

Remete Farkas László

Mágia és valóság

REJTÉLYES ÉLMÉNYEK, avagy
Barangolás az élet ismeretlen ösvényein

Ezoterikus sorozat
4. könyv

Tézisregény

Hit?
Mágia?
Fényadás?
Auratisztítás?
Csakragyógyítás?
Pszichikus gyógyítás?
Okkult gyógyítás?
Radiesztézia?
Kézzrátétel?
Jóslás?
Ezo?

KÉZIRAT

Budapest, 2005.

TARTALOMJEGYZÉK

BEVEZETÉS	4
1. FEJEZET: NEM SZOKVÁNYOS GYÓGYÍTÁSI ELJÁRÁSOK	5
1.1. <i>Okkult gyógyászat</i>	5
a) Mágikus terápiák	5
b) Rontás-elhárítás	6
1.2. <i>Hittel gyógyítás</i>	6
a) Gyógyítás szellemdoktorokkal	6
b) Tisztítás-védés, egyszerűsített változatban	7
1.3 <i>Paranormális terápiák</i>	9
a) Reiki, a megfoghatatlan erő	9
b) Auraterápia, a láthatatlan sokszínűség	11
c) Radiesztéziás diagnosztika, mérsékelt sikerek	11
d) Radionika, avagy távterápiás távgyógyítás	12
e) Pszionikus gyógyítás, ahol minden együtt van?	12
1.4. <i>Holisztikus törekvések</i>	13
a) Ajurvédikus gyógyászat, egy sikeres emlék a múltból	13
b) Csakrák harmonizálása, mint spirituális hangolás	13
1.5. Az „Ősi Tizenkettes”, avagy az elfeledett gyógyítás	14
a) A „12-es” tudásvilága	14
b) A „12-es” tudásvilága – Gyógyvilág	15
c) Gyógyfüggések köre	15
d) Emberi élet köre	15
e) Erőpontok köre	15
f) Erővonalak köre	16
g) Erősávok köre	16
h) Testbelső köre	16
i) Érzékelés köre:	17
j) Testgyógyítás köre:	17
k) Erények köre	17
l) Ártó érzelmek köre	17
m) Lélekgyógyítás köre	18
n) Gyógyítók köre	18
2. FEJEZET: ESETEK ÉS PRAKTIKÁK	18
2.1. <i>Okkult módszerek</i>	19
a) Jöslások és jövendölések	19
b) Mágikus védelem	21
c) Hasonló eset, de több problémával	23
d) Egyszerű rontáslevétel (példa)	25
e) Tisztítás, ötpontos körben	26
2.2. <i>Hittel gyógyítás, gyógyulás a hitben</i>	27
a) Gyógyítás kézrátétellel	27
b) Segítő szellemdoktorok	28
c) Fényadás hittel vagy nélküle	29

2.3. Paranormális próbálkozások.....	30
a) Auraterápiás kezelés, némi kétségekkel	30
b) Radiesztéziás vizsgálat	32
2.4. Holisztikus próbálkozások.....	33
a) Ajurvédikus terápia	33
b) Csakra-harmonizálás	34
2.5. Az „Ősi tizenkettes” első próbája.....	37
a) Esetleírás.....	37
b) „12-es” testi diagnosztika:	38
c) „12-es” közérzeti diagnosztika:.....	39
d) „12-es” állapot-diagnosztika.....	41
e) „12-es” terápiás feladatok.....	42
f) „12-es” terápia rövid leírása	43
g) Eredményesség	44
BEFEJEZÉS.....	45

Bevezetés

Ebben a kötetben a nem szokványos gyógyítás terén szerzett közvetlen élményeimet kívánom bemutatni és tapasztalataimat közreadni. Nem akarok senkit sem rávenni a leírt módszerek kipróbálására. Arra meg végképp nem, hogy ezeket a módszereket orvos megkérdezése nélkül kipróbálja. Megíráskor az a cél vezetett, hogy bemutassam: más módon is lehet gyógyítani, de ennek eredményessége nagymértékben függhet a gyógyítást igénylő lelki-szellemi állapottól.

Annak érdekében, hogy különböző – esetenként jelentősen eltérő – gyógyítási módszerek összehasonlítása megtörténhessen, az itt közreadott tapasztalatok mindegyike egy *azonos betegség* gyógyításához kapcsolódik. Ez a betegség az *irritábilis bél szindróma*, röviden **IBS**.

Az IBS (*spastitus colon + colitis mucosa*), sajnos Magyarországon egyre elterjedtebb, gyakorlatilag már népbetegségnek számít, mivel a lakosság közel 15-20%-a szenved e betegség tünet-együttesétől. Vagyis, közel 1,5-2 millió, vagyis minden 5-6-odik magyar szenved ettől! Általában ifjú felnőtt korban alakul ki, de egyre gyakoribb már serdülőkorban is, de újabban már nem számít ritkaságnak idős korban sem. A betegség közel 3-szor gyakoribb a férfiaknál, ugyanakkor a súlyosabb tünetek főleg nőknél alakulnak ki.

Kutatások szerint összefüggés mutatható ki a betegség terjedése, valamint a magánéleti és munkahelyi stressz fokódása között. Ezért, a kutatók ezt a betegséget egyfajta civilizációs kórképnek tartják. Nem véletlen, hogy az IBS egyik nyugati elnevezése: menedzser-betegség.

Az IBS pontos okát eddig nem sikerült feltárni, de az már biztos, hogy a betegség több együttesen közrejátszó okok hatására alakulhat ki. Például: egyoldalú vagy helytelen táplálkozás, étel-érzékenység, dohányzás, alkohol, drog. Valamint, fizikai panaszokat kiváltó lelki zavarok hatására, úgymint: állandó szorongás és stressz, személyes lelki problémák, idegfeszültséget okozó magánéleti és szexuális zavarok. Mindezeket erősíthetik öröklött és szerzett tényezők, külső környezeti hatások és családi-közösségi zavarok.

Jellemző panasza a heves-híg hasmenés vagy székrekedés (esetleg váltakozva), a reggeli hasmenés súlyosabb és nyálkát is tartalmazhat. Valamint, teltségérzet, esetleg gyomorégés, puffadás, görcsös alhasi fájdalom, bélgáz-képződés, (bélgáz eltávozása vagy székelés után a fájdalom csökken). Olykor, mintegy imitálva a gyulladást, fekély- vagy epebetegség tüneteit.

Az IBS fő sajátossága, hogy szervi elváltozás nem mutatható ki, de idővel szövődményként az emésztési problémák idültté válhatnak, sőt akár fekélyes bélgyulladás is kialakulhat. Vagyis, e kötetben olyan betegség gyógyítási tapasztalatairól lesz szó, amelyet *szinte már mindenki valamiképpen megismert-átélt*, vagy nagy valószínűséggel részese lehet. Különösen azért érdemes ezzel a betegséggel foglalkozni, mert gyakran együtt jár más idegi eredetű megbetegedéssel is (például: neurózis, mániás depresszió, idegkimerültség, stb.), így a kezeléseknél ezek egyidejű gyógyítására is ki kell térni.

Megnyugtatóul szolgálhat, hogy az ismertetett kezelési eljárások kockázata nem olyan mértékű, hogy a leírásoktól kissé eltérő kipróbálásuk egészségkárosodást okozhatna. Mindenestre alapszabályként tartsuk be: ne tegyünk olyat, amit nem értünk, nem szeretnénk.

Jó kísérletezés és gyógyulást kívánok!

1. Fejezet: Nem szokványos gyógyítási eljárások

Az utóbbi időben, a hagyományos gyógyítási eljárások mellett egyre több olyan gyógyítási módszerrel találkozhatunk, amelyek hatékonyságáról a tudományos és laikus vélemények egyaránt megoszlanak. Ilyen – az orvostársadalom által szkeptikusan fogadott – eljárások közül kívánok néhány olyat bemutatni, amelyeket alkalmam volt személyesen megismerni és kipróbálni, és öngyógyítás keretében alkalmazni.

1.1. Okkult gyógyászat

Okkult gyógyászat körébe olyan eljárások tartoznak, amelyek teoretikus megalapozottsága valamilyen okkult tudomány (például: mágia, miszticizmus, teozófia, spiritualizmus stb.) tételein és módszerein alapul, vagy amelyeket ezoterikus társaságok alkalmaznak ezen tudománykörökben. Az ilyen gyógyászat eredményességét nagymértékben meghatározza beteg viszonya – a terápiánál alkalmazott okkult tudományhoz és gyógyítójához.

a) Mágikus terápiák

A mágikus gyógyászat körébe azok az eljárások tartoznak, ahol a gyógyító a gyógyítás érdekében – mágikus eljárásokkal – a természet vélt titkos erőit szándékozik felhasználni. A mágikus gyógyászaton belül többféle irányzat különböztethető meg, attól függően, hogy a gyógyítás milyen eljárásra alapozva történik. Tapasztalataim szerint a megbetegedések, sérülések gyógyításában a mágikus eljárások kiegészítő terápiaként jöhetnek szóba, a gyógyulást elősegítő lelki hozzáállás erősítése és az immunrendszer pszichikus stimulálására.

Az eredményesebb mágikus eljárások általában összetettek, vagyis egy eljáráson belül a különböző feladatokat eltérő mágiafajták segítségével oldják meg, például:

- a rítus előkészítése *ceremonális mágiával*;
- felkészülés *rituális tisztálkodással és átöltözéssel, étkezéssel, szeretetmágiával*;
- a rontás vagy állapotromlás meghatározása *természeti vagy szellemmágiával*;
- a gyógyítást kérő felkészítése *akaratmágiával vagy felsőbbrendű mágiával*;
- kezelés elvégzése *fehér, védekező, támadásos vagy ceremoniális mágiával*;
- kezelés segítése (segítő tevékenykedés) *utánzó vagy szeretetmágiával*;
- kezelés támogatása (résztevők közreműködése) *akarat vagy formuláris mágiával*;
- hatás erősítés *utánzó vagy ceremoniális, esetleg szexuálmágiával*;
- pszichikai terek tisztítása *fehér vagy szeretetmágiával*;
- résztvevők (gyógyított) erősítése *védekező vagy alacsonyabb rendű mágiával*;
- gyógyított önerősödése *utánzó mágiával*;
- a rítus zárása *ceremonális mágiával*.

Fontos hangsúlyozni, hogy bizonyos betegségek kialakulása vagy súlyosbodása a rontó mágiaiba vetett hit következménye is lehet. Az ilyesfajta állapotromlások annál erőteljesebbek lehetnek, minél erősebben hisz a megrontott személy a rontás lehetőségében, minél jobban kötődik a rontást kiváltó mágia-irányzathoz. Az efféle állapotromlások kezelésénél a mágikus gyógyítás fontos szerepet játszhat, mivel mágia-hiten alapuló pszichikus gátak ellen-mágiával általában feloldhatók. Ezután már a hagyományos gyógymódok is sokkal lényegesebben eredményesebben alkalmazhatók.

b) Rontás-elhárítás

Közfelfogás szerint a rontás: személy vagy tulajdon ellen alkalmazott, károkozásra irányuló eljárás, amelyet általában a fekete (ártó) mágia erejével próbálnak érvényesíteni. A rontásban hívők szerint – rontással – az ember testi, szellemi, lelki és érzéki állapota megváltoztatható. A rontáselhárítás: a rontással ellentétes eljárás, amely a hit szerint úgy történhet, hogy:

- a *rontó személy veszi le* a rontást a megbetegítetttről (rontás visszavétele);
- *más személy veszi le* a rontást a betegítetttről (rontás levétele), feltételezve a hozzáértést;
- *más személy átveszi* a rontást a betegítetttről (rontás átvétele), kényszerhelyzetben;
- a rontás *visszairányításra a rontást* adóra (rontás visszaverés) nagyobb erejű gyógyítóval;
- a rontás hatástalanításra kerül (rontás-eliminálás), ha a beteg is ezt akarja;

A rontás-elhárítás módszerei és eszközei rendkívül változatosak, ugyanakkor hatékonyságukat erőteljesen befolyásolja a megrontott személy történelmi, hitbéli, társadalmi és kulturális érintettsége. Valamint, a rontás hatása attól is függ, hogy a megrontott tud-e megrontásáról.

A rontás-elhárítást a megrontott személy általában nem képes – külső rontásúzó segítségével – elvégezni megfelelő adottságok és tapasztalatok nélkül. Amennyiben megfelelő mágikus felkészültséggel is rendelkezik, a megrontott személy maga is képes a rontás intenzitását jelentősen csökkenteni (mágikus támadásokat kivédeni).

1.2. Hittel gyógyítás

A hittel gyógyítás a vezető vagy hittárs imádságával, meditációjával vagy megidézéssel közvetített természetfölötti gyógyító energiák segítségével történik. Leegyszerűsítve, a karizmatikus és a hiten alapuló gyógyítás egységesült változatának tekinthető. Speciális formája a távgyógyítás és a kézrátételes gyógyítás. A hittel gyógyítás főleg idegesség vagy érzelmi hatások által kiváltott megbetegedések esetében eredményes.

Fontos jelezni, hogy veszélyt jelenthet a túlzott hitbuzgalom érzelmileg-értelmileg labilis beteg esetében, vagy ha a szükséges orvosi beavatkozást ilyen okok miatt elhalasztanának.

a) Gyógyítás szellemdoktorokkal

Ez a gyógyítási módszer a hittel gyógyítás olyan változatának tekinthető, ahol a gyógyítás megidézett szellemdoktorok segítségével történik. A hit szerint ezek lehetnek: istenek, angyalok, más felsőbb szellemi lények, elhunyt szentek vagy orvosok lelkei, természeti erőt megszemélyesítő hatalmak stb. A rituálé előre meghatározott koreográfia szerint történik, időtartama legalább 0,5 óra. A gyógyítást leggyakrabban 3 fő végzi, részletesebben:

- a *gyógyító* = a tudó, aki a rítust és terápiát ténylegesen vezeti, megidézi a szellemdoktorokat, és együttműködik azokkal a gyógyítás folyamán;
- a *látó* = révülő, aki médiumként fenntartja a kapcsolatot a meghívott szellemdoktorokkal, érzékelési képességével a segítséget nyújt a betegséget kiváltó okok azonosításában;
- és a *védő* = a javas, aki egyfajta asszisztensként az érdemi spirituális (tisztító, védő) erőt kifejti, segítséget nyújt a megidézett szellemdoktorok „erejének” érvényesítéséhez.

A gyógyítás a beteg személy lelkének meghívásával és kikérdezésével (tisztá-e, honnan jött, származása, addigi teljesítései, kérésének tisztázása) történik annak érdekében, hogy a gyógyítást végzők felmérhessék: jogosultak-e vagy képesek-e a betegség gyógyítására.

A folyamat következő lépése a fizikai és a szellemi test kikérdezése, amely lényegében az orvosok, pszichológusok diagnosztizálást elősegítő kérdéseikhez hasonlítható (hogyan él, mivel foglalkozik, egészségi állapota és előélete, előbbi vizsgálatok és eredményeik, konkrét panaszok, családi-közösségi háttér, pszichikai leterheltség stb.), illetve ekkor kerül sor a beteg állapotára kedvezőtlen pszichikus jelenségek és hatások azonosítása is.

A gyógyítás általában a (*látó* által feltárt) káros paranormális hatások-blokkolások (vízgyűrű, káros háló, geosugárzás, rontás, átok stb.) feloldásával, a szervezet spirituális tisztításával és felerősítésével, a védelem felrakásával történik (ezt a *védő* végzi, a *gyógyító* utasítására).

A gyógyítás, a megidézett szellemdoktor utasításának vélt kezelés kinyilatkoztatásával történik, amely kiegészülhet természetgyógyászati javallatokkal. Úgy, hogy ehhez szervesen illeszkedjenek a gyakorlati eljárásokon alapuló és orvos által elvégezhető kezelések (terápia, műtét, eljárás stb.) felidézése is, kifejezetten csak spirituális és verbális módon.

