. Minden tanulás után megváltozunk, kicsit mások, érettebbek leszünk, mint korábbi önmagunk. Adott felismerések, rádöbbenések azonban gyökeres változást is okozhatnak, s ilyenkor valóban egy új személyiség születik meg, ami más, mint korábbi önmaga, s mégis ugyanaz, mert nem önmaga tagadásává, ellentétévé vált, hanem túllépett önmagán – tovább lépett. A kiterjesztett valóság megisme-

rését tehát beavatásnak nevezhetjük, amely pozitív változást hozhat személyiségünkben és így életünkben.

A következőkben egy modellt, egy világképet kísérelünk meg összeállítani az egyén belső és környezetének külső kiterjesztett valóságára. Minden modell egészében vagy részleteiben bizonyos szintig lehet helyes vagy helytelen, attól függően, hogy mennyire illeszkedik a valósághoz. Ezt az illeszkedést legtöbb esetben a modell használhatóságán keresztül dönthetjük csak el. Ha a modellünk, a világképünk alkalmas arra, hogy pozitív változásokat eredményezzünk, akkor azt jónak tekinthetjük, és természetesen kereshetünk újabb pontosításokat, vagy újabb modelleket.

## Források

Milyen forrásokra támaszkodhatunk, ha a tudaton túli világot szeretnénk felfedezni, amely elemei a racionalitás számára alapvetően el vannak fedve? Legalapvetőbb forrásaink a műalkotások lehetnek, mivel a művészetek kifejezés módja analógiás, azaz szimbólumokon keresztül történik. Az alkotások „kódolt” megfogalmazásukban a tudattalanban lecsapódott és megfogalmazódott törvényeket, „misztériumokat”, azaz szó szerint „rejtett tudást” közvetítenek, így emelik fel egy magasabb szintre az érzékelést és megértést, tanítva, „beavatva” mind a művészt, mind a befogadót a racionalitáson túli világba.

Másik forrásunk maga az emberi természet, illetve annak különböző tudományos, pszichológiai megközelítési kísérletei. Esetünkben Freud alapvető munkássága mellett, főleg Jung gondolatai a fontosak, aki különösen sokat foglalkozott a szimbólumok szerepével, ill. azoknak az álmokban való megjelenéseivel és értelmezéseivel. Ide sorolhatunk még további pszichológus kutatókat is.

Dr. Bruce Goldberg maga is pszichológus, azonban érdemes őt külön megemlítenünk. Goldberg regressziós hipnózissal a pácienseit a problémájuk gyökereihez kísérelte meg visszavinni, majd döbbenet tapasztalta, hogy ezek a problémák valamely előző életből erednek. Sőt, bizonyos esetekben a jelenlegi élet problémáját kiváltó ok egy ezutáni, még meg sem élt élet eseményéből származott. Goldberg így a pácienseinek történeteit elemezve megalkotta az idő alakulásának egy modelljét. Emellett kidolgozott még a legkülönbözőbb élethelyzetekben alkalmazható meditációkat is.

Edgar Cayce az 1900-as évek első felében élt médium volt, aki elsősorban az embereken szeretett volna segíteni. Mély meditációs tudatállapotban (amely után a megállapításaira nem is emlékezett vissza) több mint 14 ezer lejegyzett esetben állapított meg betegség okokat és tett javaslatot a gyógyítás módjára. Néhány „igazlátásában” (angolul: „reading”) a távoli múltat, így például Atlantisz idejét is leírta, illetve a jövőre vonatkozóan is jósolt. Cayce életműve – mind az élete, mind pedig egyes igazlátásai – egyrészt bizonyítékok az ember rejtett képességeire, illetve a tudattalan egyes

működési módjait világíthatják meg. A jövőre vonatkozó jóslatai eddig nem mindig teljesültek, mégis, az idő működéséhez adhatnak támpontokat. Érdeemes azon is elgondolkodnunk, hogy Cayce szerint már a közeli jövőben egyre több ember számára rendelkezésre fognak állni ezek a ma még különösnek tartott képességek.

Egy különleges forrás a Jane Roberts által közvetített és a férje által lejegyzett „Seth könyvek”. Jane Roberts médiumként felvette a kapcsolatot egy, önmagát Seth-nek nevező szellemi entitással. Seth éveken keresztül tematikusan közölt információkat. A Seth-könyvekből a közvetlen érzékelésünkön túli világról, és a tudatunk, lelkünk működéséről kaphatunk képet egy felsőbb áttekintés szempontjából, olyan törvényeket, amelyek valóságát ugyan megkérdőjelezhetjük, de amelyeken mindenképpen érdemes elgondolkoznunk.

A fenti felsorolás csak néhány, a következők szempontjából alapvetőnek tartott művet és szerzőket tartalmazza. Természetesen nagyon sok további forrás létezik, amely a kiterjesztett valóság témájával kapcsolatba hozható.

## Idő és döntéseink

A valóság működésével kapcsolatban egy különös, de mindenképpen elgondolkodtató világkép a párhuzamos idősíkok szemlélete. A párhuzamos valóságok lehetősége már a

kvantummechanika elméletében is megjelenik, mely szerint adott kvantum-esemény kimenetelei adott valószínűségűek (azt is mondhatnánk: érvényességűek) lehetnek, és egyes elméletek szerint ezek meg is valósulnak különböző, egymás mellett létező univerzumokban.

Az idő, illetve a párhuzamos valóságokra az egyik legteljesebb összefoglalást Seth-nél találjuk. Seth szerint az események egymás mellett, egyszerre léteznek, s az idő valójában csak számunkra egy segítség: az „mindössze” egy fókuszálási sorrend. Képzeljük el az életünk eseményeit egy kép bonyolult, egymásba fonódó mintázataiként. Egyszerre a teljes képet nem tudjuk minden részletében felfogni, ezért adott sorrendben tekintünk végig a minták vonalain – mintha egy lámpa szűk fénykörével haladnánk azokon végig –, s ez a sorrend az idő. Ha például valamikor később visszatérünk egy adott cselekvéshez, akkor az valójában ugyanannak a mintának a további kibomlása, csak éppen – időközben – máshova fókuszált a figyelmünk. A világ és saját életünk eseményeinek mintáiba így adott íven kapcsolódunk be.

Mi történik döntéseink esetén? Még alapvetőbb kérdés, hogy egyáltalán mikor döntünk? Azt hinnénk, hogy egy nap akár több százszor vagy ezerszer is döntünk, de ez valójában nincs így. Mindezt viszonylag könnyen ellenőrizhetjük a „pénzfeldobás” módszerével. Ha úgy érezzük, hogy valóban egy döntés előtt állunk, ha bizonytalanok vagyunk, hogy egyik vagy másik módon cselekedjünk, akkor dobjunk fel egy érmét, s az alapján válasszunk. A szabály azonban



az, hogy csakis akkor dobjunk fel pénzt, ha ezután valóban a „fej vagy írás” alapján fogunk választani, és semmiképpen sem másíthatjuk meg a „véletlen” döntését. Megdöbbenésünkre azt vehetjük észre, hogy legtöbbször fel sem dobjuk az érmét. Amit első pillantásra bizonytalanságnak, döntési helyzetnek véltünk, egyáltalán nem az, mert az egyik „ágat” előnyben részesítjük belső személyiségszerkezetünk, motivációink, preferenciáink alapján. Valójában tehát nagyon ritkán történik valódi döntés, legtöbbször automatikusan megyünk a belső világunk által meghatározott úton. Ez természetesen nem feltétlenül baj, ha ez az út jó.

Seth elmondása szerint minden döntés esetén a figyelmünk fókusza, azaz az idő kettéágazik. Az egyik időre fókuszáló személyiségünk az egyik ágot, míg a másik fókusz a másik ág eseményeit követi tovább. Azt hisszük, gyakran döntünk. Az esetek többségében ez azonban egyáltalán nincs így: az egyik ágnak gyakorlatilag elenyésző az érvényessége, mivel az ahhoz kapcsolódó valódi szándék, lelki töltet gyenge, amit túlnyomórészt a másik ág kap, azt jobban érvényre juttatva. Valódi döntés esetén mindkét ághoz kapcsolódik lelki töltet, amely így kettéosztja a figyelem fókuszát, az időt, az elágazásokat a lelki töltetnek megfelelő érvényességhez juttatva.

Azt gondolhatnánk, hogy ez alapján mindegy, hogy hogyan döntünk, hiszen mindkét ág adott érvényességet kaphat, mindkettő realizálódhat. Dr. Bruce Goldberg pszichiáter a pácienseit hipnózisban „visszavitte” a páciens lelki problé-

májának eredeti okához. Meglepetésére esetenként ez az ok valamely korábbi életben volt. Igazán azonban akkor dőbent meg, amikor bizonyos probléma gyökere egy *elkövetkező* életbeli esemény vagy egy akkor elkövetett tett volt. Ez vezette el őt az események egyidejűségének szemléletéhez. A páciens pszichiátriai kezelésével megváltozott annak az elkövetkező élete is. Ez elsőre meglepő, de végül is érthető, hiszen a lelki problémák megoldásával a saját jövőnk is megváltozik, miért ne változhatna meg ez alapján a jövődőlbeli életünk is? A jövő tehát nincs kőbe vésve. Goldberg a különböző jövőket tanulmányozva észrevette, hogy azok különböző minőségi szintekhez tartoznak, s azokat öt fő csoportba, *nagyon rossz, rossz, közepes, jó és nagyon jó* szintekre lehet besorolni. A minőségi szintek pedig adott rezgésekhez tartoznak. A személyiség pozitív változásával emelkedik annak lelki minősége, „rezgése”, amelyhez egy jobb minőségű jövő tartozik.

Döntéseink tehát igenis fontosak. Adott döntéshez magasabb rezgésű, magasabb minőségi szintű időszál tartozhat. Bár Seth erről nem ír, de feltételezhetjük: ahogy szétbomlnak az időszálak, ugyanúgy össze is kapcsolódhatnak. Egy alacsonyabb rezgésű szálról a személyiség jobbításával felléphetünk egy magasabb minőségű időszálra, visszakapcsolódva, visszatérve így a kerülőútról. Ugyanez fordítva is igaz lehet: az út a mélybe is bukhat. A személyiség rezgésének emelkedésével azonban az alacsonyabb rezgésű időszál

érvényességét is vesztheti, úgy, hogy az idővonala bekapcsolódik egy magasabb minőségbe.

(A párhuzamos idősíkok könnyen egy gondolati csapdához vezethetnek: azt gondolhatnánk, bárhogya is döntünk, egy síkon akkor is megvalósul a jobb helyzet. Nos, felelőtlen „döntés” esetén még ezen elmélet alapján sem valószínű, hogy valóban, a valóságban megteremtődő érvényességgel létezne a másik, „jobb” világ. És az is elképzelhető, hogy a „párhuzamos síkok” mindössze az elménkben a „máshogy kellett volna tennem” gondolatok fennmaradó lelki energiáit jelentik, amelyet egy rossz döntés esetén folyton tovább táplálhatunk az érzelmeinkkel. Még egyszer: a döntéseink igenis különleges jelentőségűek életünkben.)

\* Jane Roberts: *Seth könyve* c. kötetben találjuk meg a párhuzamos idők leírását. További részletek találhatóak a többi Seth kötetben, így a korábban íródott Jane Roberts: *Seth megszólal*, ill. az *ESP – Az érzéken túl tapasztalás fejlesztése* kötetekben is.

\* A „pénzfeldobás” alapján történő döntés leírása: Jacques Bergier – Louis Pauwels: *Mágusok hajnala. Bevezetés a fantasztikus realizmusba*.

\* Dr. Bruce Goldberg: *Előző életek – jövőendő életek* c. kötet tartalmazza a párhuzamos idősíkok leírását.

## Reinkarnáció?

Bár a regressziós hipnózisok látványos „bizonyítékokat” hoznak a reinkarnációra, szinte biztos, hogy az nem létezik a manapság divatos elképzelések formájában. Sőt, maga a Buddhizmus sem ilyen módon ismeri. A legősibb hagyományokban, így a hunok ősvallásában is egészen más kép tükröződik a lélek útjáról. A halál után a lélek visszatér őseihez. Bizonyos lelkeknek az örvénylő, negatív tulajdonságoktól és személyiségjegyeiktől megtisztított szellemisége – mint szellemi tiszta minőség – pedig továbbra is létezhet.

A jelenleg legkorábbi írásos emlékeinket jelentő sumér (és az arra épülő akkád és babiloni) hagyomány is hasonló szemléletű. Gavin White a babiloni csillagképekkel foglalkozó könyvében hangsúlyozza, hogy *„itt nincs az újjászületés elve – az alsóvilág konzisztensen a „soha vissza nem térés földjének” van nevezve”*. (Pontosabban *„... országának”*; sumér nyelven: „kur-nu-gi”.) *„Abogy én értem”* – folytatja –, *„az elhunyt lelkek valahogy visszaoznak egy „ősi csoportba”, amely ugyanakkor a forrása az anyagi világba leszületésre rendelt új lelkeknek.”* A mezopotámiai szemléletet az ember nem anyagi részeiről pedig így összegzi: A lélek egyik része *„a lélekerő, vagy lélegzet (napištu)”* – akkád nyelven, sumérul pedig *zi*, ill. *zid* –, *„amely a fizikai lényt mozgatja”*. *„Második a szellem (etemmu)”*, sumérul *gidim* – de nem „szellemiség”, ugyanis ez az a szellem, amely kísérthet a halál után, ennek a haragját kell kiengesztelni és a

„halottlátók ezt tudják megidézni az alsóvilágból”. „Végül, van egy másik lélegzet-jellegű entitás” (angol nyelvben a „lélek” és „lélegzet” különböző hangzású szavak) „a *zīqīqu*” – ami sumér nyelven *lil*<sub>2</sub> és levegőt, szelet, lélegzetet is jelent –, „amely a legközelebb van a lélek modern fogalmához.” Ez „gyakran madár formájában van megjelenítve, álmokban és transzállapotokban elhagyhatja a testet, és erről feltételezik – nem úgy, mint a szellemről –, hogy egyáltalán nem árt az élőknek.” A hun-jellegű népek hitvilágában ez a „vándor-lélek”. *A halál után a szellem és a madár-jellegű lélek leszáll az alsóvilágba.*” Érdemes megfontolnunk az ősi szemléletet, mert akkor még feltételezhetően jobban be tudtak tekinteni a szellemvilágba.

Van tehát reinkarnáció, vagy még sincs? Az ezotéria divatos elképzelésein egyértelműen látszik a modern nyugati szemlélet nyoma. Itt *én* reinkarnálódok, *én* éltem már számtalan korábbi életben – és fogok élni még *én* a továbbiakban. Ez tehát valójában az ego képzetének a kiterjesztése, pedig a szellemiség világát ennek épp az ellenkezőjével írják le, a minőségek birodalmával, amely a személyes jegyek torzulásaitól már mentesek. Még Seth leírásaiban is az inkarnálódott személyiségek önállóak, és a későbbi életekben egy-egy rokon-jellegű, de mégis teljesen más személyiség ölt testet.

Az én, az ego felnagyítása mellett a modern reinkarnációs képzetre a kényelmesség és elodázás szemlélete is jellemző. Mintha mindegy lenne, hogy mit cselekszünk, majd valamikor, egy másik életben majd kijavítjuk. Az egyéni felelősség csökkentését szintén nem a szellemiség világának jellemző-

jeként szokták leírni. Valószínűbb, hogy ezt, a jelenlegi életünket kell a lehető legjobbá tenni, igencsak megfontolva döntéseinket.

És a bizonyítékok az előző életekre? Nos, több szerző szerint is az élettörténetek információi „leolvashatók”. Egy személyiségszerkezet pedig reagálhat egy hozzá hasonló, vele rezonáló korábbi életekre, azt „előző életeiként” azonosítva.

Lehetséges, hogy létezik olyan lélekresz, amely ismétlődve leszületik a földre, így annak önálló élettörténete is van. De, ebben az esetben az is valószínű, hogy az csak egy minőségként létezik, függetlenül saját személyiségünktől.

Létezik, vagy sem reinkarnáció, a helyzet ugyanaz: jelenlegi életünket és környezetünket kell megpróbálnunk a lehető legjobbá tenni.

\* Gavin White: *BABYLONIAN STAR-LORE An Illustrated Guide to the Star-lore and Constellations of Ancient Babylonia*

## Tudat és tudattalan

Az egyénnek, illetve magasabb szinten a közösségnek túl kell élni az egymás után következő pillanatokat, különben számára minden más kérdés értelmetlenné válik. A túlélés érdekében a tudattalanból kiemelkedik a racionális tudat,

mint a jéghegy csúcsa, amely leválasztja magát a külvilágtól, meghatározva az „én”-t, azt elkülönítve a környezetétől. Az „én”, az „ego” megszerzi a Jó és Rossz tudását – melyet alapvetően, a legalacsonyabb szinten a túlélést segítő jó, és az azt veszélyeztető rosszként értelmezhetünk –, s ezzel elveszíti a pillanatok teljességében való létezés képességét, az „Örök életet”. A tudat egy rendkívül szűk területre fókuszál, gyakran elmerülve a percről percre történő túlélés kihívásaiban.

A tudatnak értékelnie kell a környezetét, s ehhez megnevezni, azonosítania kell annak jelenségeit. Ha a tudat felismeri egy jelenség mintáját, korábbi tapasztalatai alapján be tudja sorolni a „jó” és „rossz” kategóriába, így azokat már felhasználhatja vagy védekezhet ellenük. A tudattalan ezzel szemben nem a logika, hanem az analógiák, a hasonlóságok rendszerét használja, amelyben távoli, látszólag teljesen független dolgok is összekapcsolódhatnak.

A fókusz fenntartása érdekében a tudatnak tökéletesnek és mindenhatónak, sértetlennek és sérthetetlennek kell tartania magát, különben alapjaiban rendülhet meg és kiszolgáltatottá válik környezete számára. A tudat a legkülönbözőbb trükköket, énvédő mechanizmusokat találja ki, hogy fenntartsa tökéletessége látszatát. A legegyszerűbb példa, hogy ha egy instabil énképű személy hibázik, s ezzel másnak kárt okoz, gyakran azonnal a másikat okolja, hibáztatja, mert ha felmerülne, hogy valójában ő volt a hibás, ezzel megrendülne egójának az integritása és kiszolgáltatottnak, védtelennek

érezné magát. Mindez természetesen a valóság és az igazság meghamisítása.

Ha az énről kiderülne valamilyen negatív dolog, a tudat saját integritásának, tökéletessége látszatának védelme érdekében azt a figyelmén kívülre helyezi, a fókuszát arról elfordítja. A negatívumhoz tartozó energia, az ahhoz kapcsolódó lelki töltés továbbra is létezik, és mert az nem veszhet el, így nem történhet más, mint hogy ez az energia lemerül a tudatalatti mélyébe, majd a legváratlanabb időben és a legkülönbözőbb módokon kíván előretörni. Kicsit ahhoz hasonlíthatjuk ezt, mint amikor egy edény forró vízre próbáljuk a fedőt rátenni; az egyik oldalt leszorítva, a gőz egyszer csak valahol máshol tör elő. És minél nagyobb erővel próbáljuk lefogni, annál nagyobb erővel csap majd ki. Sőt, ha a fedőt teljesen lezárjuk, az egyszer csak robbanáshoz vezethet.

A tudat csak a jéghegy legcsúcsa. A tudattalan a tudatnál összehasonlíthatatlanul nagyobb energiákkal rendelkezik, amelyek a tudat számára elképzelhetetlen mértékűek, ezek „*valósággal démoni dinamikájú*”(Jung) energiák. Ha egy energia a tudat szeme láttára nem nyilvánulhat meg, akkor a legkülönösebb formákat választhatja, érthetetlen cselekedeteket, sőt, másokból különös tetteket válthat ki, amelyek végül meglepő, szinte valószínűtlen eseménysorozathoz, történetekhez vezethetnek. A tudattalan képes a legelképesztőbb módon megszervezni az eseményeket, hogy a céljához jusson, így sokszor úgy azonosíthatjuk ezt a rejtett célt, hogy megkeressük, hogy a történetek végül is hova vezet-



tek, mit eredményeztek. Közvetve kiválthatjuk például, hogy a szomszédunk valami kárt okozzon nekünk, csak azért, hogy haragudhassunk rá, most már megindokoltan, „nyugodtan”, hiszen már van okunk. Ha rosszul érezzük magunkat egy munkahelyen, de azt különböző racionális okok miatt nem akarjuk otthagyni, olyan eseménysorok történhetnek, amelyek végül az elbocsájtáshoz vezetnek.

Mások megérzik a tudattalan szándékát, szintén tudattalanul – talán a testbeszéd metakommunikációja, talán telepátikus kapcsolat alapján. A belső energiánk másban adott reakciót válthat ki. Az aktív agresszióknak lehet egy passzív agresszió a párja, amely annyira el van nyomva, hogy közvetlenül nem jelenhet meg. Ehelyett a másokban fog megindítani egy könnyebben mobilizálható energiát, hogy annak „segítségével” közvetve a saját energiák is felszínre kerülhessenek, s az elfojtások mindkettejükben megnyilvánulhassanak.

Az ego a védelme, a tökéletesség látszatának fenntartása miatt a tudatalattiba száműzhet bizonyos negatívumként értékelt energiákat, azért, hogy az integritását fenntartsa és így az életét biztosítsa. Az elfojtott energia azonban vagy belső, aktív, vagy külső, passzív úton konfliktust okoz és feltör, a legváratlanabb időben és módon, így végül éppen a kárára lesz az egyénnek. Környezetünk egy erényes és jó személyiség követelményeit állítja elénk, az ennek megfelelő tetteinket jutalmazza, az ezzel ellentéteseket pedig bünteti. A tudat a sajátjává teszi az erényesség képét és a mélybe száműzi, elfojtja az annak ellentmondó energiákat. Trükk-

jeivel az ego a védelme érdekében meghamisítja a valóságot, egy látszólagos képet próbál meg fenntartani önmagáról, illetve a környezetét is egy látszaton keresztül ítéli meg.

A legjobban tagadott személyiségelemekből összeáll egy majdnem teljes személyiség képe, amelyet Jung „árnyék-személyiségnek” nevezett el. Ezek a késztetések szinte teljes mértékben le vannak fojtva, így rejtve maradnak. Másokban felfedezve ezeket a jellemvonásokat, éles elutasítást váltanak ki belőlünk, akár szélsőségesen negatív reakcióinkhoz vezetnek. A szeretetnek nem a gyűlölet az ellentéte, az csupán az ellenpólusa. Nem is a közömbösség, mert az csupán elfojtást, tagadás jelent. „Szeretjük” (jutalmakat osztó „szeretettel”) a másokban azt a jellemvonást, amit jóként ítélünk meg, és gyűlöljük, amit tagadunk, így ez a kettő valójában ugyanannak a minőségnek a két polaritása. Másnak olyan tulajdonságához, ami a „helyén van” bennünk, az empátia elfogadásának az érzése, az igazi szeretet társul.

A megoldás nem az energiák elfojtása, hanem azok megismerése, elfogadása. Már maga a megismerés rendkívüli feladat elé állítja a tudatot, hiszen ez a folyamat, ezek a lépések az eddig erényesnek és tökéletesnek hitt idol képét rombolják. És hogyan lehetne elfogadni azt, amit mindeddig a legnagyobb erővel tagadtunk? A megismerés és elfogadás már jelentősen csökkenti a belső feszültséget. Az energia azonban meg akar nyilvánulni, így a legkisebb ellenállás törvénye alapján olyan tettekhez vezet, ahol az működni tud. A legkönnyebb, de sokszor a legdurvább megvalósulás

útja, a „gradiens” mellett az energia megismerésével találhatunk olyan megjelenési formát, amelyben az kevésbé romboló, vagy akár alkotó módon nyilvánulhat meg.

\* Carl Gustav Jung: *Bevezetés a tudattalan pszichológiájába*. Itt találjuk a „démoni dinamika” és a „gradiens” kifejezéseket is.

## Belső energiák

A tudat csak egy rendkívül keskeny metszetét mutatja meg mind belső, mind külső világunknak. A tudattalan világa sokkal nagyobb mélységgel és energiákkal rendelkezik. Gyakran rémisztő mélységekkel, hiszen ide száműzzük az elutasított emlékeket és személyiségjegyeket. De, ha a tengeren hajózunk, nem szeretnénk-e tudni, milyen áramlatok vannak a mélyben, azok merre vinnének, így útitervünkben azokra felkészülhetünk, vagy esetleg felfedezhetünk olyan lehetőségeket is, amelyek kedvezőbbek a számunkra?

A tudat elkeseredetten próbálja kontrollálni a személyiséget, rákényszeríteni az akaratát a sokkal nagyobb energiával rendelkező tudattalanra. Kicsit olyan ez, mintha a megbokrosodott vágató lovakat másik irányba akarnánk terelni, pedig később esetleg arra jövünk rá, hogy a lovak azért bokrosodtak meg, mert az általunk, azaz a tudat által jónak tartott irány valójában egy szakadékba vezet. A tudat hajlamos arra, hogy a jó és a rossz ítélezések mások által kialakított

képét egy idő után magáénak tekintse, interiorizálja, azzal azonosuljon. Az elnyomott tudattalan azonban tisztában van a valódi belső minőségekkel. Megkísérelhetjük egy, a tudat által jónak, racionálisnak tartott irányba terelni életünket, de ha ez ellentétben van eredeti belső szándékainkkal, akkor folyamatosan rejtélyes akadályok kerülnek az utunkba.

Saját tökéletlenségünk felismerése egy rendkívül fájdalmas élmény, hiszen egész életünkben ezt próbáltuk elfedni, s ez egy időre meg is ingatja a személyiséget. De ez az a mód, amellyel a tudat által megalkotott látszat fátyla mögé tekinthetünk, s egy igazabb képet kaphatunk mind személyiségünkről, mind pedig külső világunkról. Az „erő legyen veled” csupán egy üres frázis, még akkor is, ha azt lelkierőként, életerőként értjük. Legnagyobb ereje az Igazságnak van, túl minden erőszakolt látszat torzításán. Az igazság pillanata kettéhasítja a világunkat, szétválasztja hamisított képeinket, vélekedéseinket a dolgok valódi mélységéről, természetéről. Az igazság kikezdhetetlen, s így végül győzedelmeskedik bármilyen más erő és erőszak ellen. Az igazság olyan, mint egy természeti erő, messze túl van a tudat trükkjeinek léptékén. Egy hatalmas, elemi, isteni minőség, kíméletlen, amelyre semmi befolyásunk nincs. Mintha egy égisz erő, lebegő kő alatt állnánk, elképzelhetetlen nagyságrendi különbségekkel, amely számára az életünk, személyiségünk semmit sem számít, még csak porszemek sem vagyunk. Csak kívánhatjuk, hogy az igazság legyen velünk.

A belső energiák valódi természetének megismerésével és elfogadásával csökken azok belső feszültsége. Nem az ösztönök kiéléséről van szó. Épp, hogy az elfojtott energiák felszínre törése okozhat szélsőséges tetteket, akár személyiségtorzulásokat. Ha szembe tudunk nézni árnyékunk egy-egy jellemvonásával, megérteni és elfogadni tudjuk azt, „démoni ereje” máris emberi léptékűvé válik, s annak esetleg találhatunk olyan megnyilvánulási formát, amely nem ellenünk, hanem értünk cselekszik. Ha feladjuk saját tökéletességünk látszatát, mások emberi voltát is el tudjuk fogadni. Csökkennek a másokkal szembeni konfliktusaink, hiszen a tudatalattinkban nem találnak olyan elfojtott és így felerősített energiára, amelyet passzív (amikor belénk kötnek) vagy aktív agresszorként (amikor mi kötünk bele valakibe) felhasználhatnának saját elfojtott energiájuk kiélésére. Mások hasonló megnyilvánulásait szintén jobban el tudjuk fogadni, amely annak megértését és nem lenézését jelenti.

A mélységekbe zuhanástól tartó, az ösvényre, a következő lépésre fókuszáló tudat végre le mer tekinteni a mélybe. Az eddig elzárt világ megnyílhat. Ezzel meghallhatja ösztöne jelzéseit, halk sugalmazásait. Találhat olyan belső energiákat, motivációkat, amelyekkel átalakíthatja életét. Felismerheti valódi belső céljait, amelyek akár teljesen mások is lehetnek, mint a környezete által racionálisnak tartott célok. Az elfojtásra, az ego trükkjeire eddig felhasznált energia felszabadul, így az élet könnyebbé válik, és több energia marad az élet teljesebbé tételére. Mivel már nem lezárja és elutasítja a

tudattalan világát, így betekinthez a tudatalatti mögött rejtőző – más kép szerint: a személy felett álló – felettes tudatba. Az ösvényről a mélybe, majd ezután fel, a körülötünk lévő tájra tekinthetünk.

## A félelmen túl

Ami a tudat fixációját, legszűkebb fókuszát képes létrehozni, az a félelem, amit gyakran racionális indokokra vezetünk vissza, valójában azonban szinte mindig rejtett és irracionális gyökerű. A félelem a túlélésre törekvő energiákat mozgósítja, így beszűkíti a figyelmet, annyira, hogy nem lesz képes sem a mélybe nézni, hogy a félelem valódi okát keresse, sem pedig a körülötte lévő világra, hogy megtalálja a probléma megoldását. A félelem az embert helyzetének rabjává teszi, így nem véletlen, hogy a diktatórikus rendszereknek is ez a fő eszköze (és így a rendszert is minősíti, hogy mennyire és mitől félünk). A félelem hiánya nem a vakmerőség. Éppen ellenkezőleg, a vakmerőség gyakran valamely félelem túlkompenzációja.

Fel kell tennünk magunkban a kérdést, hogy pontosan mitől is félünk, és, ha egy olyan helyzetbe kerülünk, amelyben megnyilvánult valamely elfojtott, irracionális félelmünk, akkor utána kell mennünk annak mélységeibe. Ameddig ez nem történik meg, a legváratlanabb események történhetnek velünk, amikor ez az irracionális a felszínre tör.

Legmélyebb, legerősebb félelmeink igen komoly traumák eredményeként gyökerezhettek meg bennünk, esetleg még a legkorábbi életszakaszokban, így nem véletlen, hogy a tudat ezeket a mélybe akarja szorítani. Az ilyen félelmekkel való szembesüléshez és azok átértékeléséhez komoly lelkierő és stabil személyiség szükséges. Mégis: A félelem leköti a lélek energiát, így az nem működhet szabadon. Így fejthetjük meg Edgar Cayce médium-közléseinek egyik, első pillantásra különösnek tűnő mondatát: *„Minden egyes napot úgy élj meg, hogy bárkivel szembenézhesd, és mondhasd, menj a pokolba”*.

## Az ego, szerepei és játszmái

A túlélés elsődleges fontosságú az egyén és a közösség szempontjából. Az egyén túlélése érdekében a figyelem fókuszálódik és elsősorban a tudat tevékenységére helyeződik át, amely megnevezi, azonosítja a környezetét, annak elemeit és eseményeit, hogy azok mintáit felismerve védhesse magát, esetleg azokat kihasználhassa. A túlélés érdekében a személyiségnek elsősorban önmagát, az „én”-t, az egót kell azonosítania és megkülönböztetnie környezetétől.

A környezet jelenségei is mintákként észlelődnek, s ez az egóban is adott viselkedésmintákat alakít ki és erősít meg. Adott helyzetre, adott eseménysorozatra a személyiség egy korábban már jól működő viselkedésmintát fog alkalmazni, s ha az ismét sikeres lesz, a minta egyre inkább megerősö-

dik. Az egónak így kialakulnak a különböző szerepei, illetve olyan reakció-beidegződései, amelyeket játszmáknak nevezünk. Adott szerepű emberek akció-reakciósorozatai egy-egy tipikus eseménysorhoz, forgatókönyvekhez vezetnek. Egy adott játszmában, illetve forgatókönyvben az ego adott szerepben jelenik meg. És fordítva is: adott helyzetben az ego bizonyos szerepet vesz fel, ami egy játszmához, s együttesen pedig adott forgatókönyvhöz vezet el.

A valóság, benne a szülőkkel, családdal, barátokkal és a tágabb környezettel szinte kikényszeríti a szerepek kialakulását. Jutalmazza a jónak tartott és bünteti a kerülendőnek ítélt viselkedést. Ez valójában egy kondicionálás, azaz feltételhez kötött pozitív vagy negatív válasz. Kialakul a „jó kisfiú/kislány” szerepkör, amelyet a gyermek kénytelen eljátszani, hogy a büntetést elkerülje. A nevelés szükségszerű, hiszen így lehet a gyermeket megtanítani a külvilág által elfogadott értékekre és pontosan a rossz nevelés az, ami hamis képet alakít ki a közfelfogásban kialakult jó és rossz, a követendő és az elvetendő fogalmáról. De ez még csak a nevelés első lépése.

A szerepek, illetve azok megnyilvánulásai, a játszmák, valójában az ego, az *én* érdekérvényesítésének az eszközei. Az érdekérvényesítés magának az énnak a védelmét is szolgálja. Külső veszély hatására adott szerep felvételével megoldhatjuk az ént fenyegető helyzetet. Az érdekérvényesítés azonban sokszor azt jelenti, hogy másokat befolyásolni, kényszeríteni próbálunk olyan tevékenységekre, amelyeket alapvető-



en nem tennének meg, ki akarunk alakítani bennük olyan viselkedés-mintát – legalábbis felénk viszonyulóan –, amely jelenleg nem sajátjuk. Ezt a célunkat túlnyomórészt nem egyenesen közöljük, hanem egy adott szerepet veszünk fel és egy adott játszmát kezdeményezünk, hogy a másikat a nekünk előnyösnek tartott szerepbe kényszerítsük. Néha, sajnos, ilyen a nevelés is. Tovább bonyolítja a helyzetet, hogy általában mindez egyáltalán nem tudatosan történik. A helyzetre a már működött vagy működőnek tartott szerep lép elő és a mintája alapján reagál.

A szerepek többszörös héjként fogják körbe a személyiség legbelsőbb magját és el is fedik azt, még magától az egyén belső tekintete elől is. A tudat alapvetően a szerepeivel azonosítja magát, mivel túlnyomórészt ezek reagálnak a világra, illetve ezek sorolhatók tudatos vagy tudattalan mintákba. Ha megpróbál betekinteni a szerepei mögé, megkísérli lehántani azok burkát, rémülten döbbenhet rá, hogy azok milyen vastag réteget alkotnak. Az önmagáról kialakított képe alapvetően szerepeket jelent, hiszen ezek jelennek meg látható módon, ezek reagálnak a világra, és ezek sorolhatók mintákba. S ahogy néhány réteg mögé be tud tekinteni, elfogja a félelem: létezik-e egyáltalán ő, létezik olyan, ami a valódi sajátja, és nem a külvilág által rárakott minta? A szerepek ruhái alatt, legbelül, van egyáltalán valaki?

A szerepek egyik különös funkciója a kommunikáció. Ha egy adott helyzet kialakul, s az egyén felvesz egy adott szerepet, akkor ez már minta, ami a többiek számára könnyen

azonosítható, s így reakcióként megkereshetik a saját szerepeiket. A szerep mások számára közérthetően közli, hogy adott helyzetben az egyén milyen pozíciót, helyet tulajdonít magának, és esetleg mit vár el a többiektől. Kis gyakorlással megfigyelhető, hogy maguk a kérdések mint közlésre való felszólítások, reflexszerűen azonnal szerepet hívnak elő a megkérdezettből.

A számtalannak tűnő réteg alatt ott rejtőzik a személyiség magja. Ez az, ami valóban az egyént jelenti, míg a szerepek csak a külvilág által ráerőszakolt vélekedések a jó és rossz fogalmáról, csak felvett minták. S ami különösnek tűnhet, ennek a legbelsőbb magnak az eredeti szándékai tiszták, de amikor meg szeretné fogalmazni magát, reflexként azonnal adott szerepek „ugranak elő”, amelyek játszmát kezdeményeznek és az eredeti egyenes szándékot modulálják, azt az érdekérvényesítő manipulációk felhangjaival dúsítják fel, hiszen ezek azok, amik működtek, hatottak korábban. Ezek a modulációk eltorzítják az eredeti szándékot, pedig, ezek a legbelsőbb szándékok az igazság átütő, elemi erejével rendelkeznek, amely a torzítások során eltérül, ködössé, zavarossá válik, és veszít erejéből.

A szerepek fontosak, mivel a világban ezeken keresztül kereshetjük és tarthatjuk meg a helyünket, érvényesíthetjük saját érdekeinket. Így védhetjük meg magunkat a mások által ránk kényszeríteni szándékozott akarattól, azoktól a szerepektől, amit mások akarnak ránk erőszakolni. Nem a szerepek elhagyása tehát a cél. De nem is szabad önmagun-

kat a szerepeinkkel azonosítanunk. Játshatunk szerepet, de tudnunk kell, hogy ez nem a teljes igazság, és azt is tudnunk kell, hogy miért játsszuk. A szerepek meghamisítják, torzítják az eredeti szándékot. Még a legtisztább esetben is az eredeti belső gazdagságot szürkévé egyszerűsítik. Sokszor az egyén érdekeit mások ellenére próbálják érvényesíteni, s így valójában nem tisztelik a másikat, használandó tárgyként és nem önálló, saját célokkal, a jó és rossz ítéleteivel rendelkező személyiségként tekintve. A szerepek mintaként láttatják a külső és belső világot, így meghamisítják annak képét. A szerepek mögé látás, a belső igazság megkeresése a cél, felfedezni azt a belső magot, a valódi belső minőségeket és szándékokat. Nem a szerepeknek kellene uralkodni rajtunk, hanem azok tudatában kell lennünk, s hogy adott helyzetben miért és milyen valódi belső szándék miatt vettük azokat éppen fel. A belső valónk megkeresésével pedig a ránk aggatott szerepek mögött (igen, van ott valaki, de annyira elfedtük, hogy nehéz felfedezni) rátalálhatunk, hogy valójában kik is vagyunk és mit is szeretnénk szívünk legmélyéből.

\* Eric Berne: *Emberi játszmák* c. kötetben megtalálhatjuk néhány gyakori játszmatípus leírását.

## Asztrológia

A pszichológia tudományossága által már elfogadottá vált fogalmak között különösnek tűnhet a tudománytalannak tartott asztrológia szerepeltetése. Több ok miatt is érdemes az asztrológia koncepcióival foglalkoznunk. Egyrészt, az asztrológia olyan archetipikus minőségek és történések fogalmait alkalmazza, amelyek messze túl vannak a tudaton és annak jó és rossz ítéletein. Az asztrológiai fogalmak így egyenes utat jelentenek az archetípusok és egyben a tudat által elrejtett tudattalan világába. Nem véletlen, hogy régebben a „mágikus művészetekkel” való ismerkedés első lépésének tartották az asztrológiát. Másrészt, az asztrológiai minőségek a műalkotásokban is fellelhetők, sőt, esetenként csak azok segítségével értelmezhetők. S ha a műalkotásokban ezek megjelennek, akkor adott érvényességük van, és így hatnak is világunkban. Mivel a műalkotásokat finom érzékelőkként is tekinthetjük, amelyek letapogathatják a világunknak a tudat elől rejtett rétegeit is, így ezek alapján feltételezhetjük, hogy az asztrológia törvényei valóságosak és működőek.

Ami miatt megerősödhet a hitünk az asztrológiai törvények működésében az néhány, a kiterjesztett valóságba betekinteni tudó látó kételkedés nélküli véleménye. Edgar Cayce a látásaiban működőként írta le az asztrológiai hatásokat, és tette ezt keresztény hite és kezdeti meggyőződése ellenére.

Paál Zoltán az Arvisurában így ír: „*A bolygók uralma alatt, a csillagokban van megírva az újszülöttek jövője, s a Végre hatalma halálukig tart*”. Tételezzük fel tehát, hogy ezek a hatások érvényesek. De akkor mindez hogyan működik?

Az asztrológia szerint a születés meghatározza az egyén alapvető személyiség-jegyeit. Hogy pontosan milyen valóságos energiák és milyen közvetítés alapján történhet ez, az most kevésbé lényeges. (Egy viszonylag egyszerűbb kép alapján a Nap, a Hold és a bolygók olyan lencsék, amelyek az éppen mögöttük elhelyezkedő sugárzás minőségét vetítik le ránk, s amelyek különböző szögekben egymást gyengítve vagy támogatva módosulhatnak.) Akkor hát egyetlen pillanat véletlene már végzetyszerűen meghatározná életünket? Ha csak a tudatalatti hihetetlen kombinációs és esemény-szervező képességét vesszük figyelembe, akkor sokkal inkább elképzelhető, hogy mindez nem véletlen, hanem a lélek tervezte és elfogadta megtestesülésének pillanatát.

Az asztrológia szerint a születési horoszkóp meghatározza az alapvető személyiség-jegyeinket. Mivel ez egy külső kép, és nem a tudat által meghamisított torzítás, így lehetőségünk van megismerni személyiség-struktúránk legalapvetőbb elemeit. Jelenlegi világunk rendkívül korlátozza az egyén valódi, egyedi minőségeinek a kibontakozását: külső mintákat, szerepeket, a jó és rossz külső ítéleteit sulykolja belénk. A szülők megvalósítatlan álmai, a külső elvárások, mind eltértenek belső sugallatainktól. Ha más elvárásának megfelelően viselkedünk, akkor jutalmat kapunk, s így megerősítve

lassan beépítjük az idegen mintákat. Így már az is hatalmas fejlődés, ha meg tudjuk állapítani, hogy kik *nem* vagyunk: nem vagyunk autóversenyzők, a szülők álma nem a mi álmunk... Legtöbbször ennek a tudásnak csak hosszú idő és keserves tapasztalatok alapján jutunk a birtokába. Amire törekszünk az valóban a mi utunk és nem csak egy mások által sikeresnek tartott pálya és életmodell, ami valójában üres a számunkra és a valódi mélységünk valahol egészen másutt található?

A születési horoszkóp tükörként nem csak azt mutatja meg, hogy mik *nem* vagyunk, hanem felsorolja személyiségünk alapelemeit, amire építkezhetünk. A tulajdonságokból felismerhetjük az eredetileg tervezett életpálya főbb vonalait is. Ez sem előre megszabott sorsot jelent, mivel a jegyekben több kombináció is megjelenik, így több életpálya lehetőségével is rendelkezünk, amelyek általában más és más oldalunkat erősíthetik. Az egyik út nagyobb anyagi lehetőségekhez vezethet, a másik nagyobb szellemi izgalomhoz. Az egyik nagyobb nyilvánosságot, míg a másik éppen elvonulást adhat. Felismerhetjük, hogy az az életút, amit követünk, az valóban a sajátunk-e, illetve, hogy vannak-e más lehetséges utak, s azok milyen más eredményhez, előnyökhöz vezetnének. Tudatosan dönthetünk, és nem későn, megkecseredve, vagy éppen a felhalmozódott feszültségek miatt tehetünk esetleg radikális, sőt, romboló módon megnyilvánuló változást. Az asztrológia minőségei alapvetően nem jók vagy rosszak, hanem azokat több fokozaton keresztül is

meg lehet élni. A ránk vonatkozó hatások ismeretében megkereshetjük azt a fokozatot, amelyet elfogadhatónak és a valósággal összeegyeztethetőnek tartunk.

Különös, de esetenként bizonyos diszharmonikus jegyek feszültségei adhatnak annyi töltést, életerőt, hogy egy pozitív tevékenységet végrehajthassunk. A becsvágy miatt már számtalan újítás született. Mások fölötti hatalom gyakorlásának tudattalan vágya manifesztálódhat tanítói vagy gyógyítói tevékenységként. Hasonlóan, történhet, hogy az egyénre kényszerített valamely szerep fog juttatni egy pozitív tulajdonságának energiát. Jung szerint a legerősebbek az archetipikus szerepek, mivel azok nem csak az egyén, hanem a teljes közösség, akár az egész létező és valaha volt emberiség energiájából táplálkoznak. A helyzet hőssé tehet egy hivatalnokot. Egy „dagi” fiú számára a kitörés lehetősége, hogy kedves vagy okos legyen. Olyan „betegségek” ezek, amelyeket látszatra nem szabadna gyógyítani. Valójában a pozitív minőségek lelkünk mélyében rejtőznek, keresik a megnyilvánulás lehetőségét, és ez a másodlagos energia „csak” azért kell, hogy a zajos világ hatásainak összezavaró kereszttüzeiben is feltörhessenek. Ilyen módon azonban az eredeti tiszta forrás könnyen szennyeződhet, modulálódhat, a zavar felhangjai torzíthatják. Sokkal nehezebb lejutni a pozitív belső minőség elsődleges forrásához. Azonban, ha sikerül, az a szándék tisztaságában már az igazság erejével fog rendelkezni.

Az asztrológiai születési képlet kezdeti minőségei és tervei mellett vizsgálni szokták adott időszakok hatásait is. A születés időpontjában történő bevesődéssel meghatározódik egy energia és minőségminta, amelyre az időszak *aktuális* energiamintája adott módon hat, azzal interferálódva adott jellegzetességeket, személyiségjegyeket és célokat a háttérbe szorít, míg másokat előtérbe hoz, esetleg olyan meglepőeket, amelyek eddig még nem is nyilvánulhattak meg a felszínen. Ez sem eleve elrendeltetés. Egyrészt, a lélekről feltételezhetjük, hogy a személyiséggel az életpálya vázát is képes volt tervezni és elfogadni. Másrészt, az életnek ez csak egy nagyon vázlatos képe, amely csak azt határozza meg, hogy adott időszakban mit tekintünk fontosabbnak, mit helyezünk előtérbe. Egy esetleges elkényelmesítő bőség után az ösztönző vagy az átértékelésre lehetőséget adó szűkösség kerülhet előtérbe. A nyugodt élet mellett egyszer csak felmerülhet, hogy a személyiségnek bizonyos részei még soha nem kaptak érvényesülési lehetőséget. Az időszakok hatásait együttesen tekintve a pályák egy olyan elágazásos rendszerét kapjuk, amely több lehetőségre is igyekszik felkészülni. Ha egy munkahelyet választunk, nem szeretnénk-e valamikor „ellenőrizni”, hogy az valóban a mi utunk, és nem fojtottuk-e el esetleg más, megvalósulni kívánó igényünket? Az időszakok hatásai együttesen csak az életpályáknak egy vázát adják meg, amelyről akár egy teljesen új irányba is letérhetünk. Széllal szemben is lehet vitorlázni; csak épp sokkal több cikk-cakkal, fáradtságosabb, és hosszabb ideig tartó úton haladva, míg, ha a valódi belső ener-



giáink áramlatait követjük, az szinte a repülés érzéséhez hasonlítható.

Az asztrológia akkor mond különösen sokat, ha a megállapításai éppen nem teljesülnek. A személyiségben lévő feszültségek – azok ismeretében – bizonyos fokig kontroll alatt tarthatók, más, harmonikusabb tulajdonságok erősítésével a hangsúly áthelyezhető, illetve, a legideálisabb esetben mindazok egy más érvényesülési szintre emelhetők. Ekkor a belső feszültség már kevésbé rezonál a durvább események alacsonyabb rezgésével, így eltűnni látszik. Mindez fordítva is lehetséges: ha a feszültségek lesznek hangsúlyosak, akkor háttérbe szorulhatnak esetleges harmonikus tulajdonságok. Adott időszak (asztrológiai) hatásai több ok miatt is lehetséges, hogy nem teljesülnek. A legszerencsésebb esetben a személyiség már túlhaladt azokon a problémákon, amivel az időszak szembesítené. Szerencsétlenebb esetben pedig olyan feszültségei erősödtek meg, hogy más terület kedvező hatásait sem tudja kihasználni. Történhet hangsúlyeltolódás is: éppen most más a fontos a személyiség szempontjából. Bizonyos hatásokat elágazás-lehetőségekként értelmeztünk: ilyenkor a megszokott ösvényről letéríthetnek egy másikra; de, ha már a másik ösvényen vagyunk, akkor a hatás nem fog jelentkezni. Továbbá: a világnak ugyanúgy megvannak a történései, amelyek az egyén nagyságrendjénél sokkal nagyobb léptékűek. Így történhet az is, hogy a világban éppen más minőségek lesz-

nek a fontosak, ezért egy saját hatás alig vagy egyáltalán nem fog érvényesülési lehetőséget kapni.

Az asztrológia lehetőséget ad arra, hogy a tudat kategóriáin túli minőségekként tekintsünk a világunkra és önmagunkra. A tudat meghamisított képén túl, tükörként tudunk magunkra és magunkba nézni, meg tudjuk keresni belső feszültségeinket és előnyös lehetőségeinket, így személyiségjegeinket megkísérelhetjük magasabb szintre emelni. Az időszakra vonatkozó hatások alapján elgondolkozhatunk életünk jelenlegi folyásáról és a lelkünk legmélyében rejtőző igényeinkről.

## Igazság, Erő, Szeretet

Beidegződése, „kondicionálása” miatt a tudat csak egy rendkívül szűk fókuszú képet, egy vékony metszetet lát a körülötte lévő világ teljességéből. Ez a kép alapvetően az egyénnek és kisebb-nagyobb közösségének a túlélésére helyezi a hangsúlyt. Ha már el tudjuk szakítani a szemünket ettől a rendkívül leegyszerűsített szemlélettől, már azt mondhatjuk, hogy bizonyos fokig a hétköznapiétól eltérő, *módosult* a tudatállapotunk. Az első lépés így az, amikor a tudat el tudja szakítani az önmagáról kialakított képéről a figyelmét, befelé kezd el nézni, szembesülni próbál azzal, hogy valójában milyen ösztönenergiák befolyásolják véleményeit és cselekedeteit. A következő lépés során már *kifelé*

is tudunk figyelni: a világot nem csak a saját vagy közösségünk szempontjából, hanem önmaga valóságában próbáljuk megérteni. Ez az együttérzés, de elsősorban a szó eredeti „együtt érzés” értelmében, amikor megkíséreljük a másik szemén át is látni a világot. Ez semmiképpen sem száanalom, hiszen az egy játszma, amit a felsőbbrendűnek tartott szánakozó és a megszánt játszik. Az „együtt érzés” az a pont, amikor a másik – legyen az akár ember, akár más élőlény vagy tárgy – egy külső objektumból önállósággal rendelkezővé és tiszteltté válik, egyben, amikor azt valóban el tudjuk fogadni és azzal eggyé tudunk válni („te én vagyok” – a szanszkrit mondás szerint), és nem valami „másnak”, hanem velünk azonosnak tartjuk. Az együttérzés előfeltétele a befelé tekintés, mert az önmagáról a tökéletesség látszatát fenntartó tudat minden mást csak tökéletlennek és ezért alacsonyrendűbbnek lát.

A befelé tekintés a belső világunkról, az együttérzés pedig a környezetünkről tudja megmutatni a vélekedéseinken, beidegeződött véleményeinken túli igazságot. Ez az igazság adhat torzítatlan képet és vezethet el egyben a belső tiszta szándékokhoz, amelyek a legnagyobb erővel rendelkeznek.

Az igazi együttérzés akár olyan módon is cselekedhet, hogy időlegesen veszítsen, a másik javára – de anélkül, hogy a vesztes szerepét felvenné –, és kizárólag azért, hogy később együttesen még nagyobb nyereséghez jussanak. Tartósan vesztienie nem szabad, mert ezzel már a saját és a másik kárára cselekedne, hiszen mindkettőre szerepek kényszerül-

nének, illetve így a „nyertesben” negatív folyamatok szabadulnának el. Az igazság és az erő együttese képes csak megállítani és megfordítani a negatív eseményeket. Az igazságnak és az erőnek azonban tisztelnie kell a másikat. Az igazságnak a másikat sértő megnyilvánítása újból csak játszmát kezdeményez, szerepeket indít be, és így valójában meghamisítja az igazságot és gyengíti annak az erejét. Az, ami a másikat, a benne megnyilvánuló „mást” önmagában is elfogadja, az a szeretet. A szeretet a külső személyeket és tárgyakat is már nem a saját érdekérvényesítés eszközeként kezeli, hanem azt önállósággént, önálló értéként képes tekinteni. Az igazságnak így csak azon megnyilvánítása lehet igaz, amely nem vezet szerepek és játszmák kialakulásához, amely azt eltorzítaná, eltérítené és az eredeti szándék így végül elveszítené az erejét. Az igazság tisztán így csak a másik elfogadásán, a szereteten keresztül nyilvánulhat meg.

## Módosult tudatállapotok

A napi szinten működő tudat csak az éppen soron következő teendőkre, lépésekre fókuszál. Ha ez a szűk fókusz, ez a napi működés bármilyen módon megváltozik, akkor már módosult tudatállapotról beszélhetünk.

A tudatállapot módosulása általában a racionális tudat aktivitásának csökkenésével következik be. Ekkor kitágul a figyelem köre, és a tudattalan tartalmak sugásai is a felszínre

kerülhetnek. Közelebb kerülhetünk lelkünk mélyének minőségeihez, belső forrásaihoz, tiszta energiáihoz. A másik út természetesen a tudattalan nagyobb aktiválása, amely például művészi alkotásokban, vizualizációban, vagy egyszerűen álmodozásokban jelenhet meg. Freud egyik alapvető módszere a szabadasszociáció, amikor folyamatosan soroljuk azokat a gondolatokat, amik éppen eszünkbe jutnak, anélkül, hogy azokat minősítsenénk, s így a felszínre bukkannak rejtett tartalmak. A tudatállapot módosulása akár kóros is lehet, ha a tudatalatti kaotikus, negatív tartalmak veszik át a hatalmat a tudat felett.

A leghétköznapiabb módosult tudatállapot az álmodás, amelyben gyakorlatilag mindenki éjjelente háromszor-négy-szer részt vesz. Csökken a tudat aktivitása és így érvényesülést kaphatnak az eddig figyelmen kívül hagyott energiák, tudattalan tartalmak. Jung, illetve a modern álomkutatók megközelítésében az álmoknak több típusa is létezik. Ha egész nap egy adott tevékenységet végzünk, akkor lehetséges, hogy az az álmunkban is meg fog jelenni – ezek az ismétlődő álmok. Kompenzációs álmok esetén viszont éppen egy régóta nem végzett és hiányolt tevékenységről fogunk álmodni, hasonlóan azokhoz, amelyekben a vágyaink fejeződnek ki. Bizonyos álmunkban a napi vagy régebben történt eseményeket értelmezzük újra a tudattalan szempontjaiból. „Nagy álmoknak” nevezzük azokat, amelyek különösen mély érzelmi töltésűek és olyan információkat

közölhetnek, amelyek akár hosszú életszakaszokra is befolyásolhatnak.

Álmaink különleges szerepűek a tudattalant foglalkoztató problémák megismerésére, mivel itt nem működik a racionális tudat cenzúrája, így kendőzetlen formájában jelenhetnek meg a belső energiák. Freud mondása szerint az álomfejtés „*via regia*”, azaz „*királyi út*” a tudattalan, a legmélyebb egyéni titkok világába.

A tudattalan tartalmak az álmokban természetesen a tudattalan „nyelvén” fogalmazódnak meg, amely alapvetően szimbólumokat, analógiákat alkalmaz. Különös dolgok történhetnek, különös, hirtelen váltásokkal – mert a szimbólumaink nyelvén így folytatódik a történet: éppen más jellegű energia erősödött meg. Álmokban egy helyszín, egy szereplő, egy tárgy, vagy éppen egy cselekedet általában nem is azt jelenti, amire először gondolnánk, hanem egy adott mintájú energiához a tudattalanunk analógiaként azt a formát kapcsolta. Egy szereplő hirtelen valaki mássá változhat át – talán, mert azonos típust képviselnek, vagy, mert ő az adott helyzetben éppen a minta módján fordul felénk. Pontosan ez a különös, szimbolikus megfogalmazás az, ami miatt nem emlékszünk az álmainkra. Az egzakt azonosításra törekvő tudat az első pillantásra logikátlanak tűnő eseménysorozatot törli a figyelméből és száműzi vissza, a tudattalan világába.

Ha azonban képesek vagyunk emlékezni álmainkra, akkor közelebb kerülhetünk a tudattalanunkban örvénylő energiákhoz, az elfeledett, de még mindig bennünket foglalkoztató kérdésekhez, problémákhoz. Ugyanakkor megismerhetjük magát a tudattalan kifejezőmódját is. Egyes módszerekkel tudatossá is tehetjük az álmainkat, és így ezeknek a belső energiáknak a működtetését is megtanulhatjuk. Az álomban való tudatos részvétel talán öncélúnak látszik, valójában azonban a hétköznapi helyzetek és konfliktusok is egyszerre tudatos és tudattalan szinten zajlanak, csak éppen alapvetően a tudatos részre fókuszálunk.

