

EGYEDÜL LÉT.

Az egyedüllét, mint fogalom azt jelenti, hogy valami miatt nincsenek körülöttem emberek. Meghaltak a szüleim, nem élek párkapcsolatban, nincs gyermekem, vagy éppen olyan a természetem, hogy nem szívesen töltök velem az időt embertársaim. Az egyedüllét időszakosan is bekövetkezhet, ha sorsunk éppen úgy alakul. Utolérhet ez minket külföldön is egy hosszabb tartózkodás miatt, amikor távol vagyunk a szeretteinktől. Érezhetjük magunkat egyedül párkapcsolatban is, ha társunkkal nem tudunk kommunikálni, nem találunk meghallgatásra, vagy nem értenek meg minket. Ez a társas magány.

Az egyedül lét, ahogy a címben írtam, külön szóként, egy olyan létforma, ahol egyedül létezőnk és nem feltétlen negatív az értelme. Erről a fajta létezésről én először James Redfield Mennyei prófécia című könyvében olvastam. Ezt a fajta szemléletet olyan érdekesnek találtam akkor, hogy azóta is sűrűn eszembe jut. Szerinte az ember önmagában is egész, képes arra, hogy egyedül is felhasználja a környezetében előforduló energiákat és ezt természetesen nem mások terhére teszi. Mit is értett ez alatt? Energiaszintünket olyan állapotba kell helyezni és azt meg kell őrizni, hogy egyedül is el tudjuk viselni az adódó problémákat. Akkor kisugárzásunk is kellemes lesz, és embertársaink is másképp viszonyulnak hozzánk. Energiaszintünket bármivel emelhetjük, ami csak egy csöppnyi boldogságot is okoz nekünk. Ha érezzük, hogy csökken a szint, tudatosan tereljük magunkat a pozitív helyzetek és gondolatok felé. Ne hagyjuk, hogy elhatalmasodjon rajtunk a kétségbe esés. (Milyen érdekes maga a kétség szó is . Mennyire bizonytalan, ingatag, talajtalan érzéseket vált ki.)

Az egyedüli létforma megélésére való képességet leginkább a Vízöntő érdekeltsgű embereknél látom. Az egyedi életmód, a szabadság utáni vágy lehetővé teszi számukra az egyedüli életformát. Egy közösség, amiben jól érzik magukat, pótolhatja a párkapcsolat hiányát. Az Oroszlán, mint szemben álló jegy, szintén sokszor elviseli a pártalanságot, ha van elég alattvaló, aki elismeri a királyságát. Említeném még a Halak jegyet és a 12. házat. Ezek a típusú emberek a világtól elvonultan is megtalálhatják életük értelmét és saját világukba merülve is tudnak magas energiaszintre kerülni. Akiket a legkevésbé gondolok alkalmasnak az egyedül lét elfogadására azok a Mérleg jellegű emberek. Ugyan is nekik arról szól az élet, hogy örökösen kontrollálják tetteiket mások visszajelzései alapján. Leginkább a párkapcsolatban élés fontos, mert ott kapják meg közvetlen a kontrollt és a Vénusz itt érvényesül markánsan. Képesek évekig rossz kapcsolatban élni, azt minden áron fenntartani, annyira félnek a magánytól. Még a társas magány is jobb nekik, mint az egyedül lét.

Úgy gondolom, hogy az egyedüli létforma tréninggel bizonyos ideig mindenkinél fenntartható az elviselhetőség szintjén. Hogy ezen a területen mire vagyunk képesek azt önként is kipróbálhatjuk. Megtapasztalhatjuk határainkat, tűrőképességeinket és meglátjuk, hogy azok nem is csak odáig terjednek, mint ahogy azt elképzeltük. Erre valók például a zarándok utak. Itt kiderül, hogy testünk a mostoha körülmények közepette mire képes. Kiderül, hogy idegen emberek között is lehet lelki békét találni. Alkalmas erre a célra a sportolás is, amely a testet és a lelket is egyformán edzi. Vagy az elért, sokszor emberfeletti teljesítményeink is adhatnak tartást és önbizalmat. Lám-lám ezt én meg tudtam csinálni segítség nélkül is. Képes vagyok rá. Önsajnálattal helyett inkább használjuk a bennünk lévő képességeket.

Bp., 2012.12.18.
Ujvári Csilla