A kezelés befejezése a spirituális állapotok helyreállításával történik, de a megnyitásokkal ellentétes sorrendben (energiacsatornák lezárása, szellemdoktor és más segítő erők búcsúztatása, érzék-lélek-szellem-test védelmének megerősítése, állapot visszatérítése a reális térbe). Ez követi – már a beteg éber-tudatállapotban – az élmények megbeszélése, a gyakorlati terápiák tisztázása, valamint a szükséges orvosi vizsgálatok tudatosítása.

A tapasztalatok szerint ennek a gyógyítási eljárásnak a hatékonysága akkor kedvező, ha a gyógyító team és a beteg közötti érzelmi-bizalmi összhang is megfelelő. Ugyanis, a gyógyítás hatékonyságát jelentősen leronthatja, ha a gyógyító team együttműködése akadozó, és ha a tagok között értelmezési problémák adódnak, különösen, ha mindezek a beteg előtt vagy a szeánsz alatt történnek. Kedvezőtlen helyzetet eredményez az is, ha a gyógyító és a látó – a műveltségi szintjéből vagy felkészültségéből adódóan – nem képes a szellemdoktorok instrukcióit megfelelően értelmezni vagy tolmácsolni, ha a védő határozatlan, és leginkább, ha a gyógyító team értelmi és tudásszintje a betegénél is alacsonyabb szintű.

A gyógyítás – megfelelő adottságok és felkészültség mellett – öngyógyítás keretében is elvégezhető, de ekkor a betegnek meditációra és relaxációra alkalmas környezetben magának kell mind a *látó*, mind a *gyógyító*, mind a *védő* feladatait is ellátni. Ez rendszerint csak a *védői* feladatok ellátására alkalmas személy esetében szolgáltathat megfelelő eredményességet, ezért otthoni környezetben e gyógyítás helyett inkább a tisztítás-védés javasolható.

b) Tisztítás-védés, egyszerűsített változatban

A tisztítás-védés eljárás gyakorlatilag a szellemdoktorokkal történő gyógyítási módszer egyszerűsített – és gyertya segítségével történő tisztítással kiegészített – változata. A gyógyítás lényegében spirituális tisztításban és védelem felhelyezésében nyilvánul meg.

A gyógyítás – elméletileg – szintén gyógyító team (*látó*, *gyógyító*, *védő*) bevonásán alapulva történik, ugyanakkor lehetőség van egyes team-tagok kiváltására (színes gyertyákkal történő helyettesítéssel), így akár öntisztítás-önvédelem is végezhető felkészültség és gyakorlat esetén.

Gyakorlatban a tisztítás-védés a spirituális kapcsolatokat biztosító team, az energiacsatornák közötti kapcsolatot erősítő színes gyertyák, és a tisztítás-védés alanyát képező beteg hitével létrehozott együttműködés rendszerén alapul. A folyamat lényege: megfelelő elhelyezkedési és erőssorrend kialakításával létrehozott energiacsatornák segítségével elvégezni a beteg (és a team tagok) tisztítását, illetve a védelem felhelyezését.

A terápia során általában az alábbi színű gyertyákat szokták alkalmazni,:







- *ezüst* színű gyertyát: gyógyítás, a tisztítás és a védelem kifejtése érdekében;
- *arany* színű gyertyát: a hatás felerősítésére és az energiacsatornák megnyitására;
- *zöld* színű gyertyát: a gyógyító helyettesítésére;
- *fehér* színű gyertyát: a látó helyettesítésére;
- *kék* színű gyertyát: a védő helyettesítésére.






Ezt az eljárást alkalmazók szerint a gyertyák színe alapvető fontosságú, de szükség esetén az *arany* gyertya *sárgával*, az *ezüst* gyertya *fehérrel* (vagy túlzott gyengeség esetén *vörössel*) helyettesíthető. A *fekete*, *bíbor* és *lila* színű gyertya alkalmazását általában mellőzik.







Egyes „keresztény színezetű” gyógyítók tiltják a sárga és kék gyertya alkalmazását. A védő színe ez esetben vörös. Véleményük szerint arany gyertyával bármely szín helyettesíthető. Pannonosok szerint a gyertya színe lényegtelen, az egyszerű fehér is megfelel.






A tisztítás-védés folyamatában mindenek előtt tisztázni kell a beteg képességeit az szerint, hogy paranormális képességei szerint – ő maga – melyik tag helyettesítését képes ellátni a team-ben. A team-tagok a földön ülve – nyugatról keletre – egy sorban foglalnak helyet egymástól olyan távolságra, hogy az előttük ülő vállát kényelmesen elérhessék.

Amennyiben valamelyik team-tag hiányozna, akkor őt a megfelelő színű égő gyertya helyettesíti. A gyógyító team *vonalas elhelyezkedésében* a következő változatok lehetségesek, illetve a hiányzó személyek az alábbi módon válthatók ki (sorrend nyugatról keletre).

K E L E T							Ny U G A T
Alaphelyzet:	Beteg	Arany	Gyógyító	Látó	Védő	Ezüst	

K E L E T						Ny U G A T
Szükséghelyzet:	Arany	Gyógyító	Beteg	Védő	Ezüst	

K E L E T							Ny U G A T
Páros:	Arany	Gyógyító	Fehér	Kék/Vörös	Ezüst		

K E L E T						Ny U G A T
Önálló:	Arany	Zöld	Beteg	Kék/Vörös	Ezüst	
Egyszerű:	Fehér	Fehér	Beteg	Fehér	Fehér	

Amennyiben a beteg spirituális képességei nem egyértelműek, illetve a team-béli valóságos spirituális-pszichikus erősorrend nem ismert (leggyengébb a *látó*, legerősebb a *védő*), vagy ha a *látó* hiányzik, úgy a gyógyítás elvégezhető oly módon is, hogy a beteg a *látót* helyettesíti. Ebben az esetben a tisztítást-védést a beteg maga is elvégezheti.

A tisztítást meleg és huzatmentes helyen, sötétben és csak az alkalmazott gyertyák fényénél célszerű elvégezni. A tisztítás megkezdése előtt a résztvevők alaposan fürödjenek le, tisztakönnyű-szellős ruhát vegyenek fel. Lehetőség szerint a tisztítás előtti néhány órában étel, italt (kivéve víz), élvezeti cikket és gyógyszert ne fogyasszanak, ne dohányozzanak.

A tisztítás ideje legalább 15 perc, amelyet kelet-nyugat irányban egyvonalas elrendezéssel, a résztvevők arccal kelet felé, a földön ülve a gyertyavonalban helyezkednek el. A folyamat alatt a team-tagoknak legalább 5 percig a szellemi segítő *meghívására*, legalább 5 percig a *tisztulásra* és legalább ugyanennyi ideig a *védelem* megerősítésére kell koncentrálni, önszuggesztiós módok alkalmazásával. A módszer hatékonysága növelhető megfelelő illóolaj-párolgatással, füstölők használatával, esetleg megnyugtató zene hallgatásával.

1.3 Paranormális terápiák

Paranormális terápiák alatt olyan gyógyítási eljárásokat értjük, amelyek a jelenlegi hivatalos természettudományi ismeretekkel egyértelműen nem magyarázható jelenségeken alapulnak, viszont bizonyos feltételek mellett érzékelhető (tapasztalható) eredményeket szolgáltathatnak.

a) Reiki, a megfoghatatlan erő

A Reiki-felfogás szerint az életerő-energiát születésünkkel kapjuk, és mindenki bizonyos mennyiségű energiával érkezik az életbe. A mindennapi tevékenységben ennek az energiának egy részét el is használjuk, vagyis naponta energiát kell a szervezetünk számára biztosítani. Ha a szervezet energiapótlása akadozik, akkor testi, szellemi vagy lelki betegség vehet erőt rajtunk és a fizikai, értelmi és érzelmi kimerültség állapotába kerülhetünk, vagyis gyengültté, beteggé, letörtté, ingerlékenyebbé, kedélytelenebbé, depresszióssá stb. válhatunk.

A Reiki-képviselők szerint *bárki, aki a kezét egy másik személyre helyezi, az energia-átadásal segíti a másik gyógyulási folyamatát*. Ugyanakkor, az ismeretek és képességek elsajátítása mellett szükségesnek tartják egy megismerési-behangolási folyamatban való részvételt is, amelyekre a különféle szintű Reiki-tanfolyamok keretein belül kerül sor. Felfogásuk szerint ez feltétlenül indokolt ahhoz, hogy a gyógyító nagyobb mennyiségű egyetemes életerőt tudjon magán átáramoltatni és megfelelő rezgésszinten tartani

Fontos Reiki-alapelve, hogy az energiát nem a gyógyító adja a sajátjából, hanem azt a környezetből hívja le (veszi fel) a koronacsakrán keresztül. Hitük szerint ez az energia a felső energiaközpontokon áthalad szívcsakrához és napfonathoz, majd az energia egy része a gyógyító karján és kezén keresztül a kezelt beteg testrészebe jut. Ebben a folyamatban nem merülhet ki a gyógyító szervezetének energiatartaléka sem, mivel az utántöltődés fokozatos. Ugyancsak fontos szempont, hogy a gyógyító és a beteg egymás problémáit nem veszik át (cserélik ki). Vélekedésük szerint, ha a behangolás megtörtént (vagy ha a csatornák tiszták), csak gyógyító energia adható át.

Mivel a Reiki nem hitrendszer, ezért a betegnek nincs szüksége mentális felkészítésre vagy bármiféle spirituális jellegű irányításra. A Reiki nem zárja ki az önkezelést, sőt ha a gyógyító behangolt személy, akkor elég a gyógyító szándék és a gyógyító energia azonnal lehívható.

Általánosan alkalmazott eljárások szerint a gyógyító mindenekelőtt kedvező körülményeket biztosít a kezeléshez (nyugalom, kényelmes kezelési helyzet, megfelelő hőmérséklet, huzatmentesség, zavarmentes megvilágítás stb.), majd:

- kikérdezi és megvizsgálja a beteget, beazonosítja a kezelési helyeket;
- elvégzi a beteg csakráinak diagnosztizálását (például: kineziológias izomtesztel, belső látással, auravizsgálattal, a beteg energiatestébe történő pszichikus beleolvadással);
- elvégzi a csakrák aktivizálását és tisztítását, valamint az esetleges blokkolódások (csakrázáratok) felszabadítását (csakrák harmonizálásával);
- a beteg szerv közvetlen, valamint vele szoros kapcsolatban álló csakráira (vagy közelébe) helyezett kézzel energiát közvetít a gyógyuláshoz.

A terápia közel azonos alapelvek szerint de csoportonként, vezetőkként, egyénenként is eltérő eljárásokkal történhet (például: csakrák száma szerint, mellécsakrák bevonásával, csakrákapcsolatok értékelésében, hátoldali ellen-csakrapárok figyelembe vétele, csakrákhoz rendelések, csakrák forgásiránya stb.). Leggyakrabban a hét fő csakrán keresztül történik a gyógyítás, úgymint: *Gyökér-csakra*, *Has-csakra*, *Köldök-csakra*, *Szív-csakra*, *Nyak-csakra*, *Homlok-csakra*, *Korona-csakra*. Elnevezések némileg eltérők is lehetnek.

A Reiki gyakorlatok nem igényelnek különösebb képességeket, elsajátításuk kevés speciális ismeretanyagot igényel. Ez nagyban hozzájárul a Reiki viszonylagos népszerűségéhez, de a behangolások (beavatások) már speciális tanfolyamok keretében történnek (már beavatottak által), amelyek viszont már költségigényesek. A behangolások (beavatások) általánosan elfogadott, átfogó és objektív minősítő rendszerének hiányában az ilyen gyógyítókat besoroló Reiki-fokozatok esetenként nem a gyógyítási képességet, hanem az elvégzett tanfolyamok számát és az adott irányzaton belüli reikis-sek közötti hierarchikus fokozatot fejezi ki.

Saját tapasztalataim kissé eltérnek a reiki-hívők által képviselt álláspontoktól. Én, a hatékonyság érdekében szükségesnek tartom a beteg mentális felkészítését, ugyanis a módszer elfogadtatása és a beteg hozzáállása alapvetően meghatározhatja egy terápia eredményességét. Személyes élményeim arról is meggyőztek, hogy eredményes gyógyítás megfelelő adottság és felkészültség nélkül nem végezhető. Felkészítés nélkül a „mindenképpen sikeres” behangolási folyamat nem garantálhatja az eredményességet, és az irányzat presztízsét sem erősíti.

Más irányú tapasztalatom, hogy a gyógyítás folyamatában a hét főcsakra sok esetben kevésnek bizonyul, annak ellenére, hogy a módszer művelőinek többsége is szinte csak „ezekre van hangolva”. Legkedvezőbb eredményre a 12 csakrás kezelés vezetett amelyek: korona-, homlok-, torok-, 2-mell (vagy tenyér), szív-, napfonat, 2-vese, hasi, 2-ivarszervi, gyökér-, 2-térdi, 2-talpi csakrák. Vagyis, a 7 csakrás rendszer kiegészül 5 páros csakrával, úgymint: 2-mell, 2-vese, 2-ivar-, 2-térd, 2-talp csakra. Hasonlóan, mint a kínai meridián-központoknál, vagy a thai-csakrafelosztásnál.

Ezzel a felosztással jobban lehet a kezelést differenciálni, valamint hatékonyan be lehet vonni a terápiába a végtagok stimuláló területeit (például: tenyéri-napfonatot) is. Az is tény, hogy 12 csakrás változat jól illeszthető más 12-es rendszerekhez (horoszkóp, hangok, színek, stb.). bár a tényleges gyógyítás ezek nélkül is elvégezhető.

A 12-csakrás korrigált reiki-módszert több alkalommal sikeresen alkalmaztam IBS, ízületi bántalmak és reuma, valamint idegkimerültség okozta kellemetlen érzések csökkentésére.

b) Auraterápia, a láthatatlan sokszínűség

Az auraterapeuták álláspontja szerint az egyén aurája (valamilyen pszichikus energia által létrehozott erőter) kölcsönhatásban áll a környezetével. Ezért, az egyén aurájának állapota utalhat a test fizikai-pszichikai állapotára is. Vagyis, az aura minősége (színe, kiterjedtsége, rétegződése stb.) alkalmas lehet az egyén fizikai-szellemi-lelki állapotának diagnosztizálására.

Az auraterapeuta az aura regenerálását (tisztítását, befoltozását, záródás felnyitását stb.) végezheti „szín beültetésével” vagy „kiegészítő színnel való kezeléssel”. E kifejezéseket természetesen nem szó szerint kell érteni, mivel „energiapótlást”, illetve „energiaszint-korrekciót” jelentenek. A kezelés *leggyakrabban* a paciens aurájának érintésével vagy igézésével történik, saját energia átadással vagy külső energia közvetítéssel (Od-kapcsolat?).

Tapasztalataim szerint a kezelés során célszerű, ha a beteg a hátán fekszik (kivéve, ha a hátoldali részen történik a kezelés) kényelmes helyzetben ellazulva olyan alkalmatosságon (például: matrac), amely szabadon körbejárható. Előnyös, ha a kezelés alatt a beteg csukott szemmel relaxál vagy meditál (esetleg figyel a terapeutára, ha az interaktív-kommunikáló módszert alkalmaz az aurakezelés során). A terapeuta, a beteg mellett elhelyezkedve felméri annak auráját, az aura jellemzői alapján diagnosztizál, majd valós vagy vizualizált erőterével elvégzi a beteg aurájának restaurálását. Az auraterápia hatékonysága jelentősen függ a beteg hozzáállásától és aktivitásától, valamint pozitív gondolkodásra való hangoltságától. Fontos, hogy a terápia részét képezze a beteg öntudatának erősítése és a saját spirituális képességeinek mélyebb felismerése, illetve a saját aurája érzékelésének begyakorlása. Az aurakezelést a beteg – megfelelő előzetes felkészítés mellett – saját maga is végezheti, de lehetőség szerint: terapeuta által meghatározott metodika szerint. Célszerű, ha az önkezelést a beteg és a terapeuta előzőleg közösen begyakorolja.

Véleményem szerint a terápia hatékonyságát döntő mértékben meghatározza a terápiát végző személy előképzettsége, érzelmi tapasztalata és diagnosztizálási gyakorlata, valamint pszichikai érzékenysége és technológiai következetessége, mivel egy nem megfelelően lezárt terápia utólag jelentős problémákat okozhat. (pszichikai hiányérzet vagy túlfeszültség stb.).