Ugyancsak módosult tudatállapot a hipnózis (a megnevezése maga is a görög „álom” szóból származik), mellyel a tudattalanba juttathatók információk, vagy akár parancsok, illetve onnan belső, a tudat figyelmén kívül eső adatok hozhatók fel. Ne feltétlenül cirkuszi mutatványra gondoljunk: a sokszor látott vagy elismételt szövegek, például a reklámok, műsorok, vagy akár csak a környezetünk, családjunk vélekedései ugyancsak hipnotikusan hatnak ránk. Émile Coué kidolgozta az önszuggesztió módszerét, amellyel ezt az eszközt pozitívan alkalmazhatjuk.

Az alkohol vagy a drogok is módosult tudatállapotot idéznek elő. De léteznek szerek nélküli, sem függőséget, sem pedig a tudat torzulását nem okozó, könnyen megvalósítható módszerek is. Ilyenek az ima, a meditáció és a kontempláció, melyek mindegyike a hétköznapi tudat aktivitását próbálja meg csökkenteni. Az ima maga is egy meditációs

forma, amikor egy külső, nagy erejű – és többnyire pozitív – mintázat, energia felé fordítjuk a figyelmünket, így abból kaphatunk erőt.

A meditációnak sok változata van, így annak tekinthetjük az alkotást is. Tiszta formájában a meditáció során a tudatos gondolatainkat kíséreljük meg lekapcsolni, majd ezután a tudatosságba felmerülő kósza gondolatokat, érzéseket, hogy így eljuthassunk belső központunkba.

A kontempláció szót többféleképpen értelmezik és többféle dologra vonatkoztatják. A „*kontempláció*” alapvető jelentése: „szemlélődés” (érdekes maga a latin szó eredete is: a madárjós által megadott kitüntetett helyen – a „*templum*”-nál – figyelni kellett, hogy milyen események következnek be). Többnyire a körülvevő világ teljességének az érzékelésére vonatkoztatják, amely bekövetkezhet például mély meditáció hatására is.

\* Carl Gustav Jung: *Emlékek, álmok, gondolatok*

\* Emil Coué: *A gyógyítás legnagyobb titka. Betegségek és pszichés problémák legyőzése a lélek erejével*

## Pszichedelikumok?

A módosult tudatállapotoknak az egyik legkontrollálhatóbbnak *gondolt* előidézése különböző szerek segítségével törté-



nik. A pszichedelikumok pszichoaktív (az elmére ható) szerek, hasonlóak a kábítószerekhez, viszont használatukkor más jellegű élményt írnak le, illetve itt nem alakul ki függés. A pszichedelikumok használatban voltak (illetve esetenként még ma is vannak) különböző hagyományos sámán-kultúrákban, például beavatásokon.

Kézenfekvőnek látszik tehát, hogy a módosult tudatállapotok elérésére, azokkal való kísérletezésre használjunk fel ilyen szereket. Sőt, a szerek egyes változatait úgy tálalják, mint amelyek spirituális élmények megszerzésére adnak egy egyszerű lehetőséget. Például a DMT-t, a szerek egyik csoportjának hatóanyagát „*lélek-molekulaként*” említik.

A vélemények alapján a pszichedelikumok kipróbálása, használata egy természetes választási lehetőségnek tűnik a spiritualitást keresők számára, mellyel megnyithatják végre azt a kaput, amelyen keresztül közelebb kerülhetnek a teljességhez és saját elveszett világukhoz.

Ha elegendő mértékben el tudunk távolodni a hasonló vélemények szuggesztíójától, felismerhetjük, hogy a pszichedelikumokkal kapcsolatos naiv elképzelések valójában a mai korunknak egy, leginkább szomorúnak nevezhető tünetegyüttesét írják le.

– A legfontosabb talán az a tünet, hogy az egyén úgy érzi, *magára van hagyva*, magára van utalva életútjának és fejlődési lehetőségeinek keresése során. Azaz, sem egy szellemi világ, sem a tudattalanja segítségét, sem pedig más törvények

pozitív hatásait nem feltételezi. Éppen ezért úgy érzi, *neki* kell cselekednie.

– A pszichedelikumokat többnyire úgy *tálalják*, mint amelyek a lélek világához visznek közelebb. Ebben valójában a *fogyasztói* társadalom attitűdje és képe jelenik meg, a megvásárolható és „tablettában” bevehető spiritualitás. Közvetve ez azt is jelenti, hogy *pénzzel* jobb minőségű „áruhoz”, tehát jobb minőségű spiritualitáshoz lehet jutni. Másrészt pedig, ha az ellenérték megvan, ez az élmény *azonnal* megvehető, fogyasztható, így a spirituális élmények elkötelezett *munka nélkül* is megszerezhetők, azokhoz nem szükséges különösebb tanulás vagy más tevékenység. Az ellentmondás elég nyilvánvaló: a valódi spirituális élményekre egyáltalán nem ez a jellemző. A pszichedelikumok tehát a könnyű utat ígérik, a „spirituális luxusutazást”, azt, hogy a teljesség valódi élménye az ölünkbe pottyanhat.

– A pszichedelikumok használata a hagyományos, pl. a sámáni kultúrákra is jellemző, így látszólag arra is alkalmasak, hogy az archaikus és *természeti népek* szemléletmódjához közelebb kerüljünk. Ebben is sajnos a fogyasztói szemlélet jelenik meg, az, hogy hozzájuthatunk titkokhoz, „megszerezhetjük” az ősi tudást anélkül, hogy az életmódjuk kényelmetlenségét, és a számunkra már durvának látszó élményeket fel kellene vállalnunk, illetve anélkül, hogy hosszabb időre ki kellene lépünk összkomfortos modernitásunkból. Hagyományos körülmények között egy szert alkalmazó szertartást esetleg hónapokig tartó testi és lelki felkészülés

előzött meg és az alkalmazással kapcsolatban is ott jelentős tudásuk, tapasztalatuk halmozódott fel.

– Sokan azért próbálják ki a szereket, mert úgy érzik, *nincs más eszköz*, hogy önmagukon egy pozitív változást tudjanak elindítani. Az elbizonytalanodás érzése gyakran a kényelmességgel vagy a türelmetlenséggel kapcsolódik össze.

A pszichedelikumokkal kapcsolatos vélekedéseket azok „*disneyfikációjával*” és „*mcdonaldizációjával*” jellemzik (Rác J. előadása alapján). Azaz: itt egy képzelt világot valósként tárgyalnak, illetve szabványosnak és gyorsfogyaszthatónak tekintik a különleges élményeket.

Nem kérdés, hogy a pszichedelikumok módosítják a tudatállapotot. Nem kérdés, hogy kinyitnak bizonyos kapukat, de az már kérdéses, hogy hova, milyen világba. Az egészet nagyjából ahhoz hasonlíthatjuk, mint amikor egy autóúton nagy sebességgel haladva becsukjuk a szemünket, majd hirtelen elrántjuk a kormányt. Nem kérdés, hogy egy mély élményhez fogunk jutni, és az talán egész életünket meg fogja változtatni.

A legkülönösebb, hogy néha pszichológusok-pszichiáterek érvelnek a pszichedelikumok használata mellett, mintha az a spiritualitás világába, az intuíciónkhoz, kreativitásunkhoz vagy a művészeti képességeink erősítéséhez vezető út lenne. Ehhez még ráadásul méréseket (!) is találunk „bizonyítéknak”. De, van-e egyetlen olyan ember, aki ilyen módon tu-

dott egy valódi minőségbe átlépni? (Ne soroljuk ide a lelki betegségből, vagy függőségből visszatért eseteket.)

A pszichedelikumok valójában nagyon hasonlítanak a kábítószerrekhez. Kimutatható testi függőséget ugyan nem okoznak, de lelkit igen. Egy tényleges spirituális út a valóságon belül, arra építve vezet, a szerek viszont ki- és elszakítják, végül pedig elidegenítik az embert a valóságtól. Ennek közvetlen jelei az emlékezet- és az akaratvesztés, részben azért, mert a másik, képzeletben működő világ a harsányan erős élményei miatt valóságosabbnak tűnik, így elvesztődik valóságunk finom érzékelésének a képessége is – épp, mint a drogoknál. Egy rabszolga – mondjuk egy gályarab, akit megfosztottak az akaratától és aki az evezőkhöz láncolva évekig ismétlődő cselekvést végez, a tengert bámulva és az ütlegetést tehetetlenül elviselve – mély élményekhez és talán mély belátásokhoz juthat. De valóban, ezt az utat szeretnénk követni?

A pszichedelikumok kérdését így arra vezethetjük vissza, hogy hisszük-e azt, hogy komoly munka nélkül igazi eredményekhez juthatunk? És, hogy bízunk-e abban, hogy létezik egy spirituális, egy szellemi világ olyan törvényekkel, amelyek a fejlődésünket szolgálják a megfelelő szándék és tettek esetén?

Azaz végső soron: bízunk-e önmagunkban?

\* Strassmann: *DMT: The Spirit Molecule*

## A sors

A tudattalan tényezőket sokan másodlagosan tartják, pedig alapvetően ezek irányítják az életünket. Annyira igaz ez, hogy sokan felteszik a kérdést, hogy egyáltalán van-e értelme, hogy tervezzen az ember. A racionalitásunkkal tökéletesnek látszó terveket alkothatunk, de, mintha a magunk elé állított követelményeket mégsem tudnánk teljesíteni. Más esetekben minduntalan külső akadályok gördülnek elénk. Mondhatjuk, hogy „*szerencsés akarunk lenni*”, hiszen *akarni* bárki bármit akarhat (:)). „Megrendelhetünk” bármit a szellemvilágtól. De nem fog megtörténni, ha mindaz a lelkünk valódi késztetéseivel és szándékaival nem esik egybe. A tudattalannak sokkal nagyobbak az energiái és azokat nem a száraz logika vagy a külsőségeken alapuló értéköléletek mozgatják.

A tudattalannak egy különös megnyilvánulása az, amit sorsnak, sorseseeményeknek nevezünk. Felépíthetjük a legszebbnek látszó, a leglogikusabbnak tűnő terveket, de azt különös történések egyre csak akadályozhatják. A sorsot valami tőlünk független, külső, befolyásolhatatlan erőként képzeljük el. Sorsunk, életünk legtöbb eseménye azonban nem tőlünk független, hanem csak a racionalitásunktól: azon kívül eső „külső” erők, a tudattalan hatalmas energiái irányítják életünket. Megkísérelhetünk követni értékek *gondolt* ideákat, elképzeléseket arról, hogy számunkra mi is lenne a jó. De

mindhiába, ha a tudattalan energiái egészen másfelé irányulnak. Úgy képzelhetjük ezt el, mintha egy hatalmas, örvénylő tengeri áramlaton egy zsebkendőnyi vitorlával szeretnénk a hajónkat egy egészen más irányba vezetni – időle-gesen talán közelebb jutunk az általunk vonzónak tartott szigethez, de a legközelebbi fordulóval megint csak távo-labbra kerülünk.

Sokan megállapították már életük nagy szakaszaira visszate-kintve, hogy abban mintha valami szándékosság jelenne meg, amely adott célok felé vezetett. Ha egy ötlet alapján megkísérlünk letérni erről az útról, akkor egy kisebb – vagy rosszabb esetben egy hatalmas – kerülővel, de az életutunk végül visszatér az eredeti irányba. Vagy éppen: korábban értelmetlennek tűnő események végül valami nagy egészbe szerveződve kapnak értelmet.

Ha alapvetően mi határozzuk meg a sorsunkat, akkor lehet-séges, hogy ezt a törvényszerűséget már réges-régen felis-mertük? A leírások szerint a Delphoi jósda bejáratánál az „*Ismerd meg önmagad*” („*Gnóthi szeauton*”) fogadta a jóslásért érkezőket. Mert, ha megismered önmagadat – „*tudni fogod a sorsodat. Mert a sorsod te vagy. Nem külső erők uralkodnak rajtad, az istenek benned vannak, s jellemed, személyiséged alakítja, formálja jövődet. Változtass magadon, és változni fog a sorsod is. Fogadd el magadat, és el tudod majd fogadni sorsodat is.*” (Popper P.: *A belső utak könyve* alapján).

Tudattalanunk hatalmas erejű, külsőnek látszó, és valóban a racionalitásunkon kívül eső és befolyásolhatatlannak tűnő módon avatkozik be életünk eseményeibe. A tudattalan energiák megközelítésének egyik lehetősége így az életünk eseményeinek a figyelemmel kísérése és azoknak egységében szemlélése.

Ha olyan, másoktól felvett mintákat, külső értékeket kísérelünk meg akár tudatosan akár tudattalanul követni, amely valójában nem a sajátunk, lelkünk mélyétől idegen, akkor azok különös kerülőutakként jelennek meg az életünkben. Sokszor ezek is tudattalanul hatnak, de a mélyben ott van egy még észrevehetetlenebb, egy még nagyobb energiájú minta, amely a sajátunk, és ami mindig vissza akar téríteni bennünket a saját utunkra. A sok kerülőút eredményeként a legrosszabb esetben a saját sors esetleg be sem teljesül.

A belső energiáit, a sorsát követő élet útja nem feltétlenül a legkönnyebb, mivel annak lehet épp a tanulás a célja; de: a nehézségek mellett ennek is megjelenik bizonyos támogatottsága. Másrészt: az életutunkat nem csak a saját belső energiáink határozzák meg. Nem vagyunk független lények, így a szűkebb-tágabb környezetünk és világunk sorsa hatással, befolyással van ránk, pontosan olyan léptékkel, ahogy a személyünk aránylik annak nagyságrendjéhez. Ugyanakkor azt is megfigyelhetjük, hogy nem fognak mindenkire ugyanúgy hatni az események, az egyéni sorsokban igen nagy eltérések lehetnek, tehát nem kizárólagosak környezetünk hatásai.

\* Eric Berne: *Sorskönyv*: a felvett sors-mintákról.

## Felettes-tudat

Mi lehet a hétköznapi racionalitáson túl? Mi lehet az a világ, amely a tudat szűk fókuszán kívül helyezkedik el, amelyet általában figyelmen kívül hagyunk, mégis körülvesz minket és hat ránk? Mi rejtőzhet a tudatalattiban működő, örvénylő, gyakran a mélybe fojtott energiák mögött? A hétköznapi szerepeink és játszmáink belénk nevelődött, ránk rakódott rétegei hagymahéjakként vesznek körbe minket. Mi lehet ezen rétegek mögött, mi lehet a magban, lelkünk legmélyében, központjában? Van ott egyáltalán valami?

Freud a tudatos én és a tudatalatti energiával rendelkező ösztön-én mellett feltételezett egy ideákat hordozó felettes-ént. Freudnál azonban ez a felettes-én korlátozásként jelenik meg. Mintája az apa, illetve az általa közvetített ideák, amely a tomboló módon megnyilvánuló, „világra szabaduló” ösztön-ént akarják kordába szorítani, beterelni a kulturáltság keretei közé, és éppen ez a korlátozás vezet elfojtásokhoz és neurózisokhoz. Valóban csak ennyik lennénk, zabolázatlan ösztönök, amelyeket járomba kell szorítani külsőleg ránk erőszakolt értékek alapján?

Jung felfedezte, hogy ha a tudatalatti alapkönfliktusait feloldják, akkor az életerő hatalmas energiái szabadulnak fel, a



léleknek egy mélyebb rétege nyílik meg, ahol a közösség, illetve az egész emberiség közös energiamintái helyezkednek el, amelyeket archetípusoknak nevezett el. Az archetípusok a tudattalannál összehasonlíthatatlanul nagyobb energiával rendelkeznek, mivel nem csak az egyén, hanem a közösség, esetleg az egész emberiség közös energiájából táplálkoznak. Mivel ez az énen – mind a tudatos, mind az ösztön-énen – túl van, ezért ezt „nem-énnek” is nevezte. Jung elképzelésében azonban egy ilyen archetípusnak a személyiségben való megjelenése, „megszállása” éppen, hogy károsnak jelenik meg; olyannak, amelyet még sokkal nehezebb kezelni.

Megkísérélhetjük kitágítani a tudat alapvetően szűk fókuszát, megpróbálhatjuk feloldani a tudatalattiba záródott problémákat, felszabadítva ezzel belső energiákat. Csökkenthetjük, esetleg el is hagyhatjuk egyes szerepeinket, megszakíthatjuk játszmáinkat és megpróbálhatunk azok mögé hatolni. De hova juthatunk így el?

Egy alapvető kérdés a lélek szempontjából, hogy mi van a legmélyében, az én különböző, tudatos és tudattalan rétegei mögött magként lelkünk központjában. Bálint Mihály alapvetően megfigyelések alapján ismerte fel, hogy a léleknek meghatározható a két legalapvetőbb motivációja.

Az egyik alapvető motiváció a *harmóniára* való törekvés. A lélek alapvetően konfliktusmentes környezetre törekszik, és úgy tűnik, hogy konfliktusokat többnyire az önmaga (így a

közvetlen vagy közvetett túlélés) veszélyeztetettségének érzése, vagy pedig a tudattalanba fojtott problémáinak a felszínre törése okoz. Az önveszélyeztetettség érzése is sokszor belső problémákra vezethető vissza, például belső instabilitásra. A konfliktusok történhetnek aktív, de akár passzív módon is, amikor valaki látszólag „csak” elszenvetődje a történéseknek, más agressziójának, valójában azonban egy rendkívül mély szintre fojtott tudattalan tartalom tör elő. A konfliktusokkal, aktív vagy passzív agressziókkal ideiglenesen kiélhetjük egy-egy elfojtott energia testet öltését, de a lélek igazi otthona a harmónia, itt érzi a legteljesebbnek magát.

Harmonikus környezetet megteremtve azonban a lélek azt nem fogja tétlenül élvezni. A megfigyelések alapján a másik legalapvetőbb motiváció az *aktivitás*, a környezettel való interakció, mely során felfedezzük világunkat, arra hatunk, azt átalakítjuk.

A harmóniára törekvés igénye jelentheti időlegesen (!) a diszharmónia lebontását, a destrukciót is, de, ha az csak rombolás marad, akkor sikertelen és csak féligazságot követett (ide érthetjük a freudi „halálösztönt” is).

A megfigyeléseket és elméleteket összekapcsolva lelkünk legbelsőbb magját egy felettes-énként határozhatjuk meg, amely harmóniára és aktivitásra törekszik. Ez a köznapi értékeken és értékítéleteken túl van, így túl van a racionalitás szűk fókuszán. De, az elnyomott egyéni sérülések és

elfojtott vágyak tudatalatti tartományán is túl, mivel ez a lélek eredeti forrása. Magához az eredethez kapcsolódik, egyben a közös-tudattalanhhoz, így esetenként archetipikus színekben is megjelenhet, mégis bizonyos egyedi színnel és mintázattal. Magához a teljességhez képes csatlakozni, a világot teljességgként képes érzékelni, így el tudja érni az igazság torzítatlan, eredeti forrását, mind a belső igazságokét, mind a világra vonatkozóakat. Mivel ez a hétköznapi énen túl van, ezért bizonyos szintig „nem-én”; kisebb-nagyobb mértékben önmagán túl tud lépni. Mindezek szerint lelkünk legmélyében nem freudi ideák (saját vagy másoktól átvett elképzelések), hanem a harmóniát képviselő ideálok, azaz eszmények találhatók. Ezek az ideálok az eredet tisztaságával rendelkeznek, még nem torzulva a tudat felvett vagy kigondolt értékítéletein, sem a tudatalatti rögzült energiáin, így magát az igazság erejét birtokolják.

Ahogy Cayce a már idézett igazlátásában mondta: *„Ha cél-ideáid összhangban vannak az ideáljaiddal, kövesd azokat. Ideáljaid legyenek és ne ideáid. Az ideák olyanok, mint a gondolatok, lehetnek bűnösek vagy csodálatosak. Légy biztos abban, hogy az ideál helyes. Kövesd azt függetlenül a külső befolyásoktól. Te magad tudod, hogy mi a jó, és ezután menj egyenesen abba az irányba. Így minden egyes napot úgy élj meg, hogy bárkivel szembenézhes, és mondhasd, menj a pokolba.”*

Ha szélesíteni tudjuk a tudat szűk fókuszát és fel tudjuk oldani a tudatalattiba zárt feszültségeket és problémákat, akkor lelkünk mélyére, az eredet tiszta forrásához érkezh-

tünk el. Ez az a pont, ahol életünk alapvető motivációi, a sorsunkat irányítani kívánó energiák elhelyezkednek. Ezek ismeretével el tudjuk kerülni a zsákutcákat, felesleges hurkokat, amelyek vagy berögződések által irányítottak vagy a tetszetősnek tűnő célok felé vezetnek, de amelyek valóságban nem a sajátjaink, nem az igazi valónk.

A tudatalatti tartalmak megismerésével, elfogadásával és feszültségeik kiegyenlítésével, a szimbolikusan történő megfogalmazások megértésével a tudattalan teljes világa kitárul előttünk. Ezen a ponton így nem csak önmagunkat, hanem a világ valódi teljességét érzékelhetjük, azt is, amely a racionalitáson túl van. Az ide vezető út nagyon nehéz, hiszen nem véletlen, hogy a tudat a számára kényelmetlen vagy éppen elviselhetetlen terheket a tudatalatti mélyébe száműzi. Mindehhez egy alapvetően stabil, nagy belső erővel rendelkező személyiség kell. De Dante szerint is, csak a Poklon, majd a Purgatórium tisztítótüzen át vezet az út a Paradicsomba.

Célként tehát nem az ego lebontását határozhatjuk meg, hiszen az a napi életünk fenntartásának szükséges kelléke. De a játszmák, tudattalan indíttatásaink és feszültségeink mögé kell látnunk, és meg kell keresnünk a mélyben rejtőző tiszta és igaz szándékot. Nem a személy, hanem a személyesség lebontása a cél, a belső mag köré rakódott, külsőleg sugallt vagy védelmi reakcióként felvett megmerevedett mintáknak a feloldása, hogy megkereshessük saját torzítatlan igazságunkat és a világ tisztább érzékelésének a lehető-

ségét. És nem is a világtól való elvonulás a cél, hanem az aktivitás, a harmónia megteremtésének az érdekében, és – az alkotás, a „teremtés feldíszítése”.

A célt tehát nem az én és a tudat lebontásaként, hanem éppen annak kiterjesztéseként, tudatosságként határozhatjuk meg, amely a tudaton, önmagunkon való túllépést jelent, a transzcendentálást.

A tudattalan feszültségek enyhítésének az egyik legegyszerűbb, de hatásos módszere az „igazi beszélgetés”, amelyben valakinek elmesélhetjük a minket foglalkoztató gondolatokat. Kimondva enyhülnek a lefojtottságukban növekedő belső feszültségek, és egyben egy kissé külsőbb szempontból is láthatjuk helyzetünket. A beszélgetést csak addig illeti az „igazi” jelző, amíg az nem generál szerepeket, játszmákat. Az ilyen beszélgetés ezért inkább megértő és támogató, mint ítélkező; ne ítéletet, csak a véleményünket mondjuk el, tudva, hogy az csak a mi elképzeléseinket tükrözi.

A feszültség enyhítésének másik módszere a hangsúlyáthelyezés. Egy megoldatlan problémáról, zavaró helyzetről elterelhetjük a figyelmünket, ha azt egy kellemes dologra irányítjuk, például olyan tevékenységet végzünk, amely számunkra előnyös eredményt hoz. A várt előny, az elért siker ideiglenes elfordíthatja figyelmünket a problémákról. Mindez csak pillanatnyi megoldás, de az életünk végül is pillanatok folyamatos sorozatából áll.

A hangsúly-áthelyezés, a figyelemelterelés valójában pontosan a tudat énvédő mechanizmusát utánozza le, ahogy elnyomja, a figyelemén kívülre tolja a zavaró problémákat és a kellemes élményekre koncentrál. De mindez a problémák tagadását jelenti, és semmiképpen sem az elfogadását és feloldását, így annak az energiája lekötve marad. A problémák valódi megoldásához le kell hatolni azoknak a gyökeréhez. Modellünk szerint egy adott ideálunknak a sérülése, működésének korlátozása okozza ezt a feszültséget, a belső energiapályák elakadása, vagy rossz, téves beidegződésű reakciója. A megoldáshoz tehát meg kellene keresni, hogy mely ideáljaink érintettek, s hogy azokat milyen módon tudjuk a legtisztábban, a legegyszerűbben érvényesíteni.

A fénynek vajon az árnyék az ellenpólusa? Lehet-e fény árnyék nélkül? Árnyékot csak a fény útjában álló fizikai test vet, és annál sötétebb ez az árnyék, minél tömörebb, minél nehezkesebb, minél nagyobb akadálya a fénynek. A disszonáns ösztön-energiák, rossz beidegződések – ezek mind sűrű, örvénylő tartalmak, amelyek eltorzítják az egyénnek az önmagáról és a világról alkotott képét. A személyességen (de nem a személyen) túljutva a világ és az egyéni történések már egy másik szinten, a közös-tudatalatti archetípusokra épülő megfogalmazásában jelenhetnek meg. A fényt elzáró sötétséget a szivárvány színeinek kavalkádja, a kialakuló minták egymásba fonódása váltja fel. A mind mélyebb, mind tisztább rétegekbe érve az elnehezült, kaotikus, árnyékot vető energiák megtisztulhatnak és az önmagán túli fény

közvetítőjévé válhatnak, miközben ahhoz hozzáadhatják saját belső teremtményüket.

\* Sigmund Freud: *Bevezetés a pszichoanalízisbe*

\* A harmóniáról és aktivitásról, mint a lélek két alapvető motivációjáról pl. Bálint Mihály: *Őstörés* c. művében olvashatunk.

\* Cayce 1739-6 igazlításában található: „Ha cél-ideáid...”

\* A „tisztta forrás” kifejezés Bartók Béla: *Cantata profana tenorra, baritonra és zenekarra vagy zongorára, avagy A kilenc csodaszarvas* (Sz. 94, BB 100) c. művének képét követi.

## Igazság, ítéletek

Létezik igazság? Van, aki számára ez, van, aki számára valami más lehet az igaz? A kérdés oda vezethető vissza, hogy a világunk rendelkezik-e egy viszonylagos objektivitással, azaz ugyanaz a része megjelenhet-e több személynek is? A megfigyeléseink alapján létezik ez az objektivitás, ahol a viszonylagosság jelzőt úgy értjük, hogy a szubjektum arra hathat, azt módosíthatja, akár csak a megfigyelése által: az tőle nem teljesen független. Amit az igazság relativitásának neveznek, az mindössze a szemlélők esetleges különböző szempontjait és az onnan alkotott képet fogja jelenteni (tehát nem az igazságról, hanem ítéletekről beszélnek). Az eredeti kép azonban egységes, és megkereshető olyan átfő-

góbb szempont, amely mindkét igazságot magában foglalja. A másik tulajdonság, ami ebből következik az az, hogy minden kimondott „igazságnak” van egy pontossága, azaz minden megalkotott kép csak egy adott részletgazdagságig ábrázol. Ez nem feltétlenül baj, mivel adott helyzetben adott pontosság tökéletesen megfelelő lehet. De, az igazságnak van egy forrása is, amely maga a vizsgálat eredeti tárgya a maga teljességében, amely nem fog ellentmondani önmagának.

## Az én

Korábbi gondolatmenetünk alapján az én struktúráját egy modellel szemléltethetjük. A jéghegy csúcsa itt is a racionalitás módján megfogalmazódó tudat. Ez alá sorolhatjuk azonban a külvilágból közölt felvett mintákat, értékítéleteket és szerepeket is, így a freudi „felettes-én” nagy részét is ez fogja tartalmazni. Ezeknek a mintáknak bizonyos részei racionalizálásként, egy – többnyire mesterkéltszerű – okfejtés alapján a tudatba is átkerülhetnek, míg a túlnyomó részük automatizmusként, rejtetten fejtik ki hatásukat. Ez alatt a következő terület a tudattalan mélyébe elnyomott energiák gyűjtőhelye, és ennek az egyre szélesedő alapja jelenti az ösztöni viselkedést. A freudi modellel ellentétben itt nem állunk meg, hanem egy másik, fordított, a csúcán álló hegyet rajzolhatunk, amely a lélek mélyrétegeit fogja ábrázolni. Így egy csúcsára állított rombuszt kapunk (a „rombusz” szó



eredetileg a „forgó tárgy” szókapcsolatból származik; ez a gyémánt, ill. általában a kristály jele is), vagy annak térbeli megfelelőjét, az alapjaival egymásnak fordított két kúpot.

Az ösztönvilág talpazatán túl a felvett archetipikus jegyeket találjuk. Jung szerint ezeknek az energiája szabadulhat fel adott kiváltó helyzet esetén, vagy ha a tudatalattiban rejlő feszültségeket, elfojtásokat csökkentettük. Az archetípusokhoz még pozitív-negatív értékítéleteket kapcsolhatunk, az ez alatt rejlő keskenyebb rétegben elhelyezkedő személyiség-jegyek azonban már nem minősíthetők, pontosabban mind pozitív, mind negatív módon manifesztálódhatnak. Ezek a minőségek ismerhetők meg például a születési horoszkóp-ból. Modellünkben ezen túl helyezkedik el a lélek-mag, amely a legelemibb, igaz minőségeket, az ideálokat tartalmazza. Platón ezeket nevezte ideáknak (*„lényegi formáknak”* – a mai „idea” szó már más jelentésű). Így megérthetjük, hogyan is értette Platón a racionalitás barlangjának falára vetülő árnyékokat és felfelé tekintve hogyan pillanthatjuk meg a barlangon kívül a lényegi, tiszta formák világát.

Talán az ösztönvilág az, amely végső soron a harmóniára törekszik, míg a lélek-mag hordozza a teremtő (és a megismerésében újrateremtő) aktivitást. Ugyanis, harmonikus körülmények között általában önmaguktól beindulnak pozitív cselekvési folyamatok. Az én célja így az értés-harmónia-teremtés pólusaival lenne megfogalmazható.

A rombusz (vagy térben: kristály) felső csúcsa a racionális tudat, amely valójában egy kapu, amin keresztül (a saját megnevezéseinkkel és azonosításainkkal kapcsolódhatunk a világunkhoz. A másik csúcs, a lélek magja ugyancsak egy kapu, amelyen keresztül egy, a racionalitáson túli világ érzékelhető, így ezen keresztül kapcsolódhatunk a kollektív tudattalant is tartalmazó közös tudati mezőre, illetve ezen keresztül áramolhatnak be az archetípusok is. A középtartomány, így a két oldalsó kiteljesedés (ha térben képzeljük el, itt nincs csúcs) az ösztönvilágot jelenti, s ez szintén egy kapu, amely a testi létezésen keresztül, az anyagba kapaszkodva kapcsolódik a külvilághoz. Mindhárom kapun túl a világ egy-egy objektivitást ígérő képét láthatjuk, az ösztönösen érzett anyagi valóságot, a racionalitás logikával megfogalmazható és ellenőrizhető képét, valamint a tiszta minőségek, ideálok világát. Mindhárom kép egységes, mivel egységesnek tekintjük azok forrását, a valóságot.

Mi ezt a szerkezetet csak térben tudjuk elképzelni, de a lélek belső világa semmiképpen sem „lefelé”, hanem „befelé” helyezkedik el, önmagunkba egyre beljebb tekintve tudjuk csak elérni, sőt, azon a kapun át egy, a racionális világunkon túli, „fentebbi” szempont képét kaphatjuk.

A középen húzódó alapvonal feletti rész a hétköznapi világban működő tartományt jelenti, míg a másik egyre inkább személyen túlivá válik, amely csak mind absztraktabb minőségekben, végül pedig ideálokban fogalmazható meg.

A modell alapján a személyiség dinamikája a következő módon képzelhető el. Alapvetően a lélek magjának tiszta minőségei szándékoznak megvalósulni – a lélek belső mélyéből kifelé –, s ehhez rövidebb vagy hosszabb időtartamú helyzetben a következő rétegből adott személyiségjegyek fognak aktivizálódni az idő (a személyes idő és a világ „nagy-idejének”) „természetének” megfelelően. A következő rétegben a személyiségjegyek archetipikus színezetet kaphatnak, de csak olyanokat, amelyek az egyén ösztönvilágával összhangban vannak. Kifelé haladva az elemibb, majd egyre finomodó ösztönök közvetítik az energiát, de aktivizálódhatnak az ide zárt régi elfojtások is, akár az eredeti szándékkal homlokegyenest ellentétes tettekben feltörve. Az én ezután a felvett mintákon és szerepeken, játzsmákon keresztül fogalmazza meg magát, beleértve a saját racionalizált (azaz „megmagyarázott”) értékeit is.

Ellentétes irányban: A tudatosan észlelt tartalmak alapvetően tanult szerepeket, játzsmákat, értékítéleteket váltanak ki, amelyek mögött a mélyebb réteg elfojtott energiái állhatnak, beleértve az ösztön által félreértelmezett, támadásnak tekintett reakciókat is. Ezek mögött archetipikus, szinte isteni erejű energiák magasodhatnak. A szerepek és játzsmák olyan formák, amelyekben az én megfogalmazhatja magát, szándékát és pozícióját, így azok könnyen értelmezhetővé válnak mások számára. Erősebb reakciót megkívánó helyzetekben az én a kollektív tudat-mezőből archetípusokat „húzhat elő”, annak a nagyságrendekkel nagyobb, akár

az egész emberiségből táplálkozó energiáját is felhasználhatja. Így önmagán (pontosabban a hétköznapiságán) is túlléphet, ugyanakkor ezt a mintát fogja a helyzet felé is közelebbi, például reakcióként egy másik archetípus megjelenésére. Az archetípus ugyancsak mások által jól azonosítható; de a szerepeknél elemibb, és így nagyobb erejű minőséget képvisel.

Mindez természetesen csak modell, melyet csak a használhatóságának a szempontjából minősíthetünk.

## Kiterjesztett valóság

Modellünkben a rombusz (vagy térben: a kristály) középső része az örvénylő energiák gyűjtőhelye, amelyet most személyes tartalomnak fogunk nevezni. Itt helyezkednek el a kívülről felvett minták, értékítéletek, szerepek, a félreértett helyzetek ösztöni rögzülései, a személyiségbe háttérként beépült archetípusok, valamint a jó és rossz ítéletein túli alapvető személyiségjegyek. Ha ezt a belső tartalmat sikerül harmonikusabbá tenni, a kaotikus örvényeket feloldani és energiáikat felszabadítani, akkor mindez egyre áttetszőbbé válhat. Átjárhatók lesznek az egyes rétegek, az értelmezések sem torzulnak „racionalizálássá”, magyarázkodássá, megérezhetők lesznek az ösztön rezdülései, és a lélek-mag eredeti szándékai is. A három kapun át világunkról egy teljesebb és torzítatlanabb képet kaphatunk, amelyet kiterjesztett valóságnak fogunk nevezni.

A kiterjesztett valóságban a tudat által értelmezhető jelenségek mellett elérhetők az anyagi világra vonatkozó ösztönös megérzések és a kollektív tudat-mezőt is magába foglaló lelki világ sugallatai. Nap, mint nap számtalan különös információt hallunk. Ezek közül mi lehet az igaz és mi nem? Egyes leírások szerint bizonyos „szellemi entitások” szándékosan meghamisítanak jelenségeket, vagy „egyszerűen” hamisan közölnek, csak azért, hogy érzelmi reakciókat, vagy akár csak figyelmet váltsanak ki a fogadóból. Modellünk alapján a személyes tartalom (amely kollektív típusokat is tartalmaz) az, amely torzíthatja a tiszta érzékelést, tehát az lehet valószínűbben az igaz, amelyben egyáltalán nincs személyes érintettség (és így érzelmi érintettség sem)! Ez természetesen egy ideális állapot, amelyet fokozatokban képzelhetünk el.

Ha valaki személyesen érintett egy dologban, attól még megfogalmazhat igazságot. Másrészt, a lélek világában a „nem igaznak” is különleges jelentése van. Ismereteink végső forrása a külső, objektívnek tekinthető világunk. Így minden megfogalmazás, világról alkotott kép tartalmazhat igazságot, de lehetséges, hogy az csak nagyon áttételesen, erősen szimbolikus értelemben igaz. Akár a valósággal pontosan ellentétes dologt is megfogalmazhat – igaz, de mégsem igaz –, hiszen a legelemibb szimbólumok polarizálatlanok.

## Érvényesség és észlelés

A közös tudati mezőnek, így a kiterjesztett valóságnak is két alapvető törvénye az érvényesség és a megidézhetőség. A léleknek ebben a világában semmi sem fekete vagy fehér – ahogy azt a racionalitás meg szeretné ítélni –, nem „létezik” vagy „nem létezik”, hanem adott érvényességgel rendelkezik, amelyet nagyvonalakban a létezésének a valószínűségként képzelhetünk el (a kvantummechanikai valószínűséghez hasonlóan). Ez az érvényesség pedig úgy tűnik, hogy a belétáplált lelki energiától függ. Itt valódi energiára gondoljunk, ne csak a „milyen jó lenne, ha” képzelgések felületességére. Gondoljunk a tudatalatti áramlataira, az ehhez képest óriás archetípusokra vagy a még nagyságrendekkel erősebb alap-személyiségjegyekre és a szinte már felfoghatatlan léptékű, a lélekmagnak az „igazság erejével” rendelkező minőségeire, az ideálokra. Seth szerint, ha egy régi utazásunk tengerpartjára visszaemlékezünk, akkor egy adott érvényességgel ott meg is jelenünk. A visszaemlékezést tápláló nagyobb lélekerő esetén ez a jelenlét akár észlelhető is. A tibeti szerzetesekről szóló leírásokban találkozhatunk olyan történetekkel, amikor a mérföldnyi távolságra lévő mester megjelenik a tanítványa szeme előtt. A belső (valódi!) szándékok, kívánságok, elképzelések egy idő után manifesztálódhatnak a valóságunkban.

Az érvényesség – ami részben kivetítés/előrevetítés is – másik oldala a megidézhetőség. Mivel teljes világunk egy közös energiamezőben létezik, a saját energiatartalom módosíthatja a környezetét (projekció), illetve a külső energiatartalom érzékelhető (introjekció – de nem a szó pszichológiai értelmében). Mivel ez a közös energiamező tértől és időtől független, ezért akár távoli helyek vagy a régmúlt történései is érzékelhetővé válnak. A projekció-introjekció együtteseként egy csatorna teremődik meg, amelyen keresztül az adott tér-hely adott érvényességű formái észlelhetővé válnak, esetleg azon adott érvényességgel megjelenő energia is közölhető (például a távgyógyítás, vagy a telepátia – a tibetiek „szelek szárnyán elküldött gondolatai”, ill. Paál Zoltánnál a „gondolatvibrációs eljárás”). A belső szándékok változó energiái és világunk törvényei alakítják a jövőnket, így a jövő is érzékelhető. A lelki energiák miatt a jövő több, különböző érvényességű változata is létezik, illetve az energiák változása miatt ezek az érvényességek is folyamatosan változnak, alakulnak.

\* Az *érvényesség* Seth egyik központi fogalma.

\* A megidézhetőségre több példát is mondhatunk, pl. Cayce életművét, Paál Zoltán Arvisuráit (Paál Zoltán: *Arvisura*, ill. *Vérrel pecsételve*), de ilyen a mindenki által végezhető Bert Hellinger féle családterápia is.

\* A tibeti kivetítés és telepátia leírása Alexandra David-Neel: *Mágusok között Tibetben* c. művében található.

\* A közös tudati mezőhöz való kapcsolódás élettani módjára keres Penrose és Hameroff elméleti lehetőségeket (szubneurális elemekkel kapcsolatos mikrofizikai hatások, a hétköznapi perceptuális-kognitív megismerés melletti intuitív-integratív mód). A modell valószínűleg nem igaz, de a lehetőség feltételezése mindenesetre érdekes.

## „Megnézni”

A tudat a lélekkapun át tud eljutni a közös energiamezőhöz, s ehhez az én belső világának átjárhatóvá kell válnia. A kaotikus örvények feloldásával harmonikusnak, a sűrű érzelmek tisztulásával könnyebbnek, áttetszőbbnek kell lennie. És ugyancsak így juthatnak vissza tisztán az érzékelések, különben az információk nagymértékben torzulhatnak a személyes érintettségek miatt. Természetesen emberek vagyunk, személyes érintettségekkel, amiket mind magunkban, mind másokban el kell fogadnunk. Az elutasítás éppen, hogy rejtett elfojtásokra utal és azokat juttatja energiához.

Az én időlegesen is harmonikusabbá tehető a tudat aktivitásának csökkentésével és bizonyos tudatalatti feszültségek elengedésével. Talán ennek, az én belső átjárhatóságát megteremtő agyi szinkronizálódásnak a fizikailag mérhető jele az alfa- és a mélyebb tudatállapotokhoz tartozó lassabb, de intenzívebb agyhullámok. A következőkben példaként említett technikát nevezhetjük „lebegésnek” (Freud „egyenletesen lebegő” figyelmének a mintájára, amelynek a páciens



énjét tisztán, „fényesre csiszolt tükörként” kellene visszautkrözni), vagy „emelkedésnek”, mivel ez egy különös, kissé anyagtalannak tűnő érzethez kapcsolódik – mégis, nevezzük most „megnézésnek”, mivel itt, a lelki, „belső szemünkkel” próbáljuk megalkotni valaminek a belső képét. (Azt is beleértve, hogy attól, hogy valamit „nézünk”, még nem biztos, hogy pontosan „látjuk” is.) Először kerülünk ellazult, meditatív állapotba, belső feszültségeinket lehetőleg csökkentve, és „elengedve” a gondolatainkat és a felmerülő érzéseket. Ezután lassan, lehetőleg minél passzívabb módon fordítsuk a figyelmünket egy adott téma felé, majd – szintén passzívan! – várjuk, hogy milyen érzések merülnek fel bennünk, esetleg milyen képek jelennek meg. Ez a téma lehet például a közvetlen környezetünk. Felfedezhetjük, hogy bizonyos tárgyak, vagy azok elrendezése disszonanciát, kényelmetlenség-érzést keltenek bennünk. Megkísérélhetjük tágabb környezetünket érzékelni, a munkánkhoz kapcsolódó viszonyunk mintáját azonosítani, régebbi történések mozgatórugóit megérezni, vagy akár jövődöbeli döntéseinket értékelni ezen a módon, és a sort folytathatnánk.

Ezek az érzékelések a racionalitáson túliak, így legelőször azokat egy érzelmi mintaként érzékelhetjük, például a kényelmetlenség/preferencia kettőseként. Az érzékelés tisztaságára utalhat, ha nem több egyenrangú lehetőséget érzékelünk, hanem a sok lehetséges közül az egyik változattal kapcsolatos homályos érzésünk válik lassan egyre erősebbé. Ha túl gyorsan jelenik meg az érzés, akkor az inkább egy

gondolati konstrukcióra, saját ötletre vagy egy saját rejtett tartalomra utal. Ezután az érzelmi minta archetipikussá válhat, alap-minőségjegyeket vehet fel, majd esetleg megtalálhatjuk az az mögötti ideál-formát. Egyre inkább teljességében érzékelhetjük az adott témát és ezzel akár egy összetett, szinte a „lelki szemeinkkel” látható belső kép is kialakulhat bennünk. Sose hagyjuk figyelmen kívül a személyes érintettségünket: ennek jellegét és mértékét csak akkor és olyan mértékben sejthetjük, ha és amennyire ismerjük önmagunkat, énünk valóságát.

## Személyiségfejlődés, jelek

A korábban tárgyalt „kristály”-személyiség szerkezet szerint az egyén életútja adott dinamika szerint változhat.

A személyiség legmélyében, a „lélekmagban” vannak a legalapvetőbb célok (néhány, csak egy-kettő). Ezekhez olyan képességek válogatódtak össze, hogy ezek a célok megvalósulhassanak. Maguk a célok is rendkívül absztraktak, és azok megvalósulása is több lehetséges, akár nagyon különböző életpályán megtörténhet.

Mélyebb szinten maguk a képességeket jelentő tulajdonságok is absztraktak, azok több minőségi fokozatban is megvalósulhatnak. Alacsony szinten a tulajdonság szinte elburjánzik, mintegy magába olvasztja az egyént. Ekkor a tulajdonság harsányabban megnyilatkozó, durva, negatív színe-

zetben fog megjelenni, ami az egyén előtérbe helyezését, az ego érvényesítését is jelenti, akár mások kárára is. Magasabb szinten a tulajdonság finomabban jelenik meg, harmonikusabban, amelyben az egyén „megtalálja a helyét”.

A „lélekmag” céljai tiszták, de azok tetteikben való megjelenését a személyiség megoldatlan problémái kisebb-nagyobb mértékben eltéríthetik, torzíthatják. A személyiségnek különböző rétegei működnek egyszerre, például egyetlen szó kimondása esetén is. Ha a mélyebb rétegek kontrollálatlanul elszabadulnak, azok zavart okoznak, romboló hatásúak lehetnek. Az ilyen disszonanciák pedig újabb problémákat szülnek. A belső személyiségnek ezért valójában az *igazi* célja az „egyenesség”, a tiszta megnyilvánulás.

Életerveinkben, tetteinkben meghatározhatunk különböző célokat, terveket. Azonban ennek során nagyon gyakran külső, mások (család, környezet, társadalom) által elfogadott értékítéleteket követünk. Lehetséges, hogy a belső készítményeink adott hivatás felé terelnének, mégis, teljesen mást választunk környezetünk „szuggesztív” véleményei miatt. A tudattalan viszont sokkal pontosabban tudja, hogy mi lenne számunkra a megfelelő, egyben az energiája is sokkal nagyobb. Megkísérel visszaterelni a helyes útra, így a szépen (racionálisan, de a külsőleg sugallt értékek alapján) felépített tervünk sikertelen lesz.

Környezetünk jelzései megmutatják, hogy a belső, igazi szándékunknak megfelelő utat követjük-e. Folyamatos

kudarcok fognak figyelmeztetni, ha nem a megfelelő utat követjük, hanem eltérültünk pl. külső értékek vagy az éppen divatos elképzelések miatt. Ugyanakkor a tettek támogatottságát érezhetjük, ha a jó úton járunk. A siker nem hírnevet vagy gazdagságot jelent, hanem egy belső nyugalmat, jó érzést. Az alkotás, teremtés sikerét – általános értelemben, ahogy pl. egy jó családi élet, egy szép kert, vagy akár egy tiszta utca megteremtése is egy alkotás.

A megfigyelések szerint ezután újabb nehézségek jelennek meg! Ez valójában egy teszt, a „mérce megemelése”, amely során a személyiségnek fejlődnie kell. Ez kötelező, de ezután magasabb szinten lesz képes a „teremtésre”. Rendkívül nehéz megkülönböztetni, hogy a felmerült akadályok azt jelzik, rossz irányba megyünk, vagy azt, hogy azokon túl kell lépnünk, hogy messzebbre juthassunk. A kérdésre alapvetően csak a lelkünk, érzéseink legmélyére tekintve kaphatunk választ, hogy az akadályon túljutva az eredmény igazán jót vagy rosszat tenne-e személyiségünkkel? Ha olyan irányba haladunk, amit nagyon akarunk, és nagy hévvel meg is tudjuk indokolni, hogy az a cél miatt is lenne hihetetlenül jó a számunkra és más számára, nos, akkor az valószínűleg egy tudatos konstrukció, amiről a lelkünk majd megpróbál letéríteni. Ha alapvetően nincs is igazán kedvünk egy akadályon túljutni, de úgy érezzük, azt mégis meg kell tennünk, a saját lelkiismeretünk megnyugtatósa, társaink vagy általában a világ miatt, hogy jobb legyen maga az élet, nos, az valószínűleg egy teszt.

Akadályok közben is figyelniünk kell a további *jeleket*. A jelek értelmezgetése és a „nem véletlen, hogy” kijelentések rendkívül divatosak manapság. Valójában az igazán fontos jelek azok, amelyeket nem veszünk észre azonnal. Vagy, ha észre is vettük, gyorsan félreértelmezzük, a szánk íze szerint átformáljuk, mert a jelek üzenete miatt kényelmetlenül éreznénk magunkat.

A teszten túljutva fejlődik, gazdagodik a személyiség. Valójában tehát „mindössze” annyit kell tennünk, hogy a legjobbra törekedve tegyük a dolgunk, harmóniára törekedve önmagunkban, közvetlen és tágabb környezetünkben egyaránt. Eközben nyitottnak is kell lennünk, mert néhány teszt akadályá után egyszer csak újabb lehetőségek nyílnak meg. Akár olyan lehetőség, amely a korábbi tevékenységeinkkel alig, vagy egyáltalán nincs kapcsolatban. Így léphet fel magasabb lépcsőfokra a személyiség, így fejlődhet és gazdagodhat lépésről lépésre, így nyilvánulhat meg egyre tisztábban a lélek eredeti célja.

## Teljesebb élet

A tudatalattinkban rejlő feszültségek megismerésével és elfogadásával, a szerepek elengedésével, a játszmák feloldásával, bizonyos külsőleg felvett értékítéleteink, sőt motivációink azonosításával a belső, kaotikusan örvénylő, esetenként berögzült energiák feloldódhatnak és harmonikusabbá

válhatnak. Így tisztulva könnyebbé és átjárhatóbbá válnak az én tartalmai, belső útjai. Érezhetővé válnak az anyagi világhoz kapcsolódó ösztöneink finom rezdülései. És eljuthatunk lelkünk legbensőbb magjához. Sokáig úgy tűnhet, hogy nincs semmi ott, csak a felvett, vagy ránk rakódott minőségek energiái mozgatnak bennünket. De végül megtalálhatjuk azt a néhány alapideált, amelyre az egész személyiségünk felépül; számra csak keveset, de ezeknek van a legelemibb, a legátütőbb erejük, magával az „igazság erejével” rendelkeznek.

Az én feltisztulásával felszabadulnak az eddig lefojtott, berögzült életenergiák. Az én így léphet túl önmagán, így történhet meg a transzcendentáció, azaz a „beavatása” önmaga és világának kiterjesztett valóságába. Az érdekeinket érvényesítő szerepek és a másokra hatni kívánó játszmáink mögött megkereshetjük az eredeti tiszta célunkat.

Elhagyhatjuk az eddig észre sem vett, kényszeres cselekedeteinket, a lélek rossz értelmezéseit régi eseményekre, azok téves belső visszhangjait.

Érzékelhetjük én-ideáljaink eredeti motivációit, megkereshetjük azokat a tetteket, azt az életutat, amelyet lelkünk legmélye szeretne követni, s nem fogjuk fecsérelni az időnket és energiánkat külsőleg sugallt értékek követésére, amelyek soha nem fognak minket megelégedetté és boldoggá tenni.

A lélek legbensőbb magját elérve ezen a lélek-kapun át a világunkat is teljességében érzékelhetjük, nem mások ítéletein keresztül, „tükör által”, hanem: „színről színre”.

\* „tükör által” és „színről színre”: Pál Apostol I. levele a Korinthusbeliekhez alapján.





# FILMEKRŐL

## *más / kép*

*A műalkotások, így a filmek is, a racionalitáson túli világról közölnek ismereteket. Átéltve és megértve azokat, megismerhetjük, a „fátylon túl”, világunk igazi természetét, a rejtett módon működő törvények misztériumát.*

*Nem az a kérdés, hogy az ember valójában mágikus léletű-e, és, hogy a cselekedeteiben és teljes életútjában valóban archetipikus törvényeket követ; az igazi kérdés az, hogy a tudat képes-e egyáltalán megismerni a mágikusan működő világot, a tudattalan mágikusnak tűnő valóságát.*

*\*SPOILERS\* A történetek kulcsmomentumai mind elhangzanak, így célszerű a filmeket előbb megnézni.*



# **Állítsátok meg Terézanyut!**

## *párválasztás és a pszichológiai alaptípusok*

Bájos történet egy bájos lányról, Katáról, az ő társ és szerelem kereséséről. Mert társ az akad. De szerelem?... Nos, az elérhetetlennek látszik. Pedig csak látszik, hogy elérhetetlen. Hiszen ott van rejtve, kézközelben a lány mellett, aki annyira, de annyira keresi azt a bizonyos valakit, hogy az erdőben nem látja meg a szeme előtt állót.

És mindez fűszerezve a közhelyszerű helyzetek élővé és hihetővé varázslásával, a modernség és a fiatalság ízeivel. A háttérrel pikáns, néha kicsit extrém epizód-jelenetek, sztorik és kiszólások festik, melyeket felfűjnek, mint egy lufit, majd el is engedik a szélbe, mielőtt még azokat túlságosan is komolyan vennénk és a szereplőkre vagy éppen saját magunkra vonatkoztathatnánk.

Ami a történetet különlegessé teszi, az a kerekisége. Mintha a lány egy kör teljes világát járná be, hogy megtalálja a tökéletest, s így valóban minden oldalról szemügyre veszi a másik nemet. Kis vizsgálódás után rájöhetünk, hogy a lánnyal szorosabb kapcsolatba kerülő négy férfi valójában a négy pszichológiai alaptípust írja le. Természetesen van további „hét törpe”, az epizódjelenetekben megjelenő, körvonalazatlanabb karakterek, akik elsősorban inkább a háttérrel festik meg, a nagy masszáról mutatnak egy-egy karikírozott képet.

**Alaptípusok.** Marci a rendszerető és rendszeres melankolikus, akinél mindennek, így Katának is meghatározott helye van. Ő az anyukák álma, az egyszerű és lineáris, de biztos jövő. Ez a rendszer azonban túlságosan is élettelen és merev a lány számára, aki el is mondja, hogy úgy érzi, mintha nem is élne. Amint a lány korábbi társa, Fonyó megjelenik, Katában ismét felébred a vágy az izgalmasabb, életteli életre. De mégis, ki az igazi? Talán a régi barát, Péter az, akit keres, akivel azonban a rosszul sikerült találkozók miatt még nem jön létre a kapcsolat.

A félig magyar, félig izraeli világpolgár medikushallgató, David (így külföldiesen), a „Carpe Diem” szangvinikus típus megtestesítője. Körülötte aztán pezseg az élet! Ő a testiség szakavatott ismerője, azonban benne amilyen gyorsan fellobban, éppoly gyorsan ki is huny a láng, és félévének lejártakor (amiről persze már a lánnyal való kapcsolata elején is tudott) gondolkodás nélkül csomagol, hogy hazaköltözzön Izraelbe.

A lány életében a következő férfi főszereplő a kolerikus Tamás, maga a céltudatos akarat, hiszen csak így lehet egy céget irányítani! Gyorsan, akár egyetlen pillanat alatt dönt, hiszen tudja, mit akar. Tamás környezete a felsőbb körök pompával és hatalommal teli, csillogó élete. Bálók, kastélyszálló, vadászat... ki ne vágyna minderre? De láthatjuk, hogy mit is fed mindez a csillogás... Könnyed, vagy inkább sekélyes szórakozás játéka az élet...

És végül a régi barát, Péter, a stabil flegmatikus, a „kőszikla” (ez a Péter/Petrus jelentése – ez a legflegmatikusabb keresztnév), akit úgy igazán semmi sem zökkenthet ki a nyugalomból. De, ha baj van, mindig lehet rá számítani. És így bejártuk a teljes kört.

A négy szereplőt az intenzívebb, más életminőségre vágyó lány az érzelmek szempontjából vizsgálja. Marciban minimális az érzelem, amely ráadásul egyenletesen oszlik el a környezetében lévő tárgyakon és embereken. David érzelmei magas hőfokon égnek, de csak pillanatnyiak, és ahogy jöttek, azonnal tova is szállnak. A cégvezető Tamás érzelmei elsősorban a pénzre, az üzletre és az abból fakadó hatalomra korlátozódnak; ezek élveznek prioritást minden felett, hiszen minden más a pénzzel vagy más időben pótolható, hát nem? A lány végül Péterben találja meg az erős, mégis mély érzelmeket, amelyekben ő is főszerepet kaphat. (Jegyezzük meg, hogy a film alapjául szolgáló könyvben ez nem történik meg.)

Érdekes, hogy a négy barátnő is, bár sokkal kevésbé kontrasztosan, az alaptípusok színeivel vannak megfestve. Látjuk a melankolikusan hűséges feleséget (akinek még sosem volt orgazmusa), a szangvinikus forróvérű lányt, a határozottságot sugalló kolerikust, és végül, a főszereplőnő Kata a belülről égő tűz (a flegma hőt, égést is jelent).

**Férfiak...** Mind a négy férfi főszereplő az anyukák és a lányok álma. Nem csoda, hogy a többi férfinak csak mellékszerep jut. Marci a rendszeres biztonságot tudja nyújtani. David egy jó kis egyéjszakás kaland, „*orbitális orgazmus*”. Tamás az anyagi egzisztencia. És Péter... a romantikus és mély érzelmek.

Mindezek alapján azonban a Péterrel való kapcsolatuk jövője is valamennyire prognosztizálható. Egy flegmatikus az nem egy rendszerető melankolikus, így Kata majd pakolhat utána. Benne nem pezseg a szangvinikus buli-tűz, így a lány néhány év múlva valószínűleg halálra fogja unni. És

nem is egy kolerikus vezető-típus, így, ha nem is lesz szegény, mint a templom egere, de mindig maradhat egy-egy vágyott, mégis elérhetetlen dolog...

Természetesen senki sem tisztán egyik vagy másik típus képviselője, hanem a paletta négy színéből keveredik össze a karakter. Hogy Péter mégis „álompasizálódjon”, látjuk őt egy szangvinikus buliban (bár, mintha csak odatévedt volna), tárgyal az üzletfeleivel és a bálban is megjelenik, bár nem érzi teljesen felszabadultnak magát. (Az otthonát nem látjuk, de, ha csak pakolni kell utána, az végül is kibírható...)

**Jövő és Jelen.** Az élesen szétválasztott karakterek arra is alkalmasak, hogy egy-egy típusnak meghatározzuk a tökéletesnek látszó társat. Természetesen, ha egy jelleg szélsőségeként jelenik meg, úgy megakadályoz bármiféle normális együttélést. A hiper-melankolikus nem viseli el a társ „mellékhatásaként” megjelenő rendetlenséget, vagy akár csak más rendet. A túlságosan is szangvinikus olyan gyorsan változik, hogy ahhoz lehetetlen kötődni. A túlzás-kolerikus a céljaira és az oda vezető ösvényre fókuszál, így azon kívül esik mindenki más. A flegmatikus szélsősége pedig már szinte csak befelé él...

A normál tartományban azonban az ellentétek húzhatják befelé, az Élet középpontja felé a párokat. A melankolikust a szangvinikus mozgathatja meg, akinek a káoszát pedig a társa válthatja át élhető rendezettségé. A flegmatikusnak a kolerikus mutathatja meg egy-egy külső cél irányát, míg párja a belső-látás (vagy nevezzük léleknek) kontrollját és biztonságát adhatja. Mégis... Mindez csak összeadás és

kivonás. Ami számít, az a szeretet, sőt, a szerelem pezsgése...

Miért hiszi azt bárki is, hogy az élete tökéletessé válik, ha megtalálja a megfelelő társat? A megfelelő mágnes tudja csak a megfelelő párját magához vonzani... A film végén, az utolsó percekben pontosan ezt láthatjuk. A lány már felhagyott a (társ)vadászattal, amellyel valójában elrohant minden és mindenki mellett... Végül saját belső személyiségét kezdi felépíteni, ami (a filmben) azonnal oda is vonzotta a pontosan megfelelő (vagy legalábbis annak ábrázolt) társat, aki valójában mindvégig ott volt mellette.

\* Állítsátok meg Terézanyut (2004, Bergendy Péter, Rác Zsuzsanna; *Hámori Gabriella, Ónodi Eszter, Nagy Ervin*)

## ***Taxidermia***

*csak anyag – no lélek*

Nemrég egy este megnéztem a *Taxidermia* c. filmet. Előtte, a moziban néhány, önfeledett, szórakozásra vágyó fiatal ült, akik először hangosan hahotáztak, ami később értetlen, majd kínos nevetgélésbe fordult. Úgy negyedóra után villámgyorsan távoztak, felháborodottan, a szokásos „magyar filmet többé soha” felkiáltással. Én végignéztem a filmet. Részben kíváncsiságból, hogy összeáll-e valami összefüggő kép.

Az igazán érdekes dolog azonban éjjel történt, ugyanis egy komplett jelenetet álmodtam a film harmadik történetébe. (Máskor is volt ilyen...) Röviden és a filmhez hasonló képtörödékekben: a preparátor több operaelőadáson csodál egy gyönyörű hangú énekesnőt; az énekesnő halálos bal esetet szenved a preparátor szeme láttára; a preparátor ki-lopja a testet a hullaházból (ahol jól ismeri a járást); preparálja a nőt és beépít egy pneumatikus szerkezetet; az alagsor mini-színpadán az opera hangjai, az azt csodáló preparátor és végül a színpadon a mechanikus emelkedő-süllyedő tüdejű énekesnő-gép. Az egész jelenetsort groteszk és kifacsart operett-zene és mozdulatok kísérték végig.

Ez a beilleszthető-kivehető jelenet egyszerre megmutatta a történetszerkesztés alapvetően felsorolós, azaz egyszerű mennyiségi módját. A film vége sem tekinthető csúcspontnak vagy akár egy jövőbe mutató iránynak, inkább csak a



történet félbehagyásának. Másrészt, mindez valahogy „szó szerint” kifejezte a film egy értelmezési lehetőségét, amit kb. így lehetne megfogalmazni: „a lélektelenül megszólaltatott élet”. A jelenetek mennyiségi jellege ellenére az az érzésünk, hogy a film valahogy mégis egy teljes kört fed le. Ez az értelmezés, mint egy kulcs, a film történéseit egy teljes rendszerbe állítja, ugyanis így a részek egyes főszereplőinek alapproblémáit közvetlenül a létezés alaptörvényeire vonatkoztathatjuk.

**1. törvény – reprodukció.** A létezés alaptörvénye a reprodukció: a halandó egyedeknek reprodukálniuk kell önmagukat, hogy fenntartsák a fajt. Az első rész alapvetően ezt a problémát mutatja be. A reprodukciós feladat teljesítése után az egyed akár azonnal ki is halhat, ahogy ez a filmben meg is történik. A tisztiszolgát az aktus éjszakáját követő reggel a férj fejbe lövi.

Szükségességénél fogva a reprodukció a létezésünkbe van kódolva. A tisztiszolga szenved a hormonjaitól. Belső tüzet még a belélegzett-benyelt gyertyaláng tüzével is növeli. Ráadásul a testiség közvetlen szomszédságában, néha azzal közvetlen érintkezésben lakik. A fészker, ahol meghúzhatja magát az udvari budi mellett van, ahova a tiszt két lánya is jár. A fiúnak kell a lányok fürdéséhez a vizet melegíteni és hordani; itt még kézközelbe is kerül a szép testek illatnyoma. És végül a disznótor, egyetlen „barátjának” feláldozása, bőrének perzselése és kibelezése. A tort követően kerül sor az igazi disznólkodásra a feldolgozott sonkák és húsok között a tiszt feleségével, aki külsejében, beszédében és megjelenésében ugyancsak „disznólkodónak” van mutatva.

Már nem is csodálkozunk, hogy kilenc hónap múlva egy disznófarkú kisfiú születik meg...

Azt az érzést, ami a reprodukciót megneemesíti, reméljük, mindenki jól ismeri. Ez a szerelem. Nos, a filmben erről szó sincs. A vágy a szélsőségekig feszül az akadályoztatása miatt. Egyrészt ott a tisztiszolga és a tiszt lányai közötti áthidalhatatlan (vagy annak tűnő) különbség. A nyúlászajú csúnyácska fiú és a két viháncoló, harmatos testű tündérke, akik azonban épp ilyen anyagtalanok és megfoghatatlanok. A (valószínűleg) buta és faragatlan fiú, szemben a burokból nevelt lányokkal...

A végletessé feszített és feloldhatatlannak látszó különbségekben a vágyakozás testiséggé, a direkt aktus iránti vágygyá degradálódik. Ennek a csúcspontja a disznóhúsok közötti dugás (bocsánat a szóért, de ez nem szeretkezés) közeli képei.

**2. törvény – öfenntartás.** Ahhoz, hogy a létező egyed fenntartsa magát, táplálkoznia kell. Már csak azért is, hogy minél több további egyedre tudjon reprodukálni. A film második történetében az evés végletesen mennyiségi képe a verseny, ahol a nemzetközi résztvevők az edzők „buzdítására” nagykanállal tömködik magukba az ételt, amit utána versenyen kívül hánynak ki. Bármilyen „nagy zabálás” minőségileg is megemlítené az ételt, de ezek most csak egyszerű versenyszámok. Az itt következő képek nem csak az evést, de magát az ételt is lelketlenné teszik. Pedig az étel nem az energia és így az élet forrása? Nem „az vagy”, abból épülsz fel, „amit megeszel”?

A történet csúcspontja, amikor a testet valószínűleg igen csak megterhelő versenyzést a „kis”mama még a terhesség

idejére sem hagyja abba. Hiszen akkor elveszne a tengerparti kirándulás... A képi csúcspont már átvezet a harmadik történetbe, amikor a torz monstrummá dagadt férfi már mozdulni sem tud.

**3. törvény – örökség.** Az egyszerű mennyiségi-kombinatorikus faj-fejlődés meghaladása azt kívánja, hogy valamilyen pozitív nyomot hagyjunk magunk után. Az egyed halálát túlélő örökségnek a túlélés szempontjából alapvetően az az értelme, hogy így a faj nem csak az egyedek számában gyarapodik, hanem minőségében is (sőt, első sorban abban) növekszik, így erősebb, illetve váratlan káros hatásoknak is ellent tud állni. Az örökség leggyakoribb megjelenési módja az anyagi javaknak az utódokra hagyományozása, amelyek halmozódásával az örökösök mind nagyobb potenciállal jelenhetnek meg. A szellemi örökség közvetettebb jelleggel és haszonnal rendelkezik.

A filmben az élet konzerválásával, átörökítésével foglalkozó férfi csalódottságában önmagát preparálja. A csalódottság oka részben az apja halála. Részben pedig, hogy a szép pénztáros lány a fiú bátortalan közeledését ignorálja, majd később el is tűnik, így a folytatás lehetősége is elvész. Ha már a reprodukció lehetősége is bezáródni látszik, a fiú teszi azt, amihez ért (egy képben egy embriót kulcstartóvá preparál), s hogy magából hagyjon valamit az utókorra, az egyetlen, amivel valamit alkotni tud, a testét preparálja. Ha már nincs szellem és nincsenek közvetlen örökösök (ó az a pénztáros lány...), maradjon meg valami, mindenáron! A preparálatlan, így romlandó fejet és jobb kart egy gép vágja le, hogy a mű tökéletes legyen.

**Lelketlenül.** A teljes film: a „csak test” torzója – lelketlenül. Fejetlenül – ahogy az utolsó jelenet mutatja. És maga a film érdekessége, hogy mindezt, ugyan szép képekkel, mégis, érzelmek nélkül ábrázolja. Nem érzünk se azonosulást, se elutasítást; talán egy kis hányingert, ahogy a kés a lágy szövetekbe és a szétnyíló húsba vág.

A történetekben egy-egy alaptörvény elszabadul és a szereplő, az egyediségét, egyéniségét veszítve annak megtestesítőjévé, sőt rabszolgájává, tiszta manifesztációjává válik. Az alapjáig lecsupaszított élet azonban magát az Életet is lehetetlenné teszi, hiszen nincs olyan vezérlő érzelm vagy gondolat, amely azt egy minőségi forma felé irányítaná és elszakítaná a mindenáron szaporodni, felfalni és versenyezni vagy örök nyomot hagyni (mindegy, hogy az milyen) kívánó ösztöntől. És ott az az embrió a kulcstartóban, a műanyagba fagyasztott jövő. Az utolsó képeket, az örökséget értékelő sci-fi utókort így inkább csak utópiának, „sehol-sincsnek” tekinthetjük.

Van alternatívánk? Mert a film egyet sem mutat.

Mi is az, ami felé valójában törekszünk?

\* *Taxidermia* (2005, Pálfi György, Parti Nagy Lajos; *Trócsányi Gergő, Marc Bischoff, Czene Csaba, Molnár Piroska, Gyuriska János*)

## **Szerelem a kolera idején**

*romantika – dráma nélkül*

Gabriel García Márquez híres könyvének 2007-ben készült el a filmváltozata. Maga a könyv a rendíthetetlen szerelem eposza, a romantikus szerelmesek Bibliája. (Hasonlóan romantikus érzelmi környezetben említődik meg például a Szerelem a végzetten című filmben is.)

A főhős Florentino fiatalkorában örök hűséget esküszik a szépséges ifjú hölgynek, Ferminának. A szerelem ele azonban akadályok gördülnek. Az apa nélkül felnőtt, távírászként dolgozó szegény Florentino áthághatatlan távolságban van Fermina családjától, ahol az apa több öszvérrel is rendelkezik, és különleges szépségű lánya jövőjét egy gazdag férjjel kívánja biztosítani. Másrészt maga a hölgy is, amikor a romantikus levélváltások után végre a valóságban találkozik lovagjával, rádöbben, hogy ő nem ezt a férfit szeretné élete párjává. Florentino azonban még a hölgy férjhez menetele után is kitart szerelme mellett, és több mint félévszázad után is ugyanúgy érez. A férj halálát követően a hölgy először elutasítja, majd végül enged ennek a rendíthetetlen vonzalomnak, s végül és végre beteljesülhet a szerelem.

Győzött tehát a szerelem, a félévszázadnál is hosszabb gyötrelmes kitartás végül elérte beteljesülését. De vajon tényleg gyötrelmes volt ez az ötven év? Pontosan mi is az, ami történt? A sors fonala szöhetett volna szebb mintát?

Bevallom, a több mint tíz éve olvasott könyv bennem nem sok nyomott hagyott: egy értelmetlen ragaszkodás egy olyan, valószínűleg idealizált hölgy iránt, aki számára a főhős szinte teljesen közömbös. A film, a maga sűrített, összefoglaló jellegével azonban megmutatja az egész történet titkát, rejtett értelmét.

**Florentino titka.** Hogyan is volt képes Florentino erre a szinte hihetetlen mértékű kitartásra? A cselekmény, illetve a film képei és történet-sűrítése szerint rendkívül egyszerű a válasz: Florentino így született, a tudatába ilyen pecsétet nyomott a Természet. A képek, illetve a hangsúlyozások alapján ugyanis Florentino a Bak állatövi jegy képviselője, és az ide tartozó tulajdonságoknak szinte hihetetlen esszenciájával rendelkezik. A Bak az a minőség, amely akár a kibírhatalannak látszó lehetőség-hiányt is képes túlélni, annak a végét kívárni, és így valamely pozitív dolgot átmenteni, akár a semmi birodalmán át.

Florentino egy alapvetően jelentéktelen külsejű férfi, aki a környezeténél gyorsabban öregszik – pontosan ezért retten meg Fermina, amint hosszú idő elteltével a levélíró hősszerelmest a valóságban is megpillantja. Florentino hátát a sors által rárakott teher meggörnyeszti, sőt, idősebb korára az arckifejezése, szeme villanása, bajsza, mind kissé egy kecskére emlékeztetnek. Ezek a külső jelölői a Bak minőségnek, annak is egy szélsőséges változatának. Ugyancsak a Bakhoz kapcsolódik az elvonultságában elő szerzetes, vagy épp a barlangba visszavonult remete képe. Florentino többnyire a társasági élettől távol él, egy apró és sötét irodában végzi munkáját. A külvilág számára jelentéktelen, szinte láthatatlan, Fermina megfogalmazása szerint ő csak egy „ár-

nyék”. A látszat mögött azonban Florentino intenzív lelki életet él, szenved szerelme iránti érzelmei miatt és verseket is ír. Különlegesen intenzív a szexualitása is, mind mennyiségben (622 nő az alig több mint 50 év alatt), mind ötletgazdagságban (a filmben ez is volt jelezve), de kívülről ez sem látható, sőt, a pletyka még homoszexuálisnak is feltételezi. A szarkasztikus humor ugyancsak az attribútuma. A komor vagy jelentéktelen külső mögött megjelenő belső gazdagság, ahogy egy remeténél is, a Bak jellemzője. Nem törekszik ő a rejtőzésre, így a verseivel például versenyekre is benevez, de a sors, vagy talán a psziché valamely törvénye mégis uralja a történeteket.

Florentino hihetetlen pontossággal sejtí meg, hogyan teheti sikeressé az életét. A Bak ugyanis egy rögzített hierarchiában, aminek a Sors többnyire kezdetben a legaljára teszi, képes felemelkedni – akár a csúcsig. Ami folyamatosan emeli, az a kitartása, megbízhatósága, valamint (hasonlóan a Szűz jegyhez) a kiemelkedő racionalitása és a szabályokban való gondolkodás képessége. Florentino a nagybátyja cégéhez kéri titkárként a felvételét, majd sok-sok év után ő lesz a társaság elnöke – rendelkezve annak eszközeivel, autójával, hajóival is. A rendszeresség a munkán kívül is megjelenik, egész életét átszövi, így vezet például tételes naplót a szexuális kapcsolatairól.

**A kapcsolat titka.** Florentino szinte szélsőségesen képviseli a Bak tulajdonságokat, de vajon az imádott hölgy, Fermina hova sorolható? A filmben a minőségére csak kevés utalást találunk. Az biztos, hogy (a Bakhoz hasonlóan) alacsony energiájú. A hölgy különleges szépsége többször van említve a filmben, de csak említve, ugyanis

szereplőnek nem egy klasszikus szépséget választottak, akire sajnos csak nagy képzelőerővel lehet ráruházni egy imádott nő jellemzőit. A szépség hangsúlyozása a Bika felé tolja a mércét, s erre utal az is, hogy a hölgy a szándékait tekintve nehezen mozdul és nehezen is mozdítható. Az inerciák mellett a Bika jegy, vagy legalábbis egy erős Bika hatás érték-alapú szemlélete a nő viselkedésére is magyarázatot ad. Florentino értékei Fermina számára (is) csak rejtettek, nehezen észrevehetőek, sőt, nehezen megfoghatóak, és viszonylag túl nagy áldozatot jelentene azok felszínre hozása, vagy az, hogy kivárja azok megérlelődését. A lelki értékekkel szemben a férje által képviselt értékek sokkal reálisabbak és megfoghatóak.

Az asztrológia egy érdekes megközelítése, hogy két vagy esetleg több ember viszonyának, kapcsolatának is karaktert tulajdonít. Florentino és Fermina kapcsolata egyértelműen hangsúlyozva van a filmben: az „illúzió”, csak a képzelet világa, azaz a Halak minőség Neptunuszi birodalma.

**Lélektársak?** A reménytelennek tűnő szerelem drámája tehát nem egészen egyértelmű. Mire gondoljunk? A főhős és a hősnő egymás párjai vagy mégsem? Különös, de a történet többször is utal arra, hogy Florentino és Fermina egymás tükörképei. Erre utal már a nevük hasonlósága is. Florentinoékkal sosem élt az apja, Fermina anyja pedig meghalt, így mindkettőjüket egy-egy szülő nevelte fel. Mindketten alacsony alap-energiájú minőséget képviselnek, mindkettőjük számára nyitott az ábrándozások világa – bár Fermina küzd ennek a valósággal való keverése ellen. És, ami a legfontosabb: környezetükből a párjukon kívül más-hoz nem is illeszkednek.



**A legjobb, ami történhetett?** Florentino és Fermina belső mozgatórugóit feltérképezve különös dolgot láthatunk: a történetből eltűnik a dráma, a sors minden kereszteződésnél a lehető legjobb úton futott tovább. Ketőjük Halak energiájú, illuzórikus-alapokon nyugvó kapcsolatát igen nehéz lett volna realizálni, Fermina szenvedett volna a szegénységtől, az érzelmi többletért cserébe – ami talán meg is fakult volna a hosszú évek és a nélkülözésben eltelt idő alatt. Fermina így kézzelfogható anyagi biztonságban, a felsőbb körökben forogva tölthette életét (bár, jelezve volt, hogy azok a körök nem fogadták be maradéktalanul). Akkor engedett hódolójának, amikor már ő is kézzelfogható javakkal rendelkezett. Elmondása szerint az életében *„több volt az ürmöm, mint az öröm”*, mégis, anyagi stabilitásban és nagyobb megrázkódtatások nélkül élhette ezt az életet.

És Florentino? Ő egy egész élethossz alatt megélt mély és plátóian tiszta érzelmeket nyert, amelyeket versekben is próbált megragadni. Ha Ferminával élt volna, mi lett volna a férfi egyetlen és igencsak kétes értékű apai örökségével, a szép nőк hajszolásának vágyával, mikor robbantotta volna fel mindez az idillt? A történet utal erre a veszélyre: valószínűleg az első „ismeretlen hölgy” is ezt az energiát érezhette meg, s így ránthatta be a fiút a sötét kabinba. Florentino maradéktalanul kiélhette ezt a vágyát, úgy, hogy a sokféleség több mint elég fajtáját kitapasztalhatta.

A több mint félévszázad alatt pedig mindketten ott voltak egymás számára, egy ártatlan és láthatatlan, de biztos érzelmi támaszként, amely az életük minden baja esetén erőt adhatott nekik. Ennek a történetnek tehát nem csak a vé-

gén, de minden percében megtörtént a legjobb, ami csak történhetett.

\* Szerelem a kolera idején (Love in the Time of Cholera, 2007, Mike Newell, Gabriel García Márquez; *Javier Bardem, Giovanna Mezzogiorno, Catalina Botero, Benjamin Bratt*)

## Ponyvaregény

*látsz is, vagy csak nézel?*

Ki ne látta volna már, akár többször is, Tarantino kult-filmjét? Mi lehet a titka, ami megkülönbözteti, kiemeli az akciófilmek sorából, az igazi ponyva-kiadványok filmvászonon megjelenő utódai közül?

**Miért is más?** Egy tipikus akciófilmben hogyan is nézne ki egy jelenet? Két gengszter beront a szobába, majd némi erőfitogtatás után halomra lő mindenkit. De most mit látunk? Egy élménybeszámoló-félét Amszterdamból, eszmecserét a lábmasszírozás intimitásának fokáról... És lelki-zést, lelki-zést... A lövöldözés szinte csak kellék, amit érzelmek nélkül, „igazi profik” módjára hajtanak végre. Az egyik titok talán éppen ez: nem csak ravaszt húzogató automatákat látunk, hanem – embereket. Sokszor karikírozott, torz alakok, de saját gondolatokkal, problémákkal és – vágyakkal.

Nézzünk egy másik jelenetet! A tipikus akció-változatban a szereplő felkapna egy szamuráj kardot és máris kezdődne az igazságosztás. De itt? A szökevény Butch ki akar sietni az ajtón, de megáll, této-vázik, majd némi habozás után visszafordul. Fegyvert keres; előbb egy kisbaltát talál, amit meg-suhint, milyen húzása is van. Ezután egy baseballütőt emel fel és lendít meg a levegőben. A következő pillanatban egy láncfűrészt kapcsol be, és próbálgatja, milyen is lehet fegy-

verként használni. Majd végül meglátja a tökéletes eszközt, a szamuráj kardot...

Talán épp ez az egyik titok, a részletek kidolgozottsága, amelyek az emberi megmutatását sugallják – az emberit persze Tarantino módon értve.

Hasonló titok lehet a jelenetek időbeli sorrendiségének felcserélése. De ez olyan eszköz, amivel néha már feleslegesen sokszor, hozzáadott jelentés és tartalom nélkül is találkozhatunk. Esetünkben van-e valami további jelentése a szerkezetnek, ami itt valóban különleges értéket ad a filmnek?

**Szereplők és jelenetek.** Maga a film egyrészt keretes szerkezetű. A film elején megjelenik a piti kis rabló-pár, Tökfej és Nyuszimuszi, akik épp az étterem és a vendégek kirablását tervezik és kezdik el. A szál itt megszakad, s csak a film végén folytatódik. „Ki a fene lehet még itt az étteremben?” – teszi fel közvetve a kérdést a történet, s a válaszhoz kinyílik az az időszakadék, ami szinte a teljes film időtartamában bemutatja a két szereplőt. A tovább – ki kell mondanunk: mesterien – darabolt történet nem csak a múltbéli tetteiket, hanem jövőbeli történetüket is elmeséli. Az időnek ez a megnyújtása így képes teljes képet festeni a két karakterről.

Újraindul tehát a történet a „meló” előtti hollandiai és lábmasszírozós beszélgetéssel, majd a leszámolással. Ezután három, címmel is megjelölt részt látunk, ami egyenként a két gengszter karakterére, illetve a harmadik férfi-főszereplőre, a bokszoló Butch-ra összpontosít.

**Jelek.** Kezdjük az utolsó résszel, ugyanis ez a leszámolási jelenet időbeli folytatása, s ez ad magyarázatot Jules későbbi, étterembeli viselkedésére. A leszámolás során a két fiatal és naiv srác lelövését követően kiderül, hogy még egy társuk a fürdőben rejtőzött el, aki előugrik és kilő egy tárat Julesra és Vincentre. A két gengszter azonban sértetlen marad. Rövid csodálkozás után néhány válaszlövessel elintézik a botcsinálta lövést. Jules csodaként, isteni jelenlétként értelmezi, hogy a golyók elkerülték őket, míg Vincent mindezt egyszerű véletlennek tulajdonítja. Jules el is határozza, hogy „kilép” és abbahagyja a gengszter életmódot.

A történet szerint sértetlenségüket Jules helyesen, komoly figyelmeztetésként értelmezte. Néhány perc múlva ugyanis Vincent újabb jelet kap: a kocsiiban véletlenül elsül a kezében tartott pisztoly. Szétlövi besúgójuk fejét, komoly problémát okozva, hogy hogyan is tűntessék el a hátsó ablakot beterítő vért és az ülést átitató agydarabokat. Jules kellő alázattal próbálja megoldani a helyzetet, tekintettel van a barátjára, és a segítségül hívott szakértő, problémamegoldó Wolfe-fal is tisztelettel beszél. Vincent azonban még mindig pökhendi, mintha nem épp ő lenne a felelős a helyzetért. A második próbán Jules akadály nélkül átment, míg Vincent az újabb figyelmeztető jelzést sem értette meg. A harmadik próba a film elején elkezdett, s most folytatódó történet Tökfej és Nyuszimuzsi rablópárosával. Jules minden további nélkül megtehetné, hogy egyszerűen keresztül lövi őket – a főnöke tulajdonát képező táskáról nem mondhat le. Jules azonban élete kockáztatásával próbálja menteni a pár életét, sőt, még a saját pénzét is átadja nekik. Ez a harmadik jel érlelte Jules-ben végleges elhatározássá, hogy változtat

sorsán. Vincent sajnos teljességgel értetlenül szemléli barátja példamutatását.

**Létezni, vagy mégsem?** Vincent a barátjával együtt ugyanúgy látta mindhárom intő jelet, mégsem tulajdonított nekik jelentőséget, azokból semmit sem értett. Az első rész Vincent jelleméhez ad további adalékokat.

Főnöke feleségével, Miával töltenek el egy estét. Vonzalom kezd el szövődni közöttük – amit talán szerelmi szálnak is nevezhetünk. De emlékezzünk csak! Az estét Vincent heroin-lökete és Mia kokain-szippantása indítja el, s ez a kábult érzékelés torzítja görbe tükörként az észlelésüket és személyiségüket. A mégis szépen induló, bár már éppen veszélyessé váló estét pont egy kábítószeres baleset töri meg. Vincent korábban ingadozik a vágy, vagy talán már a szerelem érzése és a főnöke iránti hűsége között. A balesetet követően azonban már nem elsősorban Mia, hanem a főnöke lehetséges bosszúja miatt aggódik.

Vincent előtt felcsillant a szerelem lehetősége, megtalált valakit, aki lehet, hogy az igazi. Vincent azonban félreértelmezi a jeleket, és inkább visszaáll a sorba. Épp, hogy csak vissza lehet rendezni a szálakat, mintha mi sem történt volna. Hiába üzenték a történések: ha ezt folytatod, nem lehet saját, igazi vágyad, le kell mondanod önmagadról. Mert ezt kéri cserébe a kábítószer, és ugyancsak ezt kéri a főnök szolgálata is. Látszatra ez a könnyed lebegés útja, de elég egy kis figyelmetlenség (akár a heroin-csomag, akár a kint hagyott fegyver esetén), és máris – ez az út a pokolba vezet.

**Viszonyulás.** A sors küldözgeti figyelmeztető jelzéseit. De mit tegyünk, ha azokból semmit sem értünk? Erre ad receptet a középső rész története, mely főszereplője Butch, a bokszoló. Bár pénzt fogadott el, hogy veszít, Butch mégis kiüti ellenfelét, így menekülnie kell. Butch a történetéből győztesen kerül ki, de ez nem annak köszönhető, hogy figyelni és helyesen értelmezi a jeleket, hanem egyszerűen annak, hogy jól viszonyul környezetéhez és a történésekhez.

Vincent és Mia között nem is lehet eldönteni, hogy pontosan milyen mértékű az érzelem. Tetszenek egymásnak, de talán csak a vágy vonzza őket – vagy ennél mégis több van? Valóban ők jelentenék egymásnak az igazi társat – ahogy Mia utalt rá –, s nem csak egy kalandot?

Butch és a felesége között azonban valódi a kedveskedő szeretet és a szerelem. Vigyáznak egymásra. Amikor Butch hihetetlenül dühös lesz, tör, zúz, a tévét a szoba túsarkába röpíti, még akkor is tekintettel van feleségére, vigasztalni próbálja, s inkább egyedül, a kocsiban ütogeti még a kormányt. Később, amikor már menekülni kellene, akkor is szakít egy kis időt felesége megnyugtására.

A lakásában puskával rá váró Vincentet hihetetlen szerencsével ő öli meg. Szerencse? Butch lelkileg egy – ha nem is sokkal, de – magasabb rezgésű minőséget képvisel. Csak ezután hibázik: elbízta magát. Azonnal véget ér a „szerencse”, s „véletlenül” épp magával a főnökkel konfrontálódik. Mindketten szorult helyzetbe kerülnek. Butch elmenekülhetne, de kis habozás után a főnököt is megmenti, aki hálából futni hagyja.

Butch alapvetően más viszonyulási képessége és a történetekre adott pozitív reakciói terelhették a sorsát a jó útra.

**Életünk?** Valóban ponyvát, silány minőségű történetet látunk? A környezet, a trágárságok, sokszor a felvetett és tárgyalt témák valóban ezt a miliőt sugározzák.

A film mélye azonban magát az életvezetés receptjét tartalmazza. Az „*irgalmasság és a jóakarát nevében*” cselekvés, a jó viszonyulás, illetve a jelek figyelése és helyes – de nem túlzó – értelmezése tarthatja meg és viheti jobb irányba életünket.

A Bibliából származó, a film elején és végén is elhangzó részlet így kap végül értelmet, így találhatjuk meg az „*igaz ember járta ösvényt*”. Akik viszont mások „*ármányos elpusztítására törnek*”, arra lesújt a szörnyű bosszú.

A jó viszonyulás részben a sors jeleinek helyes értelmezése, a harmonikusabb lelkiesség pedig ennek a kulcsa. Egy tanítást láthattunk, ahogy a film végén a fiatal pár Tökfejének – akinek hezitálásával kezdődik a film – is értelmeznie kellene az életveszélyes helyzetet: kövessék eddigi útjukat, vagy gondolkozzanak el életükön és változtassanak?

\* Ponyvaregény (Pulp Fiction, 1994, Quentin Tarantino; John Travolta, Samuel L. Jackson, Uma Thurman, Bruce Willis)



## Ház a tónál

*az igazat, ne csak a valódit*

Kedves és romantikus történet egy párról, Kate-ről és Alexről. Érzékenység, figyelmesség egymás iránt, megértés. Csak épp egy dolog hibádzik: két év választja el őket egymástól – mintha két, teljesen más világban élnének. Többször is megpróbálkoznak a találkozással, az azonban nem jön létre, vagy éppen félresikerül. Az egyetlen mód, amin keresztül a kapcsolatot tudják tartani, egy postaláda, s az egymásnak írt levelek tömege.

**Lélektársak, ikerlángok?** Környezetükben csak a másik az, akivel a legteljesebben meg tudják érteni egymást. A lelkük egy rezgésű, egy minőségű. Lélektársak, sőt, talán „ikerlángok” is – hogy a ma divatos elnevezést használjuk. A valaha volt egyetlen személyiségek, akiket szétválasztottak, mert túlságosan nagy, mágikus erőket tudtak megmozgatni. Léteznek egyáltalán ők, vagy mindez csak egy, a képzelet kohóiban teremtődő mondák közül? Talán igen, talán nem, de mintha a film belső logikája is az ikerlángokkal kapcsolatos vélekedések és képzetek mentén szövődne.

Az egyik vélekedés, hogy az ikerlángok alapvetően különböző sorsokat követnek, s csak az utolsó inkarnációjuk során élhetnek együtt harmóniában. Korábbi életekben is találkozhatnak, de ezek általában sikertelenül végződnek.

Ennek oka a felkészületlenségük. Ahogy a nagyobb energiák mozgásba lendülnek, kilendítik, vagy akár tönkre is tehetik a még felkészületlen, instabil személyiségeket.

A történetben valóban megtaláljuk a távolságot Kate és Alex között, amely itt szinte áthidalhatatlan, hiszen Alex két évvel korábban éli az életét, s ez itt egy teljesen másik világ-nak felel meg. A mágikusnak tekinthető beavatkozásra is látunk példát: Alex egy fát „teremt” Kate ablaka alá.

**A valódi és az igazi kapcsolat.** Az ikerlángok kapcsolata általában a transzcendentális világába csúszik át, amit szinte lehetetlen beilleszteni a valóságba. A leírások szerint ilyenkor általában megjelenik egy „valódi”, realizálható kapcsolat, ami könnyen beilleszthető az élet-történetbe. A filmben ilyen Alex barátnője, a nagyon kedves, de butuska Mona. Alex szinte átnéz rajta, annyira nem jelent számára semmit; sem lelki, sem szellemi értelemben nem partner. Ez a kapcsolat könnyen realizálható, hiszen Mona szereti és csodálja Alexet. De mit kapna Alex ettől a viszonytól?

Kate-nek is van egy barátja, Morgan, az igazi férfi, aki nagyon ragaszkodik hozzá, meglepetés partit szervez, tervezgeti a jövőjüket. A történések azonban megmutatják, hogy Morgan ragaszkodása nagyon is felszínes, szinte csak Kate birtoklására vágyik. Sem Kate, sem az érzelmei, gondolatai nem érdeklik, így feledkezik el a Valentin napról, s ezen gyorsan túl is teszi magát. Kate-nek sem kellene tehát egyedül leélnie az életét, lehetne társa. De milyen is lenne bábként együtt élni valakivel? Morgan személyisége inkább Monához áll közelebb, vele szinte azonnal megértik egymást.

Alexnek és Kate-nek is lehetősége van egy könnyen realizálható társ-viszonyra. Ezekből azonban hiányzana az igazi kapcsolat mélysége. Az „igazi” elérése azonban lehetetlennek látszik; az egész világ ellenük van.

**Elveszítve, örökre?** Miről is szól a film? A történet fordulópontja az, amikor a tavasz ígését elhozó, szokatlanul meleg Valentin napon Kate szeme láttára balesetet szenved egy férfi, majd a kezei között hal meg. A film végére tudja meg, s tudjuk meg mi is, nézők, hogy ez a férfi Alex. A két időpont között eltelik a bűvös két év, és a film néhány perces fel- és levezetése mellett ez a két pont fogja keretbe a történetet.

Tehát a baleset: később megtudjuk, hogy a párhuzamos világban Kate néhány hónappal korábban utasította el Alexet, hiszen a sok kísérletezést követően sem volt át-emelhető a kapcsolatuk a valódi világba, s inkább a reális és megfogható Morgan felé fordult. Alex egyedül maradt, és talán úgy érezte, már nem következhet semmi jó – kiüresedett az élete. Ha úgy érzed, hogy kifutott, újat már nem adhat, véget ért az életed, s a lelked már fel is készült a nagy útra, hogyan szeretnél meghalni? Egyedül? Vagy inkább egy olyan személy legyen melletted, aki hozzád, a lelkedhez a legközelebb áll?

A leírásokban sokszor találunk olyan eseteket, amikor az ikerlángok életük sorsfordulóján találkoznak, amikor az egyikük épp összeomlás előtt van, vagy éppen közvetlen életveszély fenyegeti. Alex, aki saját párhuzamos világában akkor még nem is ismerte Kate-et, lélekben valószínűleg lemondott az életéről, de lelke a lélektársa közelébe vezette. Kate szokatlanul erősen reagál a halálesetre, ami egy kicsit

azt sugallja, hogy talán a lelke felismerte a társát, és égető hiányként merül fel benne a vágy és a kérdés – „Ki volt ez?” És: „Nem próbálhattuk volna meg együtt?” Az ikerlángok mágikus erejének varázslata kaput nyitott az idősíkhöz. Ez a kapu teszi lehetővé, hogy Kate megismerje és megszeresse Alexet.

Az ikerláng két személyiségét általában különböző fejlettségűeknek írják le. Ne alá- vagy fölérendeltségre gondoljunk, inkább belső turbulenciákra, a lelki instabilitás okaira, amelyek együttesen és felerősödve kibíráhatatlan disszonanciákhoz vezetnének. A filmben Alex két évvel érettebb személyiség. Amikor személyesen is találkoznak, Kate nem ismeri fel lélektársát, annyira el van foglalva saját sorsával, saját gondolataival. A két év által feltett kérdés, hogy Kate el tud-e szakadni a „valóság” látszatvilágától, s meg tudja-e érteni, mi is jelenti számára az igazi értéket.

**Párhuzamos világok, rezgésszintek.** Az időfonal két, most összekapcsolódó és párhuzamosan futó pontjai között Alex és Kate többször is kísérletezik a másik világba való beavatkozással – de azt mindig a legjobb szándékkal teszik. Kate figyelmezteti Alexet az influenza veszélyére, Alex fát ültet Kate leendő háza elé, Kate vigasztaló sorokat és egy emlékkönyvet küld Alex apjának halálakor...

Az ezotériában ismert a párhuzamos világok lehetőségének elmélete. Az idő „csak” a fókuszálási sorrendünket jelenti, amellyel, mint egy lámpa keskeny fénykörével követjük életünk eseményeit. Egy valódi döntés esetén az idő elágazhat, és érzelmi töltésének megfelelően kaphat érvényességet a két ág. Az ágak párhuzamos világokat alkotnak, amelyek egymás mellett léteznek, s amelyek más rezgés-

szintűek. Helyes döntéseinkkel így kerülhetünk át egy harmonikusabb világba.

Hogyan kapcsolható azonban össze két párhuzamos világ? Hogyan menthető meg, a már megtörtént baleset világából hogyan emelhető át Alex? A két év alatt Kate is megérhetett a kapcsolatra, megismerhette Morgan valódi természetét. A fordulópont az, amikor Kate visszatér a baleset élményéhez, azt gondolatban újra átéli, sőt, teljes önátadásal vágyik Alex megmentésére. A két év alatt nemcsak megismerhette, hogy ki is az, akit a kezei közé meghalni vezetett a sors, de végérvényesen el is szánta magát a vele való találkozásra. Az ikerlángok egyező szándékainak mágiája felnyithatta a kaput, és átléptethette őket egy magasabb rezgésszámú, harmonikusabb idő síkjára. Alexnek még két évet várnia kell, de végül mégis találkozhat igazi társával.

A jobbra, az igazi értékek felé törekvés; eltökéltség, de nem makacsság, határozottság és elkötelezettség – csak így érhetik el egymást.

\* Ház a tónál (The Lake House, 2006, Alejandro Agresti; *Sandra Bullock, Keanu Reeves*)

## Megérzés

### *férfjeltüntetés ezoterikus módon*

A *Megérzés* (eredetileg: „*Előérzet*”) szinte teljesen a tükörképe az egy évvel korábban készült „*Ház a tónál*” című filmnek – mindkettőben ugyanaz a főszereplő színésznő.

Vajon kiragasztottuk a matricákat az erkélyajtó üvegére, vagy csak akartuk? „*Ragasztottam is. Nem tudom. Talán csak azt hittem.*” A belső szándékra mikor gyűjtünk össze annyi energiát, hogy az már tettként fog realizálódni? És mi a dinamikája annak a belső szándéknak, amelyet nem tehetünk meg, akár a lelkiismeretünk, akár az együttélés szabályai, akár jogi következmények miatt?

Lindát az egyik délelőtt megkeresi egy rendőr és közli vele, hogy a férje, Jim, közlekedési balesetet szenvedett és meghalt. A következő nap reggel felébredve viszont Linda mégis ott látja Jimet a konyhában. Mi történt? Talán csak álmodott? Talán csak elképzelte Jim halálát? Linda később rájön, hogy egy hét napjait más sorrendben éli meg, így váltakozva szembesül a Jim halála előtti és utáni napokkal, majd végül a halálával.

**Kapcsolat?** Úgy 10 éve lehetett, hogy Linda és Jim beköltöztek az álomháza, hogy minden meglegyen a boldogságukhoz. Azóta született két lányuk, Jim jól keres, így Linda otthon maradhat. De valami még sincs rendben.

„*Csak szobatársak voltunk, Annie*” – meséli később Linda a barátnőjének – „*Szobatársak voltunk, két kislánnyal*”.

Linda rendkívül erős személyiség, a férje felé szinte nem is látjuk a szeretet megnyilvánulását. A két kislány Linda két oldalát mutatja meg. A kisebbik lány kedves, odabújós. A másik viszont rendkívül határozott, kemény és céltudatos – és ő a nagyobb, az irányító.

Amikor Linda reggel felébred és a halottnak hitt férjét mégis meglátja a konyhában, akkor is csak távolról vizsgál-gatja, mintha azt gondolná, hogy döntse már el ez a „szobatárs” végre, hogy most él-e vagy meghalt. Amikor tudja, hogy utoljára találkozik a férjével, akkor sem akarja vele tölteni a napot. Nem törekszik arra, hogy együtt legyen a család, hanem a férjét elküldi a lányokkal egész napra – szinte azért, hogy egy kellemes emlék maradjon a gyermekekben az apjuk után.

**Kiábrándulva.** Az igazi fordulópont körülbelül a film közepén történik meg, amikor Linda megsejti, hogy Jim és az egyik új, fiatal titkárnő között valami kapcsolat szövődik. Ezt Linda árulásnak fogja fel (pedig ő természetesen nem tett semmit, hogy ez bekövetkezzék). „*És a szobatársam hazudott*” – kommentálja Linda.

Jim halálát követően Linda utánajár a dolognak és megtudja, hogy mindez csak terv volt, de számára már ez is halálos bűn. „*Ha nem is csinált még semmit, a bánat, amit okozott volna vele...*” – meséli később a barátnőjének.

Jimet, az „árulót”, tehát el kell tüntetni. Csakhogy van itt egy probléma, a kényelmes életük Jim munkájának köszönhető. Ha csak „egyszerűen” lelép a titkárnővel, akkor még az is előfordulhatna, hogy Lindának munkát kellene keres-

nie, az mellett kellene foglalkoznia a házimunkával és talán még a délelőtti futásaira sem maradna idő. Valami más megoldásra van szükség.

**A terv.** Többször is elhangzanak arra utaló szavak, hogy Linda valójában Jim eltüntetésén gondolkozik. *„Ha hagyom Jimet meghalni, az ugyanolyan, mintha megölném?”* – kérdezi az anyját. A pszichiáter pedig ezt tudakolja: *„Hogy érzi magát olyankor, amikor”* azt hiszi, *„a férje éppen halott?”*

A kívánt cél tehát világos, így Linda, a felcserélődő napok alapján tervet készít. Utólag sem bán semmit, a barát-nőjének ugyanis ezt mondja a balesetről: *„Nem is biztos, hogy olyan rossz. Talán így kellett történnie.”* A barátnője megdöbbenve kérdezi: *„Te hallod, hogy mit mondasz?”*

**Hasadás.** Tudatosan Linda Jim megmentésére törekedik – de csak ímmel-ámmal. Tényleges tettei legbelső szándékát követik, a sértett nő bosszúját. A templomban a pap erre a kettősségre világosan figyelmezteti: *„A hitnélküli ember olyan, mint egy üres edény: hajlamosabb arra, hogy az életét egy nálánál nagyobb erő irányítsa”,* például a bosszú ereje. Jim halálát ugyanis pontosan Linda instrukciói okozzák. A kettősség groteskségére mi sem jellemző jobban, hogy Linda a *„Szeretsz engem? Bízol bennem?”* szavakkal biztatja Jimet, hogy hallgasson rá és habozás nélkül tegye azt, amit mond, így vezetve férjét a halálba.

Korábban Linda sikeresen ébreszt bűntudatot és félelmet Jimben, aki megháromszorozza az életbiztosítását. Egy szép közös nappal, majd esti puszival elbúcsúztatja a gyerekektől. Este valószínűleg egy utolsó, „búcsú”szex is megtörténik.



Jim meghal, Lindát senki sem hibáztathatja egy baleset miatt, a magasabb életbiztosítás pedig fedezni fogja további életüket, beleértve a reggeli kocogást és az álom- „Házat a tónál”, ahol újrakezdhetik életüket (hiszen a régiiben nem érte volna el Jim nélkül a nagytálat, még a végén a székre fel kellett volna állnia). Jim ugyan már nincs közöttük, de Linda épp az utolsó pillanatban terhes lett, így talán majd egy fiú születik, akit Jimnek hívhat, és aki talán már nem lesz olyan engedetlen, mint az apja volt, hanem szófogadóan fogja követni Linda akaratát.

**Feladni.** Talán csak baleset volt. Vagy mégsem, és a tettehez „*Talán elég volt a szándék*” – idézhetjük Lindát, ahogy Jimnek a titkárnővel kapcsolatos megcsalási tervét kommentálja.

Kiüresedett házasságából, a kemény, szeretet nélküli feleségtől Jim a csinos titkárnőhöz menekülne, akinek a számára talán jelent valamit, aki talán még értékesnek tartja. De rádöbben, hogy a családjá sokkal fontosabb számára, sőt, Lindát is jobban szereti, mint ahogy valaha érezne a titkárnő felé. Lemondja hát a titkos találkát – talán vesztére. Szereti Lindát, még úgy is, ha tudatalatt tudja, felesége soha nem engedné el könnyen, „csak úgy”.

A házassága menthetetlen, már csak az elhagyás szándékáért a felesége örökre megharagudhatott. (Hiszen – indokolhatná meg Linda az örökös sértődöttségét –, milyen garancia van rá, hogy Jim nem teszi meg ugyanezt legközelebb. Nincs rá garancia, főleg, ha Linda sem tesz ez ellen semmit, nem változtat magán.) Jim további élete valójában a pokol ígérete, így nem csoda, ha abból nem kér, inkább kivonja magát a világból úgy, hogy azokra, akiket ő igazán, a

szíve mélyéből szeret, a legkényelmesebb életet próbálja meg hagyni. Jim tehát hallgat Linda instrukcióira, és a felelése „*Szeretsz engem?*” kérdésére utolsó pillanatában magában igennel bólinthatott.

**A vörösbegy.** A filmben talán azt láthatjuk, ahogy Lindában Jim eltüntetésének szándéka formálódik egyre konkrétabb alakká, miközben szembesül a férje halála előtti és utáni helyzettel.

Milyen sors vár Lindára mindezek után? A pap segíteni próbál a szavaival. „*A hit csupán annyi, hogy higgy valamiben, ami túlnő rajtad, mint a remény vagy a szeretet. Sosincs túl késő felismerni, hogy mi a fontos az életünkben, hogy megbarcoljunk érte*” – mondja.

Linda azonban még a történet végén sem ért semmit: „*Nem tudom, miért barcoljak*” – válaszolja.

A film közepén, közvetlenül az után, hogy Linda rádöbben a Jim és a titkárnő között szövődő érzelmre, ezt a gye-rekdalt énekli a két játszó kislány: „*Ki ölte meg a vörösbegyét? Én! – mondta a veréb, – az ijammal, meg a nyilammal.*”

\* Megérzés (Premonition, 2007, Mennan Yapó; Sandra Bullock, Julian McMahon)

# Hancock

## *plátói szerelmesek*

John Hancock – szuperhős. Supermanként száguld át az égen, hihetetlen erejével vonatokat állít meg, autókat dobál, a golyók lepattannak róla; üldözi a „rossz fiúkat”. S teszi mindezt minden szuperhősös pátoasztól megfosztva, egy meglehetősen egyszerű ember – mondjuk ki mi is: „*bunkó*” – módjára, sőt, az emberi törvényeken kívüliségének és sérthetetlenségének nemtörődömségével. Ahol csak elrepül, törnek az ablakok, rések vagy épp hatalmas lyukak jelennek meg az épületeken. Méteres gödrök jelzik ahol földet ér, vagy csak lendületet vesz a repüléshez. Hancock a rossz fiúk rémeként teszi a dolgát, de többnyire több kárt okoz, mint amennyit használ. Közben hobóként él, az utcán alszik, koszos és bűdös, és kezéből elmaradhatatlan a whisky-s üveg, amit igen gyakran meg is húz. Már ez is érdekessé teszi a filmet: miért kellene egy superképességekkel rendelkezőnek pátosszal teli lovagnak lenni, miért nem lehet egyszerűen csak ember, sőt, esetleg egy igencsak egyszerű ember? Másrészt, ha ereje, képességei, sérthetlensége az emberi világ fölé helyezik, akkor miért kellene figyelembe vennie azt, miért ne nézhetne át azon nyegle nemtörődömséggel?

A film kezdő története Hancock, „a bunkó” megszeliítése, szocializálása. A munkanélküli PR-os Ray (PR: „nyilvános kapcsolatok”, „arculatápolás”, „kommunikáció-

szervezés”), aki az életét köszönheti Hancocknak, ráveszi, hogy figyeljen jobban környezetére és az emberekre. Valamivel a film felén túl azonban szinte egy teljesen más történet kezdődik. Kiderül, hogy Ray felesége, Mary is szuperhős, sőt, ő Hancock párja. Értelmet kapnak tehát azok az egymásra vetett hosszú pillantások, a különös vonzódás.

**Lélektársak?** Hancock és Mary – őket a régmúltba vesző időkben teremtették, párban, ezért is vonzódnak egymáshoz. Emberfeletti képességeik miatt isteneknek, angyaloknak, öröknek, szuperhősöknek nevezték őket, az adott kor hitvilágának megfelelően. Ismerős ez? Hát persze! A Platónnál leírt lélektársak, amely tárgyalását „A lakoma” („Szümpozion”) című művében találjuk meg. Agathón első tragédiája díjat nyert, s így meghívta barátait, köztük Szókratészt is egy lakomára. (Szókratész útközben megállt, mert gondolkodott. *„Ez a szokása: néha félrehúzódik és megáll ott, ahol épp van.”*) Szümpóziumot, azaz lakomát tartottak hát, és mivel még nem pihenték ki az előző esti győzelmi áldozatot, a borozás helyett most a beszélgetést választották, témaként pedig Erosz dicséretét. Amikor a sor Arisztophanészre kerül (XIII., 189a), ő meséli el: az emberi természet *„eredetileg nem olyan volt, mint ma”, „az emberi nemek száma három volt, nem kettő, mint most, férfi és nő, hanem volt még egy harmadik is, amely egyesítette magában a kettőt”*. Ez pedig: az „androgün”. *„Erejük és bátorságuk szörnyű volt, s gondolkozásuk nagyra-törő”*. S mert *„az égbe próbáltak fölmenni s ott rátámadni az istenekre”*, Zeus kettévágta őket.

*„Így hát csupán külső jel szerint egész ember mindegyikünk, mert ketté vagyunk vágva (...) Kettő lett egyből, s most szüntelenül keresi ki-ki a maga másikat felét. (...) Mikor pedig rátalál valaki a maga*

*másik felére (...), csodálatos mámorba ragadja őket a barátság, az összetartozás érzése és a szerelem, s nem akarnak elválni egymástól úgy szólván egy pillanatra sem.”*

Mary és Hancock története tehát a lélektársak mintáját követi. A film is körülbelül Platón (i.e. 400 körül) idejére teszi megteremtésüket (a „háromezer év” tekinthető egy dühös nő túlzásának – talán „csak” 2600 volt az; Mary mindezenesetre a görögöket és a perzsákat említi).

Vegyük sorra, hogy az ikerlelkeknek, vagy, ahogy mostanában sokszor nevezik, az „ikerlángoknak” tulajdonított jellemzők mennyire sajátjai Hancock és Mary viszonyának. Nos, kapcsolatukból fakadóan többre képesek az átlagnál (ez teljesül: pipa). Nagyon erős, érzetében és minőségében különös vonzerő kapcsolja, vonzza őket egymáshoz (teljesül: pipa). Életüknek egy-egy fordulópontján, gyakran az addigi életmód lehetetlenné válásakor, összeomlásakor találkoznak; amikor a sorsuk kibillen az addigi kerékvágásból, mintegy egymás „mentőangyalaiként” jelennek meg. Ez a jellemző is teljesül, bár kevésbé vehető észre, ugyanis pontosan a majdnem elkerülhetetlenné váló összeomlás előtti utolsó pillanatban találkoznak. Hancock ellen néhány nap múlva letartóztatási parancsot adnak ki a felelőtlen „mentő” akciót kísérő rendkívül költséges rombolások miatt. Mary helyzete is bizonytalan, ő maga jelenti ki, hogy a házassága veszélyben van, s azt valószínűleg romba is döntené az álmodozó PR-os férj, Ray, a maga valóságtól teljesen elrugaszkodott „világmegváltó” ötletével. Az ötlet sikertelensége szakmai szempontból Ray-t ellehetetlenítené, s ami végül munkalehetőségeinek elvesztéséhez vezetne. Hancock és Mary életének ez a lehetetlenné válása természetesen előre látható és tudatalatt már érzékelhető lehetett.

## **Távolságában létező szerelem.**

Ha Hancock és Mary ennyire egymás tökéletes párjai, akkor miért nem élnek együtt az idők végtelenségéig? A történet érdekessége, hogy a plátói ikerlelkek minőségét összekapcsolja a plátói szerelem fogalmával. Plátói szerelemnek mostanában a soha be nem teljesülő vágyódást nevezzük. (Jegyezzük meg zárójelben, hogy Platón eredetileg azt tekintette a legtisztább szerelemnek, amely mentes a nemzés, a reprodukció ösztöni indíttatásaitól, így például előrébb helyezte az azonos neműek vonzódását.)

Mi is az, ami Hancockot és Maryt az egymás közötti távolság megtartására kényszeríti? Ha egymás közelébe kerülnek, és nem csak fizikailag, hanem lelkileg is, akkor elvesztik különleges képességüket, védtelenné és kiszolgáltatottá válnak. Sebezhetővé, olyanná, mint a többi, „átlagos” ember. (Úgy látszik, ennyire kockázatos és sérülékeny a mi életünk.) „Háromezer évet” viszont biztos nem élne túl. A kimondott ok, vagy inkább indok mellett a történet azonban többet is elárul. Ahogy egymás közelébe kerülnek, az erejükkel (már) összemérhető energiával azonnal megjelenik a sötét oldal, amely elpusztíthatná őket. Honnan erednek ezek a sötét, legyőzhetetlennek tűnő indulatok? Talán a külvilágból, de talán éppen önmagukból, amelyek most ugyanazzal az emberfeletti erővel a párjuk és saját maguk ellen törnek. Kettejük kapcsolata mindenesetre nem illeszthető be a valóságba, hiszen úgy látszik, minden ez ellen szól, minden ez ellen törekszik. De még a harmonikus együtt-létüket is igen nehéz elképzelni.

Hatalmas erővel vonzó, de mégis, kizárólag a távolságában létezni képes szerelem... Vajon mindez az érzés csak a

mi „modern” világunk és elképzeléseink szülötte? Hogyan is szól a népdal?

*Indulj el egy úton én es egy másikon  
Hol egymást találjuk, egymásnak se szóljunk.  
Az ki miünköt meglát, mit fog az gondolni  
Azt fogja gondolni, idegenyek vagyunk.  
Idegenyek vagyunk, szeretetet tartunk  
Ahol össze gyűlünk ketten szeretkezünk*

Ha nincs erő megzabolázni ezeket az energiákat, akkor marad a távolság, ahol mindezek az erők alkotó, teremtmő módon nyilvánulhatnak meg. És marad annak a nagy iskolának a végigjárása, amit úgy hívunk, hogy – Élet, ahol a mindennapos problémák „házi feladatait” jobban vagy rosszabbul megoldva tehetünk szert érzelmeink, képességeink és erőnk nemesítésére, a szertelen tombolás helyett azok harmonikus irányítására. És marad a jóra törekvés. Olvassuk újra Platont: „*Tehát a szerelem célja a Szépség nemzése ehhez pedig több fokozaton keresztül lehet csak eljutni: az első szinten a fizikai szerelem áll, a második szint a lelki szerelem, a harmadik szint a művészet, majd az igazság szerelmesei következnek, ezt követi a tudomány és megismerés, a legfelső szinten pedig a Jó szerelmesei találhatók.*”

**Megéri?** Ha „úgysem megy”, ha csak kínzó, kielégíthetetlen vágyakozást szül, akkor mi értelme van az ilyen „távolságában létező” szerelemnek? Nem jobb lett volna a nyugodt hétköznapiok nagy érzelmektől mentes csendes monotóniájában maradni? Ahogy a film is mutatja: nincsenek olyanok, hogy örökkön örökké nyugodt hétköznapiok.

Sőt, a világunk értetlen és tehetetlen, még a legjobb szándékok előtt is; hogyan lehet akkor kitörni a valóság gúzsba kötő törvényeinek szövevényéből?