Eredményeim alapján arra a következtetésre jutottam, hogy az auraterápia hatékonyan kiegészíthető hagyományos vagy ajurvédikus terápiákkal, sőt az auratisztítás során a lánggal (gyertyával) vagy füsttel történő tisztítás (zárlatok feloldására) kifejezetten javasolható. Az ilyesfajta kombináltabb módszereket célszerű a kétkedőbb vagy a módszertől idegenkedő betegek esetében alkalmazni, mivel a látványosabb módszerek segítik a beteg meggyőzését.

c) Radiesztéziás diagnosztika, mérsékelt sikerek

A radiesztéziás (sugárérzékenységen alapul) diagnosztika lényege: a betegséget okozó (vagy a gyógyítást elősegítő) energiamintázatok speciális eszközökkel vagy sajátos érzékeléssel történő meghatározása. Elmélete szerint a gyógyítás: elsősorban a betegség kialakulását elősegítő sugárzások (például: földsugárzás, vízér-sugárzás, káros rezonancia-sugárzások, Hartmann-Curry rácsanomália stb.), valamint a betegség gyógyulását elősegítő hatások (például: pozitív kisugárzások, gyógyító rezonanciák, segítő anyagok stb.) meghatározásán, illetve azok tesztelésén alapul. Leggyakoribb mérő-segédesszközök: inga, rezonátor, vessző stb., valamint az intenzitás-grafikonok és mérőetalon-sorozatok.

A gyógyítás folyamatában az anyagi radiesztézia feladata lehet a tartózkodási hely sugárzási intenzitásának bemérése, a sugármentes helyeinek beazonosítása, majd a káros sugárzások hatásának csökkentése (hálóval, kioltó-rezonátorral, rezgőkörökkel, sugármentesítővel stb.).

A lelki-szellemi radiesztézia segítséget nyújthat a beteg állapotára hasznos (például: Bach-, vagy kontakt virág- és kristályterápiás anyagok) vagy káros hatású anyagok (allergének) beazonosításakor, bár a tapasztalat szerint ilyen feladatokra csak az átlagosnál érzékenyebb és jelentős gyakorlati tapasztalattal rendelkező radiesztéta vállalkozhat eredményesen.

Tapasztalataim a térerősség-mérő műszert alkalmazó (vagyis nem ingás, vesszős stb.) anyagi radiesztéziás-felmérés területén eléggé kedvező, sőt a betegek is nagyobb bizalommal fogadják a műszeres vizsgálatokat. Különösen az idegi jellegű problémák (például: kimerültség, szorongás, alvásprobléma, migrén, depresszió, idegi alapú keringési problémák, IBS) esetében sikerült kedvező eredményeket elérnem az elektromos térerősség csökkentésével. Ha ügyesen kombinálunk a módszereket, akkor az anyagi radiesztéziás és a geopátiás terápiák kombinálhatók (integrálhatók) és egy komplex eljárás keretében együttesen művelhetők, megnövelve a terápiák hatékonyságát.

A lelki-szellemi radiesztéziás kezelési próbálkozásoknál – feltehetően korlátozott képességeim és gyakorlat hiánya miatt – nem tapasztaltam tiszta szívvel elfogadható eredményességet. Bár sikerült veszélyesnek tűnő Hartmann-sávot beazonosítani, viszont – ahogy több ismert hozzáértő javasolja – azt pszichikus erőfeszítéssel „eltolni-áthelyezni-eltüntetni” már nem sikerült. Az ott maradt, ahol volt és addig sugárzott, amíg le nem árnyékolták. Olyat is tapasztaltam, hogy a szakértő által pszichikus erővel eltávolítottak nyilvánított veszélyes sáv számomra (sem a műszer számára) valahogy nem tűnt el. Sajnos az általam megismert szakértők radiesztéziás bemutatói sem győztek meg arról, hogy ők sokkal sikeresebbek lennének, de az is lehet, hogy eddig nem volt alkalmam valódi hozzáértővel találkoznom. Mindenesetre elgondolkodtató, ha ugyanarról a problémáról megkérdezett *három* szakértő *három* különböző térképet készít, *három* eltérő javaslatot ad...

d) Radionika, avagy távterápiás távgyógyítás

A radionika (energiamintázatokon alapuló gyógyítás) a betegség okozta energiamintázatorzulások *távolból történő meghatározása* a betegségek által okozott pszichikus testellenállás változás alapján, vagy speciális eszközökkel a beteg direkt-indirekt gyógyítása.

A gyógyítás – elméletük szerint – a beteg természetes erőforrásainak és öngyógyuló képességeinek stimulálásán és kihasználásán alapul, úgy, hogy a beteg távdiagnosztizálása radiesztéziái, a terápia pedig telepatikus vagy erő-kisugárzásos módszerekkel történik.

Megfelelő tapasztalatok, egyértelmű bizonyító adatok és minták hiányában a terápia hatékonyságának elfogadása számomra nehézséget okoz. Mivel igénylésük és alkalmazásuk általában ritkaságszámba megy, ezért nem volt alkalmam megfelelő számú vizsgálatokat végeztetni, sem a megszerezhető eredményeket érdemben (visszaellenőrzéssel) kiértékelni.

e) Pszionikus gyógyítás, ahol minden együtt van?

A pszionikus (vagyis pszichikus-paranormális) gyógyítás a radionikát, a homeopátiát és a radiesztéziát egyesítő és speciális diagramot (W. O. Wood táblázat) alkalmazó, a miazmaelméleten alapuló diagnosztikus eljárás, amely leggyakrabban a beteg szervezettel harmonizáló anyagok, illetve a szükséges terápiák meghatározására szolgál.

Kellő felkészültség és gyakorlat hiánya miatt az efféle gyógyítás hatékonyságát nem tudtam magam számára is megnyugtatóan körvonalazni. Sajnos anyagi lehetőségeim nem tették lehetővé, hogy a témát értő és azt sikeresen művelő szakértők segítségét igénybe vehessem.

1.4. Holisztikus törekvések

Holisztikus (az embert a teljességében vizsgáló) gyógymód arra ösztönzi az embert, hogy forduljon a létezés teljessége, a test, az értelem és a lélek harmonikus egysége felé. Elviekben az átfogó jellegű népi gyógyászatok is részben e körbe tartozónak tekinthetők.

a) Ajurvédikus gyógyászat, egy sikeres emlék a múltból

Az ajurvéda (jelentése: élet-tudás), ez az ősi indiai holisztikus (a test-elme-szellem egységén alapuló) gyógyászati rendszer elsősorban a megelőzésen alapul, de gyakran eredményes a betegségek és sérülések gyógyításában is. Az ajurvédikus tanítás „három erő elmélete” kissé anakronisztikusnak tűnhet (*Vata*, mint a szél-mozgás, amely az idegrendszert; *Pitta*, mint a Nap-energiaforrás, amely az emésztőrendszert és a biokémiai folyamatokat; *Kapha*, mint a Hold, amely a növekedést és a testnedvek egyensúlyát irányítja). A tanítás, a kezelést igénylő állapotokat négy csoportba sorolja úgymint: baleset okozta állapotok, testi bajok, lelki bajok, természetes állapotok. Ezek egyúttal eltérő kezelési szemléleteket is képviselnek.

Az ajurvédikus gyógyászat lényegében három fő gyógymód-csoportot alkot (gyógyszeres kezelés, diéta és gyakorlati segítségnyújtás), és egyúttal a különböző terápiás- és tréning-módszereket fogja össze egy sajátos-célirányos rendszerbe. A gyógyítás filozófiai és ismereti rendszere nem az európai kultúrkörben elfogadott alapokon és mintákon nyugszik. Ugyanakkor, eredményességét már nehezen kérdőjelezheti meg a kb. 3-4 ezer éves múlt és gyakorlati tapasztalat, valamint a konkrét kezelések eredményessége. Ha a filozófiáját nem is, de a terápiáinak egy részét az európai gyógyítás is sikeresen alkalmazza.

Meggyőződésem, hogy az ajurvédikus gyógyászat hatékonysága jelentősen függ a terapeuta felkészültségétől, a beteg hozzáállásától és a gyógyításra fordítható időtől, valamint különösen: a terapeuta és a beteg közötti bizalmi kapcsolattól. A terapeuta csak akkor képes érdemi eredményeket elérni, ha minél jobban megismerheti a beteg testi-lelki állapotát, családi-munkahelyi-társadalmi helyzetét és problémáit, viselkedési-táplálkozási szokásait, céljait-vágyait és örömhöz-sikerhez-kudarchoz való viszonyát. A gyógyítás folyamatában a szükséges idő, a megfelelő vizsgálati környezet és hangulat hiánya okozhatja leggyakoribb eredményességi problémákat. Különösen fontos, hogy a terapeuta rendelkezzen elegendő idővel a beteg állapotának meghatározásához, a megvalósítandó terápia kidolgozásához és annak következetes végrehajtásához.

Az ajurvédikus gyógyászatot IBS kezelésénél alkalmaztam. A szerzett tapasztalatoktól és az alkalmazott terápiákról a következő fejezetben részletesen is beszámolok.

b) Csakrák harmonizálása, mint spirituális hangolás

A Kundalini jogában csakrának nevezik azokat a spirituális idegközpontokat (energiaközpontokat), amelyek a központi idegoszlop mentén helyezkednek el. A csakra-tan szerint ezek a központok az emberi étertestben helyezkednek el, és amelyeken keresztül áramlik az éteri energia a testbe, illetve onnan kifelé. A csakra-tan állítása szerint a betegség lényegében a

csakrák működésének diszharmóniájából adódik, vagyis a gyógyítás lehetséges a csakrák zárlatainak vagy intenzitás- és polaritás-problémáinak megszüntetésével.

A csakra-harmonizálás (amely más értelemben akár 7 kardinális akupunktúrás ponton alapuló komplex kezelésnek is tekinthető) az eddig már ismertetett gyógyítási, terápiás- és tréning-módszerek egy részét foglalja össze egy sajátos és az európai kultúrkörben elfogadottól jelentősen eltérő rendszerbe. Hatékonyágát szintén a kb. több ezer éves tapasztalat és a konkrét kezelések eredményessége igazolja, sőt a terápiáinak egy részét az európai gyógyítás is sikerrel alkalmazza az utóbbi időben.

A csakrák harmonizálását IBS kezelésénél volt alkalmam gyakorolni, Ebben a körben már három csakra kezelése is megfelelő eredményhez vezetett. A következő fejezetben ezekről a gyógyításról több információval is szolgálhatok.

1.5. Az „Ősi Tizenkettes”, avagy az elfeledett gyógyítás

Erről a szemlélet-rendszerről először gyermekkoromban hallottam apai nagyszüleimtől, sőt sikerült is néhány fogást eltanulnom idős-vidéki rokonaimtól, azok látó, gyógyító (rossz nyelvek szerint boszorkány) ismerőseitől. Később sikerült találkoznom hasonló érdeklődésűekkel, akikkel összefogva – egy spontán szerveződésű ezoterikus beállítódottságú klub keretében – megkíséreltük mozaikjaiból összerakni a széttöredezett és részleteiben erősen hiányos tudásanyagot. A hiányzó és elfeledett ismereteket részben pótolni lehetett az akkor még fellelhető falusi gyógyítók ismeretfoszlányaiból, a hagyományos paraszti kultúrához kapcsolódók emlékeiből, a néprajzi-művészeti feljegyzésekből, a népi gyógyászat és a népi hagyományok köréből összegyűjtött és rendszerezett adatokkal. Sok éves forráskutatással, alkotómunkával és kísérletezésekkel végül sikerült önálló és életképes gyógyítási rendszerként újraéleszteni a „12-es”-t, egyúttal megőrizve annak alapszemléletét.

A rendszer gyógyvilági-szemléleti részének restaurálása még finomításokra szorul, de remélhetően egy-két éven belül önálló könyv formájában közkincsé válhat. A teljes „12-es” rendszer újraélesztése viszont már több évet igényelhet, mivel már nagyon kevesen rendelkeznek a szükséges előismeretekkel, és közülük sem sokan áldoznának több évet életükből csak azért, hogy e sajátos ősi hagyományvilágot életre keltsék. Időközben az ezoterikus klub tagjai is szétszéledtek, ezért egy újabb érdeklődői csoport felállásáig és a közös munka újraindításáig nem várható lendületesebb előrehaladás.

a) A „12-es” tudásvilága

Az ősi „12-es” rendszer annak az ősi hitvilágnak a maradványa lehet, amely – a kereszténység erőszakos elterjesztéséig – őseink mindennapi életét átszőhette és irányíthatta. Ez a világ-szemlélet vezérelhette nemcsak a sámánok és táltosok, a látók és jóvendősök, a javasok és füvesek, az ördögösök és boszorkányok tevékenységét, hanem az akkori társadalom mindennapi életét is. A rendszer, mint egy sajátos világnézet, az akkori gyakorlati tapasztalatok tükrében és az akkori tudás színvonalán egy egységes és teljes világképet alkotott, átfogva az akkori természeti és társadalmi ismereteket, valamint hitfelfogásokat és hagyományokat. Mindezt egységes képpé és egybefüggő logikai rendszerré kovácsolva. Ez a világkép szabályozhatta az együttélést, elősegítve az egyének és közösségek fejlődését a hagyományaik ápolásával, átadásával és továbbfejlesztésével.

Sajnálatos módon az utóbbi időben a „12-es” gyógyítási rendszer „hamis változatai” is kezdenek feltűnedezni, egyelőre csak diszkrét formában, de főleg olyan személyek által, akik a „12-es” rendszerről még csak sem is hallottak, nemhogy részt vettek volna annak tanulmányozásában. Ez akár azt is bizonyíthatja, hogy viszonylagos ismeretlensége ellenére a „12-es” rendszer legalább annyira eredményes, mint a régóta ismert és művelt eljárások.

b) A „12-es” tudásvilága – Gyógyvilág

A Tizenkettes rendszer – ahogy megnevezése is mutatja – szorosan kapcsolódik a 12-es számhoz felépítésében és ismeretanyag-rendszerében. A világszemléletet 12 „tudásvilág” alkotja, úgymint: *Hitvilág*, *Mondavilág*, *Csillagvilág*, *Földvilág*, *Növényvilág*, *Állatvilág*, *Tárgyi világ*, *Dologi világ*, *Tudásvilág*, *Embervilág*, *Gyógyvilág*, *Lélekvilág*. A „tudásvilágok” kisebb „tudáskörök”-ből épülnek fel, amely további rétegekre tagozódnak.

A „12-es” egy átfogó ismereti-műveltségi rendszerre hasonlít. Más, és több mint egy vallás, vagy holisztikus gyógyítási szemlélet. Látszólagos bonyolultsága ellenére logikus felépítéséből és gyakorlatias jellegéből adódóan megfelelő irányítással elegendő gyakorlással könnyen elsajátítható. Példaként érdekes lehet a Gyógyvilág tudásköreit felsorolni:

c) Gyógyfüggések köre

Gyógyfüggések köre, mint általános az eszme- és logikai rendszer nemcsak a teljes Gyógyvilág tudáskörét csoportosítja, hanem a Gyógyvilág és más tudásvilágok közötti kapcsolatokat és összefüggéseket is egy elvi rendszerbe illeszti. Ebben a körben feltárulnak azok a kapcsolatok, amelyek a *Hitvilág* hitismereteit, a *Mondavilág* hatásait, *Csillagvilág* jelenségeit, a *Lélekvilág* problémáit, a *Tudásvilág* eredményeit, a *Dologi világ* tevékenységeit, a *Tárgyi világ* eszközeit, az *Embervilág* sajátosságait, Állat-, Növény- és Földvilág gyógyhatásait egy rendszerbe kapcsolják a gyógyítás érdekében.