A szerelem hihetetlen energiákat mozgat meg. Idézzük újra a mestert: „*az emberek egyáltalán nem fogták föl Erósz hatalmát, mert ha felfognák, neki építenék a legnagyobb szentélyeket és oltárokat, neki mutatnák be a legnagyobb áldozatokat*”. A filmben a jószándékú, de az ép elmeállapotot megkérdőjelező, teljesen képtelen, a pénz és a piac törvényeit figyelmen kívül hagyó ötlet is megvalósulási lehetőséget kaphat. A jó útról leért világot, mind pedig a személyes sorsukat így talán visszaemmelhetik a rendes kerékvágásba.

Csukjuk be most a könyvet. De, még egy pillanatra megakad a szemünk az Erósz és a szerelem hatalmáról szóló rész folytatásán: „*Mert valamennyi isten közül ő a legigazibb barátja az embernek, segítőtársa és orvosa*”...

\* Hancock (2008, Peter Berg; *Will Smith, Jason Bateman, Charlize Theron*)

\* Platón: A lakoma (ford. Telegdi Zsigmond)



## Grace keresése

### *az igazi lélektárs*

Úgy tűnik, Ivy életében minden a legnagyobb rendben van. Barátnőjével együtt dolgozik egy jól működő kisvállalkozásukban. Sőt, Ivy, életének egy fordulópontjához ért. Barátja, Dave, a sikeres építési vállalkozó, egy újonnan vásárolt jachton, kint a tengeren megkéri a kezét. Amikor azonban a gyűrűt szerelme ujjára készül húzni, Ivy összecsuklik, a tengerbe esik, és már-már elmerül.

Ivy élete kezd összeomlani, a látomások erősödnek, mire elmegy egy pszichiáterhez, akivel regressziós hipnózisban megkísérlik feltárni a problémák okát. Meglepetésükre Ivy egy korábbi élet eseményeit írja le.

A film (magyarul: „*Gyilkos látomás*”) azért is érdekes, mert Dr. Bruce Goldberg, a reinkarnációs hipnózisokkal foglalkozó pszichiáter egy tényleges esete alapján készült. Mivel sikerült a korábbi élet helyszínét és más nyomait is megtalálni (pl. újságcikkeket), ezért ezt az esetet a reinkarnáció létezésének egyik bizonyítékának tartják. Valamint annak a lehetőségnek egy példaként, hogy az előző életbeli feldolgozatlan problémák hogyan hathatnak életünkre.

**Lélektársak.** Ivy elmeséli barátnőjének, hogy a lánykéréskor felmerült benne, hogy vajon tényleg Dave az igazi társa? Szereti, de... „*Tudni akarom, hogy a lelki társam-e*” –

mondja –, „*Hogy ő az egyetlen ember a világon, aki épp nekem való*”.

A „lélektárshoz”, azaz életünk igazi párjához általában szélsőségesen romantikus elképzeléseket társítanak, és így is jelenik meg egyes filmekben. (Több filmet is felsorolhatnánk, pl. ilyen a *Szerelem a végzetten*.)

A leírásokban közös, hogy itt egy mélyen szerveződő kapcsolatról van szó. A két szereplő lelke szinte egymásba fonódik, minden különösen intenzívvé válik, így a szex, de a veszekedések és kibékülések is. Mindent dráma és magasra csapó érzelmek kísérik. Ez az intenzitás sokszor szinte komikus léptékű, már-már a szappanoperákra és a butuska slágerekre jellemző harsányság színezi.

**Mágia.** Ezeket a kapcsolatokat leginkább az jellemzi, hogy itt a világ szinte kifordul a sarkaiból. Különös események terelik egymás felé a két embert, majd, mintha egy, a racionalitáson túllépő, saját törvényekkel rendelkező másik, párhuzamos világ jelenne meg. De, az is jellemző, hogy mivel a kapcsolat elsősorban abban a párhuzamos világban létezik, az a valóságunktól életidegen, ezért a kapcsolat fenntartásával szemben állandó akadályok merülnek fel. A kevésbé romantizáló filmek ezt pontosan ábrázolják. (Pl. *Aranyserleg, Magassági mámor, Halbatatlan kedves* – Beethovenről, *Lélekszakadva* – Jung és Spielrein szerelméről, stb.)

Hasonló történetet láthatunk a *Vatel* című filmben is. Ott, amikor (a film közepén!) az ébredező szélroham éppen elsöpörné Vatel művét, Anne szinte mágikus módon megállítja. Később ezt így meséli: „*Azt akartam, hogy ne fújjon a szél. Megállítottam*” – mondja. „*Azt hittem, Isten volt.*” – veti közbe Vatel. „*Akkor Isten meghallgatott.*” – válaszolja Anne,

majd felteszi a kulcskérdést, amin mindkettőjüknek el kellene gondolkozni: „*Ennyire fontos?*” Azaz: vajon valódi fontosságuk alapján ítélik meg életük értékeit?

Filmünkben Ivy a barátnőjével éppen egy kerten dolgozik, amikor egy méregdrága piros sportkocsival az út szélére hajt Johnny, a bevallása szerinti aranyifjú, egy gazdag család örököse. „Csak” a véletlen sodorta erre, eltévedt, és útbagazítást kér a két barátnőtől. Majd, amikor tovább menne, a kocsija nem indul be és a luxuscikknek számító mobiltelefonja is felmondja a szolgálatot.

Ivy szinte nem is figyel Johnnyra, csak a barátnője kommentálja a férfias jelenséget. Azonban, szinte egy belső, tudatosan észre sem vett kényszer hatására Johnny után indul és összeismerkedik vele. „*Még soha nem éreztem ilyet*” – meséli Ivy a barátnőjének később mélygyökerű érzelmeinek intenzitását, ami őt magát is váratlanul érte.

**Hatalom.** A mélység, az intenzitás, a gyökeres, mindenre kiható, az ember életét felforgató, a személyiséget önmaga valójából kiforgató változás a Plútóra (jegyben pedig a Skorpióra) utal. Úgy tűnik, a „lélektársinak” nevezett kapcsolatokra ez a jellemző, illetve pontosan így lehet azonosítani a kapcsolat-horoszkópokon belül. Az ilyen kapcsolat így egy Plútó-tranzitnak is megfeleltethető, illetve sokszor azzal egybe is esik.

A Plútóra a mélység, a gyökeres változás a jellemző. Ő a vagyonok, a földbe temetett kincsek és örökségek őre is (pl. Johnny vagyona). De őhöz tartozik a hatalom is, amely alacsony szinten akár az erőszakig menő hatalmi játszmákat eredményezhet, hogy ki a „főnök”, és, hogy a másik mit csinálhat ebben a kapcsolatban.

Johnny tetteit állandó hatalmi játszma jellemzi, sőt, néha tettelegességig fajuló féltékenységi rohamok törnek elő belőle. Torzult vágyait visszhangozzák szavai is: „*Enyém vagy*”, „*Vakon kell bíznod bennem*”, „*Teljes bűséget kérek és teljes odaadást*”, „*Megadod magad nekem?*”

A Plútó-skorpió alacsony szinten a másikon való korlátlan testi és lelki hatalom megszerzésének vágyaként jelenik meg. Valósággal be akar folyni a másik minden egyes sejtjébe, minden vágyába és ott átvenni a hatalmat. Mindent a kizárólagossága és ellenőrzése alatt akar tartani. (Magas szinten ez például egy rejtély titkaiba való behatolást, a szálak felfejtését és végigkövetését, vagy egy téma feletti teljes ismeret megszerzését is jelentheti.)

Nemcsak a kapcsolatuk, de maga Johnny is a Skorpió képviselője, nála azonban negatív minőségben jelennek meg a tulajdonságok. Ivyt pedig pont az ellenkező oldalra, a Bikához sorolhatjuk – erre utal például a munkája, a kertépítés is, de az az eltökéltség, makacsság is, amellyel szándékait, elhatározásait követi.

**Kapu.** A Plútó a naprendszer szélén helyezkedik el, így ő a Kapuőr is, a határon való túllépés őrzője. Egy Plútó-tranzit mélységét és komolyságát semmi más nem szemlél-tetheti jobban, minthogy ez szerencsétlenebb esetekben halállal is végződhet. A Kapun túl ott egy más világ, a „*nem ismert tartomány*”...

Egy adott céllal elkezdhetünk egy tevékenységsorozatot, megpróbálhatunk egy, még ismeretlen területre bemerész-kedni. A kapu az, ahol eredeti romantikus céljaink és elkép-zeléseink lebontódnak – szinte egy élvezoncolás során. Az ismeretlen világ teljes, sokszor szörnyűnek, akár halálosnak

tűnő mélységében nyilatkozhat meg. A Kapuőr itt teszi fel a kérdést: Valóban be akarsz lépni? Valóban ezt akarod?

Mindez életidegen és mindez rémisztő. Mégis, a jegytulajdonságok közül azon kevesek egyike a Skorpió, amely minőségén keresztül meg lehet ismerni a szellemiséget, mert ehhez elegendő ismeretvágyat és szellemi energiát tud nyújtani, ha ezt az energiátípust megfelelően sikerül felhasználni.

**Az áldozat.** Időközben Johnny egyre fékevesztettebben kezd el viselkedni, majd kiderül, hogy amit az életéről mesélt, az mind hazugság. Ivy időközben egyre több látomást és álmot lát előző életéből, majd elutazik és meglátogatja régi lakhelyét. Johnny a nyomára akad és megismétlődni látszik az előző életben történt tragédia.

Első pillantásra Ivy az áldozata Johnny hazug és tomboló személyiségének. De valóban így van ez?

David leánykérése Ivyt önmagával szembesítette: vajon „csak” ennyit akar az élettől? Hol marad az izgalom, a kockázat, amelyre lelkének egy része nagyon is vágyik? A belső konfliktus rezgésének vonzása szinte az életébe rántja Johnnyt, így rajta keresztül Ivy megismerkedhetett az „izgalmas élet” világával. De valóban erre vágyik? Valóban kész ennek mindenestül átadni magát? Johnny tényleges és valóságos segítségével Ivy fel tudja ismerni ennek a világnak a látszatértékeit és hamisságát. Johnny rátámad Ivyra, majd „véletlenül” a vízbe zuhannak. A jól úszó Ivy megmenekül, Johnny viszont megfullad. Örületbe hajló tetteivel Johnny szinte szájbarágósan tanítja Ivyt: az izgalom világa egész életét elnyelheti. Illetve: Johnny segítségével Ivy szó szerint a halálba küldheti a látszat-izgalom utáni vágyát. Johnny fel-

áldozta magát – ennél többet nem is tehet azért, hogy a számára legfontosabb lénynek, igazi lélektársának jobb élete legyen. Mégis, ha többet nem is, okosabbat azért tehetett volna... (Semmiképp sem számon kérve, mert: „kis buták” vagyunk mind...)

(A történetet a reinkarnáció bizonyítékának szokták tekinteni, pedig ténylegesen csak annyit mondhatunk, hogy Ivy le tudta „olvasni” egy korábbi, hozzá hasonló problémákkal küzdő személyiség élettörténetét. Ivy személyisége, a körülötte megjelenő szereplők minősége és az éppen felmerülő problémái rezonáltak a régi karakter történetére. Másrészt, egy ilyen erőszakos tettbe és az azt kísérő hatalmas fájdalomba torkolló eseménysorozat otthagyni, valósággal belevési a világba a nyomát – azt akár más is „leolvashatta” volna.)

\* Gyilkos látomás (Search for Grace, 1994, Sam Pillsbury; *Lisa Hartman, Ken Wahl, Suzanne Douglass, Don Michael Paul*)

\* Szerelem a végzetben (Serendipity, 2001, Peter Chelsom; *John Cusack, Kate Beckinsale*)

\* Az aranyserleg (The Golden Bowl, 2000, James Ivory; *Kate Beckinsale, Nick Nolte, Uma Thurman*)

\* Magassági mámor (Killing Me Softly, 2002, Kaige Chen; *Joseph Fiennes, Heather Graham, Natascha McElhone*)

\* Lélekszakadva (Prendimi l'anima, 2002, Roberto Faenza; *Iain Glen, Emilia Fox*)

\* Vatel (2000, Roland Joffé; *Gérard Depardieu, Uma Thurman*)

## Sült zöld paradicsom

*angyalok nehéz sora a földön*

Különös hangulatú film, mely alaptörténete az 1920-as években, egy déli államban, Alabamában játszódik. A háború utáni és a még ismeretlen háború előtti nyugalom évei. Idillinek tűnő környezet – váratlan tragédiákkal. A barátság és a családi összetartás azonban átsegíti a szereplőket a bajokon, és élhetővé varázsolja az éveket.

**A két történet.** A film a mára már közelmúlttá vált jelenünkben kezdődik. A negyvenes éveiben járó, nem is csak „enyhén” túlsúlyos pár meglátogatni készül az idősek otthonában élő nagynénit. Útközben eltévednek és egy elhagyott, Whistle Stop nevű (lefordítva kb.: Vonatfüty megálló) helységhez érnek. A vasút melletti régi kávézó bezárva, de az ablakon még ott a felirat: *„Sült zöld paradicsom – forrón tálalva”*.

Ennyi lenne csak a film? A 20-as évek déljének, vidékének „ízét”, hangulatát megmutató történet, amelyben számos négernek szerepelnek, néhány perce megjelenik a Klu-klux-klán, majd egy agresszív férj is? Miért akkor a jelenkori történet a túlsúlyával küzdő Evelynről, miért a dramaturgiailag meghökkentő, hirtelen tragédiák, amelyek a mesét szinte valóssá, megtörtént események naplójává teszik?

A pár tehát az elhagyott állomáshoz téved, amikor Evelyn hallani véli egy régi gőzmozdony zúgását. Felkavarodnak a levelek, a vonatot mégsem látjuk, és a férj sem hall semmit. A film ezzel a „varázslattal” mutatja meg Evelyn érzékenységet a hely szelleme iránt (az ő tanácsára választották ezt az utat és tévedtek erre), s ezzel vonzza magába a régi történet. (Később érthetjük meg, hogy a vonat az Evelynt fenyegető veszélyt is jelzi.) Hasonlóan egyszerű dramaturgiai megoldás az autó kihúzása a folyóból és a gyilkosság emlegetése, amely egy kis feszültséget próbál a történetbe csempészni. Annál is meglepőbbek a történetben a hirtelen megjelenő tragédiák.

Evelyn az öregek otthonában megismerkedik egy 84 éves idős hölgygel, aki a látogatások során elmeséli Whistle Stop történetét, amiben két barátnő, Idgie és Ruth a főszereplők. A fiatal Ruth szerelmes Idgie bátyjába. A csodás meséket mesélő fiú Ruth kalapjáért szalad, miközben hirtelen elüti a vonat – s ezzel megtörténik az első váratlan tragédia. De nézzük csak! Minden további rossz dolog Ruth-hoz kapcsolódik, mintha a sors ezt a kedves és ártatlan lányt nézte volna ki célpontnak. Ruth hamarosan férjhez megy, s a férjről hamarosan kiderül az agresszivitása. Idgie szinte mentőakciót szervez, hogy megszöktesse barátnőjét. Az időközben hazaérkező férj lelöki a lépcsőről a terhes Ruth-t. A két barátnő megnyitja a kis kávéházat (a specialitással, a sült zöld paradicsommal), majd nemsokára megszületik Ruth kislánya. Élhetővé sikerült tenni ismét az életet, amikor hirtelen megjelenik a férj és el akarja rabolni a csecsemőt. A férj a néger dadára, majd az őt megállító, csavargó külsejű Smokey-ra támad. A férj ezután eltűnik, és nagy a gyanú, hogy valaki eltette láb alól; az egyetlen szemtanú Smokey



hirtelen elutazik a környékről. Ruth a kisfiát régi szerelme, Idgie bátyja után Buddy-nak nevezte el – ami lehet, hogy nem volt túl jó ötlet. A már iskoláskorú fiú ugyanis szintén vonatbalesetet szenved. Szerencsére életben marad – a vonat a karját vágja le. Mintha nem lenne mindez elég, később újabb tragédia történik: Ruth rákos lesz, majd hamarosan meg is hal.

**Az áldozat.** Az összes tragédia Ruth-t sújtja, ő az áldozat, szinte vonzza maga köré a bajt. Még az a kérdés is felmerülhet, hogy ha Idgie nem mentette volna meg az agresszív férjtől, akinek szinte az áldozata volt, akkor lehet, hogy Ruth elkerülte volna a rákot? – csak nem valami különös belső törvénye volt az önpusztítás? Lehetett volna olyan sorozata az eseményeknek, amelyek Ruth szempontjából pozitív végkifejletűek? Az ezotériában az áldozat személyiségmintájának csak egy megoldása lehet: ha ő áldoz. Vagy szolgál, vagy kiszolgáltatottá kell válnia, hogy a személyiségnek ez a különös belső igénye kielégüljön. Bár Ruth a kávézóban dolgozik, és segít, akinek tud, részt vállal a gyülekezet munkájában, a gyerekek tanításában, mégis, úgy tűnik, hogy mindez kevés a számára.

Ruth személyiség-mintájában felismerhetjük a Halak állatövi jegy, az „Angyal” tulajdonságait. Egy álmodozó lány, aki szinte idegenül mozog a földi világban. Nem véletlen, hogy hozzá adhatják egy olyan férfihoz, akinek viszont Idgie azonnal átlátja a felszínességét. Idgie el is mondja Ruth fiának, hogy vannak angyalok embertestben, s az egyik az ő anyukája. A neptunuszi/jupiteri Angyálnak a szolgálat a feladata, s ha ezt sem magasabb szinten, sem alacsony szinten, a kiszolgáltatottságban nem találja meg, akkor értelmet-

lennek érezheti az életét. Ruth betegsége akkor tör elő, amikor úgy tűnik, hogy minden rendben: már a kislánya is lelkileg rendbe jött a karja elvesztése után.

**A megmentő.** Ahogy Ruth az áldozat mintáját képviseli, Idgie a megmentő. Megszökteti Ruth-t az agresszív férjtől, a néger szolgát megmenti a Klu-Klux-klán karjaiból, megoldja azt a helyzetet, amikor a férj elrabolni készül a csecsemőt, segít a karját veszített kisfiúnak, hogy magára találjon... Vajon túlzás ez? Vajon Idgie élete kiköveteli, hogy folyton megmentsen valakit? Megtudjuk, hogy később, Ruth halála után értelmi fogyatékos gyermeke születik, akit – mások tanácsa ellenére – 30 évig nevel, s ami az elmondása szerint a legboldogabb éveit adta. Már idős hölgyként csak azért kerül az idősek otthonába, hogy egy ott lakó ismerősén segítsen. És magában a kerettörténetben is, a túlsúlyával küzdő főhős, Evelyn is Idgie tanácsaival tud kilábalni nehéz helyzetéből. Az utolsó percekben Evelyn meghívja Idgie-t, hogy lakjon náluk – az életmentések így folytatódhatnak.

Ruth neptunuszi/passzív jupiteri Halak minősége mellett Idgie az aktív jupiteri Nyilashoz sorolható. Mindig pontosan „tudja”, hogy mi a jó, hogy mit kell cselekedni, s azt meg is teszi.

**A kapcsolat.** Kettejük kapcsolatában Ruth a passzív, Idgie az aktív fél, annyira polarizáltan, hogy a kapcsolatukat sokan (lásd: Internet) leszbikusán értelmezik. Idgie fiúsan viselkedik, pecázik, dohányzik, kocsmába jár, kártyázik, nadrágot visel. Nem megy el Ruth esküvőjére, sőt, megszökteti a férjtől. Később együtt vezetik a kávézót,

együtt nevelik a kisleányt, egy házban élnek, és ez idő alatt nincs is más kapcsolatuk. Túlzás? Valószínűleg igen, de például egy sorozatban (Verbotene Liebe s01 e1082 (1995)) egy leszbikus pár ezt a filmet nézi.

**Képzelet és valóság.** Miről is szól a történet? Mindez egy tanítás, ahogy a kerettörténet is ekként hangzik el Evelyn számára. A történet két főszereplője Idgie és Ruth, akiknek a kapcsolata a megmentő-áldozat mintába sorolható. A kapcsolati horoszkópokban ezt a Neptunusz kedvezőtlen pozíciója jelezheti (pl. az ötödik házban, vagy egy oppozíció a Nappal). A kapcsolatuk, és egyben az egész történet problémája a képzelet és a valóság összeütközéseként fogalmazható meg.

A valóság jelképe a vonat a maga könyörtelen, félelmetes súlyával. A kezdő képekben is a rohanó sínpart látjuk. A vonat üti el mindkét Buddy-t, Ruth szerelmét, majd később a kisleányt is. A mozdony, a hatalmas méretű acélszörny ki is hangsúlyozódik egy pillanatra, ahogy a megállóban a vezető olajozza a kerekeket. Ugyanez a valóság készül Evelynre is összeroppantani, aki a film elején meghallja a vonat zúgását.

Buddy, Idgie bátyja és egyben Ruth szerelme pedig a képzelet világát jelképezi. Csodálatos meséket mesél valamely másik világból, amit még évek múlva is idézgetnek. A meseszépnek induló valóság ott zökken ki, amikor Buddy-t elüti a vonat, szinte a két lány szeme láttára. Mi is történt ebben a fordulópontban? A fiú Ruth kalapját akarta visszahozni, Ruth így hibásnak érezhette magát a fiú haláláért; olyan férjet, illetve olyan sorsot választott ezután, ami büntette és így csökkenthette az önvádját. Idgie pedig a balesetben egy bontakozó szerelem tragikus félbeszakadását látta;

ennek hatására lemondott az érzelmekről, fiúsan viselkedett, és elhárította a férfiak közeledését.

Buddy halála Ruth-t az áldozat szerepébe taszította, aki tehetetlennek érezte magát, így talán hibásnak is, kiszolgáltatottnak a durva valósággal szemben. Idgie pedig próbált megmenteni mindenkit, aki csak a közelébe került, ha már Buddy esetén nem tehetett semmit. Idgie viszont a saját kezébe vette a sorsát, intenzíven részt vett az életben, még ha az a kocsmázást és pókerezést is magában foglalja. Idgie ismerte, megértette és kezelni tudta a valóságot. Ő volt a „méhbűvölő”, aki csupasz kézzel a méhkasba nyúlt és onnan mézet vehetett ki – a méhek mégsem bántották.

Bármit is éreztek legbelül, a két nő feltétel nélküli baráti szeretete életet és fényt hozott a kisvárosba, megszépítette a hétköznapokat és átsegítette őket a nehézségeken.

A film üzenetét így fordíthatjuk le: a képzeletnek meg kell találnia a maga helyét. Megszépítheti a valóságot, de azt nem fedheti el. És ha valaki elhagyja magát, vagy az ábrándozásokba menekül, akkor keresztülgázolhat rajta a könyörtelen súlyú és emberfölötti tehetetlenségű valóság. Idgie életének tanulsága már sokkal árnyaltabb: Nem megmenteni, hanem segíteni kell másokat – még ha ez sokkal nehezebb is. Evelyn tanult mindkét sorsból: kilépett az áldozat szerepéből, és – csodálható akarattal – önerejéből változtatott az életén.

Saját kezünkbe kell vennünk a sorsunk – még egy angyal is csak így találhatja meg a helyét a földön.

\* Sült zöld paradicsom (Fried Green Tomatoes, 1991, Jon Avnet, Fannie Flagg; *Kathy Bates, Jessica Tandy, Mary Stuart Masterson*)

## **Jelenetek egy házasságból**

*a Jégkirálynőért – feláldozni mindent*

A film története 10 évet ölel fel egy pár történetéből. Az első jelenetben épp a tízéves házassági évforduló környékén egy riport készítését láthatjuk. A férj, a 42 éves Johan rendkívül elégedett mind az életével, mind önmagával – hosszan sorolja tucatnál is több pozitív tulajdonságát. Viszont a feleség, a hét évvel fiatalabb Marianne szinte semmit sem tud mondani, csak Johan feleségeként és két lányuk anyjaként említi önmagát. Erőtlén, szinte árnyék a férje mellett, és amikor a családjogra szakosodott ügyvédi munkájáról (ami többnyire válások intézését jelenti) kezd beszélni, szinte azonnal félbeszakítják, hogy néhány jó fényképet készíthessenek. Hova tűnt az a régi idealista, aki hitt a világ jobbíthatóságában? Johannak persze csak önmaga fontos – elégedetté teszi az az élethelyzet, amit elért.

Az idillre vészjósló felhők vetnek árnyékot: a szinte dicsőítő cikket megünneplő kis összejövételükkor a baráti házaspár férj és felesége között – akiknek ők az egyetlen barátaik – nyílt veszekedés tör ki: szitkok röpködnek a levegőben, a feleség a férj megcsalását vallja be és a válást fontolgatják...

Johan és Marianne között azonban minden mintaszerű. Mindent nyíltan és a legbensőségesebb módon meg tudnak beszélni, életük a meghatározott mederben folyik tovább... És váratlanul ekkor robban a bomba: Johan egy este bejelenti, hogy szerelmes egy fiatal nőbe, és vele mindjárt a

következő reggelen Párizsba költözik dolgozni, legalább félévre. Ezután kezdődik az eddigi életét a családjáért és férjéért feláldozó, önmagát háttérbe szorító nő magára találásának az eposza, miközben a korábban oly magabiztos férj válik mind kisebbé (ahogy a feleség később megjegyzi: „*Valahogy olyan kicsi lettél*”) – megkapva jól megérdemelt büntetését.

**A házasságtörő.** A történet így nagyon szép és megható – tiszta szívünkkel sajnálhatjuk az elhagyott feleséget. De mi is az, ami *valójában* játszódik a történesek felszíne alatt? Látszatra itt egy házasság történetét látjuk, de valójában ők inkább barátok, szinte testvérek, akik – szinte mindig – tökéletesen megértik egymás gondolatait. Kezdetben sem hirtelen lobbant fel a szerelem lángja: Johannel épp szakított az akkori táncdalénekes barátnője, Marianne pedig elvált első férjétől, akivel még szinte kamaszként házasodott össze. A két magányossá vált „viharvert” és „szomorú” ember vigasztalta egymást és Marianne ötlete volt, hogy miért is ne élhetnének együtt. Ez semmiképpen sem egy megszokott szerelmi történet, de egy nagyon mély és nagyon erős kapcsolat mégis ott van a háttérben: egymás megértése, még a leghetetlenebb helyzetekben is.

Valami azonban mégis hiányzik. Ha pedig elnyomunk egy, a mélyből feltörni készülő késztetést, akkor a tudatalattink a környezetünket használhatja fel arra, hogy jelzéseket küldjön. Johan elégedett a helyzetével. Marianne az, aki egyre inkább elveszni látszik ebben a kapcsolatban. Az első jel, a baráti házaspár összeveszése még mindkettőjüknek szól (hogy ilyen is megtörténhet), de ezután egyedül Marianne találkozik egy idősödő nővel, aki „mindössze”

azért akar elválni a férjétől, mert nem szerelmes belé, hiszen „képtelenség szerelem nélküli kapcsolatban élni”.

Marianne viselkedése, hangsúlytalannak tűnő véleményei és későbbi feljegyzései alapján megtudhatjuk, hogy nem a férje az, aki a háttérbe szorítja őt, hanem saját maga, és ennek túlnyomó részt a neveltetése az oka, amely erőszakkal szorította be őt a polgári erkölcsök szigorú keretei közé. Az önmagára kényszerített kontroll miatt képtelen kiszabadulni és megpróbálni a valódi, saját életét élni. Még az az erőtlen próbálkozása is, hogy az egyik hétvégét ne a szülei-nél, hanem otthon, a családjuk körében töltsék – még az is kudarcba fullad.

Hogyan oldódhat meg ez a helyzet, ha az önmagunkra kényszerített kontroll megakadályozza a cselekvést, a belső késztetések viszont egyre nagyobb erejűvé válnak? Hogy az elfojtott energiák mobilizálódhassanak, a környezet fog aktivizálódni, és először csak apró, majd mind harsányabb jelzésekkel figyelmeztet, és ezek figyelmen kívül hagyása után „váratlanul” akár a teljes életmódot szétrobbanthatja az arra alkalmas szereplőkkel. Mindennek a pontos hatásmechanizmusát nem ismerjük, de az talán kevésbé is lényeges: a tudattalan által sugárzott közvetettebb vagy közvetlenebb jelzésekre reagál az, akinek bizonyos céljaival egybeesik a kívánt aktivitás és végrehajtja a szükséges akciót a passzív, cselekvésre képtelen egyén helyett.

A feleségben erősödő késztetésekre a korábbi jelzések (a riport, a baráti házaspár helyzete és a válni készülő nő véleménye) figyelmen kívül hagyódtak. Mit tehet Johan, ha szereti Marianne-t, egy, a racionális elveken és a polgári életfelfogáson jóval túlnyúló mély érzellemmel? Magára kell vállalnia a házasságtörő férj szerepét és mindent maga mö-

gött hagyva a feleségét is egyedül kell hagynia, hogy az elkezdhesse önmagára találásának a kálváriáját.

Túlzás ez? Jung szerint a tudattalannak a tudatnál nagyságrendekkel nagyobbak az energiái, de azok többnyire csak rejtve, áttételesen nyilatkozhatnak meg, így a szándékait gyakran csak úgy fedezhetjük fel, ha megvizsgáljuk, hogy végül az életünkben mit eredményeztek. Életünk különös fordulópontjai, a kiszámíthatatlannak tűnő „sors” váratlan csapásai vagy ajándékai így nyerhetnek végül értelmet.

A történet egyértelmű nyertese Marianne, aki az „elhagyásával” kezdődő 10 éves kálváriáját követően magára tud találni, míg Johan mind jobban és jobban veszti el erejét és a háttérbe szorul.

**Az élet és az Élet.** Marianne alapproblémája, hogy saját érzéseit és késztetéseit annyira elnyomja, hogy már szinte nem is látszik, hogy ki ő. Így valójában nem is él, csak a felvállalt szerepeit játssza. Mindennek az egyik oka a neveltetése, ahogy Marianne írta: *„Csodálkozva konstatáltam, hogy nem tudom, valójában ki vagyok. Egyáltalán nem tudom. Egész életemben mások utasításai szerint cselekedtem”*. (A felolvasás során a végre haza, nyugalomba és az igazi párjához került Johan elalszik, amit Marianne persze érdektelenségként értelmez.) És: *„anyám a konvencióktól való minden eltérést példamutató szigorúsággal büntetett”*. Ugyanakkor Marianne alaptermészete is ennek felelt meg, amit így a nevelés sajnos nem ellensúlyozott, hanem inkább torzzá erősített. (Megtudjuk, hogy Marianne szeptember elején született, a hűvös, reális, a rendet és tisztaságot képviselő Szűz jegyében – a filmben csak ekkor említenek dátumot. Illetve a neve is erre utal: a Mária egy tipikus Szűz név.)



De milyen lehet az Élet, és milyen lehet valójában ön-maga? Ez egy olyan kérdés, amit meg kell válaszolni, minden áron, még akkor is, ha ehhez szét kell robbantania az őt körülvevő polgári idillt, különben értelmetlenül telnének el az évek. Marianne számára az élet megélésének egyik tényezője a jó szex, amit Johannel nem sikerült elérnie. Ennek talán az egyik oka, hogy nem fellángoló szerelemmel kezdődött a kapcsolatuk, ami félresöpörte volna Marianne beidegződött és nevelt visszafogottságát, amely visszafogottság a szexet szükséges rossznak tekinti. Marianne korábbi elszólásában meg is említi, hogy mi izgatja: *„Nem keserít el, hogy rajtam kívül senki mással nem feküdhetsz le?”*. Természetesen ez pusztán csak „teoretikus hiányérzet” – hiszen a vágy tiltott. Későbbi naplójegyzetében bevallja: *„pubertáskoromban” „minden gondolatom, érzésem és tettem az erotika körül forgott. Am egyetlen szóval sem árultam el magam sem a szüleimnek, sem másnak a környezetemben”*. Amikor Johan elhagyja, akkor is az egyik első kérdése, hogy milyen a szeretővel a szex. Johan egy későbbi vallomásából megtudjuk, hogy Marianne a jutalmazás és büntetés eszközeként használta a szexet, illetve ez volt az egyik eszköze, hogy Johant „akaratlanul” távozásra bírja. Tíz év alatt Marianne megtanul felszabadultan élni, és a „sors” összehozza Henrikkel, aki *„odavan a szexért”* és aki – folytatja Marianne –, *„bebizonyította nekem, hogy én is ugyanúgy oda vagyok a szexért, mint ő”*; *„Megszállottja lettem az új élménynek, amit soha nem éltem át korábban. Képtelen voltam betelni vele...”*

**Tíz év...** A konfliktus kirobbanása körülbelül a kapcsolatuk tizedik évében történt. Johan egy későbbi meg-

jegyzésében utalt arra, hogy akkor már három éve, úgy a hetedik év környékén határozta el, hogy váltani fog.

Egy kapcsolatban az első nagyobb mérőföldkövet a harmadik évre teszik. Ha a pár egyáltalán tud együtt élni, körülbelül ez az idő az, amikorra elmúlik az újdonság varázsa, és kiderül, hogy létezik-e közöttük valami mélyebb kapcsolat. Ha a kapcsolat kezdetén megszületik egy gyermek, akkor körülbelül ez az az idő, amikor már a legalapvetőbb önállósággal rendelkezik – járni és beszélni is tud –, így talán ezt a határt maga a természet, a túlélés törvénye határozta meg. (Ha nem folyamatos az együttélés, akkor ez az időszak elnyúlhat.) Johan és Marianne tehát nem csak együtt tud élni, hanem közöttük valóban létezik egy mélyebb kapcsolat.

A következő krízis-lehetőség a hetedik év. A biológia szerint hét év alatt testünk minden sejtje lecserélődik. Az élettörténetekben a hét év általában az alapvető célok változásának a ritmusa. A kezdeti elképzelések, amelyek összekapcsolhatták a két embert, hét év elteltével megváltozhatnak, többnyire teljesen eltérő irányokba. Ha a változások nem illeszkednek a másik embernek a – szintén megváltozott – céljaihoz, akkor elválhatnak az útjaik.

Johan és Marianne eredeti célja egy klasszikus, polgári házasság megteremtése lehetett. Johannak a korábbi, a táncdalénekesnővel való kapcsolata nem hordozhatta magán a hosszútávúság ígéretét. Marianne első házassága egy gazdag és kedves, de valószínűleg buta fiúval kötöttet, akivel valószínűleg nem értette meg magát. Kettejük házassága tehát megkötöttet, de hét év múlva már egyre nagyobb fontosságot kaphatott az, hogy milyen lehet az igazi élet a család és a társadalom által rájuk erőszakolt kereteken túl?

A gyerekek is inkább csak díszítő elemek ebben a házasságban; sem a férj, sem a feleség oldaláról nem látunk velük kapcsolatban különösebb érzelmeket. A film első képeiben egy pillanatra megjelenik a két kislány, de szinte csak azért, hogy mi nézők elhiggyük, hogy léteznek, és nem csak kitálaták őket – a többi történetben már csak néha-néha megemlítik őket, hogy éppen miért vannak máshol.

A megfigyelések szerint tíz év a személyiség érésének, egy másik minőségbe való átlépésének a szükséges időtartama. A film első képeiben elkezdődő folyamat tíz év múlva, a házasságuk huszadik évfordulója környékén érik be, és Marianne-ből felszabadult, önálló és az életét megélni képes nő válik.

**Értékelés és önértékelés.** Marianne önfelszabadításának és önmaga megtalálásának a legnagyobb akadálya maga Johan, aki olyannyira elégedett önmagával és helyzetével, olyan stabil alkat, hogy mellette a felesége képtelen radikális változásra. Hogy bármilyen folyamat elkezdődhessen, Johannak egyrészt el kell tűnni, másrészt kisebbé kell válnia Marianne szemében. Johannak a karrierjével kapcsolatos reményei kudarcba fulladnak, anyagi helyzete nagyon szerény, részben a feleségénél hátrahagyott anyagi javak és a kifizetett gyerektartások miatt. Egy jelenetben már betegen és kiszolgáltatottan látjuk viszont. Amikor Marianne még ekkor sem képes tőle elszakadni (az akkori kapcsolatában még mindig kudarc a szex), különös jelenetsor kezdődik. Johan felemlegeti, hogy Marianne mennyire kínoztta őt a szexszel való jutalmazás-büntetésével („*Ha segítőkész voltam, akkor kefélessel fizettél*”, ill. később „*Az istenit, rosszabb voltál, mint a legócskább kurva*”). Mikor még ez is

kevésnek bizonyul, a veszekedés tettegessé fajul: csak így semmisülhet meg Marianne szemében Johan nimbusza és csak így szakadhat el tőle. A közvetve kiváltott tettegesség egyben annak az eszköze is, hogy az így megszegyenülő Johan azonnal aláírja a válási papírokat, akármi is legyen azok pontos tartalma. A következő jelenetben már az önmagára talált, magabiztos és felszabadult Marianne-t látjuk viszont.

Találkozásaik során Marianne mintha mindig le akarná győzni Johant. És ez így van az utolsó jelenetben is, ahol egyszerre a szerető szerepet is megszerzi, Johan vágya is már rá irányul, egyben a régi szerető felett is győzedelmeskedik.

Hogy megmentse élete párját, Johan feláldozta teljes addigi életét és életkörülményeit. Mindebbe azonban azért kezdhetett bele, mert ezzel a folyamattal ő is nyerhetett valamit. Johan megmaradt volna a polgári házasság keretei között, igaz, az otthoni sikertelen, problémás szexet egy titkolt szeretővel oldotta meg. De a kérdés ott motoszkálhatott a rejtett gondolatok zugaiban: ilyen az az élet, ami neki osztályrészül juthat, csak ilyen? Nem képes-e másra, nem képes-e többre a karrierjében, és nem képes-e egy másik, egy jobban működő kapcsolat felépítésére? Johan elfojtott gondolatait egy kolléganője, régi egyetemi évfolyamtársa mondja ki: *„A csoportunkban többen is úgy véltük, hogy belőled egészen rendkívüli ember válik. Fenomenális voltál a szemünkben”*. Képes-e többre, valami másra? És Johan elindul a kálváriáján, amely során a kezdeti túlzó önértékelése végre a helyére kerül, és tisztázni tudja önmagát, egyben saját helyét a világban. Ez valószínűleg önértékelésének folyamatos rombolását jelenti, de nem éri-e meg az igazán és mélyen szeretett

nőnek a felemelése és az, hogy végül önmaga is azt az életet élhesse, ami nem csak egy vágyálom, hanem ami igazán az övé? És nem jobban megéri-e megpróbálni valamit és elbukni, mint a tétlen álmodozás keserűségével élni napjainkat?

Johan kezdetben nem ismeri fel, hogy önmaga legnagyobb értéke maga a létezése, hogy stabilitásával a környezetének egy fix-pontja, amelyre támaszkodhatnak. Paula Marianne-nak szóló levelének sorait is figyelmen kívül hagyja: *„Johan a leggyengédebb, a legkedvesebb, legintelligensebb ember, akivel valaha is találkoztam”*. (Utána pedig ezt írja: *„Hiányzik belőle minden önbizalom. Bár nagyon bábornak, merésznek akar tűnni, és soha nem panaszkodik”* – azaz Johan önmagára vonatkozó túlzó véleményei csak kompenzálások.) Johan nem látja szorgalmának és kitartásának értékét sem, pedig nagy lelkesedéssel tudja végezni szöszmötölős, mások számára érdektelen és érthetetlen kutatásait. Az utolsó jelenetben, amikor újra Marianne támasza lehet, ha nem is értette meg, de talán megérezhette önmaga stabilitásának erejét.

**Élni.** Az utolsó jelenetben Marianne és Johan egy vidéki faházban kötnek ki, ahol a plafonról lelógó vigyorgó fej – ami talán a polgári nézőpont ítéletét jelenti – mintha kinevetné őket: milyen körutat tettek meg és most mégis ugyanott vannak. De a záró képekben láthatjuk mindennek a célját és értelmét: egymás mellett fekvé Marianne arcát a hajnali fény éri, míg Johan arca félárnyékba húzódott vissza. Ahogy Johan ki is mondja: *„azt hiszem, megtaláltam a helyes arányaimat. És bizonyos alázattal elfogadtam a saját korlátaimat”*, és hogy az eredeti magas követelményei valójában a családja elvárásai voltak. Marianne pedig ezután dicsekedik az or-

gazmusairól, és hogy úgy érzi, egységbe került az értelme és érzelme. „*Felfedeztük magunkat*” – kommentálja Johan, hogy nekünk, nézőknek, kétségünk se maradjon –, „*egyikünk rájön a saját nagyságára, másikunk a saját kicsinységére*”. Ez Johan szempontjából talán veszteségnek tűnhet, de így a valódi értékeire építve kezdheti el élni az életét,

Miért kellett akkor elválniuk? Ha együtt maradtak volna, akkor talán az évtizedeken át egymást maró házaspárrá váltak volna, mint amilyenek régi barátaik is voltak. Így viszont lehetőséget kaptak a fejlődésre. Az, hogy ki is volt az egész folyamat beindítója, arra Marianne álma egyértelmű választ ad. Álmában, amikor Johannel és a lányaikkal a veszélyes úton átkelni készültek, és kérte, hogy fogják meg a kezét, rádöbbsen, hogy könyöktől lefelé „*pusztán egy csonk lógott*”. „*Csak csúsztam a puha homokban*”, „*és én nem értelek el titeket*”. Rejtett büntudatának rémálma így fejezte ki, hogy nem volt eszköze, hogy kifejezhesse és megoldhassa problémáit, és, hogy a családjára támaszkodhasson, „*elérhesse*” őket.

Johan és Marianne között sokkal mélyebb a szerelem, sokkal mélyebb a kapcsolatuk, mint ami a racionalitás által elfogadható és teljesen más, mint amit a polgári házasság intézménye ír elő. Így különválva egymás támaszai maradhattak az idők során. (A féltékenységek sem jelenik meg közöttük, csak a végén rontja el néhány percre Johan kedvét Marianne dicsekvése, amikor saját szexuális kudarcaként éli meg azt, ami őneki nem sikerült Marianne-nal.) De a megértés közöttük mindig megmaradt és sokkal nagyobb volt, mint későbbi párjaikkal.

Mit is mondott Jung: „*a szerelem problémái és konfliktusai alapvető jelentőségűek az emberi életben (...), sokkal nagyobb jelentőségűek, mintsem az egyén gondolná*”. És sokszor: „*nem a trauma,*

*hanem egy rejtett erotikus konfliktus a neurózis gyökere”, így maga a konkrét esemény, egyben „a trauma elveszti kauzális jelentőségét”.*

\* Jelenetek egy házasságból (Scener ur ett äktenskap, 1973, Ingmar Bergman; *Liv Ullmann, Erland Josephson*)

## **A tetovált lány**

*a tudattalan ereje*

A Millennium sorozat első kötetéből készült film (eredeti címe: *Férfiak, akik gyűlölik a nőket*) férfi főszereplője az ötvenes oknyomozó riporter, Mikael, akit éppen egy bírósági tárgyaláson ítélnek el rágalmazásért három hónap börtönbüntetésre. Később megtudjuk, hogy Mikaelt csapdába csalták, hamis iratokat kapott és ezek alapján írta meg leleplezőnek szánt cikkét, de minden dokumentum hamisnak bizonyult. Mikael kénytelen otthagyni munkahelyét, a Millennium magazint. A nyolcvanéves gazdag gyáros, Vanger azonban éppen ekkor kéri fel Mikael, hogy a büntetése letöltése előtti félévben nézzen utána unokahúga eltűnési körülményeinek. Negyven évvel ezelőtt Vanger unokahúga, az akkor tizenhat éves Harriet egy rendezvény után eltűnt, és soha többé nem látták – valószínűleg gyilkosság áldozata lett. A gyilkos pedig ugyancsak valószínűleg Vanger családjának a tagja, aki még mindig él. Mikael érzelmileg is érintett az ügyben, mivel apja egy időben Vangernek dolgozott, és a kis Mikaelre a vidám és kedves „nagylány”, Harriet vigyázott.

Mikael története közben megismerkedünk a másik főszereplővel, a huszonnégyszáz éves extravagáns Lisbeth-tel. Lisbeth fekete punk öltözetet visel, feketére festett haja félig eltakarja szemét, orrából, füléből piercingek lógnak, a hátára egy hatalmas sárkány van tetoválva, egyik reggel pedig egy



másik lánnyal együtt látjuk az ágyban ébredezni. Lisbeth alacsony, vékony, a könyv szerint negyven kiló, azonban, ha fenyegetve érzi magát, elszabadul a pokol, a rátámadó huli-gánokat is megfutamítja. Vanger korábban egy biztonsági céget, így közvetve Lisbeth-et kéri fel, hogy nézzen utána Mikaelnek.

Lisbeth történetét végigkísérve megtudjuk, hogy korábban egy klinikán pszichiátria kezelés alatt állt, és, hogy új törvényes gyámot kap. Az új gyám ellenőrzése alatt akarja tartani Lisbeth-et, majd megdöbbenő képekben látjuk, ahogy először orális szexre kényszeríti, majd később az ágyhoz bilincselve megerőszakolja (!) a sikoltozó lányt.

**Erőszak.** Vajon csak írói hatáskeltés ez a döbbenetes eseménysorozat vagy van valami kapcsolata Mikaellel? A Lisbeth-tel történő erőszak valójában Mikael csapdába csalását tükrözi vissza. Mikael is – a mára már hétköznapivá vált szóhasználattal – „megszívták”, illetve „erőszakot” követtek el rajta, hiszen három hónapot (ha nem is lekötözve, de) börtönben kényszerül eltölteni, ugyancsak kiszolgáltatva. Mondhatnánk, hogy a két eseménysorozat között összehasonlíthatatlanul nagy a különbség. Mikael tudattalanjában a meghurcoltatása azonban pontosan ilyen súllyal csapódhatott le. A valós mértékek, az összehasonlítások a tudat látásmódjában találhatók. Valaki nézhet dühösen egy másik emberre, az ujjával feléje inthet, mondhat neki valami sértőt, elindulhat felé fenyegetően, felemelheti a kezét, megütheti, összeverheti és megrugdoshatja, megerőszakolhatja, akár az életére is törhet. Ezek mind a másik felé irányuló agresszió fokozatai. A racionalitás valóságában ezek egészen más szinteket jelentenek. A tudattalan azonban, ha az

egyént agresszió éri és azt súlyosnak érzi, akkor az eseményt az elméjében legbelül egy sokkal erősebb képpel helyettesítheti – például hasonló történéseként jelenhet meg álmaiban.

**Anima.** Lisbeth tehát Mikael tudattalanjának a kivetülése – a történet ezt szinte mérnöki pontossággal mutatja be. Mikael férfi, a környezete tőle a férfiként való viselkedést várja el, az előtérbe hozott férfiasabb lélekreszének – az *animusának* – a mélyben így a háttérbe szorítottabb tulajdonságai, a nőies fele, az *anima* fog megfelelni. A tudattalan tehát női formát fog felvenni.

Mikael egyáltalán nem „szuperférfi”, nem az akciófilmek kalandor hőse, durva vonalakkal megrajzolt agresszív nyomozója, hanem sokkal empatikusabb, mélyebb személyiség, már-már nőies jegyekkel – az egyik jelenetben például az unokahúgát főzni tanítja. Mikael tudattalana így, ellenpólusként, enyhén férfias és határozott nőként fog megjelenni.

A tudattalan általában belső képeiben, például álmaiban az egyént fiatalként, ereje és képességei teljében látja.

A tudat kontrollálja az ösztönvilágot, hogy az egyén viselkedése a társadalom és a külső környezet által elfogadott keretek között mozogjon. A tudattalan alapvetően antiszociális, nem találja másokkal a hangot, különösen a korlátozásokként megjelenő hatalom képviselőivel.

A tudattalan az örök lázadó, így a lélekben felmerülő különbség is a tudattalanba lesz száműzve. A filmben ilyenek a piercingek, az egyéniséget és a belső vívódásokat kifejező sötét ruházat és hajviselet, a dohányzás (hiszen az káros, így a tudat azt elutasítja), sőt, egy izgalmas (vagy legalábbis annak tűnő) leszbikus kapcsolat.

A tudat számára a tudattalan nem létezőnek vagy legalábbis elhanyagolhatónak (40 kilósnak) tűnik. De, a valóságban az szinte egy bomba, ami akár a legváratlanabb pillanatban robbanhat: a látszathoz sokkal nagyobb erővel rendelkezik.

Látszólag nem is létezik, de valójában a tudattalan mindent tud az egyénről a maga sajátos módján. Ahogy a filmben Mikael mondja Lisbeth-nek: *„Te mindent tudsz rólam. Én viszont semmit se tudok rólad”* (ennél erősebb megfogalmazással). Korábban a biztonsági szolgálat vezetője így mutatja be Lisbeth-et: *„különc lány”, „Ellenben sohasem vét hibát”*.

**Társak.** Lisbeth tehát „minden titkok tudója”. Bár első pillantásra nem látszik, Lisbeth és Mikael között nagyon sok a hasonlóság. Mindketten titkok, rejtélyek felfedésére tették fel az életüket, Mikael oknyomozó riporterként, Lisbeth pedig sokszor a törvényes kereteket áthágva, akár hackerként. Egyiküket sem a pénz vagy esetleg a tudással a másik fölött megszerzett hatalom izgatja. Lisbeth a megbízása után is figyelemmel kíséri Mikael (aki erről semmit sem tud), egy számsorozat megfejtése pedig annyira magával ragadja, hogy óvatosságát félretéve ír Mikaelnek, így közvetve egyben felfedve magát.

A kutatásában elakadt Mikael tehát a tudattalanjának a közlése, intuitív megoldása segítette tovább. A film azt is részletezi, hogy Mikael eredetileg pontosan a tudattalanjától való elszakadása sodorta bajba. Mikael kb. így meséli el csapdába csalásának körülményeit: *„Jó sztori volt. Elég jó, hogy elkapjam.”*. Ha pedig kételkednénk, hogy a sugallata helyett mire hallgatott, a negatív minőséget jelképező szereplő (aki egyben az őt megvezető bankár képe is, így tehát pontosan

tudja, hogy Mikael milyen reakciójára játszott) erre ezt mondja: „*Ezt gondolta*” (!). Mikael be is vallja, hogy a sztori „*túl jó volt, hogy igaz legyen*”, és inkább a sugallatára, intuíciónak kellett volna hallgatnia.

Mikael és Lisbeth együtt kezdenek dolgozni, majd később a tudat és tudattalan egyesülését is ábrázolja a film: szeretkeznek, majd később együtt is alszanak. Együtt oldják meg az eltűnt lány titkát, illetve – hogy még egyértelműbb legyen a kép –, a halálos veszélybe került Mikael is Lisbeth menti meg.

Mikael a tiszta utak képviselője, még a rátámadón is segítene. A Lisbeth által képviselt tudattalan azonban az ösztönvilágot is rejti, és ott a „szemet szemért” törvénye él, azt tartja jogosnak, hogy mindenki szenvedje el azt a fájdalmat, amit a másíknak okozott. A rajta erőszakot elkövető gyámot irgalmatlanul megbünteti, később pedig habozás nélkül nézi végig egy másik erőszaktevő és gyilkos halálát.

Mikael körül „*minden tiszta*”, ő a „*titkok nélküli ember*”, legalábbis a titkok valami nagyon mély helyre vannak száműzve. Lisbeth viszont maga a pszichiátriai eset, kora gyermekkori problémákkal. A tudattalannak a tudattal való kapcsolódása az elfojtott problémákat is a felszínre fogja hozni, de itt inkább csak jelzés-értékűen. A sorozat későbbi részeiben kell majd Lisbeth-nek azokkal szembesülnie, részben Mikael segítségével.

(Egészében a történet a nők, illetve a női lélekrészek ellen elkövetett erőszakról szól, s hogy fel lehet-e lépni ezek ellen. Érdekes lenne visszavezetni, hogy vajon milyen eseményeket szenvedhetett el a főszereplő, hogy így vonzza az erőszakos cselekedeteket... A későbbi részek csak részlegesen mutatják ezt be.)

**Erő és ellenerő.** A becsapott Mikael legbelső gondolataiban természetyszerűen merül fel a kérdés, hogy egyáltalán képes-e még a munkáját, hivatását végezni? Képes-e *általában* a titkok felfedezésére vagy cserbenhagyták már korábbi képességei és intuíciója? Illetve *speciálisan*, képes-e saját eszközeivel az erőszak ellen fellépni? Tehet-e bármit is az, akár az életet fenyegető erőszak ellen (illetve Mikael esetében azért, hogy egyáltalán tovább élhessen, és a hivatását végezhesse)? Megmentheti az életet, ill. az élet lehetőségét? A megoldáshoz túlságosan közel jutott Mikael életét fenyegető esemény így valójában annak a helyzetnek a szélsőséges megfogalmazása, ahogy átvitt értelemben a bírósági per a (szakmai) életének a végét is jelentheti. Mind belső, lelki okok miatt, Mikael ugyanis ezt mondja a fejére mutatva: „*Itt most teljes az üresség*”. Mind pedig külső okokból, az újságok ugyanis a pert így kommentálják: „*úgy tűnik, hosszú újságírói karrierje véget ér*”.

A „sors” egy ősz öregember képében a bizonyítás és egyben az öntranszcendencia, önmaga határainak átlépésének lehetőségét nyújtja Mikaelnek.

**Együtt.** Mikael Lisbeth segítségével felderíti az erőszakos cselekménysorozatot és azok elkövetőjét. Mikael soha nem fordulna illegális eszközökhöz, de később, az ezen a területen járatos Lisbeth összegyűjt annyi bizonyítékot – „*mindenkinek vannak titkai*” –, hogy Mikael fel tud lépni korábbi vádlója, az őt csapdába csaló ellen, aki végül öngyilkosságba menekül.

Mikael és Lisbeth – *animus* és *anima* – csak együtt, együttes erővel tudta bebizonyítani, hogy fel lehet lépni az agresszió ellen, meg lehet védeni az életet, az életüket.

\* A tetovált lány (Män som hatar kvinnor, 2009, Niels Arden Oplev, Stieg Larsson; *Michael Nyqvist, Noomi Rapace*)

## **A terapeuta**

### *a sors terápiáján*

A sorozat (első évadja) Dr. Paul Weston pszichiáter négy munkanapját, naponta egy-egy esetét mutatja be, míg minden ötödik napon régi kollégájához, Ginához megy el, pontosan meg sem fogalmazott céllal.

Miért éppen ez a négy eset, illetve a Ginával történő találkozók az érdekesek a film, illetve Paul szempontjából? Igaz, hogy csak jelzésszerűen, de néha látunk megérkezni, vagy épp eltávozni más klienseket is, de a történet erre a 4+1 szereplőre koncentrál.

Rögtön az első részben Laura, a fiatal, csinos, szexi és okos altatóorvosnő párkapcsolati problémáit hallhatjuk, majd Laura hirtelen bejelenti, hogy szerelmes Paulba. Etikaileg ennek nem szabadna megtörténni, hiszen a terapeuta és kliense között nem jöhet létre intim kapcsolat, és ezt Paul ki is jelenti.

Ez egy „átvitel”, ami nem meglepő egy terápia során: a kliens a számára szükségesnek vélt személy tulajdonságait a terapeutára ruházza. Maga Freud az átvitelt a pszichoterápia hajtómotorjának tartotta, mivel a kliens így egyrészt megnyílik és adott módon kommunikálni kezd, másrészt megfigyelhetővé válik, hogy milyen jellegű problémája van. Azonban Paul részéről is érezhető a vonzódás, és Ginának később be is jelenti, hogy ő is szerelmes Laurába.

Következő nap érkezik Alex, a vadászpilóta, mind a hivatásával, feleségével és az egész életével kapcsolatos problémákkal. Alex elköltözik otthonról, majd egyszer a „véletlen” úgy hozza, hogy találkozik Laurával, és a kapcsolatuk hamarosan intimmé válik.

Szerdán egy, az olimpiára készülő középiskolás lány történetét láthatjuk, akit az elkeseredettsége egy balesetbe sodort. Csütörtökön egy párterápiából láthatunk részleteket.

**Megoldás vagy a probléma?** Az ülések előtti és utáni pillanatokban fokozatosan beleláthatunk Paul életébe, aki éppen egy válságos időszakot él át. A munkáját, amibe szinte minden energiáját beleöli, sikertelenségek soroztaként éli meg. A magánélete pedig enyhén szőlva romokban van. Felesége számon kéri rajta, hogy ő, Paul családja semmit sem kaptak belőle, majd bejelenti, hogy szeretője van, akivel néhány nap múlva elutazik Rómába, és pontosan abban a szállodában fognak megszállni, ahol még régen a násztűjükon laktak Paullal.

Paul szemében a megoldást Laura jelentené, de az etikai korlátok (is) közékük állnak. Látszólag tökéletes az egyezés, mindent meg tudnak beszélni, mindketten vágnak a másakra, még olyan közös pontokat is találnak pl., hogy mindketten szeretnek búvárkodni, de ezt – „természetesen” – Paul a házassága óta nem tehette, mivel a feleségét ez nem érdekelte.