Mai szóhasználattal élve a Gyógyfüggések köre a „Tizenkettes” gyógyítás egyfajta korabeli filozófiája, amely integrálta a gyógyítást elősegítő vallási-hitvilági, történeti-mondai, egyedi-környezeti, a materiális és spirituális, valamint a reális és mágikus ismereteket. Ezek a korabeli általános műveltség lényegét és az akkori tudásszint alapját jelenthették. Feltehetően nemcsak beavatottak ismerhették, hanem a közösség tagjaitól elvártak ennyi ismeretet.

d) Emberi élet köre

Emberi élet köre: átfogja az ember földi „működését”, lényegében egy gyakorlati-tapasztalati szemléletmódot tükröző élettani ismeretrendszernek tekinthető. Ahol, nem a konkrét folyamatok a fontosak, hanem a működés általános sajátosságai és összefüggései. Ez az ismeretkör az általános élettanhoz hasonlítható. Természetesen, a beavatotti tudás ennél sokrétűbb olyan ismeretekkel, amely tudás és gyakorlat nélkül veszélyt jelenthetnek. A „12-es” rendszer szerint a teljes emberi élethez 12-féle működés szükséges: létezés (magzati élet is), születés, lélegzés, táplálkozás, ürítés, mozgás, növekedés, szaporodás, érzés, beszéd, gondolkodás, alvás-halál. A 12-féle életműködés ilyen elv szerinti csoportosítása és meghatározása alapjául szolgál a gyógyítási ismeretek és módszerek meghatározásánál.

e) Erőpontok köre

Erőpontok köre: amely az ember működési köreinek rendszerében magába foglalja a test kiemelt erőpontjait, amelyek leginkább a csakrákhoz hasonlatosak. Ezek az erőpontok meg-

lepő pontossággal illeszkednek az orvosi asztrológiai testfelosztáshoz és az életfa-szefirákhoz (amelyek 12 szefirára is kiegészíthetők), sőt a kínai akupunktúrás meridiánok kitüntetett pontjaihoz is. Ugyancsak hasonlóságot mutatnak az ájurvédikus marma-pontok, vagy a tao-massázs pontjainak sávszerű elhelyezkedéséhez is.

Az erőpontok száma 12, felsorolva: fejtető, arc, torok, 2-kéz, 2-mell, szívtájék, köldök felett, köldöknél, köldök alatt, ágyékrész, 2 térd, 2-talp. Az erőpontok kezelésére 12-féle módon kerülhetett sor, de ez már a gyógyítók dolga. Az erőpontok sajátossága, hogy az adott testrészt hátoldalán is érvényesülnek (torok-tarkó, kézfej-kézhat, ágyék-tompor).

Az erőpontok hatásosan ingerelhetők: nyomással, körkörös masszázssal, remegtetéssel, simítással, cirógatással, érintéssel-kézzátétellel, hideg-meleg hatással, gyógynövény-kivonattal, fényhatással, hiterősítő kontakt-rítusokkal, valamint hangulat-közérzetjavító növények, tárgyak és anyagok felhelyezésével, más eljárásokkal kombinálva,

f) Erővonalak köre

Erővonal köre: amely az erőpontokat köti össze, illetve meghatározza az erőpontok közötti erőfolyamat útvonalát. A „Tizenkettes” elmélete szerint 12 hosszirányú erővonal hálózta be a testet. Leginkább Ren Mo és a Du Mo kínai akupunktúrás meridiánokhoz hasonlítható úgy, mintha a kézi és talpi napfonati pontok is beleillesztődének a meridián vonalrendszerébe. Az erővonalak köre az erőpontok közötti energiaáramlás korrekciójához nyújt segítséget, egyúttal lehetőséget biztosít a nyirok- és hormonhálózat működésének befolyásolására is.

Az erővonalak hatásosan ingerelhetők: vonalirányú végighúzással és ütögetéssel masszázssal, cirógatással, kézzátételes simítással, lemosó fürdetéssel, hideg-meleg hatással, gyógynövény-kivonattal, fényhatással, hangulat-közérzetjavító tárgyak vonalirányú mozgásával, hiterősítő test-rítusokkal kombinált testmozgással.

g) Erősávok köre

Erősávok köre: amely egy erőpont körüli (két szomszédos erőpont közötti) testfelületet mintegy 12 övként (körkörösén) foglalja magába. Ez az erősáv-rendszer leginkább a gerincvelői beidegződés Head-zónáihoz hasonlítható, kivéve a karok és lábak esetében, amelyek a 12-es felfogása szerint önálló zónákat képviselnek.

Az erősávok hatásosan ingerelhetők: sávos fürdetéssel, masszázssal, cirógatással, kézzátételes simítással, aromaterápiás sávos kezelésekkal, hideg-meleg hatással, gyógynövény-kivonattal, fényhatással, hangulat-közérzetjavító tárgyak keresztirányú mozgásával, test-rítusokkal.

h) Testbelsőik köre

Testbelsőik köre: magába foglalja az egymással fontosabb idegi kapcsolatban álló és egymással együttműködő belső szerveket. Pontosabban azokat a szerveket, amelyeket a „12-es” elvi rendszere szerint valamilyen betegség vagy sérülés esetén éppen az egymásra hatásuk miatt célszerű együtt gyógyítani. Egy testbelső kör (közérthetőbben szervcsoport, bár ez annál szűkebb fogalom) azokat az erőpont környéki és az erősávba tartozó testbelső részeket (szerveket, szöveteket, ér-ideg-nyirok-merevítő stb. rendszer részeit) foglalja magába, amelyek működésük során egymást befolyásolgatják, érzésekben kapcsolód-hatnak (pl.: kisugárzások, áttételek, görcsök, vagy gyógyítási egymásra hatások).

A testbelső hatások ingerelhetők: mély-masszázzsal, felületi simogatással, kézrátételes simítással, hideg-meleg hatással, borogatással, gyógynövény-kivonattal, fényhatással, hangulat-közérzetjavító tárgyak felhelyezésével, hiterősítő test-rítusokkal.

i) Érzékelés köre:

Érzékelések köre: azokat az érzékelési módokat foglalja magába, amelyek az embernél a környezetének érzékelését teszi lehetővé. A 12 érzékelési folyamat a következő: látás, hallás, tapintás, szaglás, ízlelés, hőmérséklet, fájdalom, izomfeszültség, térség, idő, egyensúly, megérezés. A „12-es” elvek szerint az érzékelés kapcsolatban áll az erőpontokkal, az erővonalakkal és erőszálakkal, valamint egymással is, ezért képesek egymást segíteni.

Az érzékelések hatásosan ingerelhetők: érzéki masszázzsal, simogatással, kézrátételes simítással, hideg-meleg hatással, borogatással, illat- és ízhatásokkal, gyógynövény-kivonattal, hang- és zenei hatással, belső vibrációval (dobhatás), fény- és látványhatással, hangulat-közérzetjavító tárgyakkal, hiterősítő rítusokkal, ceremóniális- és szexuál-mágiával, pszichikus és spirituális befolyással.

j) Testgyógyítás köre:

Testgyógyítás köre: azokat a magába foglalja módszer-csoportokat, amelyek a testszálakon és testbelsőben fellépő problémák gyógyítására irányulnak. A gyógyítási módszer-csoportok: testedző, fürdő, érzéki, táplálék, folyadék, gyógyanyag, érzelmi, légzés, masszázs, környezeti, érzékelési és pszichikus terápiák.

Természetesen, az egyes módszer-csoportok még tovább tagozódnak. Például, a *táplálék-terápia*-csoport további felosztása is lehetséges, úgymint: zöld-diéta, mag-diéta, gyümölcs-diéta, hús-diéta, gyűjtvény-diéta, táplálékkészítő-diéta. Valamint, fűszerkezelés, felerősítés, méregtelenítés, koplalás, hánytatás, béltisztítás.

k) Erények köre

Erények köre: magába foglalja azokat a pszichikus tulajdonságokat vagy képességeket, amelyek az egyéni-családi-közösségi boldogulás és szempontjából fontossággal bírnak, és amelyek hiányossága-károsodása pszichikai-beillesztési-együttélési problémákat okozhat.

A 12 erény a következő: öntudat, akaraterő, önuralom, életerő, életöröm, harmónia, szeretet, érzelem, gondoskodás, alkalmazkodás, érzékelés, értelmezés. A „12-es” rendszer alapelvei szerint ezek az erények egyúttal szoros kapcsolatban állnak a test erőpontjaival is (hasonlóan, mint a csakra-nál, bár annál pontosabb és hatásaiban erőteljesebb kapcsolat is kimutatható).

Az erények hatásosan fejleszthetők (formálhatók): feltáró- és belátás-erősítő szertartásokkal, célirányos erényfejlesztő tevékenységekkel, próbákkal, komplex tisztító szertartásokkal, pszichikus és spirituális befolyással, hit- és közösségerősítő rítusokkal, természeti-, utánzó- és tisztító-befogadó mágiával. De az ilyen kezelések egy része már karizmatikus képességeket, megfelelő előképzettséget, kellő gyakorlatot és beavatotti tudást igényelnek.

l) Ártó érzelmek köre

Ártó érzelmek köre: magába foglalja azokat a negatív érzelmeket, amelyek torzítják az érzékeléseket, ezáltal károsan hatnak az erényekre, hangulatra és a közérzetre. Ártó érzelmek közé tartoznak: irigység, kétség, szorongás, aggodás, félelem, ijedség, szégyenkezés, szomo-

rúság, bánat, megszállottság, idegesség, düh. Ezek befolyásolhatják az egészségi és kedély-állapotot, szellemi és érzelmi életet eltorzíthatják, zavarhatják a közösségi életet. A „12-es” felfogása szerint ezek az érzelmek szintén kapcsolatba hozhatók az erőpontokkal, valamint az erővonalakkal és erősávokkal.

Az ártó érzelmek hatása csökkenthető: feltáró- és tudat-erősítő szeánszokkal, célirányos szorongás- és félelemcsökkentő tevékenységekkel, önbizalom-erősítő próbákkal, komplex tisztító-erősítő szertartásokkal, pszichikus és spirituális befolyásolással, hit- és önbizalom-fejlesztő rítusokkal, védekező-, elhárító-, gyógyító és erősítő mágiával.

m) Lélekgyógyítás köre

Lélekgyógyítás köre: átfogja azokat a módszer-csoportokat, amelyek az erények, képességek és érzelmek terén bekövetkezett állapotromlások gyógyítására irányulnak. Ezek közé sorolódnak: a mozgás-, elemi-, gyógyanyag-terápiák; beszéd-, szeretet-, nyugtató-terápiák; alkotó-, élmény- és spirituális terápiák; mágikus, tisztító, védő-erősítő terápiák.

A „12-es” hitrendszer szerint ezek visszahatnak az erőpontokra, és a testbelsőkre, mivel az érzelmi állapot visszahat a test fizikai állapotára. A lélekgyógyítást csak beavatott végezheti, mert önzetlen-empatikus és karizmatikus képességeket, megfelelő előképzettséget, kellő gyakorlatot, titoktartást és diszkréciót igényel.

n) Gyógyítók köre

Gyógyítók köre: mint a Gyógyvilág ezoterikus tudásrendszere beavatotti ismereteket tartalmaz. Olyan spirituális, pszichikus, misztikus és mágikus ismereteket és módszereket, amelyekkel a gyógyítás hatékonysága fokozható és a tudás átadható. Ezt a tudást csak azok ismerhetik meg, akik: megfelelnek a szükséges testi-lelki-szellemi követelményeknek és titoktartási fogadalmat kötnek.

A „12-es” holisztikus gyógyítási rendszer ismeretei látszólagos bonyolultsága ellenére éppen logikus és gyakorlatias jellege miatt – kellően felkészült Mester irányításával – nagyobb nehézség nélkül elsajátítható, sőt elegendő gyakorlással megfelelő jártasság is elérhető.

Bár az ismeretanyag a „12-es gyógyítók” részére készült, segítséget nyújthat más irányzatok közösségi és rituális munkájához, a módszerek általános megismeréséhez. Későbbiekben a rendszer alkalmazhatóságát konkrét példán keresztül is megismerheti az olvasó.

2. Fejezet: Esetek és praktikák

E fejezetben néhány közismert praktikát kívánok annak érdekében, hogy azokat megismerve eldönthessük, vajon mely módszerek érdemesek arra, hogy hatékonyan kiegészítsék a hagyományos gyógyítási eljárásokat, és amelyek öngyógyítás keretében is alkalmazhatók. Csak olyan eljárásokat kívánok bemutatni, amelyeket alkalmam volt személyesen megismerni és kipróbálni, és amelyek hatékonyságáról magam is meggyőződhettem.

2.1. Okkult módszerek

Az okkult gyógyítási módszerek, terápiák és rítusok részletei általában nem ismertek a széles nagyközönség előtt. Vagy azért, mert ezeket titokzatoskodó misztifikáció vagy éppen a kókler titkolózás lengi körbe. Vagy, mert titkos társaságok és gyülekezetek alkalmazzák, főleg tisztító, gyógyító, elhárító, védő, illetve felkészítési, gyakorlási vagy beavatási céllal.

Célszerű néhány okkult eljárást megismerni annak érdekében, hogy a nem szokványos gyógyítási eljárások közötti különbségeket és egyezéseket érzékeltethessük. Hogy véletlenül se sértessük meg valamely ezoterikus vagy nem nyilvános csoport érzékenységét, ezért a leírásoknál mellőzöm az olyan adatokat, amelyek alapján azonosíthatók lehetnének.

a) Jóslások és jövendölések

Jósok és jövendőmondók véleményét több esetben próbáltam kikérni egészségi állapotom alakulásáról. Nem véletlenül említem külön-külön a jósokat és a jövendőmondókat, mert a közhiedelemmel ellentétben, azok különböző személyek. Jós ugyanis „közvetít” a tanácsot kérő személy és a természetfölötti lények-erők között, míg a jövendőmondó önmaga képes meghatározni bizonyos jövőbeli eseményeket. Két módszer eltérő, közel hasonló sikerrel.

A '90-es évek elején, a „nagy szellemi szabadság” kezdetén, Luca-napi rendezvénysorozaton vettem részt egy híres kerületi kultúrház (azóta már közösségi ház) szervezésében. Rengeteg irányzat képviseltette magát: asztrológusok, reikisiek, természetgyógyászok, hitgyógyászok, halottlátók, boszorkányok, stb. Valamint jósok, a legkülönbözőbb eljárásokat képviselve, kávézaccosoktól a tarottosokig, kristály-gömbösöktől a tenyeresekig, sőt még a sámándobos füstnézők sem hiányoztak a fehér-fekete babosokkal.

Elérkezett tehát az az idő, amikor egyidőben kipróbálhattam többféle jóslást is önmagamon. Kihasználva a jósfelhozatali bőséget több jóstól kértem tanácsot (150 Ft-tól 400 Ft-ig terjedő tarifák mellett, akkori árszinten!) és mindegyiktől ugyanarra a két kérdésre. *Sikerül-e munkahelyet szereznem a közeljövőben? És Milyen betegségben szenvedek?*

A kérdések valóságos alapokon álltak, mivel éppen akkortájt szervezték át a munkahelyemet. Azt már pontosan tudtam, hogy 3 hónap múlva – amikor a munkahelyem megszűnik – új beosztásba kerülök. Valamint: több éve szórakozott velem az IBS, de már jó úton jártam, hogy kigyógyítsam magam. Vagyis olyanról kérdeztem, aminek bekövetkeztéről már előre sejtettem, csak még nem történt az esemény. Később már sajnáltam azt a több ezer forintot, amibe ez a tapasztalatszerzésem került, de akkor ez jó ötletnek tűnt.

Az első jós (nő, kb. 55 éves, kissé lompos, nem tűnt túlzottan kulturálnak) tarott kártyával (ahogy ő mondta: taró-kártyával) próbálta kifürkészni jövőmet. Az *Oswald Wirth-féle 22 adalaphól 5 kiválasztott lapos módszert alkalmazta*. (Ennek lényege röviden: a jós a lapokat összekeveri; a kérdező egy 22-nél kisebb számot mond; a jós kiveszi a pakliból a sorban az ennyiedik helyen álló lapot; majd ezt megismétlik 21, 20, 19 és 18-nál kisebb számok szerinti sorszám-választásokkal; az első lap: jóváhagyás; második: tagadás; harmadik: vitatás, negyedik: megoldás; ötödik: szintézis.). Többfordulós kérdés-beszélgetés után kinyilatkozta, hogy *néhány héten belül* (ez nem jött be) *a régebbinél jobb munkahelyet kapok* (ez bejött), *ahol anyagilag sem járok rosszul* (ezt nehéz értelmezni, de bejött). Az IBS-t kezdődő gyomor-fekélynek érzékelt. Tehát a jóslás eredményessége kb. 50-66 %-os, 200 Ft-ért.