Paul nem veszi észre, hogy kettejük kapcsolata csak a képzelet világában működhetne, mondjuk egy romantikus karib-tengeri búvárkodás közben. A napi életben azonban áthidalhatatlanok a különbségek, gyökeresen más életstílusuk és mentalitásuk miatt. Ha lehetőségük lenne a valóság-



ban is megélni a kapcsolatukat, mindez azonnal kiderülne, az akadályok miatt így azonban a képzeletük szabadon szárnyalhat.

Úgy tűnik, hogy az élet egy törvénye, hogy ha valaki túlságosan erősen vágyik társként egy adott személyiségtípusra, akkor „bevonz” az életébe, a környezetébe olyat, akire részben illenek ezek a tulajdonságok, de (!) valamilyen ok miatt lehetetlen a kapcsolat realizálása, valami akadály vagy a másik egyéb tulajdonságai miatt. Az ilyen „mintha” kapcsolatok („mintha ő lenne az igazi”) csak a képzelet világában léteznek. Az egyén valójában nem is a másikba szerelmes, hanem a vágyott tulajdonságokba, amelyek esetleg – valódi emberről lévén szó – nem is illenek a másokra. Ha egy ilyen kapcsolat megvalósulási lehetőséghez jut, akkor rövid idő alatt kiderül az irrealitása, egyébként viszont semmi sem akadályozza a képzelgéseket.

**Eset(ek).** A négy terápiás eset különös választását Paul válsága alapján fejthetjük meg. Laura a Paul által vágyott társ megtestesülése, „mintha” az igazi sétált volna be a rendelőjébe. A sors azonban ezzel és a másik három esettel bemutatja, hogy milyen következményekkel járna, ha megkísérelnék megélni ezt a kapcsolatot.

Laura viselkedésén láthatjuk, hogy ez a kapcsolat egyáltalán nem lenne őszinte, abban csak szerepeket játszanának. Laura ugyanis élvezettel meséli el szexuális kalandjait, hogy Paullal érzékeltesse, mit is veszít, illetve hasonló okokból kezd járni Alexszel is.

A vadászpilóta, Alex történetén keresztül láthatjuk, hogyan is realizálnódna ez a kapcsolat. Alex és Laura intim viszonya meglehetősen kényszeredett, mivel mindketten

valaki mást képzelnek a másik helyébe, Alex a feleségét, Laura pedig Pault. Laura és Paul kapcsolata esetén ez a valaki más az elképzelt, idealizált tulajdonságokkal rendelkező személy lenne. A sors igen komolyan figyelmezteti Pault, mivel Alex számára, aki saját válságán belül kezdett ebbe a kapcsolatba, ami csak még nagyobb belső feszültségeket okozott, végül az események tragédiába torkoltnak.

Alex valójában Paul belső vágyainak a kivetülése, a fekete bőrű, sikeres, férfias, izmos, önmagával elégedett férfi, aki nek most mind a hivatásához való viszonya, mind a családi élete válságba került.

A terapeuta és kliense közötti viszony miatt a Paul és Laura közötti kapcsolat etikailag nem elfogadható. Hogy ez Paul tudattalanjában milyen súllyal jelenik meg, azt a középiskolás tornászlány, Sophie esetén láthatjuk. Sophie lefeküdt az edzőjével, és ettől gyakorlatilag a továbbiakban intim kapcsolatra képtelenné vált. Amikor egy bulin egy sráccal „szexelni kezdtek”, Sophie ezt mondta: „*Nem éreztem semmit. Mint mindig. Abszolúte semmit*”. A fiú szerint Sophie olyan volt, „*mint akit szexuálisan bántalmaztak*”. Egyébként Sophie pontosan azért került Paulhoz terápiára, mert az edzőjével történt eseménnyel szembesülve öngyilkossági kísérletet követett el.

Az okos Sophie tehát Laura kivetülése, ill. megmutatja, hogy egy etikátlan intim kapcsolat milyen károkat is okozhat. Laura esetén nem biztos, hogy mindez így történne, de Paul mindezt belül valószínűleg ilyen súllyal képzei el.

A párterápiára érkező Jake és Amy pedig bemutatják, hogy mi a sorsa egy olyan kapcsolatnak, amely alapvetően csak az ösztönökre épül. Amíg éppen működik a vágy, addig minden rendben van, de ezután előtérbe kerülnek a

másik azon tulajdonságai, amelyek nem felelnek meg az elképzelt, vágyott képnek. Egy párterápiát sikeresnek tartanak, ha megoldódik a pár problémája, vagy – ha megszakítják a kapcsolatukat. A házaspárral ez utóbbi történik. A részben önmaga, részben a felesége által értéktelennek tartott Jake csak ezután szembesülhet saját rejtőző értékeivel.

Paul régi kollégájához és valamikori barátjához, Ginához kezdetben azért megy el, hogy támogassa Laurával való kapcsolatát, mivel Ginába korábban szerelmes lett egy páciense és ez tragédiába torkollott. Gina azonban ennek pont az ellenkezőjét teszi, így valójában a külső szempontot (szó szerinti „szupervíziót”) képviseli, a felettes én szerepében jelenik meg.

**A terapeuta terápiája.** A sorozat angol címe „*Terápiában*”. Amit látunk az tehát magának a terapeutának, Paulnak a terápiája, a Sors felügyelete alatt.

Paul sajnos annyira el van foglalva a válságával és annyira elmerült a Laurával való lehetséges kapcsolatának képzelt világában, hogy nem értelmezi a jeleket. Az „átvitel” alapján pedig egyértelmű, hogy Laurának Paulra nem társként van szüksége, hanem inkább apa szerepben.

Mivel itt az átvitel Paul oldaláról is megjelenik, ezért értelmezhetjük, hogy Paulnak valójában mire lenne szüksége. Paul értéktelennek érzi magát. Neki valaki olyanra lenne szüksége, aki őt értékeli.

Paul felesége, Kate, egy rendkívül, már-már férfiasan határozott nő. Paul meg is említi Ginának, hogy azért is választotta Kate-et, mert soha nem tépelődött, hanem megoldotta a problémáit, „*sohasem játszva az áldozatot*”. Érthető, hogy a (foglalkozása által is megkövetelt módon) empatiku-

sabb, érzelmesebb, nőies lélekrésszel is rendelkező (így a nőket is megérteni képes) Paul társként őt választotta, mert úgy érezhette, ezzel kiegyensúlyozzák egymást. Így azonban egy idő után felcserélődtek a szerepek. Egy nő bármennyire is élvezheti a határozottságot, egy idő után férfit akar. A férfi pedig nőt. Paul felesége így talált magának egy szeretőt, aki rá nőként tekint, de akivel a római kaland groteszkké vált (az első naptól kezdve külön szobában aludtak), mivel ott is csak a képzelet szintjén működtek a dolgok.

Paulnak pedig valójában olyan nőre van szüksége, aki őt férfinak tekinti, és ez az, amit megkap Laurától (pontosabban: ennek ígéretét).

Alex Paul személyiségének és problémáinak kivetüléseként jelenik meg a rendelőben, így azt is felismerhetjük, hogy Paul önértékelési problémája az apjával való rendezetlen viszonyhoz kapcsolódik. Paul apja orvos volt, egy betegével kezdett viszonyt, és (látszólag) emiatt hagyta ott a családját. Mivel ennek a történetnek Paul volt a szenvedő alanya, így természetesen elítélte és többszörösen etikátlannak tartotta ezt a lépést. Paul számára most megnyílt egy olyan lehetőség, hogy újraértelmezze, nem kívülállóként, hanem most belső szereplőként átgondolja a régen történeteket és rendezze az apjával való viszonyát. Paul azonban elszalasztja ezt a lehetőséget.

**Hogyan tovább?** A sors komoly jeleket és figyelemztetéseket küld Paul felé, de ő nem képes azokat értelmezni. Végül még Laurához is elmegy, aki kész lenne a régóta várt és elképzelt szexre. Paul az utolsó pillanatban sarkon fordul, talán mert rájött, hogy kettejük kapcsolata

csak a képzelet világában létezhet, azt nem ültethetik át a valóságba.

Alex tragédiája miatt Paul hibásnak érzi magát, így a sorozat következő évadjában azzal a belső kérdésével szembesül, hogy képes-e egyáltalán segíteni bárkinek? Aki az önpusztítás útjára tévedt, annak vajon megmentheti-e az életét? Ugyancsak megjelenik egy kapcsolat lehetősége egy vonzó fiatal hölgy páciensével, de erre ekkor már nemet tud mondani.

\* A terapeuta (In Treatment, 2008, Paris Barclay - Rodrigo García; Gabriel Byrne, Dianne Wiest, Michelle Forbes, Melissa George)

## A szabadság útjai

*mellé*

April és Frank, a fiatal pár éppen hét éve ismerkedtek össze, összeházasodtak, majd kiköltöznek a kertvárosba, a varázslatos házba, a „*Szabadság*” (eredetiben: „*Forradalmi*”) útra. Az '50-es évek közepén a klasszikus álom minden kellékét megkapták, beleértve a kertet, és a benne játszó két gyereket, mégsem boldogok. Frank egy cégnél hivatalnok, bent a városban, ahova a kertvárosból vonattal jár, több száz, vagy talán ezer, uniformizált öltönyös és kalapos hivatalnok társával. April élete pedig elveszni látszik az otthoni, háztartásbeli teendőik között.

Pedig hét éve mennyire más ígérete volt ennek a kapcsolatnak... April és Frank egy bulin találkoztak, ahol a középszerűség tömegéből egymás számára csak ők ketten emelkedtek ki. Mi vezethetett ennek a kapcsolatnak a tragédiájához?

**Mások.** April és Frank mentalitásának áthidalhatatlan különbségét azonnal látjuk. April valójában színésznő szeretne lenni, az amatőr színdarab azonban egyértelmű kudarccal. Frank a feszültségre úgy reagál, hogy (látszólag) megpróbálja megbeszélni a dolgokat (valójában azt hangsúlyozza, hogy ő milyen hihetetlenül figyelmes férj, természetesen a saját véleménye szerint). April viszont csak hallgatni akar,

és amikor többszöri kérésére sem hajlandó Frank abbahagyni a szövegelést, veszekedés robban ki közöttük.

A különbségek miatt, April és Frank mintha két teljesen különböző világban élnének. Pedig a környezetük számára ők a fiatal és érdekes minta-házaspár. *„Mások voltak... Olyan... Különlegesek...”* – mondja a volt ingatlanközvetítőjük, illetve szomszédjuk. Kate egyszer azt mondja: *„Sose voltunk különlegesek... vagy kiválasztottak”*, mire a közvetlen szomszédjuk megdöbbenve szól közbe: *„De igen. Ti vagytok... A Wheelerék. Nagyszerű pár, mindenki azt mondja”*.

**Rossz időzítés.** April hirtelen ötlettel áll elő: adják el mindenüket, költözzenek el Párizsba, ahol majd ő dolgozik, Frank pedig találja ki, hogy milyen módon fogja önmagát megvalósítani. Hiszen egy ilyen érdekes személyiség, mint Frank, sokkal többre hivatott, és biztos, valami nagyszerűvel fog végül előállni. A tervet a kertvárosi szomszédok és a hivatalnok kollégák is természetesen mind megütközéssel fogadják.

April és Frank kapcsolata leginkább a rossz időzítéssel jellemezhető. A kiábrándult Frank a harmincadik születésnapján viszonyt kezd az egyik titkárnővel, pont akkor, amikor este April meg akarja lepni a Párizsba költözés ajándékával. Ezután a munka szürkése alól felszabadult Frank az irodában egy különös és kicsit felelőtlennek tűnő ötlettel áll elő. Az ötlet a nagyfőnök figyelmét felkelti, aki elhívja induló új üzletébe, ami valami számítógépnek nevezett, mindenestre újnak és izgalmasnak tűnő dolog kereskedelmével kapcsolatos. April számára viszont ez a lehetőség még mindig hivatali munka, messze mindattól a világtól, amit eredetileg álmodtak. Mindennek a betetőzéseként

pedig April terhes lesz (valószínűleg pontosan az ötletének bejelentését követő szeretkezésük következményeként), amit April azonnal meg akar szakítani. És végül a tragédiához is a rossz időben elkövetett tett vezet.

A sors tehát minden eszközzel el akarja téríteni ezt a tervet. Mit kellett volna tennie ennek a párnak, hogyan élhetek volna meg egy sikeres életet?

**A szavak embere.** A történet egyértelműen jelzi, hogy Frank karakterére az Ikrek csillagkép jegye van alapvető hatással. Frank csak beszél, csak beszél... „Ó, Frank, te aztán tudsz beszélni!” – mondja egyszer April dühében, majd – „Ha a feketét fehérre lehetne változtatni dumálással, te lennél a legjobb választás.”

Frank hirtelen munkahelyi sikere is a szavainak köszönhető, és ugyancsak Frank kifejezésmódja ragadja meg az elmebeteg, ezért kontrollálatlan és kontrollálhatatlan szócsőnek kiválóan alkalmas Michaelt is: „Ezt jól megmondtad. (...) Wow!”

Az Ikrek jellegre utal az is, hogy Frank tökéletesen elégedett kettős életével, otthon családja várja, a munkahelyén pedig szeretője van. Frank úgy is érzi, hogy neki jár mindkét élet – azokért megdolgozik, mind otthon, mind a cégnél – és nem érzi azokat ellentmondóaknak.

Talán akkor mégis Párizsba kellett volna költözniük és Franknek mondjuk egy regényt kellene írnia? Talán mégsem, mert Frank szavai alapvetően súlytalanok és különösebb mélység nélküliek, tehát egy regénye valószínűleg sikertelen lenne. Az újságírásban azonban pont a könnyedségre van szükség, ott talán olyan eset is előfordulhatna, hogy „a feketét fehérre” kell „dumálni”.



Az absztrakt minőségek világában azonban ez a fajta, azaz az Ikrek minőséghez kapcsolódó légiességhez tartozik a kereskedelem is. És pontosan ez a „B terv” indul el, amikor az új és izgalmas munka lehetősége megnyílik Frank előtt. Ha nekünk kellene döntenie, hogy valaki inkább újságíró vagy kereskedő legyen, akkor valószínűleg az újságírást javasolnánk, de ez csak azért van, mert ezt a jelenlegi világunk értékesebbnek és izgibbnak véli. Az újságírás olyan „celeb” dolog, arra még a lányok is jobban buknak, és egy társaságban is valószínűleg a közfigyelmet egy újságíró kapja, nem pedig egy vérbeli kereskedő. De mindez csak a felszínesebb, látványosabbnak tűnő értékeket kiemelő modern korunk szuggesztíói miatt gondolhatjuk így. Az a legbelső absztrakt minőség megnyilvánulhat és kiteljesedhet mind az újságírás, mind a kereskedelem területén, és azt, hogy melyik az egyénnek az éppen megfelelőbb, azt legfeljebb más, kiegészítő tulajdonságok minősíthetik.

**Érték vagy értéktelenség.** Az asztrológiai jellegéből sejthetjük, hogy Franknek mit kellene tennie. De mi a helyzet Áprillel? Az ő karakterére sokkal kevesebb utalás van.

Áprilt valószínűleg a Bika jegyéhez sorolhatjuk. Látványos szépség, és ezt jelzik a ruhák által hangsúlyozott formái is (a Mílói Vénusz ennek a minőségnek a túlhangsúlyozott változata). A sikertelen darabban ő volt az „*egyetlen jó*”, de valószínűleg nem a játéka, hanem pusztán a jelenléte miatt.

Ápril hihetetlen erős személyiség – a filmben ezt a szőke haj mellett a viszonylag erős szemöldök és arc hangsúlyozza. Bár Frank a férfi, de az ő könnyed légiessége Ápril

energiatömege mellett gyakorlatilag hatástalan. Kis túlzással azt mondhatjuk, hogy egy Bikával két dolgot nehéz megtenni: elindítani és – megállítani. Ha valamit a fejébe vesz, akkor szinte lehetetlen arról lebeszélni. Frank a problémákra a kibeszéléssel reagál, April viszont csak egyetlen módon tudja azokat feldolgozni, ha az adott irányba dübörögve rohanó belső világát befelé figyelemmel és a saját gondolataival szép lassan, nagyon lassan más irányba tereli. A külső, számára felszínesnek tűnő szóözön csak zavarja mindebben.

A Bika minősége gyakran a szépséggel, illetve az értékekkel, vagy legalábbis értéknek tartott dolgok birtoklásával kapcsolatos. Például így ejthette csapdába Aprilt a szépséges kertvárosi ház is. De így ejtette csapdába Frank is, aki April számára eredetileg az értéket jelentette, s ha ez nem került felszínre, akkor ezért, annak a korábban vélt értéknek a birtoklásáért (Párizsban ez az érték biztos megnyilvánul majd) akár az egész életüket felforgatta volna. S ha már Frank nem érdekelt mindebben, és megelégedne korábbi életük folytatásával, akkor számára Frank teljesen értéktelenné válik, még egy külső embernél is nagyobb közömböséget vált ki belőle.

April Bika jellegére kevesebb jel utal. Mindenesetre a Bika időszaka április közepétől-végétől kezdődik, attól a hónaptól, amelyről April is a nevét kapta.

**Lehetett volna.** April eredetileg színésznőnek tanult. A színészet a szépség, az értékek képviselőjét jelenti, ráadásul olyan módon, amit a társadalom is érdekesnek és értékesnek ítél. A színészet azonban kudarcba fulladt, valószínűleg más képességek hiánya miatt. April a Párizsba

utazás ötletével Franket akarta értékesé tenni, így ennek következtében April is értékhez jutott volna, lehetősége lett volna azt birtokolni és képviselni.

És amit April a fejébe vett, az ellen Frank nem tehet semmit. Ahogy az elmebeteg mondja Aprilnek: *„Ahogy nézel rám most, kezdem őt is sajnálni.”* (mármint Franket) *„Komoly gond lehetsz neki, hogy a gyerekcsinálás az egyetlen mód a számára bebizonyítani, hogy tőkös fickó.”*

April milyen céllal valósíthatta volna meg magát? Ezt pontosan nem lehet megmondani, de megpróbálkozhatott volna például műalkotások eladásával, dolgozhatott volna egy galériában, vagy aukciókat tartva. Másik, de absztrakt szinten mégis azonos út a földdel, a természettel kapcsolatos munka lenne, ahol a földies Bika jegyű – szó szerint – elemében érezheti magát. April is az erdőbe menekül egyik veszekedésük alkalmával. De a földdel való foglalkozás lehetősége még kevésbé jelent értéket a modern szemlélet számára.

**Egymás mellett elbeszélve.** Ha Frank az Ikrek, April pedig a Bika szomszédos jegyeit képviselik, akkor gyakorlatilag nem látják egymást, elbeszélnek egymás mellett. Egy karakter az ellentétes oldal felé fordul: egy jegy deszcendense, azaz amit a másiktól szeretne, az aszcendensével ellentétes oldalon van. Párok így általában ellentétes jegyűek: egyikük aszcendense (amilyen) az pont a másik deszcendense (amit a másiktól vár) – az ellentétek így egészíthetik ki egymást.

Pedig kívülről különlegesnek tűnik kettejük kapcsolata. A szépség-érték és a könnyedség kombinációja kívülről izgal-

masnak, érdekesnek, sziporkázónak látszik, még akkor is, ha egymás között szinte a belső pokol jelent meg.

Hét évvel korábbi megismerkedésükkor pedig láthatjuk, hogy pontosan mit vártak egymástól. April az izgalmasságot és értéket látta Frankben, míg Frank egy jó hallgatóságot keresett a belőle áradó szóözönnek. Mindketten félreértették egymást.

Mindketten vélt, a közösség által értéknek tartott, de valójában csak felszínes dolgokat határoztak meg célként. A sors hiába figyelmeztette, hiába próbálta más útra terelni őket. A tragédiához vezető utat talán úgy fogalmazhatjuk meg, hogy ők ki akartak szabadulni a társadalom zártnak tartott kereteiből, de mindeközben – fonákul – a céljaikat a társadalom látszólagos értékei alapján határozták meg.

\* A szabadság útjai (Revolutionary Road, 2008, Sam Mendes, Richard Yates; *Leonardo DiCaprio, Kate Winslet, Kathy Bates*)

## Út a vadonba

*az igazi valóság, a valódi igazság*

A megtörtént események alapján készült filmben Chris, a fiatal nyugat-virginiai fiú főiskolai diplomáját megszerezve országjáró körútra indul. Bár lehetősége lenne rá, nem jelentkezik egyetemre, mert, ahogy a szüleinek mondja: *„Még ki kell találnom, hogy mibe kezdek”*. A tanulásra félretett pénzt jótékonyági célra ajánlja fel, hogy semmi se emlékeztesse múltjára, és hogy szembe nézhessen – a húga szavai szerint – *„létezésének igazi valójával”*. Amikor egy árterületen éjszakázik és a kocsija az esőzés miatt az iszap fogságába kerül, azt is ott hagyja, maradék készpénzét az igazolványaival együtt elégeti, és gyalog folytatja útját. Még nevet is újat választ magának: Alexander Supertramp, a „szupercsavargó”.

**Menekülés.** Mi elől menekül ez a fiú? – tehetjük fel a kérdést az egyik szereplővel. Megtudjuk, hogy Chris szülei folyamatosan veszekedtek, sokszor a tettelegességig elfajulóan. Már iskolásként tudta meg Chris a húgával, hogy apjának volt egy másik házassága, sőt, ők akkor születtek, amikor az apa még a másik nő törvényes férje volt. *„Ez a tény újraértelmezett minket, mint törvénytelen gyerekeket”* – meséli Chris húga –, *„És anya, szegényében, mint fiatal szerető, apa bűnrészesévé vált”*. Sőt, még Chris gyermekkorában is az apjának született fia a másik nőtől.

Chris tehát látszólag a szabadságot, valójában az igazságot kereste úgy, hogy el akart menekülni mind a jóléti társadalom hamis értékeinek absztrakt, hazug világától, mind pedig a családjának, otthonának jóval konkrétabb hazugságaitól. A látszat mögötti valódi igazságot kereste.

(Chris személyiségének megértéséhez talán egy kicsit segít, ha megkeressük a rá jellemző asztrológia jegyet. Chris habozás nélkül „felrobbantja” létezésének kereteit, és szinte „virtualizálja” magát. Ez a Vízöntőre jellemző – és a film végén láthatjuk, hogy Chris február 12-én született, épp a Vízöntő időszakában. Másik tulajdonsága a hihetetlen elszántsága, makacssága, már-már konoksága. Ez alapvetően két jegyre jellemző, a Bakra és a Bikára. A Bak azonban akár egy pincébe is el tud vonulni, vagy a napi körülmények között is képes remeteszerű életet élni. A Bika azonban a természetben érzi jól magát, az tölti fel energiával. A Bak inkább a racionalitás kereteit keresi, a Bika viszont a szépséget – Chris az „esztéta utazó”, aki kedvenc regényeit magával cipeli és azokból folyton idézget. Chris nem is eléggé önelégült ahhoz, hogy Bak legyen. Christ tehát alapvetően Vízöntő jellegűnek lehet meghatározni, a Bika kiegészítő „színeivel”.

Milyen célból választhat a születésével valaki ilyen jegyet, illetve ilyen családot? Csak sejthetjük, hogy ez a cél valamilyen „egyedi út” megtalálása lehetett. A Vízöntő energiái a hagyományokkal való szakítást, a kreativitást táplálják, a Bika pedig ehhez elegendő erőt ad, hogy a választott irányba a nehézségek ellenére is messzire el lehessen jutni. De a Bika veszélye, hogy olyan falnak is nekirohan, amelytől betörhet a feje. (Miért is nem ment odébb az a fall?) A „jó irány” megtalálásában így a környezete segítheti,

például az őt körülvevő emberek véleményére, illetve a világ jelzéseire fokozottan kellene figyelnie.)

**Család.** Mit is keres Chris? Talán az igazi családot? Útja során először egy apa jellegű figurával, Wayne-nel, az aratómunkással találkozik. Chris különlegesen jól érzi magát a földeken, az aratási munkákat végezve. Wayne rokonszenve azonban szinte mindenkire kiterjed, így Chris különlegesnek, de mégsem kitüntetett szerepűnek érezheti magát. Vajon valóban értékes Chris, vajon valóban az igazi értékei miatt fogadták el?

A következő állomás a hippi pár, akik Christ szinte a fiuknak tekintik. De vajon valóban Chrisnek szól ez a figyelem? Hiszen megtudjuk, hogy a feleségnek van egy fia, aki tinédzser korában eltűnt otthonról. Christ szeretik-e vagy az eltűnt fiú iránti bűnbánatuk vezérlik érzelmeiket?

Ezután az idős, magányos, volt katona, Ron fogadja be, aki az együtt töltött idő után akár adoptálná is Christ. A hippi pár által lelki szinten megteremtődött család után így most a törvényes elfogadás lehetősége is megjelenik. (Ez értelmezhető szellemi szintnek, az aratómunkással való kapcsolata pedig az együtt végzett munka miatt fizikai szinten kialakult rokonszenvnek, ill. a hippi pár lelki-szintnek.) Az adoptálás az elfogadásnak már egy igen magas szintjét jelenti, de Chris még mindig nincs tisztában azzal, hogy pontosan ki is őnmaga. Vajon valóban őt kedveli ez az idős és magányos ember, vagy a balesetben meghalt gyermekét látja csak benne?

**Az igaz és a való.** Régi, konokul követett terve alapján Chris elindul a messzi Északra, Alaszkába, hogy a

még érintetlen környezetben a természet elemi erőivel szembesülve megtudja, hogy pontosan ki is ő. Kora tavasszal érkezik, amikor még hó borítja a tájat. A vadon közepén talál egy elhagyott kisbuszt, amibe berendezkedik a tervezett pár hónapra.

Alex komolyabb baleset nélkül vészel át néhány hónapot, de ez mégsem az ő világa, és erről a természettől jelzést is kap. A puskájával elejt egy hatalmas dām vadat, de abból szinte semmilyen részt nem tud felhasználni. Mire előkészülne a füstölésre, a legyek ellepik a húst, abból kukacok kelnek ki. A vadból csak a vadon igazi tulajdonosai, a farkasok fognak lakmározni. Ha Chrisnek kiélesedtek volna az érzékei, valóban közelebb került volna az igazság megismeréséhez, akkor értene ebből a jelből és azonnal vissza kellenne indulnia. Chris félig-meddig érti is a jelzést. A naplójába ezt írja erről a kudarcról: *„Tisztán érezhető volt egy erő, ami az emberiség határán kívül állt. A barbárság és babonás szertartások helye, amely olyanoknak való, akik közelebb állnak a sziklákhoz és a vadállatokhoz, mint mi”.*

A természet valósága és igazsága kegyetlen. Ha Chris nem érti meg ezt a jelzést, akkor nincs az igazság birtokában, és ha úgy tért volna vissza, akkor egy hamis kép maradhatott volna meg benne a vadonról.

Ez azonban még csak homályos, alig értelmezhető figyelmeztetés volt, a következő jelzés azonban már sokkal markánsabb. Chris a tervezett pár hónap után visszaindul, de az utat keresztező kis folyócska mostanra zubogó-rohanóvá válik, amin lehetetlen átkelni. Chris azonban a „túl messzire mentél”, „lehet, hogy nincs is visszaút” jelzését sem érti meg. Ahelyett, hogy azonnal visszaindulna és keresne másik átkelőt, a buszban marad.



A csapdában rekedt Chrisnek elfogy az élelme, a vadállatok is eltűntek valamerre, éhezni kezd és legyengül. Végső elkeseredésében a könyve alapján ehető növényeket kezd el keresni, azonban a vadburgonyát összekeveri egy mérgező növényvel. Bár túléli a mérgezést, de végzetesen legyengül, majd végül meghal.

(Amikor a filmet másodszor megnéztem, este figyelmetlenségből enyhe ételmérgezést szenvedtem – de az is lehet, egy vírus volt. A következő nap annyira legyengültem, hogy alig tudtam felkelni az ágyból. Ennivaló alig volt otthon, a bolt pedig ebből az állapotból elérhetetlen távolságúnak látszott. Bár délutánra jobban lettem, ijesztően reménytelennek látszott a helyzet, egyáltalán az, hogy az ember kerülhet ilyen hirtelen ennyire erőtlen, kiszolgáltatott állapotba.)

**Végül.** Utolsó napjaiban Chris rájön, hogy nem a menekülés a megoldás: „*A boldogság csak akkor valódi*” (!) „*ha mással is megosztod*” – írja. És rájön, menekülésével egy idealizált, ezért hamis világot épített fel. Chris tragédiája, hogy az igazság keresését minden más fölé helyezte, annak megtalálását még a saját életénél is értékesebbnek tartotta. Egyik utolsó tetteivel az önmaga által épített látszat-világgal is leszámol, a családját már nem megtagadja, hanem annak részeként tekinti magát – ahogy az valójában is van. A búcsú-sorait már nem a felvett nevével, hanem az *igazi*, a teljes és a családi nevével írja alá, hogy – az idézet alapján – mindezt az igazi, a „*megfelelő nevén*” nevezzen.

\* Út a vadonba (Into the Wild, 2007, Sean Penn, Jon Krakauer; Emile Hirsch, Vince Vaughn, Hal Holbrook)

# Doktor House

*nem istent, a Sorsot játszva*

Doktor Gregory House, a Princeton-Plainsboro Egyetemi Kórház orvosa kitűnő diagnosztus, aki olyan, különlegesen ritka betegségeket vagy akár azok kombinációit is felismeri, és gyógyítani tudja, amelyeket más nem. Mindezt azonban meglehetősen durva és ordenáre módon teszi. Nem csak a betegeivel kíméletlen, hanem főnökével és kollégáival is, különösen a vezetése alatt álló diagnoszticuspapat fiatal orvosaival. Az együttélés egyetlen íratlan vagy akár írott szabályát sem ismeri el, gyakran még a törvényt is áthágja.

Mégis, kinek képzei magát ez az ember, talán istennek, aki élet és halál felett dönthet?

**A karakter.** House valójában a Bak, illetve bolygóként tekintve a Szaturnusz tulajdonságok szélsőséges képviselőjeként jelenik meg. Vegyük sorra House személyiségének jellemzőit!

House legfontosabb tulajdonsága a különlegesen magas intelligencia, amelynek az ő esetében az alapja a kimagasló racionalitás. A szélsőséges racionalitáshoz két jegy kapcsolódik, a Szűz és a Bak. De a Szűz inkább az elméleteket és rendszereket gyártó tudós – bizonyos szempontból repetitív – racionalitását jelenti, addig a Bak sokkal inkább a gyakorlat, a tapasztalás embere. Azt a racionalitást jelenti, amely

valós körülmények között próbálja megtalálni a problémákra a (tényleges és nem a kialakult vagy közmegegyezéses) törvények között átvezető utat.

Az előzőek következményeként a Bak csak olyan törvényeket fogad el, amelyek ténylegességét megtapasztalta – és ez igaz House személyiségére is. Ugyancsak következményként: a Bak a törvények embere. Az általa elismert és elfogadott törvényeket mindenek és mindenki felett állónak tekinti.

És ugyancsak következményként: a Bak látszólag kevésbé érzelmes, az érzelmei legfeljebb nagyon mélyen húzódnak meg, mivel a külvilágot először a racionalitása alapján ítéli meg. A mélyen legbelül megélt érzelmek miatt jellemző a kisebb-nagyobb művészi készség is, így House zongorázik, illetve gitározni is tud.

A Bakra jellemző a kicsinyesség, illetve a fös vénység. House gyakran fizetteti más által pl. az ebédjét, vagy képtelen összegeket kér kölcsön. Többnyire ezt azzal az indokkal teszi, hogy próbára tegye a vele kapcsolatban állók vele kapcsolatos érzelmeit, barátságát.

Az egyik kevésbé ismert tulajdonság a különleges, esetleg rossz szagúság. House ezt úgy produkálja, hogy egyszerűen ritkán fürdik, illetve esetenként alkohol-szaga van.

Másik, kevésbé ismert tulajdonsága, az esetleges sántaság, akár csak képletes módon, a „valamiben sántikál” értelmében. House azonban korábbi betegségének következtében bottal kényszerül járni. Egy rövid időszakra ugyan sikerül meggyógyítania magát – egy, félig öngyilkossági kísérletnek tűnő művelet során –, de a fájdalma, így a sántasága hamarosan visszatér.

Fájdalma miatt House kábító hatású fájdalomcsillapítót szed, amely egy idő után hallucinációkat is okoz. A hiperracionális Bak unalmasnak és kiszámíthatónak látja a világot, ezért az intellektuális izgalmat jelentő (valódi!) rejtélyeket keresi, másrészt előfordulhat, hogy egy, a racionális világon túli világba, például hallucinációkba próbál menekülni. Bármi olyanba, amely ezen az (unalmas) racionalitáson túl van. A tradícióban ennek a képe a bacchanália, a téli napforduló táján, a Bak időszakában megtartott orgiasztikus ünnep: House kocsmákba és sztriptíz-bárokba jár.

A népeket és nemzeteket is jegyekhez sorolták. A Bak jegyhez a zsidó népet, mint „A törvény népét” kapcsolják. A Bak általában a nehéz körülmények között is értékeket megőrző szerepű (de esetenként akár konzerválóvá is válhat). Megőrző szerepköre miatt például a Székely népet is a Bak jegyhez sorolják. (Elég, ha a Székely himnusz néhány szavát vesszük: „*végzet*”, „*göröngyös út*”, „*sötét éjjel*”, „*kőszikla*”, „*sors*” – az „*ár*” a következő Vízöntő jegyre (is) utal.) House ugyan nem zsidó, azonban hangsúlyozottan zsidó származásúak között dolgozik, így a főnöknője és a legjobb barátja is az.

Ugyancsak a Bakra jellemző a rejtett erős szexualitás. House ezt egyrészt a folyamatos célozgatásaival produkálja, de azt is megtudjuk, hogy alkalmanként hölgyek fizetett szolgáltatásait veszi igénybe.

(Nem ismerősek ezek a képek? A sánta, rossz szagú, kecskebakra emlékeztető lény, amely a bacchanáliákhoz is kapcsolódik? Nos, az ördög képe a Bak legdurvább, legnegatívabb megjelenési formája a köztudatban. Kísértésével a legmélyebbre rejtett negatív tulajdonságainkat hozhatja fel,

így szembesíthet azzal, kik is vagyunk valójában, álarcaink mögött.)

**Ellenőrzőlista.** Peter Orban „*A Szaturnusz és a sors hatalma*” című könyvében idézi Vettius Valenst, aki i.sz. II. században összegyűjtötte az addig a Szaturnusszal kapcsolatba hozott tulajdonságokat:

*Keserű* (ez inkább anyagokra vonatkozik), *félénk* (House-ra nem jellemző) és *somorú-szenvedő* (ez már inkább), *kicsinyes* (igaz), *fősvény* (valószínűleg ez is), *magát megvető* (bizonyos szintig ez is elképzelhető), *a remete* (igaz: House egyedül él), *a kényszerképzetektől megszállott* (ez a hallucinációja esetén jelenik meg), *a hazugságok eltitkolója* (igaz), *a keistermetű* (nem igaz, House magassága a környezetéből való kiemelkedését jelzi), *a sovány – a sok evés ellenére* (igaz), *a görnyedt* (részben igaz, a bottal járás miatt), *keveset beszél* (igaz), *öngyilkosságra hajlamos* (kicsit közvetve, de igaz), *a rest* (House lusta dolgozni, mert azt unalmasnak tartja), *őrült* (a külvilág felé őrütnék tűnik, mivel a saját szabályrendszerét fogadja el), *a fekete szemű és hajú, ill. fekete ruhát visel* (House-nak nem fekete, hanem barna haja van, nem fekete ruhában van, de általában nem viseli a fehér orvosi köpenyt), *az álmos* (sokszor), valamint a különleges, esetleg *rossz szagú* (igaz).

**A remete.** Ha House a Bak jegyének a képviselője, akkor az ő társa a vele szemben álló jegy, a Rák képviselője lenne. A kórház vezetője, Lisa Cuddy pontosan ennek megfelelő karakter. Cuddy alakjának teltségére House folyton célozgat (Cuddy ettől még Bika is lehetne), de különösen a melleire (ez már sokkal inkább Rák). Cuddy egyedül él, de annyira szeretne gyereket, hogy végül örökbe fogad egy

kislányt – ez már egyértelműen az „Anya” jegyére, a Rákra utal. És, további bizonyítékként: végül House-zal is járni kezd.

A kapcsolatuk azonban House remete mivoltát, és ennek (vélt) következményeként a Bak-jellegét, így racionális döntési képességét is veszélybe sodorja. Egy halállal végződő eset után House-nak döntenie kell, hogy a kapcsolatát vagy remete mivoltát válassza. House Cuddyt választja, olyan sokat ad neki ez a kapcsolat. De csak tudatosan. Rögtön a következő részben, amikor maga Cuddy élete kerül veszélybe, House a feszültség elviselése miatt újra bevesz a kábító fájdalomcsillapítóból és ennek indokán Cuddy megszakítja vele a kapcsolatot. Inkább egy tudattalan megegyezésnek tűnik mindez, hiszen sem House, sem Cuddy nem tudná elviselni, ha a boldogságuknak az ára más emberek halála lenne (pedig lehet, hogy csak úgy *vélik*, a boldogságukkal a hivatásuk nem összeegyeztethető).

**A teszt.** House valójában folyamatosan teszteli környezetét, sokszor a legképtelenebb és legdurvább eszközökkel. Pedig általában sem a tesztre, sem pedig annak eredményére az alanyok egyáltalán nem kíváncsiak, többnyire azért, mert ez a tudás túlságosan fájdalmas. House önmagukkal való szembenézésre kényszeríti a környezetébe került embereket, akiknek így saját hibáikkal, vélt értékeik semmisségével, belső hiányosságaikkal kell szembesülniük. Nehéz és fájdalmas ez, de végül is az önmagukról alkotott hamis kép lebontásához és egy kevésbé szép, de igazabb kép megalkotásához vezet – még akkor is, ha ezt az alanyok egyáltalán nem akarták.

House látszólag a betegekben nem embereket, csak különleges betegségük feladványát látja. Valójában ő az életüket menti meg, minden áron, akár akaratuk ellenére, akár úgy, hogy le kell rombolnia a páciensnek az önmagáról alkotott vagy a társkapcsolatát fenntartó hamis képet. House így az életet, annak mindenáron történő fennmaradását és a kegyetlen igazságot szolgálja.

Az önmagunkról és kapcsolatainkról felépítgetett látszólagos, akár hazug képünket csak a racionalitás vélt véleményei, esetleg bizonyos régi hamis emóciók rögződése alakíthatta ki. A vélekedések látszatvilága csak időleges (jobb esetben), de az igazság és az igazi, valódi értékek örökérvényűek. Ha a páciens meghalna, elveszne az élet folytatásának lehetősége, és lehet, hogy valójában bánná, hogy vélt dolgok vagy hazugságok miatt veszíti el további lehetőségeit, bármilyen kényelmessé is tette korábbi életét ez a maga köré épített látszatvilág.

**A Sors.** A kendőzetlen valósággal és igazsággal való szembenézés az egyén életében asztrológiailag a Szaturnusz tranzitjának felel meg (amikor a Szaturnusz jelenlegi helyzete kapcsolatba kerül valamely bolygó születés kori pozíciójával – azaz a jelenlegi helyzet ütközik a születéskor meghatározódó karakterrel). A kedvezőtlenebb esetekben (kvadrát vagy oppozíció) ez különösen fájdalmas módon nyilvánulhat meg. Ez az, amikor – Beethoven zenei képével élve – maga a Sors kopogtat az ajtónkon, vagy inkább: ránk tör a Sors és kidob minket a házból, az életünk biztonságosnak és kényelmesnek tartott keretei közül – a semmibe.

House tehát nem az élet és halál fölött döntő istent játszik – ez a Nyilas egy negatívabb megjelenési formája lenne.

Hanem magának az életet mindenáron megtartani kívánó, de egyben az egyént a kíméletlen igazsággal szembesítő Sors eszköze.

(Mivel House a betegeit „csak” megoldandó problémaként tekinti, így nem fogja magát sem egy idő után a sors csalhatatlan eszközének látni, sem pedig engedni, hogy az érzelmei döntsenek egy-egy kérdésben – azaz a betegség rejtélyére tud koncentrálni.)

A látszatvilág és a hazugságok lebontása egy fájdalmas dolog. Fájdalmas önmagunk hiányosságaival, hibáival és vélt értékeink semmisségével szembenézni. De az igazság egy tisztább, *valódibb* és így magasabb rendű élethez vezethet el.

\* Doktor House (House M.D., 2004, David Shore; *Hugh Laurie, Lisa Edelstein, Robert Sean Leonard*)



## Saraband

### *a remete*

A *Jelenetek* egy házasságból felesége, Marianne könnyen azonosítható a Szűz jegy képviselőjeként. De vajon hogyan jellemezhetjük Johant, a volt férjet?

Bergman élete utolsó filmjeként elkészítette a *Jelenetek*... folytatását, a *Sarabandot*. Itt, több mint 30 évvel később láthatjuk Marianne-t és Johant, akit ugyanaz a két szereplő alakít.

**A remete.** Ha korábban lehetett is kétségünk Johan karaktere felől, Marianne monológjának első szavai azonnal eloszlatják azt. Idős korára Johan nagy *vagyont* örökölt egy nagynénjétől, megvette szülei *régi* nyaralóját, felújította és kiköltözött a „vadonba”, a *hegyekbe*, ahol alapvetően *egyedül* él. Ezek mind a Bak jellemzői. A Bak általában csak élete végén jut viszonylag rendezett anyagi körülmények közé – bár többnyire ezt rendszeres és kitartó munkájának köszönheti. A hegyek, illetve a sziklák, sziklás környék is a Bak jellemzője, mint ahogy a remete jellegű egyedüllét is. Johan szikár és szakállas, enyhén kecskére emlékeztető megjelenése szinte már szájbarágó túlzás.

Pedig Johan már a *Jelenetek*... elején is „bemutatkozott”. Rendkívül elégedett magával, ami szinte már önelégültség – ez is Bak tulajdonság, ami „köszikla” stabillá, megingathatatlaná, szélsőséges esetben pedig konokká

teheti személyiségét. Johan korábban az egyetemen mások által meg se nagyon értett kutatásaival képes volt éveket elszöszmötölni. Másrészt, egy Bak szerint mindenki oldja meg a saját problémáját, hiszen ő is megoldja saját életét: „*Szerintem, jogom van magammal törődni és köpni a többiekre.*”. Ill. később a Sarabandban: „*Te csak ne segíts*”, és „*Mostanában senkinek a kezét nem fogom*”. Egy Bak racionális, szinte szélsőségesen, így csak abban hisz, amit közvetlenül megtapasztal: „*Kiléptem az egyházból*” – mondja Johan.

**„Utókövetés”.** Minden asztrológiai jegytulajdonságot különböző minőségi szinteken lehet megélni. A tulajdonságot fel lehet használni, mint egy energiát. Vagy, rosszabb esetben, a tulajdonság elnyeli képviselőjét, látszólag előrébb tolva az egyént, valójában inkább rossz karikatúraként magába olvasztva.

A Jelenetek... záró, kicsit ambivalens, mégis bizakodó képeit követően mi történhetett, és hova vezethetett a két szereplő sorsa 30 évvel később? Ha Johannak nem kell működtetnie önkontrollját, sem a világ, sem mások jelzéseit nem kell figyelembe vennie, mindez mit eredményezhet?

Marianne meglátogatja régi férjét. Johannal látszólag minden rendben van, könyveket lapozgat, olvas, valami után kutat, de hogy mi is az, vagy, hogy mit talált, azt megtartja magának – kit érdekelne mások véleménye? Hideg és bántó módon írja le „*gonosz*” házvezetőnőjét, de ugyanígy a fiát is.

„*Úristen, de megbántam*” – mondja Marianne az első perceket követően a Szaturnusszal-Bakkal való találkozás tipikus mondatát (Ugyanez Vízöntő/Uránusz tranzitnál így hang-

zik: „Hogy vesztettem el mindenem?”, míg Skorpió/Plútó esetén: „Bárcsak túlélném”).

Johan „maga választotta elszigeteltségben” él, mégis úgy érzi, a pokolban van. „És már halott vagyok” – mondja – „csak még nem tudok róla”. Egyébként jól van, nincs semmi gondja. Életének összegzéséhez ért, és „a végeredmény egy tetű, szar élet”. „Totálisan értelmetlen” és „nevetséges”.

És ott van Johan rejtett, mégis burjánzó szexualitása is: megérkezésekor egyből „rámozdul” Marianne-ra, átöleli, a pontos életkorát tudakolja, majd megfogja a kezét. (Közben megtudjuk, hogy a Szűz Marianne-nak eltávolították a méhét.) Később Marianne elmeséli, hogy 30 évvel korábban, amikor újra viszonyuk volt, kiderült, hogy mellette Johannak egy könnyűvérű nővel is volt kapcsolata, és Marianne azonnal szakított vele, amikor ezt megtudta.

**Párok vagy barátok?** A Szűz és a Bak az állatöv két legracionálisabb jegye. Nem véletlen, hogy Marianne és Johan milyen jól megértik egymást. De ez a viszony, sajnos, a tartós kapcsolatot sem teszi lehetővé. Johann el is mondja: „A férfi-nő közötti jó kapcsolatnak két összetevője van: mély barátság és erős erotika. Senki nem állíthatja, hogy ne lettünk volna jó barátok, kedvesek, gyengédek”.

Nincs meg tehát közöttük Erósz kötőereje. Jól érzik magukat együtt, de ha külön vannak, nincs hiányérzetük, legalábbis Johannak egyáltalán nincs.

**Káosz és pusztulás.** Hova vezethet tehát egy szélsőség elburjánzása? Johan ugyan tartja magát, de körülötte szinte minden összeomlani látszik. Marianne-nal közös lányaik közül az egyik a világ túlsó végére költözött, a másik

pedig egy elmegyógyintézetbe került, ahol senkivel sem kommunikál, egyre inkább belső világába zuhan vissza.

Johan a fiával, Henrikkel szinte nem is beszél, mégpedig Johan egy 40 évvel korábbi (!) sérelme miatt, amikor egyszer ő megpróbálta felvenni kamasz fiával a kapcsolatot, mire az éppen akkor elutasítóan reagált.

Az eseményekből láthatjuk, hogy a már idős fiú, Henrik, szinte függően vágyik a másikra. Felesége, Anna elvesztését egyáltalán nem tudja feldolgozni, és a lányát sem akarja magától elengedni. Féltékeny. Szenvedélyes a zenében és különös érzelmeiben is. Mély, engesztelhetetlen gyűlölettel viseltetik apja iránt. *„Egész életünkben a halálon merengünk”* – mondja egyszer. Később öngyilkosságot követ el. Ezek mind a Skorpió jellemzői, de itt is egy nemesítetlen, elvadult, „vérszívó”, „vámpr” formában. *„Folyton sértett volt, azt hibette, megalázták, üldözik”* – meséli róla Johan.

Amikor Henrik Marianne-nal találkozik, a rokonszenves beszélgetés közben hirtelen kitör belőle a fröcsögő gyűlölet (valójában az után, hogy Marianne visszautasítja a vacsora-meghívását), és közben az örökségét követelné, a plútónikus-jegy „jogos jussát” (a Plútóhoz kapcsolódnak a földbe ásott kincsek és az örökségek is). *„Az a disznó”* – mondja az apjáról –, *„csak ül a millióin és nem hal meg.”* Majd: *„A gyűlöletem nem ismer határokat”*.

**Szeretet.** Marianne egy alig érzékelhető késztetését követve meglátogatta Johant. A történet során felismerhetjük, hogy Johan családjának sorsa, egyben a megingathatlannak hitt saját élete egyaránt szakadékhhoz ért. Johan tehetséges unokájának döntenie kell: az apja, Henrik mellett marad, hogy annak kapcsolat-függőségét szolgálja, vagy

elkezdí végre saját életét. A történet végére Johan is összeomlik, szorongásos pánikroham tör rá, ami ki tudja, hová vezetne, ha Marianne éppen nem lenne a közelben.

Pontosan a film közepén meglátjuk, hogy mit hagyott Johan figyelmen kívül az életében. A templomi jelenet végén a már majdnem távozó Marianne-nak a pillantása az oltárképre, a faragott Krisztus-ábrázolásra téved.

Johan a szeretetre éhes fiával, Henrikkel egy olyan feladatot, egyben lehetőséget kapott, amit nem tudott megoldani. Nem tudott szeretetet vinni a saját életébe, így viszont azokkal sem foglalkozott, akiket a sors a gondjára bízott. Az eredmény a teljes káosz lett, amely már magát Johant is elnyelné egy pánikroham formájában: ő, talán mégsem tud uralkodni a sorsán?

Marianne viszont nem merült el a szélsőséges racionalításban. Amikor az oltárképhez visszafordul, imádkozni kezd. A film végének utolsó jelenetében látjuk („*ami talán ide tartozik*” – mondja Marianne, de ebben mégsem biztos), hogy az intézetben meglátogatott lányával sok év óta, ha csak néhány pillanatra is, de most először fel tudta venni a kapcsolatot.

\* Saraband (2003, Ingmar Bergman; *Liv Ullmann, Erland Josephson*)

## Kaliforgia

*amit az élettől valójában akarsz*

Hank, az író, aki nem ír... Helyette inkább bárokban mulatja és mulatja el az időt, élete túlnyomó részét ittas (vagy más) kábulatban eltöltve. Követni és számolni is nehéz, hogy milyen nők kerülnek az ágyába, vagy kerül Hank az ágyukba, sokszor a legkínosabb helyzetekhez vezetve. A régebben New Yorkban élő Hank így éli meg „kaliforniaizálódását”.

Hank a régebbi kapcsolatát, Karent, még ma is idealizáltan szereti. Kapcsolatukból egy, már kamaszodó lányuk, Becca is született. Karen azonban már nem képes elviselni Hanknak az ön- és környezetét pusztító kínlódását, ott-hagyja és helyette a lányával az unalmas, mégis stabilnak és kiszámíthatónak tartott Billhez költözik és házasságot tervez.

**Ösztönösség.** Mi Hank titka, mi az a rejtélyes varázslat, amellyel eléri, hogy a nők egymás után az ágyába kerüljenek? A legnagyobb titok, hogy Hank valójában ezt nem is akarja, így erőlködés és kényszer nélkül, igazi könnyedséggel tud a nőkkel beszélni. Másik titka maga az adományként kapott kifejezőereje, illetve, hogy valóban rá tud érezni az emberi lélek finom problémáira, és a nők megérik, hogy ő olyan, aki végre megérti őket, és akire – mint örök lovagra – rábízhatják a titkaikat.

Hank valójában lekapcsolja a tudatát, beleértve a józan ítélőképességét is, akadálytalanul hagyja a tudatalattiját működni, amely így arra vezeti, ami valójában a belső szándéka.

Izgalmas személyiség – és itt az „izgit” az írósága jelenti; Hank ugyan írt valamikor könyveket, de már régen nem dolgozik, így sikeresen elkerülheti a megméretést és mások ítéletét. A nők a lába elé omolnak, mindezt úgy, hogy ezért bármit is kellene tennie – melyik férfi számára ne lenne ez vonzó? Vagy, melyik nő számára nem lenne vonzó egy őt megértő, enyhén romantikus és a későbbi kötelezettségektől mentes kaland?

**Az Árnyék.** A sorozat második évadjában még Hank árnyékszemélyisége is megjelenik. Ő Lew Ashby, a népszerű rock-sztár, akinek folyamatos buli az élete, amit itallal, drogokkal és könnyűvérű, esetenként fizetett nőkkel fűszerez.

Jungnál az *árnyékszemélyiség* az alapszemélyiségnek a homályban lévő, elnyomott tulajdonságait egyesítő karakter. Bár úgy tartják, ha az árnyékszemélyiséghez akárcsak hasonló is megjelenik, az éles tiltakozást vált ki az egyénből, hiszen ez a leginkább tagadott saját tulajdonságok összessége. Hank mégis közeli barátságba kerül Lew-val, hiszen egyrészt pontosan a tudatalattijával kezdett azonosulni, másrészt pedig a racionalitását és ítélőképességét kapcsolta le, így Lew-ról sem mondhat ítéletet.

A sok hasonlóság ellenére megtudjuk, hogy mi volt az a pont, amikor Hank és Lew élete szétvált, hogy mi az, amit Hank nem tudott megtenni. Amikor Lew barátnője, örök titkos szerelme terhes lett, akkor Lew magára hagyta és bízta, hogy szakítsa meg terhességét – ezek egyikére sem lett volna Hank képes.

Az „árnyéka” segítségével Hank megpillanthatja, hogy hova vezetne jelenlegi életmódja. Épp, amikor Lew az idealizált szerelmével találkozna, rossz drogot szív fel és meghal. Értelmezve: ítélőképességének csökkenésével Hank gyakorlatilag halálos veszélyben van, másrészt: soha nem élhetne együtt igazi szerelmével, Karennel.

**Ösztönök.** Vajon Hank valóban egy békés családi életre törekszik? Biztos, hogy nem, hiszen mindig, amikor ez éppen lehetségessé válna, akkor történik valami egészen különös. Karen Billel való esküvőjéről, épp az „igen” kimondása előtt megszökik Hankkel, hogy újra megpróbálják az együttélést. Hank nem sokkal ez után mégis egy idegen nő lábai között találja magát – természetesen véletlenül.

És vajon Karennek rossz ez az extrém, szinte nem is létező kapcsolat? Karen így valójában folyamatos és idealizált figyelmet kap, éveken keresztül. Hankra, ha nem is férjként, de apaként mindig lehet számítani. És, bár nem stabil pont az életében, de annyira mégsem unalmas, mint az őt körülvevő férfiak. Karen, ha egyedül is van, még sincs egyedül...

Talán Karennek is megfelelő ez a helyzet. Mindenesetre feltűnő, hogy Hank tulajdonságainak ismeretében Karen mennyire túlreagál bizonyos eseteket, és éppen akkor, amikor újra egymás közelébe kerülhetnének.

(A kapcsolatoknak is van asztrológiai képlete. Az uránikus-Vízöntő jelleg megjelenése gyakorlatilag lehetetlenné teszi, hogy a pár együtt éljen. A közelség megteremtődésével automatikusan megjelenik egy széthúzó erő is, ami csak idősebb korra csökkenhet le.)

Hank egyik önbecsapása, hogy önmagát próbálja meg tárgyiasítani. Elmondása szerint, ő csak egy „szolgáztatást



*nyújt*” a rá- és a megértésre vágyó nőknek. Nem veszi észre, hogy valójában ezzel a nőket tárgyiasítja, gyakorlatilag mindegy, hogy kinek van rá – mint szolgáltatásra – szüksége.

A harmadik évadban Karen a munkája miatt New Yorkba költözik, Hank viszont Beccával L.A.-ben „ragad”. Az egyetemen oktatói állást kínálnak neki, és ekkor megláthatjuk, hogy Hanknek valójában mi is a belső célja. Az életéről egy teljes tapasztalást szeretne szerezni. Életének szét-esésével ez csak egy kifacsart módon történhet meg: a főiskolán mind a rektor feleségével, mind saját tanársegédjével, mind pedig egy diákjával kapcsolatba keveredik. (Mivel egy diákkal *nem szabad* kapcsolatba kerülni, így azt Hank meg sem tenné. A diák otthagya a kurzusát, de, mint kiderül, csak egy rövid időre.) Ennek az életmódnak az irrealitása abban a jelenetben kulminálódik, amikor mindhárom nő Karennel együtt megjelenik Hanknél.

**Valójában.** Mi is okozza Hank belső feszültségét? A visszatekintésekben láthatjuk, hogy Hank egyik problémája apja személyiségének az elfogadásával van, akinek volt egy szeretője, miközben az anyja betegségben szenvedett. Ezt Hank sosem tudná megtenni (véli), de azzal, hogy tagadja ezt a viselkedést, tagadja apját és így végső soron önmaga jellemét, sőt, létezését is.

Belső gondjainak másik forrását ugyancsak visszatekintések mesélik el. Hank, Karen és Becca azért jöttek el New Yorkból, mert Hank egyik sikerkönyvét egy rendező meg akarta filmesíteni. (Hank apjának tetszik a forgatás, különösen az azt körülzsongó színésznők és egyéb könnyűvérűnek tűnő fiatal nők.)

Hank döbbenően szembesül azzal, hogy a forgatókönyvét ötletszerűen változtatgatják, amelyből végül egy színvonal-talan borzalom születik, ami – és ez az igazán döbbenetes – tetszik a közönségnek. Hank már nem képes elviselni ezt a traumát, amely saját ítélőképességét kérdőjelezi meg, így inkább lemond saját ítéleteiről.

Hank problémáját így az elfogadással hozhatjuk kapcsolatba. Mivel nem fogadták el őt, mint író, ezért a nők elfogadását keresi, amelynek közvetlen jele, ha beengedik őt az ágyukba. Ezzel azonban csak az ösztöneinek engedett: a Jung-féle „*gradiensen*” (a domború felszínen a leggyorsabban levezető úton) indult el.