A második jós (nő, kb. 40 éves, gondozott külsejű, kultúrát beszédű) szintén tarott kártyával vizsgálta a jövőmet, de ő már a „Nagy Játék” kiosztást alkalmazta, amelyet csak nemrég ismertem. Úgyesen és gördülékenyen dolgozott, közben sokat kérdezgetett, míg végül megtudtam a válaszokat: *fél évig még keresnem kell munkahelyet* (ez alaposan nem jött be), *de olyat fogok találni, amelyik több pénzt hoz* (ez bejött) *és nyugalmasabb is lesz* (úgy-ahogy), *amelyiket jobban is fogom szeretni* (ez azért túlzás volt). Az IBS nála bélgyulladásaként „jött le”. Vagyis a jóslás eredményessége: kb. 50-60 %-os, 350 Ft-ért.

A harmadik jós (férfi, kb. 50 éves, kissé elhanyagolt, inkább maga is munkanélkülinek tűnt) – mint igazi hagyományörző – magyar kártyával fürkészte jövőmet. Módszere ismeretlen volt, azóta sem találkoztam hasonlóval. Néha olyan érzésem volt, mintha egy pszichológussal beszélgetnék, és a kártya csak körítés lenne ahhoz, hogy meggyőzzön, ugyanis a lapokból kikövetkeztetett jóslatai esetenként túlságosan is illeszkedtek a beszélgetésünkben elhangzottakhoz. Mindenesetre megtudtam: *néhány héten belül találok munkát* (ez nem jött be), *de az nem fog tetszeni, viszont úgy egy év múlva már egy sokkal tekintélyesebb munkahelyen fogok dolgozni* (ez bejött, csak jóval hamarabb), *ahol sok pénzt fogok keresni* (ez csak félig lett igaz). Az IBS-t rákveszélynek érzékelte, amire vigyázni kell. Az eredményesség némi jóindulattal úgy-ahogy kb. 50 %-os, de 150 Ft-ért az ember nem is kaphat túl sokat.

A következő jós (nő, kb. 50-60 év közötti, sajátos öltözködésű és viselkedésű) cigány kártyával próbálja kitalálni a jövőmet. Kissé sokat és mézes-mázosan kérdezett, viszont meglepő módon a rúnatükrös (22-ből 13-as) laplerakással dolgozott. Miután hosszasan dicsért, megállapította, hogy: *munkahelyet csak úgy fél év múlva tudok szerezni* (ez nem jött be), *de addig egy olyan szerelembe fogok esni, ami még nem volt* (házas voltam és szerettem a feleségemet, tehát a dolgon már rég túl voltam), *utána meg jó munkahelyem lesz* (ez bejött, de másként). Az IBS szerint a rossz táplálkozás miatt van, szerintem *kakaspörköltet kellene ennem túrós csuszával, hozzá jófajta vörösbort igyak, ami helyrehoz*. Az eredményesség jóindulattal kb. 40-50 %-os. Viszont 250 Ft-ért megérte, ahogy körbeudvarolt, dicsérgetett.

Egy újabb jós (nő, kb. 35-40 éves, az előbbi jósnő rokona lehetett) üveggömbbe révedve vizsgálta a jövőmet, majd – ez engem is meglepett – az üveggömbben látottakat asztalra szórt féldrágakövekkel „utánellenőrizte”. Vagyis egyszerre voltunk tanúi a kristallomantia, a geomantia és lithomantia látványos alkalmazásának. Kissé zavart, hogy egy „úriember” (aki a jósnő hozzátartozója lehetett), gyakran belebeszél az ügyletünkbe, alájátszva a jósnőnek, de néha őt is korrigálva. A jóslás eredménye nagyon hasonlított az előzőhöz: *új, nagy szerelem vár rám* (azóta is vár), *de az új munkahelyre még 6-8 hónapig kell várnom* (ez kissé hosszúra sikerült), *viszont azzal elégedett leszek* (ez bejött). A betegségemen szerintem is csak a jófajta étel segíthet, de inkább a lecsót javasolta, mert az jól kitisztít. Eredmény: kb. 40-60 %, ára: 250 Ft, valamint látványosság és némi kétely. A jóslatok közötti hasonlóságot magyarázhatja, hogy a két jós asztala egymáshoz igen közel volt és az „úriember”-ről is kiderült: szegről-végről mindkettő rokona, élénk érdeklődéssel figyelte a mindkét asztalnál folyó eseményeket.

A leghatásosabb jós (55-65 közötti szakálás férfi, 45 év körüli nő-médiúmmal, mindketten jól öltözöttek, de kissé üzletiesen harsányak), az Isten segítőinek kikérdezésével kívánta jövőmet megmondani. Első fázis: rövid kérdezősködés rólam és sorsomról, miközben minden lényeges részt – a jós – néhány szóval röviden összefoglal. Második fázis: isteni segítség kérése. Harmadik fázis: isteni segítőik válasza a médiúmon keresztül, stb. Szóval hasonlóan, mint a szellemdoktoros gyógyításnál. Közben füstölés, gyertyafény, a médiúmon elakadó hangja és felfelé révülő tekintete, a jós ég felé emelt karja. Hamarosan már tudtuk is a jövőmet. Az isteni segítőik a médiúmon keresztül elmondták: *hamarosan lesz munkám* (ezt eltalálták), *de csak ha még jobban igyekszem és többet próbálkozom* (erre nem volt szükség); *még több pénzt fogok keresni* (ez bejött), *de ehhez lelkiismeretesebbnek kell lennem* (nem kellett);

hosszabb távra megoldódik a gondom (9 évre meg is oldódott). De ez csak akkor teljesül, ha hiszek Istenben és az ő gondviselésében (itt már gondok voltak). És ahhoz, hogy mindez sikerüljön, keressem fel hívő közösségüket, hogy ők még többet segíthessenek nekem (itt mintha kilógott volna a lóláb), hogy én is segíthessek másokon. Az IBS-emért érthető következetességgel a bibliai bűnnek számító falánkságomat tette felelőssé. Javasolta, hogy a lelkem erősítése és sikereim érdekében vásároljak tőlük előre megszentelt hegyikristály-amulettet ezüst foglalatban, ára mindösszesen csak 1200 Ft, de számomra nélkülözhetetlen. Mert, nemcsak szerencsét hoz, hanem „bélbajomat” is gyógyítja stb. stb. Az eredményesség elnagyolva legfeljebb 50 %, mindez 450 Ft-ért. A jóslás után többen hozzám fordultak, hogy „amit a Hittestvér (vagyis ez a jós) nekik mondott, az mind bevált, azóta minden hét végén együtt imádkoznak és engem is várnak”. Tény, hogy az én hibámból nem találkoztunk többet.

Sorrendben nem az utolsó, de talán a legegyszerűbb jóslást is érdemes megemlíteni. A jós egy papagáj volt, „akitől” csak olyat lehetett kérdezni, ami egy 1-6 közötti számmal megválaszolható. Mivel már „alaposan benne voltam az ügyben”, megkérdeztem a papagájtól: ugyan már hány hónap múlva lesz új munkahelyem? A jós-papagáj a – gazdája némi unszolására – csőrébe vett egy dobókockát, majd méla undorral félredobta. És láss csodát: *kocka 4-est mutatott*, (vagyis a papagáj majd 1 hónapos pontossággal eltalálta a helyes időpontot). A többi jósenál pontosabb volt a jóslata, sőt ezt ingyen tette meg.

Meglepően hatott az a jós (kb. 30-35 éves, esztétikus nő, kulturált viselkedésében és megnyilvánulásaiban), aki mécsesláng és füst segítségével kutatta a jövő rejtelmeit. Kezemet kezébe fogta, ő kérdezett és én válaszoltam, miközben díszes jósmécsesének lángjába-füstjébe meredt. Miközben egy társa a háttérben valami sámandob félén halkán dobolt (ami inkább egy kezdő gyakorlásának tűnt). Úgy éreztem magam, mintha pszichológus faggatna, miközben hazugságvizsgálóval ellenőriznének. Ugyanis, ez volt az első jós, akinél valami karizmafélét éreztem. Jóslása sem volt szokványos: *nem hiszi, hogy olyan nagy problémám lenne a munkahely-kereséssel* (ez igaz volt), *megvan minden adottságom ahhoz, hogy új munkahelyet szerezzek, ha akarok* (ez is igaz volt, de kissé túl általános). *Vagyis, csak rajtam múlik, hogy néhány hónapon belül lesz-e új munkahelyem* (részben ez is ült), *nincs szükségem jós tanácsára, használjam inkább a meglévő saját és különleges képességeimet* (ez tetszett, utólag magam is beláttam). Az IBS-em oka szerint, hogy *nem kényeztetem eléggé magam* (ami igaz). Nem ez volt a legpontosabb jóslat, de bizonyára a legtanulságosabb. Ára: 400 Ft és egy szokatlan élmény, ami legalább megnyugtató és motiváló volt.

b) Mágikus védelem

Mágikus védelemre ritkán és mérsékelt lelkesedéssel vállalkoztam, sőt az utóbbi időben kerülöm az ilyen alkalmakat. Az előkészítése rendszerint munka- és időigényes (például: a beteg problémájának feltárása, személyiségének és környezetének megismerése, mágikus affinitásának felmérése, a megfelelő rituálé kidolgozása, a szükséges helyszín és kellékek kiválasztása, a gyógyítandó és segítők felkészítése, a rítus és résztvevők előkészítése).

A rítus alatt számolni lehet különböző problémákkal (saját vagy segítők hibája, utasítások és feladatok pontatlan végrehajtása, ijedtség-pánik, rosszullét műszaki probléma), amelyek gondot okozhatnak. Nem szólva a többórás megfeszített koncentrációról és izgalomról.

Általános eljárási rend nem adható (illetve adható, csak az nem fog érni semmit), mivel a hatékony mágikus tisztító rítusok mind egyediek. Egy ilyen védelem folyamatát konkrét eseten bemutatva jól érzékelhető a kezelés bonyolultsága és nehézségei. Íme, az eset, erősen rövidített formában, a nyilvánosság előtti azonosíthatóságot megakadályozó módosításokkal:

Kezelésre szoruló személy: 37 év körüli gyermektelen özvegyasszony. Férje, megbecsült és jól fizetett értelmiségi, hirtelen elhalálozott. Nem volt képes feldolgozni férje elvesztését. Bár anyagi gondjai még nem voltak, nem találta a helyét, nem látta jövőjét, megélhetését.

Betegség leírása: férje halálesetét követően a mániás depresszió és IBS tipikus jegyei egyre érzékelhetőbbé váltak. Közepes testalkat, dohányzás (naponta 1 doboz cigaretta), kávé és szeszes ital ritkán, enyhe gyógyszerfüggőség (nyugtató).

Pszichikus állapot leírása: az özvegy szerint a lakásában maradt férjének holt lelke, néhány helységet pedig elfoglalt néhány ismeretlen szellem vagy ártó erő. Úgy érzi, vallásos hite is cserbenhagyta, már nem segít az imádkozás sem.

Probléma jelentkezése: gyakori táplálkozási gondok (rendszeretlen és hiányos táplálkozás, néha gyomortáji fájások, gyakrabban emésztési gondok, felfúvódás, rossz közérzet). A lelki stabilitás egyre csökken. Időnként erős szorongás a lakás egyes helyein, néha suttogást hall.

Háttér: nem tudja feldolgozni férje halálát. Környezetével bizalmatlan és visszahúzódó lett. Képtelen az önálló életvitelre, alkalmazottal végezteti el azt a munkát, amit régebben maga végzett. Rokonaiban és ismerőseiben nem bízik, úgy érzi, hogy a vagyonát akarják megkaparintani, nem pedig segíteni. Képtelen új partnerkapcsolatot kialakítani, mert „ezt nem teheti meg elhunyt férjének szeme láttára”. Lakását is megszenteltette, de mert féltelmei nem csökkentek, kételkedni kezdett egyházának tanításaiban.

Előzetes vizsgálat eredményei: az özvegy közel egy éve rendszeresen jár orvosi vizsgálatokra. Egy esetben kórházi kivizsgálásra is beutalták. Orvosai szerint az emésztési problémák és az esetenkénti gyors szívdobogás, illetve szédülés nem szervi bajra, hanem pszichés problémákra vezethetők vissza. Akárcsak a szorongás, depresszió, az időnkénti pánikzavar, valamint az újleletű menstruációs cikluszavarok és frigiditás.

Saját észrevételek: az özvegygel – több alkalommal – folytatott lakásán sokórás személyes beszélgetés alapján kiderült, hogy tisztában van helyzetével. Férj elvesztése és a rászakadó problémákkal való szembesülés már tudatosította benne, hogy magára maradt, „kikerült a búra alól”. Azért aggódik, mert tudja: nem képes folytatni korábbi-gondtalan életvitelét, csak a férje után maradt vagyonára és külsőjére alapozva. Ezért nyomasztja önállóság és tapasztalat hiánya, mert nincs elég önbizalma, hogy férje üzleteit maga működtesse.

Egyértelművé vált, hogy esetében nem az IBS a fő gond. Az a jéghely csúcsa, figyelmeztető jel egy mélyben fortyogó és váratlanul veszélyessé válható testi-lelki-szellemi kitörésnek vagy összeomlásnak. Éppen ezért a kidolgozott terápia nem az IBS gyógyítására irányult, hanem az azt kiváltó okok megszüntetésére vagy mérséklésére. Ahogy a népi mondás tartja, „kutyaharapást a szőrivel!” Vagyis a pszichikus problémákat: pszichikus módszerekkel és mágikus csomagolású természetes eljárásokkal. Íme, az előkészület:

Készülődés: komplex tisztító-védő rítus megtervezése, ősi 12-es alapelvei szerint. Eszközök, anyagok beszerzése, előkészítése. Segítő felkészítése, beteg eligazítása. Lomtalanítás, lakás nagytakarítása és rendrakás. Tiszta helységek védeke gyertyákkal, füstölőkkel.

Tervezett hely és idő: beteg otthoni környezetében, barátnője segítségével (reiki II. gyógyító). 2000. 09. 22.-én (pénteken) 19:00-07:10 között (őszi napéjegyenlőség, utolsó Holdnegyed).

Tervezett természetes terápiák, pszichikus mozzanatok, mágikus rítusok:

- testi tisztulás: félnapi böjt, izzasztás, gyógytea-kúra, gyógynövényes tisztítófürdő;
- rituális elmúlás: búcsúvacsora, rituális temetés, lepel, zenés meditáció, vizualizáció;

- rituális újjászületés: füstöléses és illatos-kenetes tisztítás és test újraépítés, ébresztés;
- rituális erősítés: közös égőkörös védelem, szellemek elűzése, halott férj elengedése;
- lezárás: közös relaxáció, újként ébredés, rendrakás, tisztálkodás, pihenés, elalvás.

Főbb kellékek: 12-es színes gyertyasor, 12 fehér gyertya, 12 füstölő, 12 csomós hurok, gyufa, illatmécses, 7 virág-illóolaj, 7 gyógytea, 7 csésze, 7 kistányér, 7 leveles ág, 7 csomós kötél. 4 ital (víz, vörösbort, almaszesz, zöldtea), 4 ízesítő (méz, citrom, grapefruit, csípős paprika). 4 fűszer (fahéj, szegfűszeg, menta, ánizs) 4 ásvány (só, keserűs, szódabikarbóna, talkum). 4 kristály (vörös, sárga, zöld, kék), Szőnyeg, fekvőmatrac, pokróc. 3 pohár, 3 lepedő, 3 törülköző. Kézmosó edény, babaolaj és tusfürdő, hintőpor. Kisasztal, abrosz, csengő, fekete kendő, férj fényképe és tőle néhány olcsó bisztrós ékszer. Eldobható tiszta ruházat, papír törülköző és zsebkendő. Mélyvörös szírt sötétkamra-lámpa, PC, zene és program diszk.

Az előbbiekből kitűnik, hogy a kezelés alapja lényegében a „12-es” holisztikus gyógyítás, a fehér ceremoniális mágia hatásaival erősítve. Tekintettel a beteg vallási beállítódottságára és érzékenységre, némi keresztény és gnosztikus hangulatú rítusokkal erősítve, kerülve a keresztényidegen jelképeket. A hatás fokozása érdekében fűszerezve a magyar népi gyógyítás és varázslás néphagyomány ismert gyógyítás-varázslás és rontásűzés elemeivel. A kezelés részletes leírását a 2005. dec. elején szerveződött Pannon ösvallás közösség (pannon wicca) esetgyűjteménye tartalmazza, amely beavatottak számára készült.

Kezelést-szeánszt követően a beteg állapota és közérzete javult. Megszűntek a szellemek és lelkek érzékelése. Élénkebbé és határozottabbá vált, otthoni feladatait már nem hanyagolta el. Egyre többet járt közösségekbe, hamarosan új-stabil partnerkapcsolatot is létesített. Határozatlan és félénk természete egyre önállóvá és célirányossá vált. A társaságban tapasztalt visszahúzó magatartását felváltotta egy erőteljesebb (szerénynek nem mondható) viselkedési forma. Ismerősei szerint a kezelés talán túlzottan is eredményesre sikerült.

c) Hasonló eset, de több problémával

Majd másfél évvel az előbbi eset után, szinte az előzővel megegyező esettel találkoztam. Így – mivel az előző tapasztalat összességében kedvező volt – újból megismételtük az előbbi mágikus rítust, csak új esetre, új megközelítéssel és nagyrészt más szereplőkkel. Íme, az eset:

Kezelésre szoruló személy: 40 év körüli két (17 és 14) gyermekes özvegyasszony. Férje, aki jövedelmező vállalkozásukat vezette, hirtelen elhalálozott. A családfenntartás és vállalkozás összes gondja az özvegy nyakába szakadt. Nem volt képes feldolgozni férj elvesztését.

Betegség leírása: férje halálesetét követően az özvegyen a depresszió, szívidegesség és IBS jegyei egyre határozottabbak. Közepes testalkatú, esetenként dohányzik (idegeskedés esetén, naponta 0,5 doboz cigaretta). Kávét gyakran, szeszes italt időnként, de gyógyszert rendszeresen fogyaszt (nyugtató, szívritmus-szabályzó). Gyomorideg, előrehaladott IBS.

Pszichikus állapot leírása: férje halálát követően az özvegy negatív lelki-szellemi hatás alá került, valóságos személyek befolyásolták (látó, önjelölt próféta, rontásűző). Gyakran úgy érezte, hogy gonosz erők szállják meg (szívproblémák), lakásukban halott lelkek közelségét és ártó szándékát érezte. Egyre több időt töltött mágikus és okkultista kísérletezésekkel, amelybe gyermekeit bevonta. Meggyőződése, hogy lakását elfoglalta férjének és anyósának holt lelke és több ismeretlen szellem. Érzése szerint férjének nyugtalan holt-lelke segíteni, anyósának lelke akadályozni akarja. A szellemektől szorong retteg, mert gonoszak, ki akarják üldözni a lakásából, össze akarják zavarni, vagy alvás közben meg akarják ölni.

Probléma jelentkezése: testi problémák egyre gyakoribbak (napi 6-8 alkalommal szédülés, gyengeség. „szívfájdalom”), táplálkozási gondok (rendszeretlen és előnytelen összetételű, hiányos táplálkozás, esetenkénti gyomorfájások és gyakoribb emésztési gondok). A lelki és szellemi problémák egyre általánosabbá válnak, szorongás, félelem, bűntudat mindennapos.

Háttér: Nem tudta feldolgozni férje halálát, másokkal szemben bizalmatlan és visszahúzódóvá vált. Mások segítsége nélkül képtelenné vált az önálló életvitelre (főzés, mosás, takarítás, gyermeknevelés, cégirányítás). Rokonai nem segítettek. Egy idegen nő – aki fényadással gyógyította – segítette a háztartás és a gyermekek ellátásában, munkába kísérte és ügyeit intézte. Képtelen volt új kapcsolatokat kialakítani, nőkkel gyanakvó, férfiakat taszító.

Előzetes vizsgálat eredményei: az özvegy majd fél éve rendszeresen járt orvosi vizsgálatokra, több esetben kórházi kivizsgáláson vett részt. Az orvosok vélhetően idegi alapon kifejlődött szívritmus-zavarokat, nem szervi problémára utaló esetenkénti gyors szívdobogást és vérnyomás-ingadozást, gyomorideget és IBS-t, lábakon visszértágulatot, valamint idegösszeroppanáshoz közeli állapotot, depressziót és változó kori zavarokat állapítottak meg.

Saját észrevételek: az özvegy lakásán több személyes beszélgetést folytattam le, ismerőseim segítségével háttéradatokat gyűjtöttem, megismertem lakókörnyezetüket és életrendjüket. Egyre erősödött az a gyanú, hogy a betegség kialakulásának valószínű fő oka: az elhunyt férjéhez való túl erős kötődés, az önállóság hiánya. A férj elvesztése ugyanis rákényszerítette az özvegyet arra, hogy saját lábára álljon, és az eltartott háziasszonyi szerepet váltsa fel családfenntartói szereppel. Önbizalom, kellő ismeret és tapasztalat hiánya miatt az özvegy a gondok elől a betegségbe menekült, és az új szerepet egy idegen segítővel (házvezetőnővel vagy társalkodónővel?) „játszatta” el.

Egyértelművé vált, hogy a beteg a félelmeit fokozatosan maga köré is kivetítette, amelyeket holt lelkek és szellemek képében személyesített meg. Egyfajta dependens személyiségzavara arra késztette, hogy – az elveszett férjét pótolva – valakibe belekapaszkodjon. Ezt használta ki az a környezet, amely szellemidézésekkel, halottlátással, rontásatadással próbált rajta segíteni, természetesen nem ingyen, és szinte magukhoz kötve a beteget. Ezért a terápiát (amely részben hasonlított az előző példában leírtakkal) úgy kellett kialakítani, hogy egyúttal a beteg elszakadhasson a rajta élősködőktől is. Íme, az előkészületek:

Készülődés: komplex felkészítő-gyógyító-védő rítus megtervezése, ősi 12-es alapelvei szerint. Eszközök, anyagok beszerzése, előkészítése. Segítő begyakoroltatása, beteg felkészítése. Lomtalanítás, lakás nagytakarítása és rendrakás. Helységek védelme gyertyákkal, füstölőkkel.

Tervezett hely és idő: a beteg saját lakása, otthoni házvezetőnőjének segítségével (fényadó). 2002. márc. 22-én (péntek) 19:00-04:30 között (tavaszi napéjegylenlőség, első Holdnegyed).

Tervezett természetes terápiák, pszichikus mozzanatok, mágikus rítusok:

- testi tisztulás: fél napi böjt, izzasztás, belső tisztítás, gyógynövényes tisztítófürdő;
- rituális szembesülés: sötétjárás, szellemjáték, kognitív gyakorlatok, félelem-oldás;
- rituális elhárítás: védelem felkészítés, ártók elűzése, halott férj elengedése;
- rituális tisztítás: rendrakás, söprés-füstölés, só-víz tisztítás, gyertyás védelem;
- rituális megpihenés: fürdő, illatos-kenetes tisztítás, közös étkezés, zene, mozgás;
- lezárás: közös meditáció, relaxáció, pihenés, elalvás, újként ébredés.

Főbb kellékek: 12 fehér gyertya, 12 füstölő, 12 csésze, 12 csomós hurok, 12 zöldellő gally, gyufa, illatmécses, 4 mécses-gyertya, 4 virág-illóolaj (jácint, orgona, gyöngyvirág, róza). 4 ital (sós víz, citromos tea, édes bor, gyomorkeserű). 4 fűszer (fahéj, szegfűszeg, menta, ánizs). 4 kristály (vörös, sárga, zöld, kék), Szőnyeg, fekvőmatrac, pokróc. 3 pohár, 3 lepedő,

3 törülköző. Kézmosó edény, babaolaj, tusfürdő, hintőpor. Kisasztal, abrosz, csengő, fekete kendő, férj fényképe és tőle egy olcsó kendő. Eldobható tiszta ruházat, papír törlőkendő, zsebkendő. Háromszínű sötétkamra-lámpa (vörös, sárga, zöld), PC, zene és program diszk.

A kezelést az előző példákban leírt módon próbáltam elvégezni. Ennek alapja, a „12-es” holisztikus gyógyítás, a defenzív ceremoniális és a halotti mágia hatásaival erősítve. A hatás fokozása érdekében a magyar népi gyógyítás és varázslás néphagyomány ismert rontásűzés elemeit is beillesztve. Hogy a beteg túltengő aktivitása, mágiáról alkotott rögeszméi és cselekvési kényszerei ne zavarják a mágikus eljárást, ezért kénytelen voltam őt is bevonni (előkészítésbe, résztvevők tisztításába). A káros külső kapcsolatok és kötelékek megszakítását élmény- és hatás-elimináló kognitív gyakorlatokkal végeztük. Tekintettel a beteg szektás-keresztény bigottságára, a hatást bibliai idézésekkel és a Jelenések könyve hangulatú rítusokkal erősítettük. A beteg szorongó hozzáállása, valamint a Segítő más felfogású gyógyítási tapasztalatai miatt a rítust kétszer kellett megszakítani, és a beteget lenyugtatni-pihentetni, a rítust átkoreografálni, egyes mozzanatokat rövidíteni, összevonni. E kezelés leírása a Pannon ösvallás közösség (pannon wicca) esetgyűjteményében fellelhető.

Eredményesség: a beteg állapota viszonylag gyorsan javult, a szellemek és lelkek érzékelése fokozatosan csökkent és érdektelenné vált. Hamarosan partnerkapcsolatot is létesített. Az otthoni feladatait már nem hanyagolta el, bár azokat inkább mással végezteti el. Mintha férje szerepét átvéve, annak régi vállalkozásával foglalkozott, amelyet felvirágoztatott. A visszahúzódását és irányíthatóságát felváltotta a parancsolgatás és mások irányítása. Az addig őt segítő házvezető-társalkodónője (együttal privát fényadó-gyógyítója) eltávozott mellőle, mert nem volt képes elviselni új-akarnok természetét. Megjegyzem, még egy jó szóval sem köszönte meg igyekezetemet. És, amikor visszanyerte önállóságát igyekezett elkerülni minket. Úgy látszik, mellékhatásként nemkívánatos változások is jelentkezhetnek.

d) Egyszerű rontáslevétel (példa)

A rontás hatásának csökkentésére alkalmazott egyszerű, viszonylag olcsó és könnyen elsajátítható módszer a színes gyertyás tisztítás (illatterápiával kombinálva), amely sokak szerint a test spirituális terének (aurájának) tisztítására is alkalmazható.

A rontáslevétel előtt a Rontást Elűző és a Tisztítást Igénylő válasszon egy megfelelően nyugodt, csendes, elsötétíthető, meleg és huzatmentes helyet, ahol szabadon és körbejárhatóan le lehet feküdni (padló, tatami, ágy, matrac, stb.). A rontás-levétel megkezdése előtt legalább néhány órával ne egyenek, alaposan tisztálkodjanak meg és öltözzenek könnyű, mozgásukat nem akadályozó ruhába (vagy burkolózzanak lepedőbe).

A Rontást Elűző a rontás jellegétől függően válasszon ki egy megfelelő színű gyertyát. A színeket aszerint válasszuk, hogy a tisztításon túl milyen célt kívánunk megvalósítani, vagyis:

- csak tisztításkor: ezüst (fehér) színű gyertyával;
- gyógyításkor: arany (sárga) színű gyertyával;
- élénkítéskor: vörös színű gyertyával;
- erősítéskor: zöld színű gyertyával;
- nyugtatáskor: kék színű gyertyával;
- hiterősítéskor: bíbor (vagy fehér) színű gyertyával.

Sötétítsék el a helyiséget. A Tisztítást Igénylő személy fekvődjön le a padlóra (ágyra, tatamira, stb.), a megfelelően kiválasztott színű és meggyújtott gyertyát, két kézzel a tisztítást igénylő testfelületre helyezve tartsa a szeánsz teljes időtartama alatt. Közben a Rontást Elűző kérdezze ki a rontásról és a tapasztalt hatásokról a Tisztítást Igénylőt, aki őszintén „beszélje ki magát.”

A rontáslevétel rituáléja kiegészíthető más kellékekkel is (pl.: halk zene, füstölés, rituális borivás stb.), amelyek akkor nyújthatnak segítséget, ha nem zavarják a Tisztítást Igénylőt. A rontáslevétel eredményessége nagyban függ attól, hogy a Tisztítást Igénylő mennyire őszintén tárja fel helyzetét és érzéseit, valamint attól, mennyire bízunk a Rontást Elűző személyben.

e) Tisztítás, ötpontos körben

A rituális tisztítás számtalan módon és számtalan terápiához illeszkedően végezhető, hiszen többé-kevésbé részét képezi a gyógyítási eljárások többségének. A tisztítási eljárások egymáshoz igen hasonlóak, valamint ha az alapvető szabályokat betartjuk, akkor akár tovább is fejleszthetjük azokat a saját elképzeléseink szerint. Példaként tekintsünk át egy elterjedt és viszonylag egyszerű tisztítási eljárás főbb mozzanatait...

A tisztítást meleg és huzatmentes helyen, sötétben és gyertyafény (esetleg holdfény) mellett célszerű elvégezni. A tisztítás megkezdése előtt a Tisztítást Végző és a Tisztítást Igénylő alaposan lefürdik, valamint mindketten tiszta-könnyű-szellős ruhát vesznek fel. Célszerű, ha a tisztítás előtti 3-4 órában már sem étel, sem italt, sem élvezeti cikkeket nem fogyasztanak.

Fontos hangsúlyozni, hogy SZIGORÚAN TILOS a Tisztítást Igénylő fizikai vagy pszichikai állapotába – annak önkéntes és őszinte hozzájárulása nélkül – beavatkozni. Ugyanis ez nemcsak a tisztulást akadályozhatja meg, hanem a Tisztítást Igénylő pszichikus állapotának rosszabbodását is eredményezheti. Tapasztalataim szerint ez a módszer – megfelelően előkészítve és koreografálva – alkalmas lehet lelki problémák feldolgozásának elősegítéséhez, idegfeszültség csökkentéséhez, nem előrehaladott IBS állapot megkönnyítésére.

A tisztítás megkezdése előtt a földön jelöljük ki (szalaggal, zsinórral, krétával stb.) 2,5-3 m-es átmérőjű kört, amely területét osszuk fel öt részre. A kijelölt csillagpontokban helyezünk el olyan méretű fehér gyertyákat (mécsest), amelyek legalább 1 órán át képesek világítani.

Egyes irányzatok öt helyett csak négy gyertyapontot alkalmaznak, míg a fanatikus „12-esek” 7 vagy 12 gyertyaszám mellett kardoskodnak. A tapasztalat azt mutatja, hogy annyi gyertyát célszerű alkalmazni, ahányat a Tisztítást Igénylő hite igényel.

A Tisztítást Igénylő személynek az így kijelölt kör közepébe kell feküdnie. A tisztítás megkezdése előtt hasznos és megnyugtató lehet egy pohár – mézzel édesített, fahéjjal és édes-köménnyel vagy ánizzsal fűszerezett – meleg forralt bor elfogyasztása. Ezt követően kerül sor a gyertyák meggyújtására. A tisztítandó testfelületet, a Tisztítást Végző óvatosan bedörzsöli ésszerűen kiválasztott és megfelelően hígított illóolajjal. A tisztítás befejeztével a Tisztítást Végző a tisztítást megerősítheti (védelmet erősíthet) füstöléssel vagy színes gyertya alkalmazásával, esetleg kristállyal vagy virágszirmokkal stb.

A rítus irányzatoként változik, de bizonyos szabályok általánosnak tekinthetők, ezek keretein belül saját rítust is kialakíthatunk. Fő szabály, hogy a tisztítást: ellenkező nemű személy végezze. És csak olyan személy, aki a Tisztítást Igénylővel nem áll közelebbi kapcsolatban.