Hank úgy tudná megoldani a helyzetét, ha nem a külső elfogadásra várva, hanem belső értékmérője alapján kezdene alkotni, írni (az árnyékkal való szembesülése is ebbe az irányba indította el), valamint a megtapasztalást nem csak a női nemre és a legegyszerűbb érzetekre, hanem általában az életre vonatkoztatná. Ha ez nem sikerül, akkor valóban, sosem fog tudni együtt élni szerelmével, Karennel. A negyedik évad alapján életmódjának megváltoztatására két további indoka is van (ha már az életét nem becsüli semmire), egyrészt így, a felelőtlensége miatt összeütközésbe kerül a törvénnyel, másrészt – és ez már sokkal súlyosabb –, az éppen kamaszodó lányának is igen rossz példát mutat, ezért – közvetve –, akár az ő életét is elronthatja.

\* Kaliforgia (Californication, 2007, David Von Ancken - Scott Winant; *David Duchovny, Natascha McElhone, Callum Keith Rennie*)

## Dr. Csont

### *nagyon-nagyon tudományosan*

Korábban láthattuk, hogy a Bak (illetve a Szaturnusz) minőség képviselői viszonylag gyakran megjelennek a filmekben, történetekben. Talán azért, mert ezek a szereplők életünknek azokat a nagy fordulópontjait is jelképezik, amikor a Sorssal szembesítődünk. Látszólag kegyetlen és érzéketlen ez a minőség, de valójában a tényleges értékeinket és a tényleges helyzetet mutatja meg. Kegyetlen, mint egy tükör... (Vagy talán azért gyakoriak az ilyen szereplők, mert közelít egy olyan korszak, amely az erőforrások hiányát fogja jelenteni és egyben szembesíteni fog jelenlegi ostoba és pazarló életmódunkkal?)

De milyen egy Vízöntő minőség, milyen karakterként jelenik meg a filmekben? A kérdést azért is érezhetjük aktuálisnak, mert állítólag már beléptünk a Vízöntő korszakba.

**Uránikus fordulópont.** A Vízöntő egyik jellemzése a „strukturálatlan energia”, amely esetenként igen nagy erejű lehet. Életutunk fordulópontjain ez akár hirtelen, robbanásszerű változásként is megjelenhet. Lehet, hogy például hirtelen felmondunk a munkahelyünkön, mert úgy érezzük, hogy annak a minősége a személyiségfejlődésünkkel ütközik. Ha ez szükséges lenne, de mégis, erre a tettre képtelenek lennénk – anyagi okokból vagy pl. a biztonságunkat féltve –, akkor lehet, hogy nekünk mondanak fel, ami ez

esetben sokkal váratlanabban érhet minket. Valami konkrétan és stabilnak érzett dolog mindkét esetben eltűnik az életünkől, „virtualizálódik”, semmivé foszlik szét. A fejlődésünket akadályozó, az életutunkat elzáró és helyben járásra kényszerítő gát most hirtelen eltűnik. Ha pedig a racionalitás képtelen a változásra, akkor a tudattalan fogja kivetíteni a környezetére ezt az igényt és a környezet fog így kényszerítő erővel és tettekkel megjelenni. Egy működés-képtelen házasság esetén vagy mi válunk el, vagy tőlünk válnak el. Életünknek bármely területét „felrobbanthatjuk”, vagy – passzív esetben – „robbantódhat” az fel és tűnhet a semmibe a szemünk előtt.

**Vízöntő korszak?** Természetesen kérdés, hogy egyáltalán léteznek-e ezek a kb. 2160 éves világkorszakok? Az előző két évezredre, illetve a kereszténységre mindenestre jellemzők a Halak jegy tulajdonságai. És, ha léteznek a korszakok, akkor tényleg a Vízöntő korszakba léptünk? Az egyik vélemény szerint még nem, hiszen a korszakokat a tavaszpont vándorlásával hozzák kapcsolatba (tavaszi nap-éjegyenlőségkor a Nap melyik jegyben kel fel). Ez viszont még a Halak jegyben van és még vagy 800 évig ott is marad. Volney és Bailly XVIII. sz-i francia csillagászok számítása szerint 1793-ban történt meg a Vízöntő korszakba való átlépés: a francia forradalom és a racionalitás előretörése ennek a váltásnak a karakterisztikus jelei. A XX. sz. elejének véleményei szerint a korszakváltás időpontja az 1940-50-es évek tájára tehető. Ugyancsak mások szerint ez egybeesett az 1962-es nagy Vízöntő együttállással.

A világkorszakok határai elmosódnak, mert már korábban megjelenhetnek jellegzetességei, illetve a régi korszak

értékeinek a kifutása is sokáig tarthat. Ha valóban a Vízöntő korszakban vagyunk, akkor annak jellegzetességeit fel kell tudnunk fedezni mindennapjainkban. Ezek a jellegzetességek a „strukturálatlan energia” uralma, vagy másképp megfogalmazva a „mennysiség előretörése a minőséggel szemben”, illetve az energia, a hirtelenség, robbanásszerűség, a látszólagosságba való átmenet, a „virtualizáció”. Nézzünk olyan „vívmányokat”, amelyekre ezek a tulajdonságok jellemzők.

A legnagyobb vívmány a tudomány, amely a megismételhető módszerek, kísérletek jegyében kutat, és amelynek valójában mindegy vizsgálatának a tárgya, a kutatónak attól érzelmileg el kell szakadni. A tudomány fejlődése a Vízöntő leglátványosabb megjelenése.

Lexikon: a lexikonban adott *számú* szócikk van, mindegyik szócikk gyakorlatilag egyenlőnek van tekintve, ill. a legkülönbözőbb szócikkek is egymás mellé kerülhetnek.

Digitális világ: az adatok valójában számjegyekként, azaz mennyiségi módon vannak ábrázolva, szemben az analóg móddal.

Shannon-Weaver féle információelmélet: az információ mennyiségi (bitek, bájtok) és nem minőségi leírása.

Számítógép: a számítógép nagy *mennységű* primitív számítási lépést tud végrehajtani nagyon rövid idő alatt. Ez még fokozható a modern RISC (redukált utasításkészletű) processzorokkal. A számítógépek fő jellemzői is mennyiségiek: *mennyi* utasítást tud adott idő alatt elvégezni, illetve *mennyi* adatot tud tárolni.

Atomba, ami robbanásszerű módon mindent a semmibe tüntet.

Válások, illetve újraraházasodások.

Szabadszerelem (főleg a 60-as években): a kapcsolatoknak a száma és nem a minősége számít.

Közösségi hálók: a „barátok” száma és nem a minősége számít.

Virtuális közösségek: a két szó magáért beszél, mindkettő a Vízöntő jellegzetességéhez tartozik.

A jó és rossz fogalmának, illetve az igazság látszólagos eltűnése. Az igazság (minőség) helyett az ítéletekben (mennyiség) való gondolkodás. Mintha csak szempontok és vélemények egyenrangú sokasága létezne.

A másságok kultiválása. A dolgokat nem önálló értéként tekintés szemlélete, amely azokat minden mással egyenrangúnak vél.

Az egyének értéktelenségét valló fasiszta, vagy az egyenlőséget hirdető, de természetesen nem azt megvalósító egyéb diktatúrák.

A nyaktiló („*guillotine*”).

A szabadversenyes kapitalizmus, illetve a neoliberális közgazdaságtan. Multinacionális cégek. Sorozatgyártás.

A demokrácia, ill. a választók *számán* alapuló választási rendszer.

A hagyományoknak, különösen az ősi hagyományoknak az ellenségként, esetleg üldözendőként való beállítása. Esetleg éppen egy magát modernizálni tartó hagyomány, vagy vallás részéről.

Nemi identitások összemosódása.

A pénz virtualizálódása. Bankkártyás vásárlás. Tőzsdézés.

Digitális fényképezőgép: most számtalan képet készíthetünk, míg a régebbi technikával nagyon meggondoltuk, hogy mit fényképezünk, sokkal jobban törekedtünk a minőségre.

mp3: rosszabb minőségben, de zeneszámok ezreit-tízezreit hordhatjuk magunknál. Hasonló a helyzet a filmekkel, illetve elektronikus könyvekkel.

Másolás: gyakorlatilag nem létezik „eredeti” és „másolt” példány – ezek ugyanis minőségi különbségek lennének.

Szójátékok és olyan elnevezések vagy szlogenek, amelyek a szavak egyszerű torzításán alapszanak.

Részek és sorozatok: az éveken keresztülnyúló filmsorozatok is Vízöntő jellegűek, ill. az, hogy a filmek következő részeinek egyszerű sorszámokat adnak, pl. „Halálos fegyver 2”. (Az Iliász folytatásának címe nem „Íliász 2”, hanem Odüsszeia volt, azt egy másik minőségnek tekintették.)

A kéttucaton túl is sorolhatnánk még a jellemzőket, de talán ebből is látszik, hogy mindennapi életünk megváltozott, és sok, Vízöntő tulajdonságú dologgal folyamatosan kapcsolatban vagyunk.

**Dr. Csont.** Vízöntő korszakban vagyunk vagy sem, érdekes lehet, hogy milyen egy szélsőségesen Vízöntő jegy megjelenése. Valószínűleg tudós, illetve szélsőségesen racionális, talán el sem fogadja a lélek világát, sőt, az érzelmeit is biológiai és pszichológiai, mindenesetre tudományosan jól megmagyarázható okokra vezeti vissza.

A Dr. Csont című filmsorozat főszereplője az antropológus Temperance Brennan, aki már a keresztnevében is hűvös, önfegyelmező, önmegtartóztató. Temperance, azaz „Bones” („Csonti”) törvényszéki antropológusként segíti az FBI-t bűnügyek megoldásában. Társa – Seeley Booth FBI ügynök – Bones szöges ellentéte: vannak érzelmei, sőt, hívő katolikus. (Seeley eredeti jelentése kb. „áldott”, „ártatlan”, „ártalmatlan”, de „butuska” jelentésű is, mindenesetre

Bones néha úgy tekint, mint egy kisgyereket: „*elmondom egyszerűen*” – mondja egyszer neki, szinte szótagolva – „*Ők a rosszak. Te jó vagy*”).

Bones tudós, sőt, a racionálisan megfogható realitás bővületében él. Már csak akkor foglalkozik az áldozatokkal, amikor azok eléggé elbomlottak (!), és érzelmek nélkül képes megközelíteni a leggusztustalanabb eseteket vagy a legundorítóbb környezeteket. Ugyancsak Vízöntő jellegre utal, hogy gyakorlatilag nincs hagyományos párkapcsolata. Általában véve a párkapcsolatot szexuális testi igényei kielégítésének eszközeként tekinti, így egyéjszakás kalandokat is természetesnek vesz, illetve esetenként párhuzamosan több „kapcsolatot” is működtet, mert eddig nem talált olyat, aki egyszerre tudja neki megadni azt a testi és intellektuális izgalmat, amire vágyik. Érdekes kiegészítés, hogy Bones a harcművészetekben is járatos, így támadás esetén hirtelen, *kirobbanó* módon tud reagálni és önmagát megvédeni.

Ha Bones a Vízöntő jegy képviselője, akkor az ő igazi társának Oroszlán jellegzetességűnek kell lennie. És valóban, az FBI ügynök Seeleyt pontosan így jellemzik, „*oroszlánszívűnek*”, „*hős lovagnak*”, mind a bátorsága és rendíthetlensége, mind a meleg, pozitív kisugárzása miatt. Kiváló vezetői képességekkel rendelkezik, képletesen „király”, a csoportnak szinte a családfője. (Minden absztrakt tulajdonságot több szinten is meg lehet élni. Az Oroszlán királyságának csak „alattvalókkal” együtt van értelme. Alacsony szinten az Oroszlán kényúr, aki a saját egója megvalósításának eszközeként tekinti a „csoportját”. Magas szinten az Oroszlán a csoportjáért él, és együttesen egy magasabb cél érdekében segíti őket működésük összehangolásában. Mivel vezető, „*király*”, a csoportból kiemelkedik, így az Oroszlán



jegy az én, az ego egyik megnyilvánulási lehetősége. Magasabb szinten ez az egón túllépő, pozitív energiává válik. Nap-jellegűvé, amely nem önmagáért süt. Bones ezt így fogalmazza meg: „*Az antropológia azt tanítja, hogy az az alfabím, aki a koronát viseli, aki a legszínesebb tollazatot és a legcsillogóbb cicomát mutatja. Aki kimagaslik a többiek közül. De én azt hiszem, az antropológia tévedhet. A munka során Booth-szal, rájöttem, hogy a csendes férfi, a láthatatlan férfi... A férfi, aki mindig ott van a barátoknak és a családnak, az az igazi alfabím.*”)

A Vízöntő és az Oroszlán tulajdonságai jól kiegészítik egymást. Ez akár egészen extrém módon is megjelenhet. Például egy Oroszlánnak a testiség szintjén akár több szexuális kapcsolata is lehet, amire a Vízöntő esetleg úgy reagálhat, hogy alkossanak együtt egy nagy, családi közösséget, hiszen úgy célszerűbben megszervezhetik az életüket.

Bones és Seeley egy párbeszéde a következő, amikor Bones egy (csak az eredményekre koncentráló) parancsolgatására Seeley kifakad: „*Tudod mit? Komolyan meg kéne tanulnod, hogy kell emberekkel beszélni.*” A válasz természetesen mennyiségi: „*Hat nyelven beszélek. Közülük kettőről még nem is ballottál.*” Majd Seeley: „*Mirelit áru vagy*”. És Bones: „*Te meg egy babonás barom*”. „*Szerezsz lelket!*” „*Te meg agyat!*”

Vízöntő és Oroszlán esetén igen nehezen valósulhat meg a kapcsolat. Egyrészt a Vízöntő oldaláról problémát okoz az intimitás közelsége. Amikor távol van, akkor a másik közelébe vágynak, amikor közel van, akkor pedig valahova máshova, távolabbra. Az Oroszlán oldaláról pedig problémát okozhat az, hogy a figyelmében kitüntetettebb helyet kapjon a társa, mivel szerinte a csoportjához, „királysághoz” (akár ténylegesen, akár képletesen) tartozó minden

tagjának is járna hasonló figyelem – a Nap mindenkire egyformán süt.

Temperance és Seeley, a két ellentétpár között valóban szoros kötelék van, amely nagyon lassan bontakozik ki. Seeley egy víziója alkalmával meg is éli a Bones-szal való párkapcsolatát.

**Mit tegyünk?** Mit tegyünk, ha mindennapjainkban a Vízöntő tulajdonságok kerültek előtérbe, ha a mennyiség a minőséget háttérbe szorította? Persze, próbálhatnánk ellenállni és mindenáron a régi értékekhez ragaszkodni. De ez kb. olyan lenne, mintha egy hatalmas vízáradattal szemben próbálnánk meg előre jutni. Előre? Vagy inkább valahova vissza? Nem hátramaradunk-e megkötött kövültként, miközben az idő árama és a kor szellemisége messzire kerül tőlünk.

De az sem megoldás, ha hagyjuk magunkat az árral elsodorni. A sorozatban az egyik esetről, egy magányos, hiperacionális doktornő halálánál, aki egy bontakozó kapcsolatra is nemet mondott, Bones-nak saját kiüresedett életével kell szembenéznie (szó szerint is). A test egy hatalmas fa gyökerei közül került elő, amely már nem volt képes ellenállni a szél és a záporosó viharos erejének. Az áldozat hasonló magasságú és súlyú, és Bones-szal azonos, az intellektust jelképező delfines gyűrűt visel. Gyermekek és család nélküli, értelmetlennek tűnő életet követő értelmetlen halál, amely során szinte nyomtalanul, senki által sem hiányolva tűnik el... Az ömlő esőben a tett színhelyét kutató Bones is halálos veszélybe kerül. Végül megérti az „*univerzum homályos, zavaros*” (véletlenszerű zajnak tűnő) üzenetét. Az életén is

változtatna, de „természetesen” – azaz uránikus természetnek megfelelően – éppen rossz időben.

A recept már-már bántóan egyszerű: egyetlen tulajdonságot sem célszerű a szélsőségig feszíteni, hanem inkább nyitottnak kell maradni. A kizárólagosság, a szélsőség mindig gyanús. Például, a hagyományt nem kell feltétlenül szétrobantanunk, de abból a becsontosodott, minket már akadályozó elemeket lebonthatjuk.

És minden minőség több szinten is megélhető. Így megkereshető, hogy az idő árama, amely ehhez a korszakhoz vitt minket, milyen eszközökkel, milyen tapasztalásokkal gazdagíthatja életünket. És, ha a világunk a feje tetejére is áll, akkor is meg tudjuk találni igazi utunkat.

\* Dr. Csont (Bones, 2005, Sanford Bookstaver...; *Emily Deschanel, David Boreanaz*)

## Nem látni és megszeretni

*hogy veszthettem el mindenem?*

Walter Davis, a fiatal befektetési tanácsadó teljesen a munkájába veti magát. Az irodában is hajnali 3-ig dolgozik, utána pedig otthon az íróasztalára borulva alszik el a reggeli ébresztőig. Jó a munkája, jól keres, szép sportkocsija van, jövőre talán lakást is vehet. Minden rendben van... Minden rendben van?

Többen is figyelmeztetik Waltert, hogy így lemarad az életről. Kapkodása miatt a prezentációja sem sikerül túl jól, és az öltözködésére is jobban kellene figyelnie, mert ahol pénzzel dolgoznak, ott „a megjelenés a fő”. A főnök biztatja, hogy jobban figyeljen magára: még „nagy” jövő áll Walter előtt: még akár „jó portfóliókezelő asszisztens” is lehet belőle.

Vagy talán magáról az Életről marad le? Mert a szoba sarkában ott van letámasztva egy Fender Stratocaster, illetve megtudjuk, hogy korábban Walter élt-halt a gitározásért. „Allandóan játszottam. Vécére is a Stratocasterrel mentem”. És amikor néhány szabad perce akad, akkor is volt barátjához ugrik be a stúdióba, hogy hallja a gitár hangját.

De, „ha az ember zenész akar lenni, szegénység és ismeretlenség vár rá” – mondja. És hozott egy felnőttébb módon gondolkodó, sokkal racionálisabb döntést: a pénzzel és a karrierrel kezdett el foglalkozni. „Így tűnt ésszerűnek.”

**Uránusz-tranzit.** Ha az életünk egy zárt keretbe rendeződik, például, mert hozunk néhány „ésszerű” döntést, és azokhoz mindenáron, „kitartóan” ragaszkodunk, de mégis, valami mást kellene tennünk, akkor a sorsnak csak egy lehetősége van. Fel kell „robbantania” az eddig szilárdnak és változtathatatatlannak tűnő környezetünket, hogy így eltüntethesse a továbbfejlődésünk útját elzáró akadályt. Egy ilyen robbantáshoz az Uránusznak van meg az elegendő energiája.

Korábban kapunk jelzéseket. Valójában már az első pillanatokban hallható autóriasztó hirdetés az Uránusz minőség megjelenésére figyelmeztet (a kötődés-birtoklás helyzetre, illetve az elvesztés lehetőségére). A következő jelzéseket a kollégák reakciói fogják mutatni. De, ha makacsnak tűnik az utat elzáró, gátló tényező, akkor robbanás fog bekövetkezni.

Talán a sors ez az irányító erő, de talán lelkünk mélye, a tudattalanunk, amely pontos célokkal és ismeretekkel rendelkezik arról, hogy mi is lenne a számunkra a legjobb. A racionalitás kitalálhat „ésszerűnek” látszó célokat, indokokat, de ezek többnyire nem belső, hanem kívülről sugallt és felvett értékeket, értéknek *tűnő* célokat követnek. Valójában a tudattalannak sokkal több ismerete van a személyiségről, és hogy *valójában* mi lenne a számára a legjobb. És sokkal nagyobb energiájú, így még számunkra meglepő módon is átrendezheti az eseményeket.

Úgy tűnik, hogy az életúton az Uránusz-tranzitok jelentik a hasonló lebontó események megjelenését. Ha az egyén többé-kevésbé pontosan követi a belső útját, akkor ez szinte meg sem érezhető. De, bármilyen akadály van a fejlődés útjában, azt eltünteti, felrobbantja. Ez történhet úgy, hogy

maga az egyén szünteti meg hirtelen az akadályt, például váratlanul felmond, vagy a főnökére borítja az asztalt. Ha azonban az „ésszerűség” miatt tovább is ragaszkodunk eredeti környezetünkhöz, életünkhöz, akkor csak egy lehetőség maradt: úgy kell a tudattalannak szervezni az eseményeket, hogy megszűnjön ez az akadály. Ha nem vagyunk képesek felmondani, akkor úgy alakulnak a dolgok, hogy azok kirúgáshoz vezessenek.

Egy rendkívül rémisztő érzés, amikor az életünk állandónak tartott díszletei – beleértve a kapcsolatainkat is – hirtelen a semmibe tűnnek, szinte a szemünk előtt foszlanak szét. Természetesen finomabb és mulatságosabb módon találkozhatunk hasonló eseményekkel vígjátéki keretek között.

**Lebontás.** Walternek egy üzleti vacsorán kell részt venni, ahova az ismeretlen Nadia kíséri el. WALTERT figyelmeztették, hogy NADIÁNAK nem szabad alkoholt inni, de ő nem veszi komolyan ezt a figyelmeztetést, Nadia pedig hagyja magát rábeszélni néhány kortyra a neki nagyon rokonszenvesnek tűnő fiú kedvéért.

És ezután elszabadul a pokol. Nadia először csak Walter zakójának a zsebet tépi le, „véletlenül”. Majd a pincért hozza ki a sodrából. Ezután Walter barátjának és menyasszonyának összeveszését váltja ki. Egyetlen éjszaka alatt Walter elveszti az állását, a szép autójából roncs lesz, ő a rendőrségen köt ki, és úgy tűnik, néhány évre börtönbe is kell vonulnia. Walter körül néhány óra alatt lebontódik életének szinte összes „kelléke”.

**Egy pár.** Időközben megjelenik Nadia előző udvarlója, David, aki képtelen elszakadni a lánytól. Először mindig józanul közelít, de aztán hirtelen (!) dührohamokban tör ki. Végül kis zsarolással még azt is eléri, hogy Nadia összeházasodjon vele.

Ahogy Walter sem tud elszakadni ésszerűnek látszó élettervétől, úgy Nadiát is visszafogja a régi, beléje csimpaszkodó kapcsolata. Ahogy Walter is képzelt értékeket követ, David is egy hamis álmodoz a Nadiával való eljövendő szép életükről. Itt is már csak az uránikus/Vízöntő energia segíthet.

Hogy semmi kétségünk se maradjon, hogy itt milyen energia közegében vagyunk, a film végén Walter és Nadia együtt veti bele magát az úszómedence vizébe.

**Hogyan tovább?** Walter az „ésszerűnek látszó” pénz és karrier célok helyett a valódi értékeket kezdte el keresni, a zenélést, és Nadia szerelmét. Egy vígjátékban ennél nem is szabad tovább menni. Walter korábban elárulja, hogy a pénz és a karrier igenis fontos a számára, míg a zenész léthez a „szegénység és ismeretlenség” kapcsolódik.

A sorsnak nevezett törvények logikája szerint, ha nem is azonnal, de egyszer jön egy olyan eseménysorozat, amely felteszi számára azt a kérdést, hogy vajon nem csak a zenész lét könnyed, „izgi” jellege, a sikeres és ünnepezt gitáros elképzelt gazdagsága miatt választotta ezt az utat? Vajon valóban a zene a fontos a számára? Az igazi zene, amit a sikerhajszolás torzításai, kényszeres erőlködései nélkül tud felhozni lelkének legmélyéből? Fontos-e annyira a számára a zene, hogy az életét, életmódját is feláldozza érte? De ezt a kérdést már egy Plútó-tranzit fogja majd feltenni.

Most maradjunk ott az utolsó képben, ebben a tökéletes pillanatban a tengerparton, két igazi szerelmével, a gitárral és Nadiával.

\* Nem látni és megszeretni (Blind Date, 1987, Blake Edwards; *Bruce Willis, Kim Basinger, William Daniels*)



## Tágra zárt szemek

### *a szakadék előtt*

Egy különös, első pillantásra összefüggőnek nem is látszó eseménysorozat Billt egy különös szertartásra sodorja el, amely orgia-jellegű képekben folytatódik. (Valójában csak a nők meztelenek, csak ők kerülnek kiszolgáltatott helyzetbe.) Egy hölgy figyelmezteti Billt, hogy meneküljön, mert itt veszélyben van. Bill tétozódik, így hamarosan leleplezik, nyilvános megszégyenítésére és még ki tudja, mire készülnek. Az utolsó pillanatban az őt korábban figyelmeztető hölgy „átvállalja” a büntetését, még akkor is, amikor a nőt felszólítják, hogy gondolja át, hogy az mivel jár.

**Lépcsők.** A teljes eseménysorozat valójában egyre nagyobb ütemben sodorja Billt az orgiasztikus szertartásra. De vajon felfelé vagy pedig lefelé, a mélybe visz ez az irány?

Bill, azaz Dr. William Harford sikeres new yorki háziorvos. A kliensei gazdag és befolyásos emberek. Közmegbecsülésnek örvend. Rendkívül csinos a felesége, Alice, akivel van egy kislányuk. Nagy házban laknak az egyik legjobb környéken, a Central Parknál.

Bill tehát elért mindent, amit csak el lehet érni az életben. De van-e még bármi is ezen túl? Az események alapján úgy tűnik, hogy Bill felszínesnek érzi az életét. Vajon van-e bármi, túl a megszokottságon, a laposságon, van-e olyan,

ami felkavarhatja az embert, ami mélységet adhat a pillanatoknak, olyat, amiért érdemes élni.

**Alterego.** Talán Billnek más hivatást kellett volna választania? Bill ugyanis jó orvos, aki egy mesterember professzionalitásával, mégis, szinte gépies mozdulatokkal végzi a dolgát. A hivatásától szinte el van idegenedve, nem érzi, hogy önmagát megvalósítaná, őt teljessé tenné.

Mi lett volna, ha gyökeresen más pályán indul el, mondjuk az izgalmasan hangzó művészi sorsot választotta volna? A filmben feltűnik Bill volt évfolyamtársa, Nick Nightingale (szó szerint: „*csalogány*”), aki félbehagyta az orvosi egyetemet és zongorista lett. Nick azonban napról napra él, az országot keresztül-kasul kényszerül beutazni, mindig más zenészekkel lép fel. Az ő életében semmi sem állandó, és az anyagi helyzete sem valami fényes. Mindezekért Bill biztos nem adná fel a Central Park melletti nagy házát és kényelmes életét. (Ha pedig valaki a megélhetés, a megszerezhető gazdagság, siker vagy népszerűség miatt lenne „művész” és nem azért, hogy a saját bensőjében forrongó alkotást hozza létre, mindenáron, kerüljön az bármibe, akár az életébe is, az valójában nem művész, és az „alkotásait” az erőszakolt-ság fogja jellemezni.)

**Flört.** Mégis, van valami olyan, ami felkavaró és mély élmény lehet? Bill tudatalattija ezt a szexszel azonosítja, az esemény-sorozat ennek a szélső helyzetéhez sodorja el.

Bill és Alice kilenc éve élnek együtt, már megszokták egymást, szinte az életük egy-egy tartozékának tekintik a másikat, például Alice éppen pisil, miközben mellette a

tükörnél Bill az öltözkékét igazítja. Már elmúlt a meztelen test, a testiség izgalma. De lehet-e valami azon is túl?

A házaspár meghívást kapott egy partira, amit egy vagyonos ember, Victor, Bill egyik exkluzív kliense tart. A partin elszakadnak egymástól. Billel két manöken kezd el flörtölni, majd két oldalról közrefogva egy szoba felé tereklik, hogy együtt egy kicsit lazítsanak és megnézzék, ahol a „szivárvány földet ér”. Nem is tudjuk, hol végződött volna a kaland, mert hirtelen a házigazda elhívja Billt. Vagy talán mégis, megsejthetjük. Ugyanis a házigazdánál, Victornál egy, a túlادagolástól eszméletét vesztett manöken, volt szépségkirálynő fekszik meztelenül. Mi mindent tehetett meg Victor a szépséggel, van-e egyáltalán olyan, amit nem tehetett meg, lehetett-e egyáltalán határ?

Időközben a sok pezsgőtől kissé lelassult Alice-szal egy idegen úriember, Sándor kezd el beszélgetni, aki magyarnak mondja magát, amely nép biztos nagyon rejtélyes és titokzatos lehet. Sándor lassan, de egyre erőszakosabban fonja a csábítás hálóját Alice köré, majd elhívja egy szobába, hogy reneszánsz szoborgyűjteményt (is) nézegessenek – Alice azonban nemet mond.

**Szex.** Bill számára a fordulópont a következő éjszaka, amikor füvezés közben Alice bevallja, hogy egyszer egy tengerésztiszt csak egyetlen pillanatra a szemébe nézett és ettől olyan mély vágy ébredt benne, hogy akár egyetlen éjszakáért az egész további megtervezett életéről lemondott volna.

Mégis létezhet tehát a felszínesnek tűnő életben egy mély, mindent felkavaró élmény? De ez azt is jelenti, hogy Bill életében a biztosnak és megrendíthetetlennek látszó

alapok bármikor széteshetnek. Mi történik, ha újra jön egy tengerésztiszt, és Alice-nak lehetősége lesz, hogy a vágyát kövesse? Billben emésztő féltékenység támad fel, és ezután folyamatosan az a kép jelenik meg a szeme előtt, ahogy a ruhájától megszabaduló felesége a vágytól szinte kábultan, mindenestül átadja magát a tengerész ölelésének.

De talán még sincs így, és Alice csak képzelte, hogy ennyire felébredt benne a vágy. Billt elhívják egy halálesethez, ahol az idős halottat gyászoló lánya, aki éppen a házassági terveit meséli, hirtelen megcsókolja Billt, szerelmet vall neki, és azt mondja, tegyen vele bármit, csak ő hadd maradjon a közelében. Bill most kézzelfoghatóan megtapasztalhatta, hogy valóban létezik ilyen vágy. (A halott lánya és a vőlegény kísértetiesen hasonlítanak Billre és Alice-ra.)

Ha a szexnek ilyen hatalma van, akkor talán azt pénzzel meg lehet vásárolni, és ki lehet próbálni, éppúgy, ahogy pénzzel a kényelmes életét is meg tudta teremteni. A hazafelé gyalog elinduló Billt egy rossz környéken egy prostituált leszólítja és elhívja magához. Talán történne is valami, de Alice pont ekkor hívja fel Billt a mobiltelefonján.

A hazainduló Bill ekkor vetődik el a zongoristává lett Nightingale bájába, és a barátja ekkor árulja el az orgiasztikus szertartásra való eljutás módját.

**Plútó.** Az életúton a mély, gyökeres változások és élmények nagyon sokszor a külső bolygók tranzitjaihoz kapcsolhatók (amikor a születési képlettel összevetik a bolygó aktuális helyzetét, azaz ekkor a személyiség *jellege* az aktuális *helyzettel* kerül adott viszonyba). A jót, a kellemest könnyen elfogadja és megszokja az ember, ezért főleg a nehezebb

fényszögek (kvadrát vagy oppozíció) jelennek meg mélyebb élményként.

Egy segítő Jupiter (ill. Nyilas-jellegű) tranzit esetén minden szerencsésebben alakul, de ez idővel a figyelem lankadásához vezethet (például kanyar előtt: „*tegnap sem jött erre semmi*”). Nehéz fényszög esetén kevésbé szerencsésen történnek az események, így arra kényszerülünk, hogy jobban figyeljünk, jobban tervezzünk. A Szaturnusz(Bak) a Sors képében jelentkezik, a képzelgéseinket szembesíti a valósággal, lebontja azt a hamis világot, amit magunkról és környeztünkről felépítettünk és már valóságosnak is hittünk. Az Uránusz(Vízöntő) a minket gátoló, visszafogó akadályokat szinte szétrobbantja, ami azt eredményezi, hogy egy ideig a fixnek gondolt tulajdonunk vagy kapcsolataink a semmibe tűnnek. A Neptunusz(Halak) a képzeletvilágot, egyben a képzelgéseket erősíti fel, így igazából csak utólag, a „kijózanodást követően” szembesülünk annak hatásaival.

A legmélyebb és legintenzívebb változást a Plútó(Skorpió-jellegű) tranzitok okozzák. A Plútó a kapuőr, amely azt teszteli, hogy azon az irányon, amelyen haladunk, valóban tovább akarunk-e menni? Vajon mindent odaadnánk azért, valóban mindent, akár az életünket? Vagy csak egy tétova szándékunk volt?

A Plútó lemeztelenít minket. Szinte egy élveboncolás történik, miközben a „ruháink” alól, azaz a felvett szerepeink mögül a tényleges valónkat hozza fel a felszínre. Ez a kapu megjelenik akkor is, ha egy pozitív irányba haladunk, ekkor a „sallangokat” bontja le, amikkel pedig magunkat azonosítottuk, amik között biztonságban éreztük magunkat. Az útirányunkban fekvő világ igazi mélységeibe csak ezek

nélkül léphetünk be: „*Aki dudás akar lenni, pokolra kell annak menni*” és „*Három a tánc mindhalálig*”.

De, megjelenik akkor is, ha egy rossz irányba tartunk. Ilyenkor azt a kérdést teszi fel: Valóban be akarsz lépni? Valóban tudod, hogy mi felé tartasz? Mert itt az életed lehet a tét.

**Mélység.** Különös kalandjai során Bill egyre intenzívebb élményekbe sodródik, mindössze három nap alatt, miközben az életét is veszélyben érzi. Ez egyrészt közvetlen veszély, mivel a zongorista barátját hirtelen eltűntetik a városból, majd a szertartásról az őt megmentő modell később túlادagolás miatt meghal – talán ez kapcsolatban lehet azzal a büntetéssel, amit Bill helyett átvállalt. De ott van egy másik veszély is. Bill a halál torkában járt, ugyanis kiderül, hogy az a prostituált, akivel majdnem lefeküdt, HIV-pozitív eredményt kapott. Bill oda sem figyelve elvesz egy újságot, aminek a címlapján ezt olvashatjuk hatalmas betűkkel: „*Szexuális, hogy él*”. Bill azonban ezt sem veszi észre, csak tovább lapoz.

A teljes történet a Plútó-Skorpió jellegbe van ágyazva: mélység és intenzitás, életveszély, a nők részéről önmaguk teljes átadása, a szexualitásnak ez a fajtája, és féltékenység... A történet is tél elején, körülbelül a Skorpió időszakában játszódik. A lelki lecsupaszításnak az egyik legerősebb pillanata az, amikor Bill elmegy a klienséhez, akivel eddig orvos-beteg szerepben találkozott, „ő volt a főnök”, most viszont hirtelen kifordul a világ a sarkaiból, ő lesz az „ostoba fiú”, aki a nagyok közé merészkedett.

Maga a csábító idegen férfi, Sándor is a Skorpió negatív képviselőjeként van megjelenítve, valósággal klasszikus

vámpírként van ábrázolva, aki Alice-re tapad, és szinte körülfonja, bekebelezi. Már a „bemutatkozásánál” is Alice pezsgőjének a maradékát megissza, a „magáévá teszi”. (Valószínűleg ezért, Lugosi Béla, illetve a havasalföldi Drakula miatt kapott a karakter magyar származást.)

**Figyelman kívül hagyva.** Bill és Alice között pedig mély kapcsolat él. Alice pontosan akkor hívja fel Billt a mobilján, mielőtt a prostituálttal komolyabbra fordulnának a dolgok, így megmenti Bill életét. Amikor Bill az orgiáról hazatért, Alice elmeséli a rémálmát, ami valójában Bill belső, tudatalatti képe, hogy Alice az, aki ott a nők képében meztelenül fekszik és akit bárki a magáévá tehet. Végül, amikor Bill elmesél mindent, Alice mindent elfogad és őszintén megbocsájt, és azt mondja, tekintsenek mindent csak egy álomnak, és „*Az a fontos, hogy felébredtünk*”.

Amit Bill nem vett észre, az a háttérben mindig ott álló karácsonyfa, a közeledő Karácsony, a Szeretet ünnepe, ami Bill számára csak egy napirendi pont, az ajándékvásárlás és csomagolás kötelezettsége. Bill valójában a felszínesnek tartott életéből felszínes módon próbált kilépni. A közepszerűségét terjesztette volna ki, nem pedig azon akart túllépni.

Pedig, a megszokottságon, a laposságon, a közepszerűségen túl van olyan dolog, ami felkavarhatja az embert, ami igazi mélységet adhat a pillanatoknak, olyat, amiért érdemes élni. Létezik igazi, mély Szeretet.

\* Tágra zárt szemek (Eyes Wide Shut, 1999, Stanley Kubrick; Tom Cruise, Nicole Kidman)

## A Gyűrű átka

### *a „pozitív gondolkodás” természete*

A film (eredeti címén: „*A Nibelungok gyűrűje*”) a 400-as években játszódó Nibelung-énekek három történetét kapcsolja össze.

Egy kovács, Eyvind magához vesz egy kisfiút és a sajátjaként felneveli. Az évek során erős ifjúvá serdült fiú, Erik, egy napon a folyónál megpillantja Brünhildét, Izland királynőjét. Brünhilde egy *valkűr*, azaz harcos istennő, Odin főisten lánya. Éjjel egy csillag hull le az égből. Erik odasiet, és ismét találkozik Brünhildével, aki egy jóslatot követ, amely azt ígérte, hogy „*az égből záporozó tűz*” fogja megmutatni azt a férfit, akivel a végzet őket egymásnak rendelte. Erik és az álruhás Brünhilde küzdeni kezdenek, majd Erik győz, pedig egy valkürt senki férfi nem tud legyőzni. Együtt töltik az éjszakát, majd szétválnak útjaik, de megbeszélik, hogy megpróbálnak minél hamarabb találkozni, hogy azután örökké együtt lehessenek.

**Karrier-építés.** Az ezt követő események során Erik Burgundia királyának közelébe kerül, majd legyőz egy sárkányt, ami pedig egy csapat kiváló harcosnak sem sikerült. Megfürdik a sárkány vérében, ami kiélesíti érzékeit, és sebezhetetlenné teszi, kivéve egyetlen kis foltot a hátán, ahova odatapadt egy lehulló falevél és ott a vér nem érte.



Erik megszerzi a sárkány hatalmas kincsét, pedig a kincset őrző ködlények, törpék, a nibelungok, a „*köd és homály népe*” figyelmeztetik, hogy az az övéké. És, ha bárki elveszi a kincset, az ő jogos tulajdonukat, akkor átkot von a fejére. A sárkányt éppen legyőző Erik éppen magabiztosságának teljében van. „*Nem hiszek az átkokban*” – mondja, és az ujjára húzza a Gyűrűt, a kincs legrégebbi darabját. A nibelungok utolsó szavait is figyelmen kívül hagyja: „*Ha az átok hatni kezd, vigyázz! Rést ver gyengeségeiden, és azokon keresztül pusztít el*”.

A kincs miatt a szászok megtámadják a kincset őrző Burgund királyt, de Erik párbajra hívja a szász ikerkirályokat, és legyőzi őket. Közben visszatérnek régi emlékei, és visszaemlékezik, hogy ő Szigfrid, Xanten királya, a szüleit pedig a szászok ölték meg.

Erik, azaz Szigfrid, már hős, gazdag, sőt, király. Átok beteljesülésére pedig semmi sem utal. Eletpályája íve egyre sikeresebb, sőt, úgy tűnik, a Burgund király húga, Krimhild is szemet vetett rá.

**A „pozitív gondolkodók”.** A sors ezután kitér a medréből. Mindenki ugyanis a saját kezébe akarja venni a sorsát, megpróbál ésszerűen gondolkodó „tudatos lény” lenni. Burgundia királya, Günther, a hatalmas kincset a saját kamrájában szeretné látni, hiszen az mennyire jó az országnak, és főleg Szigfridnek, nem?, mivel itt együtt tudnak rá vigyázni. Krimhild hozzá szeretne menni Szigfridhez, mert ő végre talált valakit, aki felé mély érzelmeket táplál, és Szigfridnek is mennyire jó lenne mindez, nem?, hiszen egy kedves és messze földön szép királylányt kapna feleségül.

Krimhild szerelmi bájitással megitatja Szigfridet, aki elfelejti Brünhildét és már csak Krimhildet akarja.

(A szerelmi bájital nagyon jó magyarázat Szigfrid érzelmeinek megváltozására. Valójában Szigfrid hiúságát nagyon is legyezgetheti, hogy őt a „hatalmas” király húga, a híres szépség szeretné férjül, aki itt van a szeme előtt. Itt vannak mindazok, akik őt hősnek, gazdagnak, királynak tartják, és akiknek nyilvánvaló értéket jelent. Brünhilde pedig nagyon távol van, nagyon messzi egy nagyon hideg vidéken, ott, aminek még a neve is Jégország. Krimhilddel való kapcsolata könnyen megvalósítható és valós, Brünhildével pedig csak egy homályos érzés, és az éppoly megfoghatatlan sors kapcsolja össze. Később Szigfrid ezt mondja Brünhildének arról a régi érzelméről: *„Köhyök voltam még”*. Majd: *„Ha a férfivá válás ezzel jár, csak azt kívánom, bár hamarabb megtanultam volna ezt a leckét”*. A szerelmi bájitalt valójában el is fogadja magában.)

Szigfrid és Krimhild házasságának már csak egy akadályja van. A törvények szerint előbb Günthernek kell megházasodni, de „szerencsére” van olyan, akire Günther vágyik, mégpedig Izland királynőjére, Brünhildére. A királynő viszont csak azt fogadja el férjül, aki őt harcban legyőzi, ez viszont még egy férfinak sem sikerült. Újabb csalás következik, Szigfrid a fejére teszi a mágikus Tarnhelmet, így felveszi Günther alakját és ismét legyőzi a királynőt. (Páncélatban mindenféle mágia nélkül is meg lehet jelenni valaki helyett.) De hát ez is mindenkinek jó, nem?, hiszen Günther megházasodhat, Burgundia Izlanddal együtt erősebb lesz, Szigfrid pedig végre elveheti Krimhildet. A két pár össze is házasodik, Brünhilde valószínűleg azért, mert gyanítja, hogy nem Günther győzte le, így később nem is

hagyja, hogy elhálják a házasságot (ami pedig a régi törvények értelmében addig nem is érvényes), hanem a földre szorítja és megkötözi a királyt. A dühében túlzottan magabiztos királynő elárulja, hogy az ereje az övében van. Günther újra megkéri Szigfridet, hogy a Tarnhelmmel vegye el Brünhilde övét, mert utódot kell nemzenie, hiszen ez az egész országnak jó lenne, nem?

**Nagyon ésszerű.** Mindenki terveket kezd el követni és nem a belső indíttatásukat, a lélek igazságát. Az izmos, de meglehetősen buta fiút az „ésszerűnek” tűnő érvekkel szinte bábként irányítják. Minden döntés rendkívül logikusnak látszik. A célok világosak és ezekért mindent megtesznek, „pozitív gondolkodással” megteremtik a vágyott valóságot. Valójában az érvelések mind hamisak. Lát-szatra Szigfridnek, vagy mindenki másnak az érdekeit hangsúlyozzák, ténylegesen azonban a tettek az érvelő hasznát szolgálják, és sosem haboznak csaláshoz folyamodni.

Ez a jószándékú és erős, de buta fiú pedig megpróbálja követni az érveléseket, pedig csak a szívére kellene hallgatnia és rálépnie végre arra a széles, és valóban királyi útra, amelyet a sorsa tálcán kínált neki.

Szigfrid és Krimhild nem lehettek volna boldogok? Krimhild híres szépség és kedves nő, Szigfriddel is jól megvannak. Mégis, Krimhild rendkívül felszínes. Egy jelenetben látjuk, ahogy lemegy a kincseskamrába és elmerül az ékszerek bűvöletében. Később pedig pusztán a dühe miatt elárulja, hogy Szigfrid helyettesítette Günthert.

A királyi udvarban mintha Brünhilde is elvesztené a józan ítélőképességét, bekapcsolódik a tervekbe, és sértettségében támogatja Szigfrid meggyilkolását.

**Ego.** Mi okozza Szigfrid tragédiáját? Ha alaposabban figyeljük az eseményeket, rájövünk, hogy Szigfrid valójában nem bízott önmagában, kisebbségi érzése volt. *„Én csak egy kovács vagyok, ő meg királynő”* – mondja a hullócsillag utáni találkozáskor, pedig a királynő feltétel nélkül elfogadta őt. A kisebbségi érzését túlkompenzálja, azt kell magáról hinnie, hogy a sorsát ő alakítja, ezért is viszi el jogtalanul a kincset a figyelmeztetés ellenére. Szigfrid tettei egy darabig összekapcsolódnak önmaga megismerésével, és ez sikeres is. Szigfrid azonban a szerepeivel azonosítja önmagát: *„Úgy hívnak: Erik, a kovács, Erik, a sárkányölő, Erik, Burgundia hőse”* – mondja, amikor egy éjjeli látomásában Brünhildével találkozik. Brünhilde látja az igazságot: *„Ezek csak címek. Az egyik őszinte, a másik megtisztelő, a harmadik tiszteletre méltó. De egyik sem az, aki igazából vagy.”* Szigfrid azonban ezt sem érti meg. Végül eljut a számára legnagyobb értéknek számító címhez, megtudja, hogy király. *„Végre tudom, ki vagyok. Király. És remélem, méltó egy királynőhöz”* – mondja, amikor egy éjjeli látomásában Brünhildével találkozik, de így folytatja *„batalmas kincshez jutottam, és el akarom vinni hozzád”*. Önmagát tehát mégsem tartja elég értékesnek, Brünhilde hiába mondja: *„te vagy az egyetlen kincs, amire vágyom”*. Brünhilde számára Szigfrid a *„a tűz és az elemek megszelídítője”*, azaz az igazi belső értéke a fontos és nem a szerepei, vagy az értéknek gondolt megszerzett kincs. Szigfrid igazi értéke, hogy egy valkúrt is le tud győzni, mindenféle varázslat és csalás nélkül, így az istenekkel összemérhető, azaz: egy az istenekkel. De végül, ezt a fel sem ismert értékét is rosszul használja fel.

A testileg erős, lelkileg gyenge Szigfrid építeni kezdi az egóját, hogy értéknek számítson a környezete számára, így könnyedén használhatják eszközül mások a saját céljaik

megvalósításában. Végül „*felnőttként*”, „ésszerűen” kezd el gondolkodni és visszavonhatatlanul kizökkenti sorsát, bármilyen széles is volt annak a medre.

Az átok halálos pontossággal találta meg Szigfrid gyenge pontját, hogy felszínes értékekkel kezdte el azonosítani magát, ahelyett, hogy a mélységre, igazságra és tisztaságra törekedett volna. Éppúgy, ahogy később a lándzsa találta el azon az egyetlen helyen, ahova a falevél hullott, és ahol megsebezhetette. Szigfrid a gondolt gyengeségét túlzott magabiztossággal helyettesítette, így vált „pozitív gondolkodóvá”, aki meg akarja teremteni az általa „vágott világot”, és ezért mindent meg is tesz. De vajon a lelke legmélye is erre vágyik?

A dolgokhoz való viszonyulásunk, pozitív attitűdünk igenis számít, és igenis fontosak a tervek. Csak az nem mindegy, hogy milyen célok felé haladunk és milyen eszközöket használunk fel. Honnan tudhatjuk, hogy jó-e egy irány? Szigfrid maga meséli a király öccsének, Gizelhernek: „*Az istenek ülnek odafent a szent boltakkal,*” azaz őseinkkel, „*és döntenek arról, miképp cselekedjünk, hogy segítségükre legyünk a világ megmentésében*” – mutat Szigfrid az égre (és, tegyük hozzá: önmagunk megmentésében). „*Honnan tudhatjuk, mit akarnak tőlünk?*” – kérdezi Gizelher. „*Jeleket küldenek. A vízben, a tűzben, vagy az égen*” – válaszol Szigfrid. „*És mi történik, ha rosszul olvasunk a jelekből?*” – rázza a fejét értetlenül Gizelher. „*Nem tudom*” – mondja Szigfrid hosszú gondolkodás után. A történet végére mi megtudhatjuk.

A sors valósággal kiírta a hamisságra épülő szereplőket és világot, részben a bosszúálló, igazságot osztó harcos istennő, Brünhilde segítségével. Majd Brünhilde öngyilkos lesz és együtt ég el Szigfrid halotti máglyáján. Burgundia

trónján pedig Gizelher lesz a következő király, a nyitott, érdeklődő és korábban is a tiszta útra törekedő fiú.

\* A gyűrű átka (The Ring of the Nibelungs, 2004, Uli Edel; *Benno Fürmann, Kristanna Loken, Max von Sydow, Alicia Witt*)

# Amatőr

## *élet a halál előtt*

Különös és különleges film, bizarr szereplőkkel és történetekkel... Egy férfi magához tér az utcán és lassan rádöbben, hogy semmire sem emlékszik. (Néhány pillanattal korábban egy nő a magatehetetlen testhez szaladt, a lábával megbökdöste, hogy a férfi még él-e, majd elsiet.) A kábult férfi tetován a közeli kávéházba megy, ahol Izabel kezd el törődni vele. Izabel pornóújságoknak ír történetet, valójában pedig 15 évig apácaként kolostorban élt, és még most is mélyen vallásos – puritán lakását szinte csak néhány szentkép díszíti. Sőt, Izabel még sosem szeretkezett, pedig fiatalkorában maga Szűz Mária jelent meg neki és megtiltotta, hogy apáca legyen, mert, hogy nimfomániás...

Es ki ez a férfi? A zárt ajtót pillanatok alatt kinyitja. „*Lehet, hogy lakatos vagy*” – véli Izabel. De talán mégsem, mert a férfi a pisztollyal is hasonló ügyességgel bánik.

Lassan megtudjuk, hogy a férfi neve Thomas, és valójában profi bűnöző, aki korábban szörnyű dolgokat vitt véghez, mindenki gyűlölte és mindenkinek csak rosszat okozott.

**Amatőrök.** A történetben szinte mindenki hihetetlenül amatőr módon, esetenként már ostobán viselkedik.

Thomas felesége, Sofia, Thomas volt „üzleti” partnerével veszi fel a kapcsolatot, hogy pénzt zsaroljon ki tőle, helyett

így két bérnyilkost szabadít magára. A bérnyilkosok Edwardot, Thomas volt könyvelőjét kapják el, akik megkínózzák, *amatőr* elektrosokkot alkalmaznak nála, de ő még így sem árulja el (az „okoska”) Sofiát, akinek mindezt „köszönheti”, és akibe titkon szerelmes. Edward a kínzás hatására megőrül, már beszélni sem tud, dühöngő démonná válik. A bérnyilkosok még telefonálni sem tudnak szupermodern mobiltelefonjaikkal, pedig egyik mobil újabb, mint a másik. Az egyik „profi” bérnyilkosra rájjesztenek, mire kiesik az ablakon. Amatőrök a rendőrök is, akik közül az egyik látványosan sajnálja a hozzá tévedő szerencsétleneket, majd figyelmetlenségből hagyja, hogy elvegyék a pisztolyát, amivel a társát lelövik.

Amatőr Izabel is, aki pornótörténetek írásával kísérletezik, de helyette mindig valami nagyon szomorú és a célközönség számára túlságosan művészi történet sikeredik.

A film maga is szinte amatőr módon, alacsony költségvetéssel és redukált díszletekkel készült. A legmegdöbbentőbb viszont a képbe felülről rendszeresen belógó mikrofon, amelyről nehéz elhinni, hogy nem szándékos.

A legnagyobb amatőr azonban maga Thomas, a profi bűnöző, aki most minden emlékét elvesztette.

**Ítélet.** Thomas lassan szembesül korábbi valójának néhány szilánkjával. Megtudja, hogy már vagdosott összeborotvapengével „engedetlen” nőket, sőt, volt már, hogy embereket ölt meg habozás nélkül álmukban. Csak sejti, és talán rákérdezni sem mer, hogy a felesége egy pornósztár. A reakciókból ráérez, hogy őt, Thomas-t, mindenki gyűlölte. A teljes igazságot azonban senki nem mondja el neki.



Mi azonban megtudjuk, hogy Thomas érzéketlen és kegyetlen ember volt. A még csak 12 éves lányt, későbbi feleségét drogfüggővé tette és pornófilmekben való részvételre kényszerítette. Nem véletlen, hogy a sors, mint egy elburjánzott tumort kimetszette az életből.

Érdekes, hogy Thomas volt könyvelője, Edward is némileg hasonló sorsra jut. Edwardban, ha nem is a gonoszság, de a hideg kegyetlenség és érzéketlenség ugyanúgy megjelenik: pornóvállalkozásukra, mint egy jó üzletre emlékezik vissza.

**A halál angyala.** Az igazi főszereplő a volt apáca, Izabel. Az utcán heverő Thomas magára eszmélését Izabel monológja festi alá: *„Ez a férfi meg fog halni”* „*És ez ellen nem tehetiünk semmit*”. Izabel talán csak a történetét fogalmazza, de talán mégis, az éppen történő eseményeket írja le...

Izabel egyszer elmeséli, hogy maga Szűz Mária szólította fel, hogy hagyja ott a kolostort, mert őneki feladata van, amit csak kint az életben valósíthat meg. Később Izabel azonnal felismeri a jeleket: azt, hogy a feladata Thomas-szal kapcsolatos, és Sofiával, akiről akkor még azt sem tudják, hogy kicsoda.

Izabel végig segítő szerepben jelenik meg. Korábban, a moziban, az elalvó Sofia földre esett táskáját visszateszi a lány ölébe, nehogy az elveszítse. Még korábban, segít az amnéziás és vérző Thomasnak. A bérgyilkosok által kérészt, kompromittáló adatokat tartalmazó floppy-lemezt a pornóújság tulajdonosának juttatja el, aki mindig is oknyomozó riportert szeretett volna lenni és nagy leleplező cikkeket írni. Izabel később Sofiát elviszi a kolostorba, hogy ellássák a sebeit...

Izabel tehát – minden amatőrsége ellenére – pontosan illeszkedik a történetbe, annak szinte katalizátoraként jelenik meg. Éppen ezért különös, hogy az utolsó pillanatokban ő adja a fegyvert Thomas kezébe és a lesben álló rendőrök Thomas-t tévedésből emiatt lövik azonnal keresztül. Izabel már hiába fut, hogy a férfit megmentse, ezzel a próbálkozásával is csak kiszolgáltatottabbá teszi Thomas-t.

Izabel szinte egy angyal, de Thomas számára a halál angyala. Izabel végigasszisztálja Thomas önszembesítését. Bár Thomas felesége mindent elmond neki, a férfival csak annyi ismeretet közöl, amennyit még ő éppen el tud viselni. És végül ő adja Thomas kezébe a halálának okává váló fegyvert. Izabel akaratlanul is követi az útját, isteni rendeltetését, úgy, hogy a karaktere és cselekvésmintázata pontosan megfelel a szükséges tetteknek.

**Izabel.** És mi ez a különös, szexuális feszültség Izabelben, aki állítólag nimfomániás, de még sosem „csinálta”.

Az irodalomtörténet – valószínűleg – legismertebb Izabella nevű apácája Shakespeare „Szeget szeggel” című művének egyik főszereplője. A drámában az éppen szigorodó törvények miatt paráznaságért börtönbe vetik Claudiót és halálbüntetéssel fenyegetik. Claudio a testvérét, az apáca Izabellát küldi el a helytartóhoz, Angelóhoz, hogy az életéért könyörögjön. A prűd Angelo egy pillanat alatt emésztő vágyat kezd érezni a szép Izabella iránt és azt mondja, megkegyelmez a testvérenek, ha Izabella egy éjszakára az övé lesz. Izabella felháborodottan távozik, és elmeséli mindezt Claudióknak, akitől az egyetértését várja. Újabb megdöbbenésre Claudio könyörögni kezd neki, hogy az életéért cserébe tegye ezt meg Angelónak. Izabella dühösen otthagyja a

halálraítélt Claudiót, majd úgy tudja, hogy később őt le is fejezik.

A darab logikája szerint Izabella egy képzelt és a realitástól messze álló eszmeiség értékeit követte. Neki, ha valóban szolgálatként tekinti az életét, akkor mindenáron meg kellett volna próbálnia, hogy megmentse a bátyját – ezért kell később azzal szembesülnie, hogy a bátyja meghalt, részben őmiatta is.

Olyan, mintha a filmbeli Izabel a darabbeli Izabella reinkarnációja lenne, aki „korábban”, „előző életében” a szüzességéhez ragaszkodva nem volt hajlandó megmenteni testvére életét – ezért „bűnhődik” most öntudatlanul... A filmbeli volt apáca Izabelnek a kényszerű és egyre céltalabbá váló szüzességben kell élnie.

**Bocsánat.** Mi is az egész történet értelme? Thomas már elég pusztítást hozott a világra, már eléggé beszenyezte mind magát, mind környezetét, gyakorlatilag mindenki fejére (az ezen a világon kívül álló Izabel kivételével) csak bajt hozott. De ha akkor, az ablakból kizuhanva meghal, akkor egyből a pokolra került volna – bárhogya is értsük ezt –, a bűnei súlya rajta maradtak volna, és mi nem tudhatjuk, hogy „*mily álmok jönnek a halál után*”(Hamlet).

Amnéziájával a sors finoman szembesíteni tudta önmagával, arra kényszerítette, hogy szembenézzen korábbi énjének szilánkjeivel. Thomas azt hiszi, hogy már más, mint korábbi önmaga, már megváltozott. Emlékeivel azonban a régi reflexei, régi dühe és lassan régi személyisége is kezd visszatérni, például felkapja az elhagyott borotvát és nincs kétségünk, hogy azt használni sem habozna. A dühkitörései is egyre látványosabbak lesznek...

Thomas pusztulást hozott (Izabel kivételével) minden-  
kire, aki csak körülötte volt, így meghal Edward és Sofia is.  
A régi énje is visszatérni látszik. Nem élhet tovább. Azon-  
ban egyetlen pillanatra eljutott oda, hogy – ha nem is tudta  
pontosan, hogy miért –, de bocsánatot tudott kérni elköve-  
tett bűnei miatt. Talán csak egyetlen kis lépéssel, mégis  
tisztábban indulhatott el a túlvilág felé. (Nos, akkor szabad  
egy ember életét elvenni, akár halálbüntetéssel?)

\* Amatőr (Amateur, 1994, Hal Hartley; *Isabelle Huppert, Martin  
Donovan, Elina Löwensohn, Damian Young*)

## A forrás

### *az Örök élet titka*

A történet három, újra és újra egymásba kapcsolódó szálon fut, annyira bonyolultan, hogy elsőre nehéz is szétválogatni az eseményeket. A jelenidő szálán Tommy, a gyógyszerkutató orvos, rák elleni szerekkel kísérletezik, és teszi ezt egyre nagyobb szenvedéllyel, egyre örültebb dolgokat cselekedve, mert így próbálja megmenteni a rák végső stádiumában lévő, lassan haldokló feleségét, Izzit.

A középkori történet szálán Tomas-t, a spanyol konkviztádort a királynője, Izabel, Közép-Amerikába küldi, hogy megkeresse az Örök Élet Fáját. Kimerítő út után a csapat maradéka eljut a maják rejtett piramisához.

A harmadik szál a jövőben játszódik. Tom egy átlátszó gömbben, ami szinte csak egy hatalmas fát rejt, száguld évtizedeken vagy talán évszázadokon át egy csillagköd felé, amelyet a maják Xibalba néven az alvilággal azonosítottak, „*ahol a halott lelkek újjászületnek*”.

**A halál közelsége.** Tommy egyre kétségbeesettebben próbálja megtalálni a szert, hogy megmentse haldokló feleségét, hogy még tovább élhessenek és lehessenek – együtt. Nem veszi észre, hogy Izzinek nem a gyógyszerre van szüksége, hanem csak Tommy jelenlétére. Izzi azonban ezt sosem mondja Tommynak, még csak nem is utal rá, hanem szeretettel hagyja, hadd tegye a férje, amit jónak lát.

Izzi szinte minden pillanatban hatalmas lelki átalakulásokon megy keresztül, ahogy oldódik el a testétől. *„Bent más-hogy érzem. Másbogy. Minden pillanatban”* – mondja. Tommy viszont mindezen kívül marad, a munkájára koncentrál. Látszólag váratlan és meglepő sikereket ér el. Még a lehetetlent is megpróbálja, pedig azt pontosan azért nevezik így, mert nem lehetséges. Az igazi jelekre azonban nem figyel. A nagy kapkodásban elveszti a jegygyűrűjét, azaz: lassan veszti el Izzivel a lelki kapcsolatot.

A múltban, a középkori Spanyolországban játszódó történet, Izzi befejezetlen regénye, valójában Tommy tudatalatti képeit jeleníti meg. Tommy „királynője”, Izabella, akit szolgál, és aki halálos veszélyben van. A „királynő” bízta meg őt, a lovagot, hogy szerezze meg az Örök élet titkos szerét.

**Örök élet.** Tommy szinte megszállottan kutatja a szert és nem veszi észre, hogy Izzi a valódi, az igazi Örök élet titkának a közelében van, és annak teljes birtokba vételéhez az utolsó lépéseket teszi meg. Ez nem a percek-órák-napok számának a megnövekedését jelenti, hanem mennyiség helyett minőséget, a pillanatok teljességgé való kiszélesítését. És: a teljesség személytelen, nem az „én”, az ego mindenáron való túlélését jelenti. Maga az Élet a személynek a nagy egészbe való beolvadása, igazi helyének megtalálása. Ahogy Izzi a haldokló csillagról mondja: *„Hamarosan fel fog robbanni, kialszik, és életet ad más csillagoknak”*.

A középkorban játszódó regényben a negatív pólust az Inkvizítor jelenti, aki őnostorozó, ítélkező, az élet és az Élet ellensége. Azért támad a királynőre, mert ő *„a földön keresi a halbatatlanságot, a hamis Paradicsomot”* és mert a királynő sze-

rint „*a halál nem létezik*”. Mindez a hatalom szempontjából rendkívül veszélyes, mert, ha az emberek befelé tekintve meg tudják találni a boldogságot, el tudnak szakadni a külső, beljük sulykolt hamis értékek hajszolásától, akkor kevésbé lehet őket manipulálni. A maják és más ősi népek talán tudták ezt a titkot.

(Ennek a szálnak az alapja egy legenda. Ponce de Leon konkvisztádort az indiánok Floridában elvezették a Fiatalság forrásához, bár ezt az indiánok valószínűleg képletesen értették.)

A film közepén (gyakran itt találjuk a kulcsmomentumot) Izzi egy régi maja könyvet olvasva rádöbben egy ősi titokra. Az ősatya feláldozta magát a világ teremtéséért. Izzi hirtelen megérti, hogy a halál is lehet „*teremtő tevékenység*”. Elájul és összeesik, átélve a halált, de most már ezt tudja elmesélni a férjének: „*Nem félttem*” és „*Amikor zuhantam, teljes voltam. Tartottak*”. „*Többé már nem félek*.” (Aki nincs a halál közelében és úgy mondja, hogy nem fél a haláltól, az nem mond igazat. Mert, aki valóban nem fél, az nem beszél erről.)

**Teljesség.** Izzi halála után Tommy továbbra is versenyt fut az idővel. Megtalálja az örök fiatalság szerét, így ezt a megszállottságát évek hosszú sorára is kiterjeszti.

A jövőben, az űrben száguldó buborékban már az érettebb, megoldást kereső énjét látjuk, aki meditációkkal próbálja tisztítani a tudatát. Közben a vízióiban Izzit látja: „*Annyi sok évben. Minden emléken. Ott vagy. Átvezettél az időn*”. Újraéli életük régi pillanatait és Izzi középkori történetének jeleneteit.

Tom a buborékkal átjut az „*utolsó fekete felhőn*”. Sok-sok év útja és a látomásaiban megjelenő Izzi lelki vezetése után

elért végre Xibalbához, az alvilág kapujához. Megérti Izzi szavait, hogy a „*fejezd be*”, nem azt jelenti, hagyja félbe, amit elkezdett, hanem, hogy fejezze be a regény történetét. A regényt, amelyet Izzi nem a siker miatt írt, vagy, hogy nyomot hagyjon a világban, hanem csak kettőjüknek, hogy túl tudjanak lépni önmagukon.

Gyűjthetünk anyagi javakat, gazdagságot, sikert, karriert, hírnevet. Ezek mind csak külsőségek. Az ősi sumér szöveg szerint a sorszabó Enlil isten ezt mondta, amikor egy ember a sors törvényét tudakolta: „*Lehet nemesféméd, lehet drágaköved, lehet ökröd, lehet juhod – amikor az ember napja közeledik, gazdagságod hol őrződ?*”(Enlil és Namzidtar). Mert egyetlen igazi érték van, az, hogy milyen lelki minőséget, teljességet tudunk elérni az életutunk során. A lelki minőség az, amellyel meg tudjuk élni a pillanatokat, és csak ez számít, ha eljön „az ember napja” – a megélt pillanatok teljessége és az adott pillanat teljessége. Ez az Örök élet titka.

Tom felettes tudatát jelképező főnöke a sírnál így búcsúztatja Izzit: „*Egész életünkben a teljességért küzdünk. Hogy halálunkra kiteljesedjünk, hogy elnyerjünk valamennyi kegyelmet.*” Majd: „*Izsi, bármilyen fiatal is volt, elnyerte a kegyelmet. Utolsó napjaiban kiteljesedett.*”

Tom hosszú évek után egy látomásában rájön a középkori történet valódi üzenetére, hogy félreértette „királynőjét” és nem az életet meghosszabbító szert kellett volna hajszoznia, hanem az élet teljessé tevésének módját kell keresnie. „*Felszabadítod Spanyolországot*” – azaz lelkedet, világodat – „*az elnyomás alól?*” – szólítja fel a királynője. „*Nem tudom, hogyan*” – mondja Tom. „*Tudod. És megteszed.*” – utasítja rendre a lelki vezetője.



Végül Tom le tud számolni halálfélelmével. Át tudja élni a teljességet. Újraéli egy régi pillanatukat, amikor a beteg Izzi elhívta a munkából, hogy sétáljanak egyet az első hóban, ahogy mindig is tették. (Az első hóról és a hógolyóval való üdvözlésről is lehetne írni...) Akkor Tom nem tartott vele, a munkájába vettette magát, hátha megmentheti Izzi életét. Most azonban otthagy mindent, és Izzivel tölti el az első hóesés pillanatait, az utolsót Izzi életében. A középkori történetben az eredményeket hajszoló tudatalattija meghal, és abból új élet fakad. Meditáció közben így már „megtalálja” a rég elveszett gyűrűt, lelkileg újra össze tud kapcsolódni társával. Elfogadja a teljességet, hogy abból, mint magból új élet születhessen. „*Befejeztem*” – mondja a benne élő Izzinek. És most így – „*Minden rendben van.*”

\* A forrás (The Fountain, 2006, Darren Aronofsky; *Hugh Jackman, Rachel Weisz*)

## ***A Faun labirintusa***

### *Beavatás*

A történet 1944-ben, Spanyolországban játszódik, ahol Franco fasisztái már győztek, és csak néhány ellenálló csoport harcol, a hegyekbe visszahúzódva. A terhes Carmen és kisiskolás korú kislánya, Ofélia, a hegyi faluba érkeznek az anya új férjéhez, Vidal kapitányhoz, aki 30-40 fős csapatával próbálja kiirtani az ellenállókat.

A fasiszta katonalét és az összecsapások durva és kegyetlen történései közben a kis Ofélia képzeletébe belekeverednek a mesék szálai. A kislány egy óriás imádkozó sáskát tündérnek lát, majd az a szeme előtt változik át a mesekönyve illusztrációjához hasonlító apró tünderré. A lény elvezeti Oféliát a falu szélénél álló ősi romokhoz, a labirintusba, ahol az útvesztő közepén a növényyszerű, csavart szarvú, bakhoz hasonlító faun elmesél egy történetet a földalatti halhatatlan világ királyságáról, ahol a kis királylány mindig az emberi életre vágyakozott. A királylány megszökött, de fent a napfény elvakította és minden korábbi emléket törölte. Apja, a király azonban kapukat hagyott az emberi világban, hogy a lánya visszatérhessen. De, előbb Oféliának bizonyítania kell, hogy „*a lényege érintetlen*” és nem vált halandóvá. Ehhez három próbát kell kiállnia.

**Képzelet.** Megtörtént mindez vagy csak a képzelete ragadta el a kislányt a mesék birodalmába? Egy értelmezés

szerint a mesebeli történetek a mind jobban elhatalmasodó örület lépcsőfokait ábrázolják. A kislány egy sáskát tündérnek lát, majd a fantáziáját követve a sárban játszva összemocskolja magát és a saját védelmében még talán meg is említi, hogy egy óriás varangytól kellett megszabadítania az élet egyik fájának gyökereit... A történet vége felé látjuk a faunnal vitázó Oféliát, majd mindezt Vidal kapitány szemszögéből: a kislány előtt nincs is senki.

Nem is lenne csoda ennyi kegyetlenség közepette, az otthonából kiszakított és Vidalnak megfelelni kényszerített kislány esetén, ha ő az egyre erősebbé váló vízióiba menekülne...

**A Valóság.** Ha csak finom eszközökkel is, de a film azt sugallja, hogy mindez nem csak vízió, hanem igaz, de – a valóság egy másik fokán. A faun által adott mandragóra látványos javulást hoz anyjának az őt nagyon legyengítő és az életét veszélyeztető terhességénél. Amikor pedig az ágy alá rejtett gyökeret megtalálják és a tűzre dobják, az anyja hirtelen nagyon rosszul lesz. De, talán csak véletlen az egybeesés... A másik bizonyíték a varangy rágta gyökerű haldokló fa, amelynek ágain a film végén az újjászületés apró világai nyílnak...

**A realitás mestere.** A film szerint tehát az anyagközpontú szemlélet racionalitásán túl létezik a Szellemiség Valósága. A filmben a két világ közötti szakadék szélesre van húzva. A realitás szélső pontja a háború, a harc, az életért való küzdés, mely során nem haboznak a másik életét elvenni.

A fasiszták kegyetlenek, gondolkodás nélkül ölnek és kínoznak meg ellenségnek tekintett embereket, a nem ellenségeket pedig egyszerűen a tulajdonuknak tekintik. És csak az próbálhat ellent mondani ennek a kifacsart racionalitásnak, aki nem ragaszkodik minden határon túl az életéhez, de ezzel ő is azonnal ellenség lesz, akit ki kell irtani ebből az „új” világból. Maguk az ellenállók sem jelennek meg alternatívaként: az ellenség hátrahagyott sebesültjeit ők is gondolkodás nélkül kivégzik.

Ennek a realitásnak a mestere pedig Vidal kapitány, aki érzelmek nélkül és az óramű precizitásával végzi feladatát, hogy a más véleményűeken áttiporva a világra kényszerítse saját véleményét. Ha már az örületet, a valóságtól való elszakadást keressük, azt sokkal inkább megtalálhatjuk a kapitány kényszeres viselkedésében, ahogy a halálával eljátszik gondolatban, vagy, ahogy állandóan az óráját figyeli, lejárt-e már az ideje.

**Próbák.** A faun által Oféliának adott feladatok mind próbák, egyben megpróbáltatások. Az igazi próba olyan, mint egy óriási lépcsőfok: nem biztos, hogy egyáltalán képesek vagyunk azon felmászni – így az a személyiség tesztje. Nehézséget jelent, komoly tetteket kíván a feljebbjutás. Mégis, siker esetén valóban feljebb, egy magasabb minőségre lehet jutni. És ezután ott a következő, lehetetlen feladatnak látszó lépcsőfok...

A valódi próbák *Beavatást* jelentenek, mert eredményüként megváltozik az ember minősége: siker esetén már nem ugyanaz lesz, mint aki a lépcsőfok előtt állt.

Ofélia első próbája az elszántságát teszteli, vajon képes-e legyőzni félelmét és a mocskon keresztül eljutni a varangy-

hoz? Vajon létezik-e benne elegendően erős lelki töltet? Ofélia elszánt, talán túlságosan is az, mert a körülményekre viszont kevésbé figyel, így összesározódik a szép ruha, ami anyjának olyan sokat jelent.

A második próba kérdése az, hogy Ofélia túl tud-e lépni ösztönvilágának a csábításán. Ofélia elbukik, mert a tilalom ellenére nem tudja megállni, hogy a finomságoktól roskadozó asztalról ne csenjen el két szőlőszemet. Ofélia valójában elbízta magát. Korábban a tündér javaslata helyett a megérzéseit követve egy másik fiókot nyitott ki, és igaza lett. Ha ilyen jól teljesítette a feladatát (ő), akkor miért ne érdemelhetne meg (ő) két szem szőlőt, miért veszélyeztetné a szörny az (ő) életét – ezek már mind nem a személyiség belső lényegéről, hanem az egóról szólnak... Feléled a szörny és fel akarja falni Oféliát. A képek megfogalmazásában ösztönvilág „szörnye” a szemeit a tenyerén viseli: azaz csak azt látja, amit meg is tud fogni. (A mocsokban a bogarakon hízó, és a Valódi Élet fájának gyökerét pusztító varangy sokkal durvább, de szerencsére átvittebb értelmű kép...)

A kudarc ellenére Ofélia feljebb került a beavatás lépcsőjén, ugyanis abban biztosak lehetünk, hogy még egyszer nem venné el a tiltott szőlőszemeket. (A varangyot követően is megváltozott, mert a belső töltete sokkal erősebb lett, és, talán legközelebb a ruhácskájára is jobban vigyázott volna...)

A harmadik próba a legnehezebb, ugyanis magának a faunnak, eddigi szellemi vezetőjének kell ellentmondani. Ez a próba azt teszteli, hogy a belső értékei rendíthetetlenek-e annyira Oféliának, hogy még egy erős személyiség, szinte hipnotizáló véleménye sem tudja a rossz útra eltéríteni.

Vajon a környezetünk szuggerált véleményeitől és az azok által közvetített vélt értékektől tudjuk-e függetleníteni magunkat? Belső értékeinket nem térítik-e el?

**Transzcendentálás.** Mindhárom próba az anyagon túli látást teszteli, hogy vajon Oféliának megvan-e, sértetlen-e még az az érzéke, amely ebbe a hétköznapi realitáson túli, egyben belső világba be tud tekinteni. Képes-e a mocskon és a félelmén túl lépni, képes-e az ösztönvilág csábításait meghaladni, és képes-e tiszta maradni a külső szuggesztiók ellenére, és akár önmagát feláldozni? Talán halált látunk, de talán mást, a halhatatlanság birodalmába való megérkezést...

A film szerint (is) létezik ez a megfoghatóságon túli, mégsem megfoghatatlan világ. Szinte észrevehetetlenek ezek a nyomok, és *„csak azoknak látható, akik tudják, hova kell nézni”*.

\* A Faun labirintusa (El Laberinto del Fauno, 2006, Guillermo Del Toro; Ivana Baquero, Ariadna Gil, Sergi Lopez)

## SZEREPEK – ÉLETEK

*„Az érzések erősödésével következett be az újabb meglepetés. Ugyanis, egy érzetszinten megjelenő valóság épült fel körém, vagy más képpel fogalmazva: egy adott személyes valóság érzetvilágába kerültem bele. Olyan, mintha a szereplő életének érzelmi mintáját „le lehetne olvasni”, megismerni az érzelmeink által, így azt átérezhetjük, abba beleélhetjük magunkat. Ez az érzelmi minta a szereplő életének (vagy legalábbis annak bizonyos lényeges aspektusának) az érzelmi tanulsága, esszenciája volt.”*





Kezdetben meglehetősen szkeptikus voltam a Hellinger-módszerrel szemben. Csak néhány beszámolót ismertem, illetve a „Hellinger Budapesten 2006” felvételből kb. az első órát láttam. Külső szemlélőként első pillantásra a módszer eléggé ad-hoc-nak tűnt (pl. „ez itt egy halott” kijelentés), ötletszerűnek, hogy a vezető mit mivel azonosít, és hogyan mozgatja az embereket. Ugyancsak ötletszerűnek látszott, ahogy a szereplők mozognak, a mozgások pedig gyakran túljátszottaknak tűntek. Később mégis részt vettem segítőként családállításban, kíváncsiságból, az egészet inkább játéknak tekintve.

Csak néhány szó vázlatosan arról, hogyan is történik mindez: A *kliens* elmondja néhány szóban a problémáját a családállítás *vezetőjének*. Olyan problémák, történések ezek, amelyekről feltételezhető, hogy van bennük valami ismétlődés, minta, esetleg azok oka egy, a családban, többnyire másokkal történt korábbi esemény vagy eseménysorozat által okozott trauma. A vezető a kérdéseivel megpróbálja pontosítani a problémát, illetve, hogy az a család történetében mely szereplőkhöz kapcsolódhat. Ezután megkéri a klienst, hogy a többiek, a *segítők* közül adott szereplőknek válassza ki a képviselőit. Ezek lehetnek élő vagy holt, akár pontosan nem is ismert személyek, de lehetnek absztrakt fogalmak is. Ezután elkezdődik a *szereplők*, vagy más néven *képviselők* között egy mozgás, elindul egy történés.

Menet közben a vezető kisebb-nagyobb utasításokat adhat a szereplőknek. (Hellinger kezdetben szorosan irányítása alatt tartotta a kialakuló történetet, később viszont egyre nagyobb szabadságot adott a szereplőknek.) A mozgások közben a vezető új szereplőt állíthat be, vagy kiemelhet a történetből egy képviselőt, feltételezve, hogy nincs szorosan köze a problémához. A mozgások, a kialakuló történet megvilágíthatja a probléma forrását, vagy ott – a vezető instrukciói alapján – lejátszhatók a megoldást segítő cselekvések is (pl. kimondani valakinek valamit, stb.).

Amikor szereplőként beválasztottak, próbáltam függetleníteni magam az egyéni gondolataimtól, próbáltam azokat kiszűrni és a valóban megjelenő érzésekre figyelni. Kezdetben sejtelmesek voltak az érzések, majd nagyon kis mértékben, lassan erősödtek. Különös preferenciaként jelentek meg, pl. egy hely, egy pozíció valamiért előnyösebbnek tűnt, egyre jobban vonzotta a figyelmemet, kezdetben még nem is azonosíthatóan, hogy miért. Majd megjelent az az érzés, hogy pl. egy adott helyre kellene állni. Normál gondolkodásom esetén az egyedi ötletek általában „szórásként” jelennek meg, amikor is több alternatíva merül fel, és csak egy gondolkodási folyamattal lehet kiválogatni, hogy melyik lehet a jó. Itt azonban csak egyetlen hellyel, vagy egyetlen pozícióval kapcsolatosan kezdett el erősödni az érzés, a többivel kapcsolatban nem. Annyira törekedtem arra, hogy kiszűrjem a saját gondolataimat, hogy egyes homályos

érzések esetén néha inkább nem cselekedtem, nehogy belehamisítsak a történetbe.

A felmerülő érzések tehát preferenciaként, adott dolog előnyösebb voltának érzéseként jelentek meg, mely érzés kezdetben homályos volt, majd egyre erősödött, illetve egyetlen dologra, pozícióra vonatkozott, nem pedig alternatívákra (mint tudatos esetben). Egyben ez a preferencia a jelenlegi helyzet kényelmetlen voltának erősödését is jelentette, így egy olyan kényszerként jelent meg, amely a jelenlegi kellemetlen helyzetből egy másikba való átmenetet sugallt. Számomra ez azt is jelenti, hogy egy hasonló módszer alkalmas lehet ennek a belső sugallatnak a figyelésére, amely sugallatok így leválaszthatók a saját gondolatokról. Azaz alkalmas arra, hogy megkülönböztessük belső sugallatainkat a saját gondolatainktól.

Az érzések erősödésével következett be az újabb meglepetés. Ugyanis, egy érzetszinten megjelenő valóság épült fel körém, vagy más képpel fogalmazva: egy adott személyes valóság érzetvilágába kerültem bele. Kicsit olyan volt, mint a kábítószer hatására történő „világfelépülés”; akkor (kórházban, fájdalomcsillapításra adott morfium hatására) egy adott valóság bontakozott ki és „szilárdult rá” a valóságra, azonban azok az emlékek nagyon gyorsan törlődtek is. Itt az érzetek erősödtek fel lépésről lépésre. Kicsit hasonló ez, mint írás során egy elképzelt világ felépítése, de itt nem a képzelet egyre részletesebb megteremtése történt, hanem mintha egy tárgyat lehetne körbejárni, egyes részeit egyre

inkább megfigyelni. A bővülő részletezettség érzése azonban ugyanolyan volt. Az érzésvilág egyre erősebb lett és esetenként olyan szintet ért el, amely már egy élmény-álom („nagy-álom”) intenzitásának felel meg. Olyan, mintha a szereplő életének érzelmi mintáját „le lehetne olvasni”, megismerni az érzelmeink által, így azt átérezhetjük, abba beleélhetjük magunkat. Ez az érzelmi minta a szereplő életének (vagy legalábbis annak bizonyos lényeges aspektusának) az érzelmi tanulsága, esszenciája volt. Erre az átérzési szintre való feljutás volt a legmegdöbbentőbb élmény.

A módszer tanulsága számomra a megidézhetőség lehetősége és a módszernek az absztrakt-objektív-jellege volt. A *megidézhetőség* a szerep felidézhetőségét és átélhetőségét jelenti, azaz így a szereppel kapcsolatos információ birtokába lehet jutni. Az *objektivitás* azt jelenti, hogy az így kapott információk egy része közvetlenül ellenőrizhető is volt, azaz valóban arról a szerepről sikerült tudást szerezni. De az objektivitás csak *jellelként*, a szubjektumon (ebben az esetben rajtam) átszűrve jelent meg, mert az észlelésekbe esetenként belezavartak saját életem személyes élményei. A képek így néha elszíneződtek, kicsit torzultak. Az élmények észrevehetően nem a racionalitáson keresztül fogalmazódtak meg, hanem absztraktabb módon. Ez, az *absztrakt-jelleg* azt is jelenti, hogy az információk csak nagyjából voltak pontosak, illetve esetenként csak egy adott absztrakt fogalomig egyeztek meg az ellenőrizhető valósággal.

Számomra ezek az élmények azt is jelentik, hogy egy, ehhez a módszerhez hasonló technika olyan módon is felhasználható, hogy megismerjük belső hangunk működését, annak üzenetei azonosíthatók legyenek és szétválogathatók egónk ötleteitől. Ez a belső hang általában sejtelmes érzések alapján szólal meg, és a leggyengébb esetben kényelmetlenségek, ill. preferenciák útján fejezi ki magát. Egy hasonló módszer alkalmas lenne arra, hogy ezeknek a legbelső preferenciáknak a hangját azonosítani tudjuk és el tudjuk választani egónk burkának, szerepeinek megkövült álpreferenciáitól és érzéseitől.

Az álmoktól abban tér el egy ilyen érzelmi minta átélése, hogy ilyenkor a tudat és a racionalitás ugyanúgy működik – mintha két szinten működne az elme –, alapvetően nem résztvevője, de szemlélője az eseményeknek, nincs elhomályosulva, mint pl. álmodás közben.

Ahogy az a következő esetekből is kiderül, a segítőként számomra megjelent képek és más észlelések lehetővé tették, hogy a racionalitáson túli módon észleljek egyes életeteket, helyzeteket, sőt, esetenként transzcendens fogalmakat. Az élmények rám így elsősorban a SZELLEMISÉG működésével kapcsolatos, illetve METAFIZIKAI vonatkozásaival hatottak. Tudomásom szerint MÁΣ NEM LÁ-TOTT HASONLÓ KÉPEKET. Úgy gondolom, hogy az álomszerűsége, szimbolikussága keresztül egy nem-racionális közlési módnak, egy „TELJES-NYELVNEK” az

eszköztárát láttam meg. Számomra ezek az élmények egyben a Paál Zoltán féle Arvisurák igazolásai is voltak.

HANGSÚLYOZNI szeretném, hogy az észleléseknek csak töredékét tudtam ellenőrizni, így a leghelyesebb, ha mindezt bizonyos részben, sőt, inkább nagyobb mértékben a KÉP-ZELET világának tekintjük, és nem a tényleges igazságnak.

A személyiségi jogok miatt több esetet (kb. a felét), illetve egyes esetek bizonyos részleteit, és többnyire a tanulságait is ki kellett hagynom. Általában ugyancsak elhagytam a többi szereplővel kapcsolatos történeteket. A kliensek mind hozzájárultak az esetek közléséhez – köszönet mindegyiküknek.

## Élet és tulipánok

Az első szerep, egy idős néni, a kliens dédmamája volt, akinél – úgy érzem – életének egy kulcsélményét, annak egy alapvető érzelmi mintáját esszenciálisan át tudtam érezni. A kliens elmondása szerint a néninek sok (talán 10-11) gyermeke volt, akik közül sokan hamar meg is haltak.

Lassan erősödő érzéseim szerint a néni számára a születés, a mindennapi munka, és a halál is mind a természet rendjéhez tartoztak. A néni tette a dolgát, és mindezt, a gyerekek és a férj körüli munkát, az élet szolgálatát, de a korai halálokat is az élet rendjének érezte. Azért is tudta mindezt könnyen

megtenni, mert bármikor – akár munka közben is – egy-egy pillanatra át tudott emelkedni egy álomszerű világba. Nem álmodozás volt ez, hanem egy tiszta transzcendentalitás érzése, amelybe bármikor át tudott lépni (például, amikor mosogatás után a kötényébe megtörli a kezét), és így a hétköznapi világot egy különös bölcsességgel, felülemelkedve, de mégis annak teljes résztvevőjeként tudta tekinteni. Ehhez a másik látáshoz egy határozott, emelkedettebb érzés kapcsolódott és egy kép: a tavaszi szélben hullámozó mezők és a tulipánok. A tulipánok, amelyek tavasszal nagyon hamar kinyílnak, majd gyorsan elhervadnak, de szépséget hoznak, és ez a szépségélmény emlékként utánuk is itt marad. És elhervadásuk ugyanúgy az élet rendjéhez tartozik.

Kicsit később beállították szereplőnek a néni egyik lányát, aki későn ment férjhez, majd a férj nagyon korán meghalt. A szereplő szinte sértődötten kérte ezt a halálesetet számon anyjától, a nénitől, hogy hogyan tehetett vele ilyet az élet... Aki azonban – az érzéseim szerint – nem is értette mindezt az érzést, hiszen számára a halál is az élet rendjéhez tartozott.

A kialakuló történetben egyszer csak éreztem, hogy a néni meghalt (érzéseimet követve le is feküdtem a földre). Ekkor a néni érzete anyagtalanabbá és könnyedebbé vált, miközben átkerült, felemelkedett ebbe a transzcendens világba, a tavaszi mezőre és a hullámozó tulipánok közé. Ugyanakkor a lénye kicsit itt is maradt és gondolataival „átölelte” a csa-

ládját; az unokája (azaz a kliens képviselője) érezte is a néni halála után a jelenlétét, mintha még mindig itt lenne.

A klienstől kiderült, hogy a nagymama kedvenc virága a tulipán volt, és ő (a kliens) a kertjében is sok tulipánt ültetett.

### Munkával eltöltött élet

Ez a szerep egy apa volt (a kliens nagyapja), akit a felesége elhagyott. Velem, az apa szereplőjével szemben állt a kisfia szereplője, várakozón és elvárással nézett rám. Érzésem szerint az apától a kisfia nagyon várt valami érzelmi támogatást, amit azonban az apa nem adott meg. A lassan erősödő érzéseim szerint az apa úgy gondolta, hogy az ő dolga, hogy dolgozzon és megteremtse megélhetésük feltételeit, s ez az érzelmi támogatás a nők dolga. Később lett egy új felesége (kicsit különös fogalmazás, de elég pontos a bennem felmerülő érzésre), a fia azonban továbbra is az apától várta az érzelmeket, aki ezt már egyre érthetlenebbnek találta, hiszen van már nő a háznál, és neki, mint férfinak a dolga a munka. Valójában az apának nagyon kevés érzelmi igénye volt. Ugyanakkor rendkívül szeretett dolgozni, mert a munkájával megbecsülést kapott és jó módot tudott a családjának teremteni. Úgy érezte, hogy az új felesége is részben emiatt a jó mód miatt választotta őt, és büszke volt erre, hogy milyen „jó parti”, vele milyen jól járt a felesége.



Az új feleség szerette volna a fiúnak az érzelmi biztonságot nyújtani, de a fiú egyszerűen nem tőle várta ezt.

Érzéseim szerint az apa mindig mozgásban volt, mindig csak ment és ment dolgozni. A kliensből később kiderült, hogy az apa állatorvos volt, és valóban folyamatosan ment a legkülönbözőbb helyekre, ahova éppen hívták. És, hogy valóban jó életmódot folytattak, például sokat utaztak külföldre, vagonokba kerülő utazásokon vettek részt.

Az apa szereplőjeként a munkával kapcsolatos alapérzetem az volt, hogy mindig megy és megy dolgozni, de később ez átalakult azzá, hogy egy „műhelyben” az asztal fölé görnyed és ott csinál folyamatosan valamit. A kliens később elmondta, hogy számára az apa szerepére később rávetült a fiának (a kliens apjának) a szerepe, aki felnőttként szintén sokat dolgozott. Az asztal fölé görnyedésre és a kézzel végzett munkára azt hittem, hogy cipészi munka (egyik ágon a nagyszüleim nyugdíjasként szandálok bőrrészét készítették). A kliens elmondta, hogy valójában a fiú kutatóorvos, gyógyszerkutató volt, folyamatosan egy laborban dolgozott és szintén nagyon kevés időt töltött a családjával.

A kliens rákérdezett, hogy ez a szerep (a nagyapa és az apa) üzen-e valamit a számára. Ez az üzenet az volt, hogy „*ne dolgozzon annyit*”, mert az apa és nagyapa alapvetően kisebb érzelmi igényű volt, és az izgalmat elsősorban a munkában találták meg, neki, a kliensnek azonban sokkal nagyobb az érzelmi igénye.

## Máshol

Ez a szerep egy apáé volt. Az érzet lassan alakult ki, majd kicsit megerősödött, hogy a szobában egy adott helyre álljak át. Itt a fiú (képviselője) szembe próbált velem, az apával nézni, mire mosolyognom kellett, szinte kinevettem. Közben – szokás szerint, többnyire csukott szemmel – próbáltam azonosítani, hogy milyen érzés merül fel, és eközben a fiútól el, a fal felé fordultam. A szoba túloldalára, a szemben lévő falra sütött a kora délutáni nap. A belső szemem előtt lassan megjelent egy fénykúp, mintha az éjszakában mennék valahova, s az előttem lévő sötétségbe csak ez a fénykúp – ami talán egy lámpás fénye – világítana. Úgy éreztem, hogy az apa folyamatosan ebben a pillanatban él, gondolatban mindig ezen az úton megy, ez foglalja le. Később úgy éreztem, hogy ez a fénykúp talán egy autó fényszórójának a fénye, ahogy a férfi éjszaka megy az elhagyott úton. Lassan megjelent egy egyszerű, régies ajtó, majd az ajtón túl egy kisháló, a túlsó falán egy ablak, virágos függönnyel, és az ablak mellett jobbra egy ágy. Próbáltam kivenni, hogy mi volt az ágyon, de azt már nem láttam – vagy el volt fojtva, vagy már nem az én dolgom volt.

Az apa az életében folyamatosan ebben a pillanatban élt. Láttam, ahogy ül egy nagy, masszív asztalnál, szívja a cigarettát, a szeme látszólag a semmibe réved, de valójában ezt

az éjszakai utat látja. A kliens később elmondta, hogy valóban ez volt az apja szokása, hogy egy nagy, masszív íróasztalnál ülve cigarettázott, maga elé tekintve.

Mivel az apa mindig ebben a pillanatban élt, a fia is kívül esett a figyelmén, aki viszont szeretne volna, ha segít neki a problémájának a megoldásában (amely problémát nem sikerült azonosítani). Az apa mindössze arra gondolt – kis büszkeséggel –, hogy a fia „erős fiú”, és el fogja bírni ezt.

## Egyetlen villanás

Ez a szerep egy nem azonosított halott volt, aki talán lényeges a probléma szempontjából. Itt, a „belső szemem” előtt nem alakult ki semmilyen kép, csak a körülölelő sötétség jelent meg. Majd egyetlen villanás, mintha egy villám cikázása hasított volna a sötétség szövetébe, és mint-ha ez is lett volna mindennek a vége. Kezdetben nem értettem, hogy mi lehetett ennyire fontos a villanásban.

Először hanyatt feküdtem le a padlóra, de aztán úgy éreztem, hogy jobboldalamra fordulva össze kell görnyednem. Rájöttem, hogy ez a szerep egy meg nem született gyermeké – rendkívül rossz érzés volt, hogy soha nem volt rá lehetőségem, hogy kiegyenesedhessek.

Szerencsére ezt a szerepet hamar levette rólam a vezető, mivel úgy tűnt, hogy a problémához kevés köze van.

## A rémálom szelleme

A kliens elmondása szerint heti rendszerességgel éjjelente rémálmai vannak, hogy megjelenik egy rém, érzése szerint bántani akarja, hozzáér, amire ő felébred. Emiatt több éve lefekvéskor nem mer az ajtónak hátat fordítani, ragaszkodik ahhoz, hogy az ajtó be legyen csukva, sőt, ha lehetséges (pl. kollégiumban), az be is legyen zárva.

A kliens engem kért meg a rém szerepére, amitől először eléggé tartottam, hogy pontosan milyen érzések fognak felmerülni bennem, illetve, hogy milyen képeket fogok látni.

A vezető a kliens szereplőjét lefektette a földre és engem melléje állított. Érzeteim alapján el kellett mozdítani a kliens szereplőjét, hogy én a lába irányában álljak. Ezután el kellett távolodnom a klienstől, majd meg kellett kérnem, hogy mégis forduljon át a másik oldalára, nekem háttal – bár a kliens hangsúlyozta, hogy soha nem fordítana az ajtónak hátat. Én tehát a kliens fekvő szereplőjétől a lába irányában kb. 3 méterre álltam, kb. 1 méterrel balra, és a szereplő hátára láttam rá. A valóságban mögöttem az ablak volt, s az azon besütő délutáni nap fénye. Ekkor éreztem úgy, hogy egy sötét szobának az ajtajában állok, mögöttem a kinti világosság – pontosabban, hogy az ajtó kinyílásával „betör” a fény. Előtte, kicsit jobbra, a falnál az ágy, amin a szereplő, a kislány fekszik.

Miután ezt a helyzetet sikerült beállítani, nagyon lassan elkezdtem érezni egy furcsa érzést. Ez a szerep nem tűnt emberinek, inkább egy különös energiának, amely ismétlődve megjelenik az ajtó nyitásakor.

Meglepetésemre ez az energia nem volt rossz szándékú, sem ellenséges. Az energia érzete átfejlődött egy olyan érzésbe, hogy ez a valami csak meg szeretné nézni, hogy a kislány jól van-e, s ezért mindig odamenne a kislányhoz, és megfogná a jobb vállát (amely így most felülre esett). Mivel ez, hogy mindig odamenne, ismétlődő tevékenység lett volna, illetve egy egyszeri cselekvésnél gyengébb töltetű, ezért nem mozdultam, hanem továbbra is mozdulatlanul álltam.

A vezető behívta az apa szereplőjét. Az apa szeretettel és aggódással fordult a kislánya felé, a „rém” felé pedig erős dühöt érzett. A szerepem szempontjából ez teljesen érthetetlen volt, mivel belül úgy éreztem, „megtettem, amit meg lehetett”, másrészt pedig én csak mindig ellenőrizni akarom, hogy a kislány jól van-e.

Hamarosan újabb meglepetés ért, mert úgy éreztem, mintha egy fehér köpeny lett volna rajtam, és a kislány állapotának ismétlődő ellenőrzése olyan, mint amikor egy orvos ellenőrzi egy gyógyuló betegének az állapotát.

A vezető közben kérdezgette a klienst, többek között nagy betegségekről, s a kliens elmondta, hogy nagyon nehezen született meg, a jobb karja eközben meg is sérült.

Az az érzésem támadt, hogy mindez a félelem a születéskor történt traumából származik. Érzésem szerint a kislány lábbal előre született (ezt nem sikerült ellenőrizni). A születéskor megjelenő, felvillanó fényhez hozzákapcsolódott a fájdalom és szenvedés döbbenete.

Úgy éreztem, a következő történt – bár mindezt nem lehet ellenőrizni: A szerepben alapvetően háromfajta minőséget éreztem. Az első az orvos konkrét, emberi szerepe volt. Az orvos úgy érezte, megtett mindent, amit lehetett; a születés ilyen szerencsétlenül alakult, s ezért ő nem hibás, és épp ezért érthetetlen a számára, hogy az apa őt hibáztatja (időbeli sorrendben ezt a minőséget utoljára éreztem). A másik minőség már sokkal elmosódottabb, energiaszerűbb volt. Valahogy megteremtődött ez az energia, amely főleg a sötétben megnyíló ajtóhoz, s az azon be villanó fényhez kapcsolódott, amely rémisztőleg hatott a kliensre (időbeli sorrendben először ezt éreztem). Ezt az energiát főleg az apa folyamatos dühe és hibáztatása tartotta fent. Ez, az energiába táplált folyamatos érzelmi töltés végül bevonozta a harmadik minőséget, amely valóban az orvoshoz tartozott. Az orvostól egy energiát idézett meg, aki csak egy dolgot akart, hivatástudatának megfelelően orvosként ellenőrizni akarta a lány állapotát, hogy annak a jobb karja hogy van. Ennek az energiának a közeledése a kliensben összekapcsolódott a fájdalom és a rémület érzésével, ezért folyamatosan halálra rémisztette a klienst.

Számomra ennek a szerepnek a meglepetése az volt, hogy érezhettem, ahogy egy nem emberi, hanem alapvetően szellemi energiából álló entitáshoz milyen érzet kapcsolódik.

## **Domboldal, fenyők**

Ez a szerep általánosságban volt „valami, ami kapcsolatban van a problémával”.

Lassan olyan érzés fogott el, mintha egy domboldalról néznék le; előttem a lejtő, amihez lent két oldalról két domb íve csatlakozik. A baloldali dombon lassan megjelent egy erdő, mégpedig sajátos fenyőfákkal. Nem a szép, Karácsonykor árusított fenyőfák erdeje volt, hanem olyanok, amely ágai a törzs mellett lógnak és csak az ágak végei távolodnak el egy kicsit ívben a törzstől. De épp ezért ezek a fák, ez az erdő a természetességet, valamiféle ősiség erejét sugározták. És egy kis szomorúságot.

Mivel a többi szereplőben nem kapcsolódott érzet ehhez a szerephez, ezért néhány perc után ezt a szerepet a vezető kivette a történetből.

## Pénz, pénz...

Az állítás során most is egy, a pénzzel, az anyagiakkal kapcsolatos probléma került elő.

Nem voltam szereplő, de megpróbáltam ugyanabba a kiürített-gondolattalan, ugyanakkor koncentrált állapotba kerülni, mint máskor szereplőként. Hirtelen úgy éreztem, hogy beleláttam a kliens tudatalattijába, pontosabban: megláttam a tudatalattijának a pénzről alkotott képét. Ez egy nagy (kb. három-négyszáz négyzetméteres) és magas (kb. tízméteres) sötét barlang volt, maga a „kincses barlang”, aminek telis-tele kellett volna lennie kincsekkel. Ehelyett az egyik oldalon volt mindössze egy kis, félméteresnél nem sokkal nagyobb kupac a csillogó fényű, vastag, viszonylag nagyobb méretű pénzérmékből. Az egészhez a „van, de csak ennyi van” érzése kapcsolódott.

Kicsit később a „pénz” képviselője a történet során leguggolt, és így pontosan akkora lett, mint az általam látott pénzhalom.



## Meghalni

Ebben a szerepben egy halva született kisfiú voltam.

Az első érzet nagyon lassan jelent meg, talán vagy tíz perc után. A kisfiú az anyukája hasában volt, és ott egy, alapvetően differenciálatlan érzést él át, egy elmosódó, szétfolyó, majdnem lebegő, álomszerű, „homályos” érzést, amely alapvetően kellemes volt, nem rossz, de nem is különösebben jó. Az egységesség érzését, amely azonban független az anyukától, hiszen ott bent a baba függetlenül mozoghatott, ugyanakkor mind fizikailag, a köldökzsinóron, mind lelkileg össze volt kapcsolódva az anyukával.

Valamivel később a fuldoklás érzését kezdtem érezni. Ez egyrészt az oxigénhiány érzete volt, másrészt az, hogy valami a nyakam köré csavarodik, és egyre erősebben szorít. A fuldoklás érzete néha elmúlt, majd újra visszajött. (A történetre kevésbé figyeltem, mivel úgy tűnt, a kisfiúnak ahhoz kevés köze van, inkább az érzéseket próbáltam azonosítani.)

A fuldoklás érzése kicsit felerősödött, majd a kisfiú lelke kiszállt a testéből. Ez olyan érzés volt, mintha lassan, majd egyre gyorsulva elkezdett volna felfelé emelkedni. Felette egy tölcsérszerű, lefelé ívben szétnyló, szétterülő, felfelé viszont rohamosan szűkülő járat volt, amelyben egyre gyorsulva emelkedtem, miközben mintha néhány dolgot „leszedett” volna rólam ez a járat, azok mögöttem lema-

radtak, és így egyszerre valahogy tisztábbá váltam volna, és csak a lényegem, csak a tiszta lényegem maradt volna meg, amelyhez a tiszta egyszerűség érzése is kapcsolódott. Ez nagyon gyorsan zajlott le, nagyon kevés dolog maradt hátra. (Hiszen mi rosszat tehetett volna, milyen ráragodott dolog terhelhette volna a meg sem született kisfiút...) Majd a pár pillanat után felkerült ez a tiszta, esszenciális lélekenergia valahova – talán az égbe. Kicsit később a szoba szélére mentem és ott ültem le, hiszen kikerültem a történetből. Ezután pár perccel kifelé fordultam. Bizonyos szintig kapcsolatban maradtam az élőkkel, de az már nem az én történetem volt. A fent létezés érzése és a „lentiekkal” való kapcsolat is álomszerű, lebegő érzést jelentett, az élők felé egy elfogadást, átölelő lelki támogatást – akármit is tesznek azok – a tisztán áramló, átölelő szeretet érzését.

Csukott szemmel próbáltam azonosítani, illetve az emlékezetembe vésni ezeket az érzéseket, amikor éreztem, hogy egy női szereplő mellém ül. Ekkor a nő felé erősebben jelent meg ennek az áramló szeretnek az érzése, illetve azt éreztem, hogy az ölébe hajtanám a fejem, a hasához, hiszen oda tartozom (nem tettem meg). (Érdekes, hogy a baba elsősorban a fejével azonosította önmagát, a testét és a végtagjait is inkább csak a fejhez kapcsolódó – bár szükséges – „kiegészítőkként”, nyúlványokként érezte.) Kinyitva a szemem láttam, hogy a baba anyukájának a szereplője ült mellém. Az anyuka a vállamra tette a kezét. Pár pillanat múlva a kezemmel megfogtam a kezét.

## A Krisna Szellemiség

A kliens elmondta, hogy úgy érzi, problémája van az anyagakkal: a vállalkozása nem úgy megy, ahogy szeretné, és ez valószínűleg belső, lelki okok miatt történik. A vezető kérdéseire elmondta, hogy egyrészt az anyukája részéről folyton azt hallja, hogy „nincs pénz”, meg hogy a pénz minden rossznak a forrása itt a földön. Az apja is mindenre azt mondja, hogy arra nincs most pénz, ugyanakkor a legmeglepőbb pillanatokban vásárol a saját maga számára bizonyos dolgokat (például elektronikai készülékeket, „kütyüket”). A kliens elmondta még, hogy a spiritualitás is megérintette (ennek a módját akkor nem részletezte), és talán a szellemiséget és az anyagi világot nem tudja összeegyeztetni.

A vezető kérte, hogy a kliens válasszon szereplőket önmaga, az anyuka, a nagyravágyás (?), és a baj szerepeire – ez utóbbi lettem én. „Bajként”, csukott szemmel próbáltam azonosítani az érzéseket, amelyek most is elég sokára, vagy tíz perc múlva jelentek meg. A kezdetben homályos érzés egyre erősödött, és egy hihetetlen erős, forrongó energiaként töltötte fel a testemet: a pulzusom felgyorsult és vadul elkezdett verni a szívem. A kliens szereplője az anyja és a nagyravágyás között állt, én a kliens szereplője mögé mentem és a karommal átfogtam a nyakát (miután szóltam neki, hogy ne ijedjen meg). Valójában mindkét karommal át kellett volna fognom, mint egy folyondár ráfonódnom,

majdnem (de csak majdnem!) fojtogatnom, miközben ez a szörnyű erejű energia feltöltött és oda-vissza örvénylett bennem. Sőt, a kliens szereplőjét a földre le kellett volna térdeltetnem vagy ültetnem, amit könnyen meg is tehettem volna (hátról a térdénél megbiccentve), de nem akartam a klienst még jobban megijeszteni. Ezt, hogy a földre kellene levinnem a szereplőt, elmondtam a vezetőnek, de ő nem mondta, hogy tegyem meg. Saját véleményem szerint meg kellett volna tenni, mert akkor talán tisztábbá vált volna a kép erről a „bajról”.

Az anya szereplője és a „nagyravágyás” is megpróbálta lefejtetni a kezem, sikertelenül (pedig a nagyravágyás képviselője magasabb és erősebb alkatú, de engem ez a belső energia is feltöltött). Mivel itt megállt a történet, végül elengedtem a kliens szereplőjét, és megpróbáltam jobban azonosítani, hogy mi is ez, amit a kliens „bajnak” tart. Ugyanis ez az örvénylő energia, ami a lányt folyondárként körbefonta, alapvetően nem volt negatív, csak valahogy negatív színezetet kapott. Először arra gondoltam, talán a lány egy erős szellemi elhívást kapott, amit ő visszautasított, hogy egy racionálisabb, a modern életmódunkhoz jobban illeszkedő és így könnyebben megélhető úton induljon el. Ez az energia ugyanis egyre tisztábbnak tűnt, de mindenképpen emberfölöttinek és a valóságnál tisztább és magasabb rezgésűnek. Mindenképpen szellemi energiának, ami egy esszenciális, koherens (és nem turbulens), így tiszta, örvényektől mentes áramlás volt.

Lehunyt szemmel próbáltam azonosítani az energiát. A történet, illetve a többi szereplő játéka más irányba ment, ezért inkább befelé próbáltam figyelni. Valamiért engem egy nagyapának azonosítottak, akit a kliens nem is ismert (?). Érzésem szerint az én szerepemnek semmi köze nem volt a nagyapához, és ha azt rám is akarták „rakni”, ennek a szellemi energiának annyival – a nagyságrendek nagyságrendjével – nagyobb ereje-áramlása volt, így az nem engedte.

Az energia-érzetem tisztult és abban egy határozott férfias jelleget éreztem, de bármely világi nemiség-jelleg nélkül. A kiadás (és nem befogadás), a határozottság (és kevésbé az elfogadás) érzését éreztem, a stabilitást, ahogy a jelzőfény, a világítótorony áll, mutatja az utat, nem hajol le az utazók és útkeresők felé, de aki felnéz és látja ezt a fényt, annak mutatja az irányt. Nem babusgat-pátyolgat senkit, de aki feléje tart, azt várja. Szellemi energia volt ez, egy tiszta egyszerűség árama, amely szálait nem hajlítják, torzítják el az ego szándékai, egyszersmind ez az életenergia léptéke fölött volt, szinte elképzelhetetlen mértékben. Mindez, az érzet tisztulása, hirtelen, egy-két másodperc alatt megtörtént.

Arra gondoltam, hogy pontosabban fogom érezni ennek az energiának a mibenlétét, ha leguggolok, azaz legalább egyedül fogom folytatni azt a játékot, amit a kliens szereplőjével kellett volna tennem. Leguggoltam, majd sarokülésbe ültem, miközben a két tenyerem egymásba és az ölembe tettem, a két hüvelykujjam egymás mellett volt (valamiért nem az ujjvégek értek egymáshoz). Egy-két

pillanat múlva a gerincem aljáról egy hihetetlen erejű energia indult fel, lépegetett-áramlott felfelé a fejem tetejéig. Mintha egy atomrobbanás történt volna bennem, gyors ütemben, de a robbanás hirtelensége nélkül, a gerinctől indulva felfelé és oldalt szétterjedt, mintha feltöltött volna. Libabőrös lettem, a bőröm bizsergett, a hajam égnek állt (volna – ha rövidebb), mintha ott, a fejem tetején is kiáramlana mindez. Lehetségesnek tartom, hogy a Kundalini-kígyó aktiválódott: mindenestre elképesztő volt az energia mértéke, amely – úgy éreztem – még körülöttem is kiterjedt. Arra gondoltam, hogy a Buddha szellemiségét érzem – mindenestre nem tudtam máshoz hasonlítani a jellegét, ugyanakkor a valós élet bármilyen tettétől független volt ez a minőség, tehát ahhoz nem lehetett volna történést és cselekedetet sem kapcsolni. Én nem figyeltem a cselekményt, ennek az általam Buddha-szellemiségként azonosított energiának az érzését próbáltam az emlékezetembe vésni, amely még mindig ott áramlott bennem és – mintegy láthatatlan gömbként – a környezetembe is kiterjedt.

Kicsit később, (már nem a szereplő, hanem a helyére beállva) a kliens bekerült a történésbe. Ekkor a szerepem, még mindig a meditáció pózában maradván a kezét nyújtotta a kliens felé, mert úgy éreztem, ez a szellemiség várja a klienst. Természetesen a kliens választhat másik utat is, de ez az út is nyitva áll előtte. A kliens nem is törődött a kinyújtott kezemmel.

Bennem végig ambivalenciák voltak, miközben próbáltam azonosítani a felmerülő érzéseket. Hogyan lehet kapcsolatban az anya ezzel a szellemi energiával? (Határozottan éreztem, hogy ezt az energiát a kliens felé az anya közvetíti, de egy félresikerült, így félre is értelmezhető módon.) Hogyan lehet egy ennyire tiszta energia „baj”, vagy hogyan jelenhet meg bajként a kliens számára, esetleg hogyan lehet az az anyagi-problémáinak a (vélt) forrása. Amikor később a klienst megkérdeztem, hogy hogy értette, hogy a spiritualitás is „megérintette”, elmondta, hogy az egyik szülője Krisna-tudatú hívő volt. Az én értelmezésemben ez a szellemiség hívja (pontosabban, csak várja) a klienst. Ennek a szellemiségnek az útja csak egy irány, a kliens természetesen más úton is elindulhat. És bármilyen romantikusnak is tűnik ennek a szellemiségnek a követése, ezt valószínűleg igen nehezen lehetne beilleszteni a modern világunk nagyon is anyagi követelményei közé.

Később olvastam, hogy Krisna „az Istenség Legfelsőbb Személyisége”, „*Ő az elsődleges és eredeti élőlény*”, „*a legfőbb személy, aki személyesen és energiáin keresztül egyszerre jelen van mindenhol, miközben eredeti, örök, tudással és boldogsággal teli transzcendentális formájában mindig lelki világbeli lakhelyén tartózkodik*”. Krisnát a naphoz hasonlítják – ezt jelenthette az a határozottan férfi jellegű, de a nemiségtől mentes energia. És „*minden egyéni lélek az Ő szerves része*”.

## Gyilkos büntudat

Ez a szerep a „büntudat” volt, amelytől kezdetben meglehetősen tartottam. A lassan erősödő érzésemet követve le kellett térdelnem. Hullámozás ringatását kezdtem el érezni. Hogy tisztuljon a kép, kicsit én is követtem a mozgást, és jobbra-balra ringatóztam. Nagyon lassan megjelent a lassú, apró hullámokkal rezgő, csillogó víztükör képe (a Balaton képe is beugrott, de ekkor valószínűleg egy személyes élmény keveredett be), azonban ezt a víztükröt alulról láttam! Kicsit később éreztem, hogy vízbe fullva lebegek, ringatózok a víz felszíne alatt, látom a víztükroön átszűrődő fényeket, már csak igen gyengén kapcsolódva a testemhez, és eközben mellettem van az, aki mindezt okozta. Egyre erősebb hévvel és elkeseredéssel a „nem kellett volna” szavak ismétlődtek bennem, és ami különös volt, hogy olyan értelemben, hogy az elkövetőnek saját maga miatt nem kellett volna ezt megtennie, hiszen így önmagát zárta be a saját büntudatába, önmagátátkozta meg és tette így szerencsétlenné. Először azt hittem, hogy az érzés tisztán sajnálat a másik iránt, hiszen az érzéseim szerint a halott már „megszabadult”. Mégis, mindebbe a „miért tetted?” számonkérő dühe is belekeveredett. A halott tudata ebbe a kettős értelemben blokkolódott be, ezek körül forgott, abba nem tudott semmilyen más érzés sem beférkőzni.