Ha a Tisztítást Igénylő kívánja, akkor a Tisztítást Végző mellett egy Segítő is közreműködhet a folyamatok előkészítésében és a rítus ideje alatt. A Segítő mindig azonos nemű legyen a Tisztítást Igénylővel, és lehetőleg azzal közelebbi-bizalmi kapcsolatban álljon. Ez a Segítő csak a körön kívül és a Tisztítást Végzővel előzetesen egyeztetett módon tevékenykedhet.

Ha ehhez a Tisztítást Igénylő hozzájárul, mások is részt vehetnek a szeánszon, de az ilyen résztvevők helyét és feladatait előzetesen meg kell határozni (például: dobolás, éneklés-kántálás, segédkezés a tisztítóknak, tánc, vagy csak csendes meditáció stb.). Fontos, hogy ezek a személyek a kijelölt kör területére nem hatolhatnak be, nem zavarhatják meg a rítust.

2.2. Hittel gyógyítás, gyógyulás a hitben

A hitgyógyászat általános tantételei szerint a gyógyulás valamilyen Felső Erő hatására és e Felső Erővel megfelelő kapcsolatban álló Gyógyító útján történik. A hitgyógyászat szerepe gyakran alapvető fontosságú a vallásos hit erősítésében és új hívők szerzésében (pl.: Jézus gyógyításai). Talán ez az egyik legrégebbi gyógyítási mód, amely manapság reneszánszát éli.

Ez a gyógyítási forma néha új vallási köntösben jelenik meg (másoknál modernebbnek vagy még régebbinek feltüntetve magát), ahol az új hit kitalálója vagy legigazabb prófétája gyakran maga a Gyógyító. Akiről általában az hírlík (vagy magáról azt híreszteli), hogy gyógyító ereje az új hit Legfőbb Lényétől származik (amelyet maga a Gyógyító talált ki). De ez már nem a gyógyításról szól, bár ettől a gyógyításuk eredményes is lehet, hiszen ennek lényege: a hit.

a) Gyógyítás kézzel

Kézzel gyógyítással többször találkoztam, ellentmondó élményekkel gazdagodva. Igaz, el kell ismernem, hogy ezek a kézzel gyógyítások és hozzájuk kapcsolódó környezeti események is jelentős különbségeket mutattak. És eredményességük gyakran igencsak eltérő és kétséges volt. Lássunk egy példát arra, hogy a kézzel gyógyítás néha kétségeket is eredményezhet.

Mintegy nyolc évvel ezelőtt egy akkoriban eléggé ismert gyógyító bemutatóján vettem részt. Korosztály nagyrészt idősebbek, kisebb részt fiatalok, a középkorúak száma elenyésző. Ismerős hangulat, néhány idősebb hölgy hangosan áradozik a gyógyító emberfeletti erejéről, hihetetlen gyógyításairól. Néhány asszisztensféle lép a terembe, ültetgeti a megjelenteket, katonásan rendezkedik, eligazítanak minket. Hajlongás, halk elismerő moraj, sóhajtások... és megjelenik a Gyógyító. Valami neon-színes, csillogó műaranyos, varázslószerű leplet visel, mintha egy amerikai show-ból lépett volna ki. Ugyanakkor kissé borostás, haja túlszelézt vagy zsíros-kócos, a ruházat sem tűnik frissen mosottnak. Helyet foglal a neki fenntartott széken, egy kör közepén. Egyik asszisztensféle hangzatos szavakkal méltatja a Gyógyítót, aki ezt „szerényen” tűri, majd a gyógyítást kérők egyenként a Gyógyító elé járulnak. Halk zene, füst és körülötte gyertyafény. A Gyógyító valamit mormog, és kezét a gyógyulásra vágyó fejére teszi. Néhányan azonnal meggyógyulnak, mások megkönnyebbülnek, többen csodáról rebesgetnek vagy éljeneznek, nevetnek, sírnak, hálálkodnak, stb. Az asszisztensek terelik a gyógyulni vágyókat a Gyógyító elé, és az érintés után már jöhet is a következő. Hatékony gyógyítás, hiszen néhány másodperc alatt meg lehet gyógyulni. Ennyit megér az a néhány száz forintos adomány. És most a gyógyító megérinti a fejemet. Biztos már meg is gyógyultam, csak nem érzem. Amit én érzek, az inkább valami csalódásféle, mintha átverték volna. Talán azért, mert valahogy nem tűnik számomra mindez hihetőnek?

Ugyanakkor találkoztam olyan kézzel gyógyítóval is, aki mellőzve a zavaros külsőségeket, szerény és kulturált formában elbeszélgetett a betegekkel, és a beteg hit- és világképéhez igazodóan elmondta, hogy mit-miért fog tenni. Mindez meggyőzően hatott, nemcsak a magyarázat, hanem az átélt megkönnyebbülés is. Mert, karizmatikus gyógyítás eredményességének legfontosabb feltétele: hogy a beteg bízson a gyógyítójában és higgyen abban az erőben, amelyet a gyógyítótól – vagy a gyógyítón keresztül – akar megkapni.

A kézzrátételes gyógyítással kapcsolatosan érdekes próbálkozással kísérleteztünk 2000. májusában, egy ezoterikus csoportfoglalkozás keretében. A próba azon alapult, hogy egy – a csoport által ismeretlen – előadó kézzrátételes gyógyítást mutatott be egyenként a csoporttagoknak. Mielőtt valamelyikük belépett volna a helyiségbe, az egyik beavatott tagunk oda-súgta: „a doki-vel gyógyít”. A pontozott részben: auraterápiával, szeretet-fényadással, Krisztusi érintéssel, imával, kozmikus energiával, energiarezgés-növeléssel, rontáslevétellel stb. szövegrész, előre meghatározott sorrend szerint. Mivel ismertük egymás meggyőződését és rögeszméit, a végeredmény nem volt meglepő: azok éreztek gyakrabban javulást, aki már előzőleg is bíztak a beavatott ajtónállónktól hallott módszerben, sőt ilyenkor számukra az előadó szimpatikusabbnak és felkészültebbnek tűnt. Mivel a próbálkozásban résztvevők száma alig érte el a negyvenet és nem volt lehetőségünk több kísérletet végezni, ezért messzemenő következtetéseket sem vonhattunk le. Az viszont meggyőzőnek tűnt, hogy a hit és rokonszenv alapvetően befolyásolja a karizmatikus gyógyításnak vélt sikert.

b) Segítő szellemdoktorok

A szellemdoktorok segítségével történő gyógyítással néhány évvel ezelőtt ismerkedtem meg, bár ez az ismerkedés nem volt annyira sikeres, ahogy az alábbi visszaemlékezésből is kitűnik:

2001. nyarán egy nyári táborában töltöttem közel egy hetet azzal a nem titkolt szándékkal, hogy tanuljak és tapasztaljak. A sokak által elismert és jól menő természetgyógyász nevével fémjelzett oktatás hamarosan csalódást okozott, bár sokat tanultam. Már az első nap kiderült, hogy rajta és segítőin kívül minden más gyógyító: sarlatán vagy pénzéhes kalandor. Az is megtudtam, hogy a természetgyógyászat nem az, ami a jogszabályokban le van írva, hanem egy bonyolult spirituális és pszichikus rendszer, amelynek ő az igaz képviselője. Elmondásai alapján kiderült, hogy nemcsak praktizáló orvos és természetgyógyász, hanem valójában földönkívüli, illetve egy későbbi előadása szerint az istenségek között is vezető szerepe van.

A táborban tanított rendszere szerint – amely leginkább a különböző vallások és mondák, valamint a fantasztikus irodalom és a spiritizmus-szellemgyógyászat ötvöződéséhez hasonlított – változatos világképet ismerhettem meg. Ebben a rendszerben a csakra mellett békésen megfértek a meridiánok, az aromaterápia mellett az asztrológia, a fizioterápia mellett a kézzrátétel, a beöntés mellett a gyertyás tisztítás, vagy a tarotkártyás jóslás mellett a csontkovácsos-beavatkozás stb. És, a Gyógyító mind ezt a legmagasabb szinten művelte. Vagyis, minden igaz volt egyszerre, csak nem úgy, ahogy mások tanítják.

A gyógyítás a Gyógyító által lerendelt szellemek-lelkek-erők-élőenergiák-elementálok-stb segítségével történt (mint például: a Földanya, Jupiter, rég meghalt orvosok szelleme, Buddha és az Esőisten stb.). De lehívták hozzánk magát Jézus Krisztust is, aki Gyógyítónkat régi ismerősként üdvözölte (már ahogy a médium mindezt előadta). Ezen akkor már senki sem csodálkozott, hiszen az előző nap maga az Úristen üzent nekünk a Gyógyító médiumán keresztül, hogy a mi Gyógyítónk vele egyenrangú. Néhány nap alatt ezt a módszert a többség is elsajátította, közben megtanultuk, hogy ha baj van, hívjunk egy szellemdoktort, aki a beteget meggyógyítja, persze ha megjegyeztük a szertartás mikéntjét és a rituális szövegeket.

Próbákat is végeztünk, természetesen eredményesen, bár kissé furcsa volt, amikor az egyik újdonsült gyógyító a gyomorfekélyt aranyoldatos atmosférával akarta pszichikusan gyógyítani. De nem volt baj, megtudtuk, hogy ez is jó megoldás, és mindegyikünk jól csinálta, de jobban is lehetett volna, viszont eredményesek voltunk. Én is megtudtam, hogy vigyáznom kell a vakbelemre, mert begyulladhat (igaz, már 48 éve kivették), és magas a vérnyomásomat kezeltenni kellene (bár akkor krónikusan alacsony volt a vérnyomásom, arcom az előző napi

leégéstől volt vörös). Megtudtam, hogy a betegség egy természetes állapot, amivel az előző életünkben elkövetettekért bűnhődiünk.

Kérdezni nem volt lehetőség, így a válaszokban sem kételkedhattunk. A néhány kezdeti érdeklődést – válasz helyett – sértődöttség és a hitetlenek cikizése követte. Időnként a Gyógyító és médiumai szított pánikos hangulatban, a régebbi-gyakorlott hívek rémületétől kísérve, üztük-hárítottuk a gonosz erőket, akiket hitetlen társaink gondolatai engedtek szabadjára. Vagyis a gonosz megjelenése, majd csúfos elüldöztetése kétségeiket eloszlathatta.

Ezután, legfeljebb abban kételkedhattunk, hogy lehet-e szabályosan pénzt, adományt gyűjteni az alapítványuk részére. Mármost úgy, hogy azt még létre sem hozták, és mint olyan nem is működhet. Azt sem értettem, hogy a Gyógyító – amikor terápiás bemutatóján klienseket gyógyított pénzért – miért viselkedett hagyományos orvosként, miért vizsgált, miért mért vérnyomásra, miért írt fel gyógyszert és miért rendelt el diétát és fizioterápiát egy ízületi betegnek? Hiszen – ahogy nekünk tanította – segítségül hívhatta volna Péter apostolt, akinek a biblia szerint nagyobb gyakorlata van a született bénák gyógyításában. És, mindent egy csapásra megoldhatott volna. Lehet, hogy ő sem hitt a saját tanításában?

Az élmény óta eltelt néhány év, közben megismerkedtem más szellemgyógyítókkal is, bár azok nem voltak annyira ismertek és anyagilag eredményesek. Néha magam is alkalmazom ezt a gyógyítási módszert, de csak akkor, ha a beteg ebben hisz, ehhez ragaszkodik. És, ha megfelelő segítség is rendelkezésemre áll (Látó, Védő, Gyógyító). Mert akkor segíthet más érdemi hatásokat erősíteni. Tapasztalataim szerint célszerű nem önállóan, hanem a mágikus gyógyítás szertartásrendjébe illesztve alkalmazni, a látványosság és hatásfokozás érdekében.

c) Fényadás hittel vagy nélküle

A '90-es években érdekes előadáson vettem részt, amely feltehetően a fényadás népszerűségét kívánta fokozni, valamint híveket szerezni az előadó által képviselt nézeteknek. Mivel előzőleg – hasonló témakörben – már voltam hasonló előadáson, és a témakört is sikerült alaposabban körüljárni, ezért feszült érdeklődéssel vártam az előadást. Amit tapasztaltam meglepett, de nem vette el a kedvem a kísérletezésektől. Lássuk csak, hogy mi is történt...

Az előadást az egyik budapesti kerületi közösségi házban lehetett meghallgatni-megtekinteni. Mérsékelt látogatói létszám ellenére az érdeklődés eléggé felfokozott volt. Többen tudni vélték, hogy az előadó japán mestertől tanult, mások szerint megvilágosodásban volt része, de olyan hangok is hallatszottak, hogy megmászotta az igaz tanítást és önálló szektás irányzatot kíván népszerűsíteni. Volt, aki pszichikus gyógyítónak tekintette. Mások szerint egy szürke természetgyógyász, aki új irányzat kitalálásával próbál népszerűséget szerezni. Az előadás viszont alaposan ellentmondott a várakozásoknak. A fényadás sajátosan új módszerével ismerkedhattunk meg. Az előadó mellőzte a nagy szavakat, nem kívánta a fényt isteni eredetűnek beállítani. Sikerült neki egy vallásokhoz nem igazodó és a hitbéli irányzatoktól függetlenített módszert bemutatni. Az isteni erőt nála a szeretet helyettesítette, a felsőbb erőt maga a gyógyító szándék képviselte. Alaposan különbözött attól a hallelujázó és a saját – de mások által nemigen látható – dicsfényében sütkérező gyógyítótól. Sajnos a hókuszpókusz elmarádása, az Isteni Erő és szokásos megtérési vagy kiválasztotti történet hiánya miatt, többen azonnal kételkedni kezdtek a módszer hatékonyságában. Ez a tartózkodás még inkább fokozódott, amikor kiderült, hogy a módszer nem igényel különleges képességeket. Bizalmatlanságot fokozta, hogy nem kell megtanulni felesleges és érthetetlen kifejezéseket, nem kell sajátos és ködös magyarázatokat kiagyalni. Elegendő csak tisztelni embertársainkat, őszintén átérezni gondjaikat és tiszta szívből akarni „szeretni”. Többen megjegyezték, hogy ez így túl egyszerű és nem eladható; és ha erre mindenki képes, akkor mi szükség a gyógyítóra; de

olyan is elhangzott, hogy a módszer működésképtelen, hiszen nem lehet mindenkit – és főleg idegent – őszintén szeretni. Lehet, hogy ez a módszer mégsem olyan egyszerű?

A fényadással magam is gondban vagyok, mert néha már előttem sem világos, hogy amit fényadásként hirdetnek az vajon tényleg igazai fényadás (hittel gyógyítás), vagy valami más (például: aura-macera, leépített-reiki, látvány-mágia, szuggerálás, egyéni stílus), mert a külsőségek alapján igen nehéz különbséget tenni. Néha még magam is rajtakapom azon, hogy a gyógyítás érdekében a fényadásba beleillesztem az auraterápiát vagy a „12-es” gyógyítást.

2.3. Paranormális próbálkozások

Paranormális gyógyítások az utóbbi időben egyre elterjedtebbek, ezért én is kénytelen voltam ezeket a módszereket áttanulmányozni – hogy haladjak a korrallal – és alkalmazhatóságukat kipróbálni. Tény, hogy esetenként meglepő eredményességet lehetett elérni, pontosabban: a beteg hozzáállása alapvetően meghatározta a hatékonyságot.

a) Auraterápiás kezelés, némi kétségekkel

Az auraterápiát – elsősorban IBS kezeléséhez kapcsolódóan – lehetőségem volt néhány alkalommal személyesen is kipróbálni. A szakirodalomban közzétett információk alapján a *gyulladásos jellegű bélproblémákat* a következő aura-állapotok megváltoznak, amelyeket nekem – ha vérbeli auraterapeuta lettem volna – feltétlenül észre kellett volna vennem.

A szivárványszínű aurás rétegződést valló terapeuták szerint – IBS esetén – az *aura színének összetételében* változás következik be, ahol:

- *narancssárga szín hiánya* energiaállapotának-csökkenésére, többlete belső félelmekre utal;
- *sárga szín hiánya* erőtlenségre és emésztési problémákra, többlete aggodalomra utal;
- *zöld szín hiánya* regenerálódási problémákat jelez.