## Vádló ujj

A kliensnek az anyjával kapcsolatban volt problémája – nem találta vele a hangot, a megfelelő viszonyulást. A kliens és az anya szereplője mellett én lettem felkérve az „akadály” szerepére, akit először a kliens a két szereplő közé állított. Csak sokára és csak alig érezhetően kezdett előjönni az az érzés, hogy nekem valahogy keresztbe kellene fordulnom (ketten – a kliens képviselője és az anya – a bal és a jobb oldalamon, az állítás „terének” két ellentétes szélén helyezkedtek el). A következő érzés az volt, hogy a földre keresztben le kellene feküdnöm, esetleg a kliens szereplője elé – de ez már tényleg bizonytalan volt. Lefeküdtem tehát a földre, hogy meglássam mindez hova vezet. (Az eddigi tapasztalataim alapján követni kell a lassan erősödő érzéseket, mert akkor lehet „tovább menni”, akkor nyílnak meg további sejtések.) A kliens szereplője hamarosan mellém ült, és simogatni, „piszkálni” kezdett, elmondása szerint fel akart kelteni, hogy végre játsz hasson velem. Hiába vártam belső képek megjelenésére, semmi ilyesmi nem történt. Ehelyett felgyorsult a pulzusom és már majdnem remegni is kezdtem. Rájöttem, hogy iszonyúan félek. Képet továbbra sem láttam, mindössze nagyon kicsinek, és minimális lét-energiájúnak éreztem magam. Később a kicsiség pontosodott (néhány milliméterre, talán centissé), illetve úgy éreztem magam, mintha a semmiben függnék fejjel lefelé. A

kliens és a vezető először arra gondoltak, hogy a kliens egyik (élő) testvére vagyok, de a kliens tudott egy meg nem született testvérről is. A következő erősödő érzést követve oldalra, a kliens képviselője felé fordultam és összegömbölyödtem, ekkor a gyors pulzust kiváltó félelem csökkent, majd elmúlt.

Közben a történés ment tovább. Én egy idő után azt éreztem, hogy kezd szétesni a testem és a létenergiám. Hanyattfeküdtem és az érzés így fekvé egy, a köldököm körüli forgásként jelent meg, amelyben leválnak, minden irányban szétmennek és semmivé válnak testem alkotói. Borzongató érzés volt így forogni, szétesni és semmi válni, semmivé, mert ez a baba még szinte semmilyen élményt és tapasztalást nem gyűjthetett, ami őt meghatározhatta volna, amelyek őt alkották volna.

A történés közben haladt és az apa szereplője mellém került, illetve megérintett, de felé semmilyen érzésem nem volt. Egyszer az anya is közeledni próbált felém, mire újra felgyorsult a pulzusom, és még az előzőnél is sokkal magasabb szintre csapott a félelem érzése. Az érzést követve ugyanúgy fekvé oldalra kinyújtottam a bal kezem és a mutató ujjammal vádlón rá, az anyára mutattam. Ennek a szerepnek az érzelmei nagyon homályosak, körvonalazatlanok voltak, de a vád, a „te voltál, te tetted” érzése rendkívül erős volt. Az anya megpróbálta megfogni az ujjam, de ez már elviselhetetlen érzés volt, ki kellett szabadítanom. Néhányszor ezt eljátszva, ez után az anya mellett ülő kliens szerep-

lőjének a kezét fogtam meg egy pillanatra – csak ő volt, aki várt engem, aki örült volna nekem. Majd elfordultam és visszafordultam magzatpózba.

A baba lélekben el akart távolodni az anyjától, akinek csak teher volt, és aki csak meg akart szabadulni tőle, az apjától, aki talán éppen csak elfogadta volna, és az egész világtól, ahol csak egy testvérkéje várta. Szinte észrevehetetlenül kicsi létenergiájával rövidke életéből egyetlen pozitív tapasztalásának emlékébe menekült vissza, abba a szinte csak egyetlen pillanatba, amikor még a semmiben függve, kibomló lehetőségek végtelenségeként élte meg az eljövendő életét.

## A gazda és a fehér csikó

Újra a pénzzel kapcsolatos probléma került elő. A vezető néhány kérdés után afelől érdeklődött, hogy volt-e a családban nagyobb vagyonnal rendelkező ember, esetleg olyan, aki elvesztette a vagyonát. A kliens elmondta, hogy a nagyapja vagyonos, sok földdel rendelkező gazda volt, sok embernek adott munkát. Az 50-es években azonban elveték tőle a földjeit és kuláklistára került. Később a nagyapának agyvérzése volt, és hosszú időn át mind jobban leépült testileg és szellemileg is. A vezető megkérte a klienst önmaga, a nagyapa és a vagyon szereplőinek a beállítására. Én kaptam a nagyapa szerepét.

Egy idő után úgy éreztem, mintha kint lennék a pusztában, körben, a horizonton is túl, a végtelenségig nyúló területen, mintha a Hortobágyon lettem volna (valójában a nagypapa földjei Bihari területen voltak). Még homályosan egy gémeskutat is éreztem a közelben, amit oldalról láttam, a kút hengere balra volt, az ágasa föléje magasodott (nagyapám régi gémeskútja épp fordítva állt).

A nagypapa szinte együtt élt a földdel, úgy érezte azt nem kihasználni vagy lerabolni kell, hanem azt gondozásra kapta. Lényének ez a gondoskodó, óvó energiája szinte körülölelte teljes környezetét, a földeket, növényeket, állatokat, de a családot és ismerősöket, vagy bárkit, aki erre tévedt, az ismeretleneket is. Úgy éreztem, ezt az érzést a legjobban úgy tudom kifejezni, ha a karjaimmal vízszintesen egy nyitott (kb. 3/4) kört formálok, amely körülöleli a környezetét, de nem zártan – ez nyitva van mindenki számára, legyen neki bármire is szüksége. A tenyereim kifelé hajlottak, hogy ennek a nyitottságnak megfeleljenek. Nagyon fontos volt, hogy ez a gondoskodás a karjaimnak a föld felszínének megfelelő vízszintességével fejeződjön ki.

Ott, a pusztán, ebben a horizonton túl terjedő, végtelennek tűnő térben a nagypapa engem leginkább egy, a környezetéből magasan kiemelkedő, szálfaegyenesen álló kopjafára emlékeztetett, amely mértékként, viszonyítási pontként szolgált mindenki számára, archimédeszi fix pontként olyan megbízhatóságot és stabilitást jelentett, amellyel akár a világot ki lehet a sarkaiból fordítani (de egy gazda sosem tenne

ilyet), s amibe bárki belekapaszkodhatott, amihez bárki egy időre „kiköthette magát”, nehogy eltévedt lóként elkószáljon és elveszen valahol a végtelenen túli semmiben.

A vagyon közben eltűnt mellőlem, de a nagyapát ez egyáltalán nem zavarta, mert azt nem a tulajdonának, birtoklása tárgyának tekintette, hanem vele egyenrangúnak, amit gondoznia kell. És a családja és környezete ugyanilyen „gazdagsága” volt, amivel ő ugyanúgy törődött.

Úgy éreztem, a nagyapa energiája csökken, ezért letérdeltem, de még ugyanúgy egyenes testtartással és nyitva ölelő karokkal. Az unoka képviselője közben fel akart rángatni. Valamivel később leültem és a karjaimat lejjebb kellett eresztenem a földre, de még mindig nyitva – a csökkenő életenergiáimnak megfelelően. Különös volt érezni, hogy pontosan milyen kéztartás felel meg ennek a befogadásnak. Közben zajlott a történés – én ülve és becsukott szemmel vártam, hogy történik-e még valami.

Egyszer csak erősebben „pillantottam” meg egy képet. A pusztán, a gémeskút közelében alkonyodott vagy talán vihar közeledett, de a nap sugarai még néha élesen bevilágítottak a felhők közül. És ebbe a mély, telített színű háttérbe balról befutott egy gyönyörű fehér lány-csikó. Lobogó kusza sörénye csak úgy repkedett, ahogy szinte táncolva lépkedett, a fiatalság repdeső energiájával játékosan ide-oda futott. A nagyapa talán leépült szellemileg, gyermekibb lett, de ezekbe a sokkal élénkebb, érzelmileg feltöltöttebb képekbe

került vissza. Olyan érzésem volt, hogy amikor a nagyapa még gyerek volt, ezt a kiscsikót kapta meg gondozásra, és benne önmagát is látta. Legbelül önmagával azonosította a kiscsikó fiatalságát, bohókás, játszadozó energiáit. Önmagához tartozónak, önön magával egylényegűnek, szinte önmagával azonosnak látta, így tanulta meg, hogy mit is jelent valaminek a gondoskodó gazdájának lenni. És mit jelent önmagának, a családjának és környezetének gazdájának is lenni. Gyönyörű volt ez a kép, szinte mint egy festmény, de egyben fájdalmas is, mert ez a kiscsikó a fiatalságot is jelképezte, annak repdeső energiáit és a jövő még kibontakozás előtt álló lehetőségeit, amely egyszer és mindenkorra, végérvényesen elvesztek az egyre magatehetetlenebbé váló nagyapa számára, aki közben az egyre egyszerűbb és elemibb érzések örvényébe csúszott vissza.

A kliens utólag elmondta, hogy nagyapjának sok lova volt.

### Charlie és a csokigyár

Ebben a szerepben ismét egy kliens nagyapja voltam. A nagyapa pékséggel, péksüteményekkel kapcsolatos vállalat igazgatója volt.

Egy idő után megjelent egy belső kép: egy gyárkapu, mögötte egy udvar, az udvar két oldalán kisebb épületek, a kapun túl pedig egy nagyobb méretű, hosszú épület, nagy ajtóval. Valamire emlékeztetett ez a kép. Hirtelen rájöttem,

hogy a Charlie és a csokigyár című filmben láttam hasonló épületeket (de az más, pl. sokkal nagyobb volt). Általában véve is jókedvűnek éreztem magam, de ekkor már nem bírtam visszatartani a nevetésem. Ekkor a kliens elmondta, hogy a nagyapa nagyon vidám ember volt, aki a tréfákat is nagyon szerette. A gyárépület kapuja nagyon vonzott, hogy vajon bent meglátom-e a csokigyártó „umpa-lumpákat”, de személyesen zavart, hogy az érzésekbe belekeveredik a film hangulata és a kettőt nem tudom szétválasztani. Mindenesetre nagyon vidám helynek láttam a vállalatot.

Nem bementem, hanem ehelyett a gyárkapun kiléptem az utcára és ott jobbra fordulva elindultam a járdán – a kliens elmondta, hogy errefelé kellett a nagyapának hazaindulni.

Otthon egy szinte letargikus feleség volt (nem mondhatom, hogy „várt”, mert nem várt, és azt se mondhatom, hogy „fogadott”). A kliens nem értette, hogy a vállalatot irányító nagyapát hogyan ugráltathatta a felesége, sokszor a legképtelenebb indokokkal. Például, a nagyapa felesége azt mondta, hogy fél a vasalótól, mert megrázza, ezért a nagyapával vasaltatott. Szinte semmit nem csinált otthon. A feleség képviselője állt a térben, de a nagyapa szemében csak feküdt, szinte magatehetetlenül az ágyon. És érzésem szerint azt gondolta a feleségéről, hogy „béna vagy, de meg tudom oldani”, és: ha egy gyárat tudok irányítani minden problémás helyzetével, mint igazgató, akkor ezt a helyzetet ne tudnám el-„igazgatni”? Az ő számára egyáltalán nem jelentett problémát a házimunkák végzése, „csak” éppen

emiatt sem tisztelni, sem komolyan venni nem tudta a felelősségét.

Úgy éreztem, a nagypapa otthon van, és ekkor leültem egy székre egy jellegzetes pózban, a jobb lábamat a másikon keresztbe téve, a jobb oldalamat kicsit előre fordítva, a jobb karomat pedig magam elé, az ölembe téve.

Mivel úgy tűnt, a történéshez nincs sok köze a nagypapának, ezért a vezető kivett a szerepből.

### Ősök tisztelete

A kliens által felvetett probléma az volt, hogy nem tud nemet mondani a különböző családi és – talán emiatt – más kérésekre, sosem azt teszi, amit valójában szeretne, így valójában nem is tudja, hogy mi is az, amire igazán vágyik. Például, minden héten meg kell látogatni a nagymamát és segítenie kell neki.

A vezető az „Ősök tisztelete”-ként állított vissza a történetbe. Ugyan rákérdeztem, hogy általában véve vagy a kliensnek a tiszteletét képviseljem-e, és a vezető ez utóbbit mondta, én mégis általánosnak éreztem a szerepet. Véleményem szerint az archetípus annyira, nagyságrendekkel erősebb, hogy a megjelenést teljesen „átvette”, és elnyomta a kliens szempontját.



Az „Ősök tiszteleteként” egy kis idő után úgy éreztem, hogy az egy csoportban álló, a családot jelentő nagymama és másik két szereplő, valamint a velük ellentétes oldalon elhelyezkedő kliens képviselője közé kell állom. Majd két oldalra félig felemeltem a kezem – mivel össze kellett volna kötnöm a családot és a kliens képviselőjét. A családot elértem, de a kliens képviselője a karjait összefonva és kicsit távolabb húzódva állt.

Az „Ősök tiszteleteként” elemi erejű, szinte már közhelyszerű mondások jutottak az eszembe, szintén absztrakt módon, amit kicsit nehezen lehetett lefordítani magyarra. Az alapvető üzenetet végül így sikerült megfogalmaznom: „Tisztelned és ismerned kell az őseidet, hogy tudd, milyen vagy, milyen lehetsz, és milyen ne legyél”. Ebben közvetve benne volt az őáltaluk végigélt életutak és azok tapasztalatainak megismerése és elismerése is.

A kliens elmondta, úgy érzi, a családja a tisztelet nevében kényszeríti olyan dolgokra, amit ő másképp tenne. Az „Ősök tiszteleteként” bennem a kliensnek válaszként pedig ez fogalmazódott meg: „Nem tiszteled az őseidet, ha nem a saját utadat járod.”

## Paplan-tenger

A kliens a párkapcsolati problémáiról kérdezett. Ebben az esetben a „kliens párkapcsolata” szerepet kaptam.

Egy idő után a klienssel kapcsolatban inkább távolságot kezdtem érezni. A történet alapvetően a kliens képviselője és anyja között játszódott, így volt időm, hogy befelé kezdjek figyelni. Nemsokára a „belső szemem” előtt megjelent egy vázlatos kép. A kliens a hálósobában, az ágyában fektült, én pedig, mint a párkapcsolata, kintről, távolról és kicsit tehetetlenül figyeltem. A hálósobában az ágy az ajtóval ellentétes oldalon, oldalával a hosszabb falhoz tolva helyezkedett el. A fény jobbról vetült be a szobába. Maga, a lábakon álló ágy (ez azért volt hangsúlyos, mert az enyém egy szivacs) pedig különös látványt nyújtott, mintha az az ágyneműk tengerének magasra felcsapó, éppen kimerevedett hullámaival lenne telis-tele.

Kis idő múlva azt éreztem, hogy a nappaliban ülök, pontosabban annak ajtajától balra eső falnál egy magányos fotelben – ez számomra különösnek tűnt, hogy ennél a falnál nem egy kanapé vagy valami hasonló helyezkedik el. Innen beláttam a hálósoba egy kis részébe is. Egyre nagyobb távolságot éreztem a klienssel szemben, illetve azt, hogy nem tudok sem az élete része lenni, sem segíteni a problémáiban. A következő képben már mentem el a lakásból, és a lépcsőházat láttam, ahol lefelé jobbra forduló lépcsősor volt (ahol az állítások voltak, ott fordított a lépcsőház forgása).

Számomra ebben az esetben az volt az érdekes, hogy a klienssel ellenőrizni tudtuk a látottakat, amelyek nagyrészt, de nem teljesen pontosan feleltek meg a valóságnak. Például a hálósobából nyílt egy további ajtó egy ritkán használt

gardrób-szobába. Én elképzelhetőnek tartottam, hogy a hálószoza ablaka az ágy végénél van, a valóságban viszont az a bejáratától jobbra esik – talán csak a bevetülő fény esett arra a területre. Amikor az érzéseket megpróbáltam egyeztetni, azt hittem, a hálósobát és a nappalit egy kis folyosó köti össze egy aszimmetrikus szerkezetben, úgy hogy azon keresztül a nappaliból a háló sarkába lehessen látni, a valóságban viszont nem volt folyosó, hanem a nappaliból nyílt a háló. A lépcsőház az általam látottaknak megfelelően, jobbra forgott. Az „ágyneműk tengerének” említésére a kliens elmondta, hogy négy párna, és hat (!) paplan van az ággyában.



ÚTON



A következőkben néhány, többnyire rendkívül egyszerűen végrehajtható módszer – „gyakorlat” – felsorolása következik. Ezek részben a tudattalan tartalmak megismerését, azok tudatosítását, feszültségeik kiegyensúlyozását próbálják lehetővé tenni, másrészt pedig a tudattalan világán keresztül a kiterjesztett valóság érzékeléséhez segítenek.

A gyakorlatok hármásával hét blokkba vannak csoportosítva, így egy lehetőség, ha pl. hetenként egy újabb hármast kipróbálunk, közben a régebbieket is alkalmazva. Hogy milyen gyorsan haladunk, az teljesen lényegtelen. A lényeges csak a belső út.

## I.

### I. 1a Vezess naplót

A tudattalan belső energiái, azok változása vagy életünk esetleges kerülőújtjai csak hosszabb életszakaszokat megfigyelve vehetők észre. A velünk történt események feljegyzése a tudatosabbá válás egy fontos lépése.

Célszerű egy-két naponta egy-egy sorban feljegyezni a fontosabb eseményeket. Néhány nap, egy-két hét elteltével kibonthatjuk néhány sorban azokat a bejegyzéseket, amelyeket nagyobb jelentőségűeknek tartunk, például mert még

mindig foglalkoztatják a gondolatainkat vagy nagyobb érzelmi hatást tettek ránk. Mindenképpen érdemes feljegyeznünk a felismeréseinket. Kisebb-nagyobb időszakonként, például havonta vagy negyedévenként (évszakonként), majd később évenként érdemes átrendeznünk a bejegyzéseket és kiemelni azokat, amelyeket ebből a távlatból is fontosnak tartunk. Nem köteteket kell írunk, csak egy-két sort, amelyből az események és tapasztalásaink felidézhetők.

Különösen érdekes, ha az eseményeket az aktuális asztrológiai hatásokkal vetjük össze. Megfigyelhetjük, hogy milyen hatások milyen erővel és milyen módon hatottak ránk, ill. milyen hatások egyáltalán nem teljesültek, és ezeknek milyen okai lehetnek. Ugyancsak érdemes a naplónkba feljegyeznünk az álmainkat vagy esetleges különös tapasztalásainkat.

A megtörtént események feljegyzése mellett fontos, hogy a terveinket is foglaljuk pontokba, hogy az elkövetkező hét, hónap, negyedév vagy akár évek távlatában mit szeretnénk megtenni. (Mindegyik időtartamhoz egy-egy rövid lista tartozik.) Ezek lehetnek napi dolgok, feladatok is, vagy más tervek – ezeknél azt is rögzíthetjük, hogy miért szeretnénk mindazt megtenni. (Felírhatjuk a tervezett gyakorlatokat is). Gondoljuk végig, hogyan lehetne a következő nap, hét, stb. egy tökéletes (de azért még megvalósítható) nap, hét... Az adott időtartamot követően figyeljük meg, hogy a listánk melyik eleme valósult meg, és melyik nem, vagy milyen, meg sem említett dolog kapott időközben fontosságot – ez



utóbbiakat külön jelölhetjük. Milyen tulajdonságaink állhatnak a háttérben? Valójában milyen dolgokat tartunk az életünkben fontosnak? A céljainkkal egyben tartalmat kereshetünk és adhatunk is életünknek. Bár ezek sokszor kidolgozott célok, és csak gondolt értékeket, nem feltétlenül a lélek belső motivációit követik. Épp ezért fontos, hogy legelőször is önmagunkkal legyünk türelmesek és ne tekintsük kudarcként, ha egy-egy kitűzött célunk azonnal nem teljesül.

A múlton bánni kár, de azt azért érdemes végiggondolnunk, hogy adott helyzetben nem lett volna-e jobb, ha másképp döntünk? Akkor, régen, adott tudással, tapasztalással és érzelmekkel rendelkezünk, így talán nem is dönthettünk volna másképp. Ha végiggondoljuk, hogy legközelebb mit tennénk más módon, akkor a hibának látszó döntéseink sem voltak hiába, és legközelebb már lehetséges, hogy jobb utat tudunk választani.

Napló vezetésével megakadályozhatjuk, hogy életünk tapasztalásai a feledésünk homályába hulljanak. Naplónk a legközvetlenebb tükrünk, amellyel egy nagyobb távlat valamelyest külsőbb szempontjából alkothatunk képet önmagunkról és életünk folyásáról. Napló vezetése a legegyszerűbb módszer, hogy életünket tudatosabbá tegyük.

## I. 2a      Lazulj el

Az akaratlagosan létrehozott módosult tudatállapotoknak az egyik alapttechnikája az önhipnózis, ill. a meditáció, amelyben a racionalitás aktivitását csökkentjük, és megkíséreljük az én különböző területeit összehangoltan működtetni. Ez lesz az alap, amely állapotból tovább léphetünk.

Helyezkedjünk el kényelmesen egy székből, vagy a földön törökülésben (a jóga „könnyűülésében”), de megpróbálkozhatunk a stabil lótuszüléssel, vagy a japán saroküléssel is, ha az ízületeink feszülése nem vonja el a figyelmünket. Végző esetben hanyatt fekve is megpróbálkozhatunk az ellazulással, úgy, hogy a kezeink a testünk mellett, ahhoz nem érve helyezkednek el. Székből ülve a kezünket a combunkra helyezhetjük vagy felvehetjük a jóga vagy a zen kéztartását. A gerincünk legyen egyenes, a gerinc vonalához képest a fej pedig egy egészen kicsit előrehajlik, így lesz a legstabilabb. A gerinc és a fej megfelelő helyzetéről egy-egy kis oldalingással győződhetünk meg. Ha menetközben valami kényelmetlenséget érzünk, akkor azt tompítsuk, így áthelyezkedhetünk, nyelhetünk, vizketést megvakarhatjuk, stb.

Az ellazulás egy módja az önhipnózis, amellyel önmagunkat hipnotikus állapotba hozhatjuk. Megfigyelték, hogy (külső) hipnózis hatására a végtagok elnehezülnek, melegségérzés, a légzés és a szívverés lassabbá válása jelenik meg.

Tehát: helyezkedjünk el kényelmesen, hunyjuk le a szemünket. A szem lehunyásával már szinkronizálódik az agytevékenység, és egyre több alfa-hullám jön létre. Figyeljünk a légzésünkre, így az automatikusan kissé mélyebbé válik. Ezután a bal lábunk ujjait mozgassuk meg egy picit, majd lazítsuk el, érezzük, ahogy egyre nehezebbé válik, majd haladjunk felfelé a lábfejükön, a lábszárunkon és a combunkon; majd ugyanezt végezzük el a jobb lábunkra is. Ezután lazítsuk el a medencét, majd felfelé haladva a has és a mell izmait a nyakig, majd alulról újra felfelé haladva a derék és a hát izmait is. Ezután a bal, majd a jobb ujjainkat, kezünket, karunkat és vállunkat lazítsuk el, és érezzük, ahogy egyre nehezebbé válnak – mintha azokon meleg sóval teli zsákok lennének. Ezután a nyak, az arc, a szem és a homlok izmai, majd a fejbőr következnek. A száj kissé kinyílhat. Megfigyelhetjük, hogy milyen izmunk volt megfeszülve. Végül gondolatban ellenőrizzük végig a testünket, hogy találunk-e még valahol feszültséget.

Gyakorlással később akár néhány pillanat alatt ellazult állapotba kerülhetünk, az izmaink kezdeti megmozdítása sem lesz mindig szükséges.

Ha időközben felmerülnek bizonyos gondolataink, akkor azoknak ne tulajdonítsunk jelentőséget, azokat „engedjük el”. Az ellazítással enyhe melegségérzés is járhat. Testünk elnehezedeésével pedig úgy érezhetjük, mintha az egyre anyagtalannabbá válna. Mondjuk magunkban: *„Háromra teljesen ellazult, mély tudatállapotba kerülök. Egy, kettő, három.”*

A későbbiekben figyeljük meg, hogy kíséri-e ezt az állapotot valamilyen érzés.

Töltsünk el így néhány percet, majd mondjuk magunkban:  
„*Háromra teljesen éber leszek. Egy. Kettő. Három.*”

(Az ellazulás leírása alapvetően a Jóga *Savászana* gyakorlatát, illetve Vlagyimir Levi: *Az önismeret művészete* c. könyvét követi.)

### I. 3a Álmaid

Az álmodás az egyik leggyakoribb módosult tudatállapot, amelyben minden este háromszor-négyszer részt veszünk. Az álmok különleges fontosságát az adja, hogy a racionális tudat aktivitása csökken, így a tudattalan tartalmak az éntől függetlenül, kontrolálatlanul jelenhetnek meg, míg pl. meditációban egyes felmerülő érzeteket a tudat újra visszanyomhatja a tudatalatti mélyébe.

Az álmok a tudattalan nyelvén, szimbólumokon keresztül fejezik ki önmagukat. Pontosan ezért nehéz rájuk emlékezni, mivel a tudat logikátlan (és esetenként veszélyes, mert mély érzelmeket megindító) képek sorozatának látja az álmok eseményeit, ezért törli őket. A cenzúrázásnak ezt a törlési folyamatát („ez nem is így volt”, vagy „az hogy válhatott volna azzá”, stb.), ill. ezt a szándékát meg is lehet figyelni. Ráadásul, ébredéskor a racionális tudat még ala-

csony aktivitási szinten van, ami szintén megnehezíti az álmok azonnali értelmezését.

Elalvás előtt mondjuk néhányszor magunknak pl., hogy *„emlékezni szeretnék az álmomra”*.

Kezdetben segíthet, ha közben bizonyos egyszerű szertartást végzünk (pl. néhány korty vizet megiszunk), de később nem célszerű ehhez ragaszkodnunk. A megfigyelések szerint könnyebben álmodunk, ha a szokottnál kicsivel alacsonyabb a hőmérséklet, illetve, ha a gyomrunk nincs tele.

Fontos, hogy felébredéskor ne próbáljuk azonnal értelmezni az álmot. Ehelyett, mint egy filmet, képek és események sorozataként gondoljuk újra és újra végig. Még akkor is tegyük ezt meg, ha lényegtelennek, esetleg egyszerű reflexióknak tűnnek a képek. Ha már sikerült elkerülnünk az álom azonnali törlését, írjuk le vagy mondjuk diktafonba, a lehető legtöbb részletet feljegyezve. Ugyanis, ha kezdetben még sikerül is felidézünk az álmunkat, a realitás világának napi feladatai és az azokra való reagálás azt gyorsan újra a tudatalatti homályába száműzheti. Ezért célszerű, ha megpróbálunk néhány perccel az ébresztőóra csörgése előtt felébredni (ez is elég könnyen megtanulható).

Álmainkon keresztül megismerhetjük a tudattalanunkat foglalkoztató problémákat, s azt, hogy bizonyos eseményeket milyen módon értelmez. Megismerhetjük tudattalanunk szimbolikus kifejezőmódját. Hiba lenne álmainkat közvetlenül a valóságos fogalmak alapján értelmezni. Legtöbbször

az általunk vélt szereplők is csak egy-egy energia-típus kifejeződései. Egy töredékes, de elfojtott szándék megjelenhet szélsőséges agresszióként is. Itt minden sokkal közvetettebb módon értelmezhető és a hangsúlyok is sokkal nagyobb léptékben jelenhetnek meg. Az sem baj, ha nem tudjuk egy álom minden részletét megérteni. Ha az lényeges tartalmú, akkor arról újra álmodni fogunk.

A „nagy-álmok” mellett a hétköznapi eseményekre történő reflexiókból is sokat tanulhatunk. Bizonyos minket érintő problémákkal és azok megoldási lehetőségeivel kapcsolatban a tudattalan üzenhet az álmokon keresztül. A megoldást természetesen szimbolikusan kell értelmeznünk. Ez a sugallat (elalvás előtt) kérhető is, úgy, hogy megfogalmazzuk a problémánkat, majd magunkban kimondjuk, hogy szeretnénk, ha azzal kapcsolatban segítséget kapnánk. Itt se várjunk azonnali sikert.

## II.

### II. 1b A tükör

A hétköznapi tudatunknak képesnek kell önmagát arra tartania, hogy a sorsát befolyásolni tudja, és ehhez alapvetően jó döntéseket hoz. Végso soron mindenhatónak, tökéletesnek, hibátlanak kell látnia magát, így azonban meghamisítja mind az önmagáról, mind a környezetéről alkotott képét.

Utólag gondoljuk végig, hogy nap közben mi volt az, ami élénkebb reakciókat váltott ki belőlünk – akár pozitív, akár negatív irányban. Gondolkozzunk el azon, hogy ezeknek mi lehetett az oka. Egy pozitív érzelem milyen vágyunkat kísérte? Egy elutasító reakciónk mögött milyen belső feszültségünk rejtőzhet? A későbbiekben megpróbálhatjuk önmagunk figyelemmel kísérését közvetlenül az események után, vagy esetleg közben is megtenni.

Egy-egy napi esemény, vagy rendszeres tevékenység végig-gondolása, vagy figyelemmel kísérése során azt is megpróbálhatjuk azonosítani, hogy milyennek tűnünk a másik ember szempontjából, illetve hogy milyen módon reagálunk egy-egy eseményre. Ezt először célszerű csak az eseményt vagy párbeszédet, interakciót követően elvégezni. Próbáljuk magunkat, a viselkedésünket, kifejezőmódunkat egy külső szemlélő, mint egy tükör szempontjából nézni. Fontos, hogy az interakcióban részt vevő más személyeket ne minősítsük, hogy pl. „azért látott így, mert ő ilyen, meg olyan...” – ugyanis ez is egy énvédő mechanizmus. Csak azt kíséreljük meg azonosítani, hogy az ő szemükben milyeneknek tűntünk, hogyan viselkedtünk.

Az esemény kapcsán mi milyen szerepben jelentünk meg? Esetleg beindult-e valami játszma? A szerepet érvényesítő (egyben önvédelmi) mechanizmusként tekinthetjük. Próbáljuk meg felderíteni, hogy ténylegesen milyen szándékok indították be a szerepet. Egyetlen cselekvést általában több, a személyiség különböző (finomabb vagy durvább) szintjei-

ről eredő, egymásba fonódó szándékok kötege indít be, de ezek mögött van egy eredet. Vajon mi lehetett ez az eredeti (feltételezhetően tiszta) szándékmag? Melyek az eredetire „útközben” ráfonódott további szándékok? Ezek ugyan torzítják az eredeti szándékot, de egyelőre azokat ne minősítsük negatívan.

## II. 4a Képzeld el

Előre válasszunk ki egy általános cselekvés-sorozatot, majd ellazulás közben vagy csak meditáció-jellegű állapotban képzeljük azt el, minél részletesebben. Sétálhatunk az erdőben, feketünk a tengerparton, úszhatunk hűvös vízben, körbesétálhatunk a környéken. Választhatunk bármilyen általános cselekvést.

A meditatív-jellegű állapot nem feltétlenül meditációt jelent (de lehet az is), mindössze azt, hogy egy kicsit befelé figyelünk, a megjelenő más gondolatokat elengedjük; a szemünket lehunyjuk, de ez sem feltétlenül szükséges.

Alapul vehetjük egy korábbi élményünket, de abból átválthatunk másik hasonló (de ugyanolyan jellegű) élményre, vagy egy elképzelt képre. A fontos a részletesség, így például egy erdei séta esetén figyeljük meg a fák között betükröződő napfényt, a levelek színét, az erdő illatát, a simogató szellőt, az ösvényt, és hogy milyen azon lépni, hogy milyen néhány pillanatra megpihenni...



Ezt elegendő 5-10 percig végezni, majd térjünk vissza a meditációból. Ha nem sikerült összpontosítanunk, akkor se próbálkozzunk tovább.

## II. 5a Védd magad

Az elme „kinyitottásával” egyben védtelenebbé is válhat, ezért például a meditációt is össze szokták kötni védelmi technikákkal. Ne gondoljunk bonyolult dolgokra: ezek rendkívül egyszerű módszerek.

A védelem megteremtésének, „*rezgésünk emelésének*” egyik legegyszerűbb módszere, ha imádkozni kezdünk, vagy bármely nyelven bármely szent szöveget magunkban elkezdjük mondani. (Fontos a szöveg szentsége, tisztasága.) Valódi átélés esetén ezek kimutatható hatást eredményeznek, és jól alkalmazhatók, ha például elbizonytalanodnánk.

Kicsit bűvészkedésnek tűnhet a következő módszer: egy képzeletbeli vonallal rajzoljuk körbe magunkat vagy akár egy tárgyat. Ezt gondolatban egy pillanat alatt meg lehet tenni. Fontos, hogy végül bezáródjon a vonal, illetve annak ne legyenek sarkai, csúcsai, de lehet például téglalap-jellegű négy vonal, amely a sarkoknál kifelé hurkokkal kapcsolódik. Ez a módszer használható például egy agresszív fellépés ellen.

Régi meditációs módszer a következő: szívünk vonalában, közepén (a „szívcsakránál”) képzeljünk el egy forrást, amely

tiszta fénnel, a szeretet fényével lassan feltölti egész testünket. Ez a fény szétáramlik a testünkben, fokozatosan be-tölt minket, majd a testünk határain is túllépve, gömbszerű módon („tojás-formán”) vesz körbe és sugároz kifelé.

Ezt a módszert kövessük, ha meditatív-jellegű állapotban védelmet szeretnénk magunk köré.

### III.

#### III. 1c Másképp

Meditáció közben játszunk le egy nem régen történt eseményt, esetleg olyat, ami nagyobb érzelmeket váltott ki belőlünk.

Próbáljuk meg elképzelni külső szemmel, hogyan viselkedtünk, hogyan jelentünk meg környezetünk reakcióiban. Próbáljuk megkeresni, hogy milyen okok, milyen legbelső szándékok irányították a viselkedésünket.

Majd ezután gondoljuk végig, hogy mit tehattünk volna másképp, jobban. A belső szándékunkat ki tudtuk volna tisztább módon fejezni?

Képzeljük el módosított formában a történéseket, akár több változatban is.

### III. 2b Szentély

Az ellazulással kerülünk mély tudatállapotba. *„Háromra teljesen ellazult, mély tudatállapotba kerülök. Egy, kettő, három.”*

Várjunk néhány pillanatot, majd képzeljük el, ahogy egy sötét aknában lassan lebegve ereszkedünk le a mélybe. (Kb. hasonló érzéssel, mintha egy lifttel haladnánk lefelé.) Mondjuk magunkban, hogy *„Tízíg számolok, és tízhez érve mélyebb tudatállapotba kerülök, a Szentélybe”*, majd lassan számoljunk tízig, miközben képzeljük el minél élénkebben, ahogy a lefelé vezető sötét, aknaszerű folyosón lassan, egymás után, sorban megjelennek előttünk a számok (lehetnek római vagy más számok is). Tízre képzeljük el, ahogy a függőleges ereszkedésünk végén egy hegybe vájt barlangszentély bejáratához érkezünk. A szentélyt elképzelhetjük egy konkrét, vagy képzelt hely, vidék közelébe is. A hegyoldalban, a falba vájt ablakokon át ráláthatunk a tájra. (Később át is helyezhetjük máshova a szentélyünket, de ezt még az ellazulás előtt határozzuk el.)

Belépés előtt képzeletben hajoljunk meg, majd alkalmazzuk a védelmet, és képzeljük el, ahogy a tiszta fény a testünk középpontjából egyre tágul és körbevesz bennünket. Lépjünk be a szentélybe, és képzeljük el, ahogy ez a fény tovább tágulva kitölti az egész szentélyt.

A szentélyben van egy nagyon vastag szőnyeg, amire le tudunk ülni. Elképzelhetünk további tárgyakat is. Képzeletben meggyújthatunk egy füstölőt...

Ha alkalmasnak érezzük a pillanatot, üljünk a szőnyegre, és mondjuk magunkban: „*kérem segítőmet, jelenjen meg*”. Meg fog jelenni egy alak; üdvözljük. Majd mondjuk újra: „*kérem segítőmet, jelenjen meg*”. Megjelenik egy másik alak, akinek ugyan-csak üdvözlettel köszönjük meg a megjelenését. (Később el-bocsájthatjuk őket, illetve újakat hívhatunk, de ezt is még meditáció előtt határozzuk el.) A későbbiekben, ha szükségét érezzük, gondolatban kérjük a segítők megjelenését, majd végül, megköszönve a segítségüket, bocsássuk el őket.

– A szentélyt felhasználhatjuk, hogy mélyebb tudatállapotba kerüljünk, így például képzeletben a szőnyegre ülünk, gertyákkal vagy füstölőkkel, körbevehetjük magunkat, és képzeletben is ellazulunk.

– Ha betegek vagyunk, a szentélyben gyógyíthatjuk magunkat (természetesen csak kiegészítésként); akár a segítőkkal, ha szükségét érezzük. Lefekhetünk a vastag, magasított szőnyegre, és a segítőt például megkérhetjük, hogy mutasson oda, ahol a baj van, kérhetjük gyógyításra, amelyhez felhasználhatunk képzeletbeli varázsfőzeteket, amit megiszunk, vagy amellyel bekenünk, befűjünk testrészeket, akár a testünkön belül.

– A szentély falára jeleneteket vetíthetünk ki (például korábbi eseményeket) és kérhetjük a segítőnket, hogy lényeges

dolognál hívja fel a figyelmünket. A szentély oldalánál van egy faláda, tele lapokkal. Egy kérdés esetén kivehetünk egy lapot, vagy kérhetjük erre a segítőt, majd azt képzeletben megnézzük, vagy „feldobhatjuk” a falra. A „lapon” vagy a falon lévő kép is filmszerűen, álomszerűen változhat.

A meditáció végén, ha hívtuk a segítőinket, búcsúzzunk el tőlük. Majd menjünk az ajtóhoz, és tíztől egyig visszafelé számolva emelkedjünk fel. Várjunk néhány pillanatot, majd háromig számolással fejezzük be a meditációt.

### III. 3b Éber álom

Próbáljuk meg a tudatos figyelmünket fenntartani álom-állapot közben, vagy legalábbis az elején. Ez történhet például elalvás előtt, amikor kezdenek kialakulni az álmokképek. Megpróbálhatjuk ezt egy délutáni „szunyókálás” során is. Ki is válthatjuk, hogy már félálomban bekövetkezzen az álom-állapot, ha egy éjjel négy óránál kevesebbet alszunk, majd kb. 6-8 óra múlva lefekszünk egy rövid pihenőre.

Közlésük szerint az ausztrál-őslakosok éber állapotban is tudtak álmodni. Ez semmiképpen sem álmodozást jelent.

Fontos, hogy ne avatkozzunk be semmibe, hanem csak tétlen szemlélőként figyeljünk, és semmit ne minősítsünk, különösen ne az értelmetlennek tűnő történéseket vagy váltásokat.

## IV.

### IV. 4b Az

Nézzünk meg először alaposan egy tárgyat. Majd kerüljünk meditatív-jellegű állapotba. Idézzük fel a tárgyat minél több részletében. Milyen lehet a tapintása, milyen a szaga, stb.

Később figyeljünk meg két tárgyat, majd meditatív-jellegű állapotban helyezzük egyiket a másikra, vagy egyiket a másikba, stb. Itt is próbáljunk meg felidézni minél több részletet.

### IV. 5b Töltődj fel

Álljunk egyenesen, karjaink a testünk mellett, a fejünket kicsit előre hajthatjuk. Belégzés közben emeljük oldalsó könyéptartásig a kezünket, tenyérrel felfelé. Néhány pillanat után sóhajtsunk egy nagyot. Képzeljük el, ahogy a fejünk fölött van a tiszta fényenergiának egy forrása. Emeljük fel oldalt mindkét kezünket, hogy a fejünk fölött a tenyerünk összeérjen. Lassú belégzés közben engedjük le a két kezünket a homlokunk előtt a testünk közepéig (a szívcsakráig), közben képzeljük el, ahogy a forrásból a fény egy csatornán át áramlik felénk, a fejtetőnkön belép a testünkbe, és a testünk közepéig, az ott lévő fénygömbbe vezetődik. Kilégzés

során engedjük lejjebb a kezünket, a két tenyerünk közben szétnyílik, majd így a két karunkkal oldalt egy-egy körívet formázunk, közben képzeljük el, ahogy a belső fénygömb egyre nagyobbá válik, egészen addig, amíg túlnő rajtunk.

Belégzéssel a fejünk fölé emelve a karunkat, néhányszor ismételjük meg a mozgást.

Ezután a kezünket magunk mellé engedjük, nyugodtan lélegezzünk be és ki, közben képzeljük el, ahogy a fényforrásból most már *folyamatosan* áramlik a csatornán a fény, és az a fejtetőn és a testünkön át a belső fénygömbbünkbe ér. A belső fénygömbbünk egyre tisztább, fényesebb és nagyobb lesz, kitölti a testünket, majd azon túllépve (nyújtott) gömbalakban körülvesz. A fénygömbünk mind tisztább lesz, azon az esetleges deformitások, elszíneződések megszűnnek és egyre intenzívebb, teltebb lesz a fény energiája.

Esetenként mindenféle mozdulat nélkül is elvégezhetjük a gyakorlatot, csak a légzésünket mélyítjük el, vagy csak a vizualizációt hajtjuk végre. Esetleg fordulhatunk a nap felé.

## IV. 6a Ízleld

Vegyünk egy kis korty folyadékot (pl. vizet, gyümölcslevet, vagy mást, akár levest) a szánkba, tartsuk minél tovább ott, közben próbáljuk minél jobban érezni az ízet. Mozgassuk a folyadékban lassan a nyelvünket. Ha nyelési ingert érzünk,

akkor is csak a folyadék egy részét nyeljük le. Étél esetén harapjunk egy kis darabot és azt rágjuk minél tovább, lehetőleg több percig. Érezzük az ízezt, mozgassuk a nyelvünket és csak kis részeket nyeljük.

Ez a jóga módszere, amely során az ételből-italból „megszerezzük” az életerőt. Így sokkal kevesebb táplálékkal is jólakhatunk, ugyanis a modern gyors étkezésknél az ízéhség csak később elégitődik ki, így felesleges táplálékot is magunkhoz veszünk. Másrészt, ha rövidebb ideig rágjuk az ételt, azt a szervezetünk kevésbé tudja hasznosítani. Ivás esetén figyeljünk arra az érzésre, amikor a gyomorszájunk megnyílik. A jóga szerint az ivás eddig a pontig oltja a szomjat, a többi folyadék már felesleges (ez dehidratáció esetén nem érvényes, illetve ekkor többször is célszerű inni).

## V.

### V. 2c Emelkedés

Jussunk el mély tudatállapotba. Ha úgy érezzük, a Szentélyünkbe is elmehetünk, hogy ott még mélyebb tudatállapotba kerüljünk. Mindenképpen alkalmazzuk a védelmet.

Mondjuk magunkban: *„Egytől tízig számolok, és mire tízhez érek, felemelkedek a felső tudatosság szintjére.”* Ezután képzeljük



el, ahogy egyre anyagtalanebbá válik és emelkedni kezd a testünk, majd lassan kezdjük el számolni. *„Egy-kettő-három – emelkedtem.”* Képzeliük el, ahogy a környezetünk, a környező táj mind jobban alattunk marad. (Figyeljük meg például egy kilátóba vezető felvonóút, vagy akár csak egy panorámalift esetén, hogy milyen érzésünk kapcsolódik az emelkedéshez.) *„Négy-öt – egyre magasabbra emelkedek. Hat-hét – egyre gyorsabban emelkedek.”* Majd: *„Hét-nyolc-kilenc – mindjárt megérkezem”*. Ha elégedetlenek vagyunk az érzéssel, mondjuk újra magunkban az *„Egytől tízig számolok...”* szöveget és ismételjük meg újra számolást, de legfeljebb még egyszer. Végül mondjuk: *„Tíz – a felső tudatosság szintjén vagyok”*.

Figyeljük meg az érzéseinket, majd néhány perc után ereszkedjünk vissza. Mondjuk magunkban: *„Tízről egyig számolok, egynél visszatérek a normál tudatosság szintjére”*. Majd ezután fejezzük be a meditációt az egytől háromig számolással.

Később, a felsőbb tudatosság szintjén feltehetünk kérdést a szellemi vezetőnknek. Ha kapunk választ – ami történhet szóban vagy képekben is –, azt semmiképp se fogadjuk el azonnal gondolkodás, kételkedés nélkül.

## V. 6b Érezd

Egy általános jellegű cselekménysorozat közben, például egy erdei gyaloglás, úszás, napozás vagy csak a környék házai körüli séta során próbáljuk meg a környezetünket minél

jobban érzékelni. Lehetőleg kerüljünk meditatív-jellegű állapotba.

Az érzéseket felhasználhatjuk később, amikor meditáció során otthon (vagy más helyen) képzelünk el egy hasonló cselekvést.

## V. 7a Megnézni

Jutassuk magunkat meditatív jellegű állapotba (ez lehet ellazult meditáció is). Előtte gyújthatunk füstölőt, esetleg gyertyát. Üljünk a földre, vagy akár állhatunk is; célszerűbb, ha nem fekszünk. Fordítsuk figyelmünket, „belső látásunkat” a környezetünkre és várjunk egy kis időt, akár öt-tíz percet. Általában jobb, ha csukva van a szemünk.

Figyeljük meg, hogy kezd-e erősödni bennünk bizonyos érzés. Lehet, hogy át szeretnénk ülni máshova, vagy a testhelyzetünkön változtatnánk. Figyeljük, hogy a környezetünk egyes részeivel kapcsolatban erősödik-e valamilyen érzés, hogy adott dolgot át kellene-e rendeznünk, esetleg valamitől meg kellene szabadulnunk? Ha már kényelmetlennek érzünk valamit, akkor tegyük meg a módosításokat, és folytassuk, vagy egy későbbi időpontban ismételjük meg mindezt.

Csak azokat az érzéseket figyeljük, amelyek lassan, egyre erősebbé válnak, de ezekre se fordítsunk túlzott figyelmet.

A gyakorlatot más helyen is megismételhetjük, illetve más dologgal, akár döntési lehetőségeinkkel kapcsolatban is alkalmazhatjuk.

## VI.

### VI. 3c Álmodni...

Napközben próbáljunk meg gondolatban magunk mögé nézni, anélkül, hogy megfordulnánk, vagy próbáljunk felemelkedni a levegőbe (például úgy, hogy könnyűnek, anyagtalanná válónak képzeljük el a testünket). A kezünkkel vagy ujjunkkal megnyomhatunk egy szilárd tárgyat (pl. falat, asztallapot), hogy sikerül-e a kezünket belenyomnunk.

Nos, ha bármelyik sikerül, akkor elég valószínű, hogy álmodunk, és az is valószínű, hogy a meglepetéstől először felébredünk. (Álmunkban nem korlátoznak a fizika törvényei, így ha magunk mögé *akarunk* nézni, akkor máris a mögöttünk lévő teret látjuk, fizikai mozgás nélkül is.) A napközbeni ismételt gyakorlással éjjel, álmunkban is megcsináljuk a tesztet, így „felébreszthetjük”, figyelő állapotba hozhatjuk a tudatunkat.

Próbáljunk bennmaradni az álomban – ha kezdetben nem sikerül, nem baj, majd legközelebb –, és figyeljük, de ne minősítsük a történéseket.

## VI. 4c Mesében

Meditáció jellegű állapotban képzeljünk el jelenetről jelenetre egy történetet. Kezdetben kipróbálhatjuk a következőt: elalvás előtt olvassunk el egy mesét (lehetőleg egy magyar népmesét), majd hozzuk magunkat meditációhoz közeli állapotba, és (ha sikerült ez, ha nem) közben képzeletben játszunk le a történetet. Alkossuk meg az alakokat, de lehetőleg ne rajzfilmszerű módon, hanem inkább az álmainkban feltűnő alakokhoz, formákhoz hasonlóan. (Aki kevésbé emlékszik az álmaira, az megpróbálhat elképzelni pl. a Doktor Parnasszus... film alakjaihoz hasonlókat.) A lényeg az, hogy az alakok és történések a valósághoz hasonlítsanak, de sokkal nagyobb dinamizmussal rendelkezzenek, például a helyszínek vagy a szereplők átalakulhatnak...

Először célszerű az eredeti történetet végig elképzelni, majd visszamehetünk egyes időpontokra és ott változtathatunk. Később más körülmények között (például meditációban), illetve más jellegű történetekkel is megpróbálkozhatunk.

## VI. 7b Ott

Most egy kissé különös gyakorlat következik. Nézzünk ki a térképről egy olyan helyet, ahova könnyen el tudunk jutni. Megtehetjük, hogy a helyet egy területen belül véletlensze-

rűen választjuk ki. Ez lehet a lakóhelyünk környékén egy utca, egy turistaúton egy rész, vagy egy olyan hely, ahova el fogunk majd utazni.

Meditatív-jellegű állapotban alkalmazzuk a védelmet, majd gondoljunk az adott területre, és várjunk, legalább 5-10 percig, hátha megjelennek érzések, esetleg absztrakt képek. Ha semmi nem történik, ne tulajdonítsunk annak jelentőséget: valószínűleg nem fontos a számunkra, hogy „lássuk” azt a helyet.

Ha megjelennek érzések, később feltétlenül írjuk le azokat. Majd, egy későbbi, alkalmas időpontban menjünk el arra a helyre, és írjuk le az esetleges egyezéseket és különbségeket.

## VII.

### VII. 5c Tisztítás

Ülő vagy álló helyzetben alkalmazzuk a védelmet. Ezután képzeljük el a fejünk fölött egy tiszta fényből álló, közép-ről jobbra (az óramutatóval megegyező irányban) forgó, kb. öklömnyi nagyságú fénygömböt. A gömbből, mint magból forgás közben spirálszerűen szétterjed a fény, hasonlóan a Tejútrendszer karjaihoz, így az egy körlapot eredményez. A forgó gömböt és spirált képzeljük el, ahogy forogva leereszkedik, végighalad testünk középvonalán, miközben testünk

közepéig szélesedik is, utána kicsit kisebb lesz, így egy gömbszerű területet „fésül” végig. Majd képzeljük el, ahogy visszaemelkedik, és ezt a mozgást ismételjük meg néhány-szor.

Forgásuk közben a spirálok az energia-gömbünkön kívülre sodornak minden idegen energiát, miközben fel is töltenek minket, energiánk mintája pedig „rendezett” és „teltebbé” válik. Az idegen energiák a gömbön kívül szétporladnak, és vannak, amelyek felemelkednek az égbe, vannak, amelyek pedig lehullanak és elnyeli őket a föld.

(Éjjel megkereshetjük az égen a Tejutat, illetve középpont-ját. Nyári éjszakán könnyen megtalálható a Tejúton „repülő” Hattyú csillagkép, mivel a „Nagy nyári háromszög” három különösen fényes csillaga a Lant(Lyra) csillagképből a Vega(azaz „*leszálló saskeselyű*”), a Hattyú(Cygnus) farka, a Deneb (szó szerint: „*madárfarok*”) és a Hattyú hosszú nyaka irányában, kicsit oldalra a Sas(Aquila) csillagképből az Altair („*leszálló sas*”). A Hattyútól a Sas irányában található a Nyilas, amelyet egy nyilazó kentaurként képzeltek el. A Középpont a nyílhegy felé, a Skorpió csillagkép határánál, kb. a Hattyú nyakának meghosszabbításánál található. Télen a Tejútrendszer külső része látható. Az Orion övét könnyen megkereshetjük, ettől balra a Szíriusz(„*parázsló*”) csillaga fénylik, ugyancsak a Tejúton. Az Orion fölött, kicsit oldalt, a Szíriusz felé, a Tejút legkülsőbb irányának közelében láthatjuk az Ikrek két fényes csillagát, Castort és Polluxot.)

## VII. 6c Fentről

Bizonyos tevékenységünk közben, és ez lehet egyszerű, napi cselekvés is, ha ezt meg tudjuk tenni, próbáljuk meg egy pillanatra az egésztest teljességében, egészében, kicsit „kívülről”, „fentről” megnézni.

Kerüljünk meditatív-állapotba (például erdei séta közben, vagy megpihenve, vagy a városban egy padra leülve) és kezdjük el – lehetőleg csukott szemmel – „figyelni”, „*megnézni*” a környezetünket, milyen módon „látjuk”. Várjunk legalább 5-10 percet. Ha közben úgy érezzük, másik helyre kellene átülnünk-átállnunk, vagy tudunk egy „megfelelőbb” testhelyzetet (és megtehetjük), akkor azt tegyük meg. Ha megjelenik valamilyen érzet, élmény, később írjuk le.

## VII. 7c Akkor

Kerüljünk meditatív-jellegű állapotba és gondoljunk, de csak „belső megnevezés szintjén” egy régebbi törtézésre. Ez lehet egy saját, régi cselekedetünk, amit meg szeretnénk érteni. Várjunk, lehetőleg csukott szemmel legalább 5-10 percet. Ha bármikor úgy érezzük, a helyünkön vagy a testhelyzetünkön változtatni kellene, tegyük meg. Ha a történnel kapcsolatban megjelenik valamilyen élmény, azt írjuk

le. Ha nem történik semmi, akkor lehetséges, az az esemény nem ránk tartozik.

Ebben a módszerben célszerű, ha többen is részt vesznek. Egyrészt jobb, ha a „megnézendő” helyzetet valaki más választja ki, hogy ahhoz minél kevesebb személyes kötődésünk legyen. Másrészt, célszerűbb, ha többen is függetlenül „megnézik” ugyanazt, és utólag összevetik az érzéseiket. De, még hasonlóságok esetén is lehetséges (az azonos kultúra, hagyományok, világszemlélet, stb., miatt), hogy az érzéseink jelentősen torzulnak.

### \* Szándék-mag

Mit tegyünk, ha valamit meg szeretnénk valósítani, mégsem tudjuk megtenni a kezdő lépéseket? A következő, általánosan használható módszer ehhez próbál egy kis segítséget adni.

Ha úgy érezzük, hogy célszerű lenne valamit megtennünk, mindössze azért, hogy kicsit jobbá, harmonikusabbá tegyük magunkat, az életünket, környezetünket, világunkat, akkor ezzel a módszerrel egy „szándék-magot” ültethetünk el magunkban. Ne nagy dolgokra gondoljunk, hanem akár a leghétköznapiabbakra, pl. „rendet kellene tenni a spájzban”... (Az azonos című film (*Inception* – magyarul „*Eredet*”) sajnos



egy ellenpélda arra, hogy mi *nem* igaz az álmokra, és hogyan *nem* szabad azokat, illetve a szándék elültetését használni.)

A szándék erősségét jelzi – az „*igazi szándékot*” – ha azt tett is követi. Ekkor lép át a szándék „érvényessége” egy határt, és így válhat az megvalósulttá. A gyengébb energiájú szándék inkább csak egy homályos vágy.

Meditatív-jellegű állapotban, esetleg (ha nehezebb dologról van szó) mélyebb meditációban tegyük a következőket: 1. Fogalmazzuk meg egy rövid kifejezéssel, hogy mi az, amit meg kellene tennünk, majd 2. – ugyancsak pár szóval –, hogy az miért lenne jó. 3. Képzeljük el képként (mint egy fénykép) a jelenlegi helyzetet (ez történhet kifakított színnel) mindössze egy-két másodpercre, majd képzeletben húzzuk át a képet egy vastag vonallal. Ezután 4. képzeljük el színesen és mozgóképként azt az eredményt, amit szeretnénk, majd 5. ahogy éppen megtesszük az ehhez szükséges lépéseket. Az utóbbi két lépést egyszer-kétszer váltakozva megismételhetjük. Az egész lépéssorozatra elegendő néhány másodpercet szánnunk, akár a napi tevékenységünk egy-egy pillanatnyi szünetében.

Ha már három-négy alkalommal így „végiggondoltuk”, amit meg szeretnénk tenni, mégsem valósítottuk meg, akkor gondolatban se foglalkozzunk vele többet. Legfeljebb azt próbáljuk megfogalmazni, hogy vajon miért nem voltunk képesek megtenni a szükséges lépéseket. Esetleg, egy későbbi időpontban próbálkozzunk újra.

\* \* \*

Mindezek bizonyos szintig csak „bűvészkedések”, melyeket elsősorban *csak* játéknak kell felfognunk, semmiképpen sem szabad azokat túlságosan komolyan venni. *(Ez úgyis csak a bevezető...)*

	<i>a.</i>	<i>b.</i>	<i>c.</i>
1. <i>Kívülről</i>	(I) Vezess naplót	(II) A tükör	(III) Másképp
2. <i>Bent</i>	(I) Lazulj el	(III) Szentély	(V) Emelkedés
3. <i>Álom</i>	(I) Álmaid	(III) Éber álom	(VI) Álmodni
4. <i>Képzélet</i>	(II) Képzeld el	(IV) Az	(VI) Mesében
5. <i>Energia</i>	(II) Véd megad	(IV) Töltődj fel	(VII) Tisztítás
6. <i>Érzékelés</i>	(IV) Ízleld	(V) Érezd	(VII) Fentről
7. <i>Megnézni</i>	(V) Megnézni	(VI) Ott	(VII) Akkor