Az egyszínű aurát valló terapeuták szerint – IBS esetén – az aura színe *sárgássá*, amennyiben ebben a stressz jelentősebb szerepet játszik, akkor *vöröses-sárgássá* színeződik.

A szürkelátók közössége szerint – IBS esetén – az aura árnyalat módosulhat, vagyis:

- *szürke árnyalatok* romló egészségi állapotra, illetve stressz-problémákra utalnak;
- *sötét foltok* betegség-gócokra utalnak.

Elterjedt auralátó-nézet, hogy az aura kiterjedtsége és formája utal a megbetegedésre, vagyis:

- *csökkent méret* energia hiányra utal;
- *forma torzulása* energia különbségekre és gyulladásos folyamatokra utal;
- *rojtos auraszél* a szervezet immunrendszeri zavarra vagy labilis lelkiállapotra utal;
- *túl merev auraszél* a szervezet és pszichikum görcsös védekezésére utal.

Ahogy már az auracsatolások energiaátadásánál jeleztem, nekem problémát okoz az aura látása, ezért a diagnosztizálást kézi auraérzékeléssel végeztem, egyidejűleg más módszereket is alkalmazva (megfigyelés, kikérdezés, kontaktusos érzékelés stb.). Íme, a rövid esetleírás:

Kezelésre szoruló személy: családos, gyermektelen 38 éves hölgy, közalkalmazott gépíró. Az utóbbi 3 évben rendszeresen dohányzik (napi kb. 1 doboz cigaretta), szeszes italt csak ünnepi alkalmakkor és módjával fogyaszt, nem gyógyszerfüggő.

Betegség leírása: IBS enyhébb esete (bélidegesség), jellegében nehezen behatárolható hasi fájdalom, inkább feszültebb teltség érzet, gyakori puffadás és szélgörcsök.

Betegség jelentkezése: általában reggelenként, munkába menetel előtt. Munkahelyen váratlan szituációkban kellemetlen bélproblémák jelentkezhet. Hosszabb szabadság ideje alatt a kellemetlenségek csökkennek, de váratlan és feszültséget okozó családi események hatására újból jelentkezhetnek (pl.: nem kívánt rokonlátogatás, méltánytalanság).

Háttér: családi élet kiegyensúlyozott, bár időnként feszültséget okoz a gyermektelenség. Munkahelyi problémák fokozódtak, mivel átszervezés és létszámleépítés várható. Anyagi gondok jelenleg nincsenek, de az egyik fél munkanélkülisége már problémát okozna.

Környezet: megfelelő kényelmes lakás, jelenleg biztos anyagi háttér. Hétvégi programok, nyaranta külföldi utazások. Szülőktől külön élnek, szülőkkel találkozás ritka, de rendszeres. Családi problémák nem jellemzők, bár esetenként nézeteltérés az eltérő igények miatt.

Előzetes vizsgálat eredményei: a kezelés előtt két hónappal orvosi vizsgálatra került sor, amely enyhe bélgyulladást valamilyen vírusfertőzésnek tulajdonította. A feszült idegi állapotot és a gyakoribb alvási problémákat az akkori vizsgálat enyhe nyugtatóval kívánta rendezni. Ezt megelőzően orvosi ellátást igénylő emésztési és bélproblémái nem voltak.

Saját észrevételek: a közel egy órás beszélgetés és megfigyelés alapján az tűnt valószínűnek, hogy a betegség elsősorban a folyamatos munkahelyi stressz miatt alakulhatott ki. Ehhez közrejátszott az ülő életmód és a rendszertelen táplálkozás is. A gondot fokozhatta, hogy a beteg egyre kellemetlenebbül érezte magát munkahelyén, kollégái az utóbbi időben kicserélődtek, stabil munkahelyi kapcsolatai megszűntek. Az utóbbi időben már nem szívesen járt be munkahelyére, ott idegennek és idősnek érezte magát. Életmódjának tanulmányozása során kiderült, hogy a nyers tej és a friss kenyér fogyasztása időnként okozhat nála haspuffadást és enyhe emésztési problémát.

Kidolgozott terápia: 1 napos koplalás és Balfi ásványvíz-kúra, 3 napos probiotikus joghurt és korpovit keksz diéta és gyógytea-kúra. Majd, egyhetes kímélő diéta. Két hét alatt 6 alkalom 1 órás auraterápiás kezelés, kiegészítve lelki ráhatásos, önbizalom-erősítő beszélgetésekkel. Valamint, a beteg felkészítése otthoni önkezelésre, személyre szabott IBS útmutatóval.

Kezelés körülményei: a beteg otthoni környezetében, a délelőtti órákban (szabadságának ideje alatt), a férj jelenlétében és segítségével.

Terápia rövid leírása: A terápiát a 12-es csakrarendszer szerint végeztem el, a szokásos auratisztítási és csakra-harmonizálási módszerekkel. De azzal az eltéréssel, hogy a kezelés során az aura színmodosulását belső látással (megérzéssel és vizualizációval) és kitapintással állapítottam meg. Az aura korrekcióját kézi célirányos koncentráció mellett végrehajtott aura-simítással és akaratlagos korrekcióval történt. Ez idő alatt került sor a lelki problémák feloldását és az önbizalom erősítését célzó vizualizációra és kibeszélésre is.

Eredményesség: a 3. kezelés után a beteg szorongása csökkent és a kommunikációs készsége javult. Az 5. kezelés után egyre felszabadultabban viselkedett és a munkahelyi problémákat már „nem vette annyira, a szívére”. A 8. kezelést követően egyre érezhetőbb volt a problémáérzékenység-csökkenése és az önbizalom növekedése, amely együtt járt a saját véleményének erőteljesebb hangoztatásával is. Eközben a férj és feleség egyaránt képessé vált a kezelések önálló elvégzésére, gyakorlatot szereztek egymás gyógyításában is.

Utóhatás: a kezelést követő hónap végén áttekintettük az eredményeket. A beteg idegállapota kedvezőbbé vált, a stressz-érzete csökkent, a munkahelyi tűrőképessége javult. Már nem félt

annyira a munkahelyének elvesztésétől, mivel férjével közös stratégiát dolgoztak ki erre az esetre is. Egymás kölcsönös kezelés során az egymás iránti nemi vonzódásuk is erősödött. Mivel bizonytalanok voltak, ezért a férj az auraterápia helyett inkább a csakra-masszázsra tért át, az önbizalom-erősítő beszélgetések probléma-megoldó beszélgetésekké alakultak.

Eddig több sikeres aurakezelést végeztem el. Ugyanakkor állandóan feszélyez, hogy az aura állapotát nem látással, hanem tapintással és megérzéssel tudom diagnosztizálni, illetve hogy az aurát nem önálló rétegenként érzékelem, hanem a testtől távolodva egyre ritkuló rétegeként.

b) Radiesztéziás vizsgálat

Radiesztéziás vizsgálatokat önállóan nem végeztem, hanem csak más radiesztézia-szakértők mellett próbálgattam képességeimet. Talán az ilyen együttműködések árnyékoló kudarcok és bizonytalanságok is hozzájárultak a radiesztézia iránti lelkesedésem csökkenéséhez. Íme néhány példa radiesztéziás kudarcaim tárgyköréből:

Első radiesztéziás kudarcélményeim egy nyári táborhoz kötődnek, amelyre a Segítő szellem-doktorokról szerzett élményeimnél már részletesebben kitértem. *Egy önmagát híresnek beállító természetgyógyász közel félszáz érdeklődőt próbált itt a radiesztézia rejtelmeibe (is) bevezetni. A felkészítés kissé felemásra sikeredett, mivel a Gyógyító által elmondottak nem erősítették a különböző könyvekből beszerezhető információkat, sőt gyakran még az előző napi előadások anyagához sem illeszkedtek következetesen.*

Amikor a gyakorlati bemutatóra került sor, a helyzetkép kezdett még kaotikusabbá válni. Ugyanis, az állítólagosan felkészült és született látó asszisztensek sajátosan – és a Gyógyító által elmondottakhoz nem elég hűen – adták át tudásukat. Elgondolkodtatott, hogy ugyanazt a vízért nem egy helyen és nem ugyanúgy látják. Amit én alig láthatóan halványsziürkének véltem, azt az egyik asszisztens vöröses-barnának látta, a másik pedig kifejezetten feketének, de úgy, hogy a totális feketeség nem akadályozta az anyagi tárgyak megfigyelésében (ami igen körülményes lehetett, viszont érdekesen hangzott). Ugyancsak különbözött az asszisztensek véleménye a közösen keresett Hartmann-háló helyéről és méretéről is, ami még inkább fokozta a jelenlévők bizalmatlanságát. De csak addig, amíg a Gyógyító mester nem jött, és rámutatott a keresett „igaz” helyre. Ekkor, egy pillanat alatt minden asszisztens látása helyrejött, és mindent ugyanúgy, ugyanott, ugyanannak láttak – ahogy a Gyógyító.

Ezután bekövetkezett a várva-várt nagy esemény. A Gyógyító irányítása mellett a társaság apraja-nagyja összefogott, hogy egyesített pszichikus erővel és imával gyógyítsuk a Földet, vagyis „toljuk arrébb” a megtalált veszélyes valamit. A Gyógyító fohászkodásával és erőteljes koncentrálásával, a laikus tömeg és lelkes hívek segítségével ezt meg is tettük, – állítólag – bár én ezt nem vettem észre, ahogy sok más résztvevő sem. Az a halványsziürke valami, amit én érzékeltem, bizony a helyén maradt. Vagy talán nem is vízér volt az, hanem valami más? Sokat nem tévedhettem, mert az egyik asszisztens utólag bizalmasan megsúgta, hogy szerinte sem lehet a vízeret eltolni, és ő sem ott érzékeli azt a valamit, ahol a Gyógyító kinyilatkoztatta.

Érdekesebb esetnek voltam tanúja egyik ismerősömmel, aki fényadó és radiesztézia-művelő egy személyben. Egyik régebbi munkatársam lakásának radiesztéziás felmérésére hívták, ahová követhettem, és így közvetlen tapasztalatot is szerezhettem. Ismerősöm térült-fordult és egy inga segítségével hamarosan beazonosított néhány veszélyes helyet, amelyek nagyságát és irányát rézhurokkal tovább pontosította. Én is érzékeltem valami kellemetlenséget a lakás egy bizonyos helyén (amely megegyezett az ismerősöm egyik kimérésével). Ez a területrész kissé hidegebbnek és halványsziürkének tűnt. Ismerősöm elhelyezett néhány rezonátorpalackot a lakásban és bejelentette: megszűnt a káros sugárzás. De nekem valahogy nem passzolt ez az

egész. Nem érzékeltem, hogy valami javulás következett volna be. Finoman szóbahoztam kétségeimet. Ismerősem a vártnál élesebben reagált. Hosszas magyarázkodásba kezdett, ami logikájában egyre követhetetlenné vált, majd bebizonyította, hogy érzékelési problémáim miatt nem is lehetek képes az eredmény érzékelésére. Minden valahogy kényelmetlenné és zavarossá vált bennem. Ez az affér is hozzájárulhatott ahhoz, hogy kapcsolatunk fokozatosan felszámolódott. Néhány hónappal később ismét ellátogattam a régi munkatársam lakására. A már jelzett helyen szintén éreztem azt a kellemetlen érzetet. Közben a lakást kissé átrendezték. Az általam furcsának tűnő helyről elkerült az ágy, helyét egy könyvespolc foglalta el. Azt mondták, így barátságosabbnak tűnik számukra a szoba. Valamint azt is, hogy látva múltkori afféromat radiesztéza ismerőssémmel, más szakértőt is kihívtak... aki mást állapított meg.

Egy alkalommal próbaként ingát használtam egy IBS-gyanús eset diagnosztizálásánál. *Nem a nomogrammos-skálás, hanem az igen-nem ingás-választásos módszert alkalmazva, viszonylag sikeresen fel tudtam állítani a diagnózist és a terápiát. Viszont, azóta is kétségek gyötörnek. Vajon tényleg az ingás módszernek köszönhetem a hatékony megoldás megtalálását, vagy az inga csak azt támogatta, amit tudat alatt szerettem volna megvalósítani.* Örök dilemmája ez a lelkiismeretes ingázóknak és az őket kritizáló szkeptikusoknak, egyaránt.

2.4. Holisztikus próbálkozások

A holisztikus gyógyítás egyik közös jellemzője, az egyén test-elme-szellem (más felfogások szerint test-szellem-lélek, vagy bővebben fizikai-érzelmi-szellemi-lelki-hitbéli) egységén és egyensúlyán alapuló, egységes rendszert képező terápiák alkalmazása. Vagyis, a holisztikus gyógyítás alatt: adott rendezőelv keretében szerveződő, komplex gyógyítási eljárást értünk.

a) Ajurvédikus terápia

A bélidegesség (irritabilis colon) mint betegség, az ajurvédikus felosztás szerint a *Pitta-erő* egyensúlyvesztésből adódó Testi bajok csoportjába sorolható. A *Pitta-erő* egyensúlyvesztése bekövetkezhet gyomor- és emésztési problémák miatt, de a túlzott alkoholfogyasztás, a szomorúság és a harag is hasonló egyensúlyvesztést okozhat. A betegséget azért tekintheti *Testi bajnak*, mivel olyan sajátosságú belső betegség, amely gyulladást, szövetleépülést vagy szövetburjánzást, bélelzáródást vagy fekélyesedést stb. is okozhat. A betegség – ajurvédikus felfogás szerint – holisztikus jellegéből adódóan többoldalú (gyógyszeres, étrendi, gyakorlati) kezelést igényel. Íme egy példa az ilyen típusú kezelésről és eredményességéről:

Kezelésre szoruló személy: 19 éves érettségizett lány, munkanélküli, felvételi előkészítőre jár, káros szenvedély nélkül, visszahúzódsó, párkapcsolat és stabil barát nélküli.

Betegség leírása: IBS enyhébb kezdeti esete. Időnként erősebb alhasi fájdalom, a betegségre jellemző kellemetlen kísérő jelenségekkel (émelygés, csikarás, kortyogás).

Betegség jelentkezése: általában reggelenként, de bizonytalan szituációkban vagy stresszhelyzetben is előfordul (vizsga, munkafelvétel, közösség előtti szereplés, konfliktushelyzet).

Háttér: a beteg együtt él szüleivel. Otthoni kapcsolat feszült, mert a betegnek nem sikerült a főiskolai felvétele és munkát sem sikerült találnia. A sikertelenségből adódó feszültség miatt az első párkapcsolata már az elején felmorzsolódott.

Környezet: megfelelő kényelmes lakás, de az egyik szülő munkanélkülisége miatt bizonytalan anyagi háttér, gyakorlatilag csak az életfenntartás és a lakhatás biztosított. Szórakozási-kikapcsolódási lehetőség minimális az anyagi lehetőségek beszűkülése miatt.

Előzetes vizsgálat eredményei: a kezelés előtt néhány hónappal (az érettségi időszakában) orvosi vizsgálatra került sor, amely idegi alapú gyomorhurutot és idegi alapú emésztési problémákat feltételezett.

Saját észrevételek: a mintegy másfél órás beszélgetés és megfigyelés alapján vélelmezhető, hogy a betegsége a középiskolai tanulmányi időszaka alatt fokozatosan alakulhatott ki. Ehhez közrejátszott a rendszertelen táplálkozás és a rendszeres testmozgás hiánya. A beteg kedélyállapotát alapvetően meghatározza a továbbtanulásának sikertelensége, és az ebből adódó túlzott kisebbségi érzés, valamint a negatív szülői hozzáállás. Mivel kései gyerek, szüleivel nehezen találja meg a hangot, életfelfogásban túl távol vannak egymástól.

Kidolgozott terápia: a bangalore-i ajurvédikus kezelések alapján, 12-es kiegészítéssel.

- tisztítás: keserűsó, beöntés, izzasztás, fürdés, gyertyás-tisztítás (naponta);
- gyógytea-kúra: kamilla, borsmenta, kömény, ánizs, csipkebogyó (2 dl-ként, napi 1 liter);
- ásványi kúra: Balf-i és Széchenyi gyógyvíz (napi 1-1,5 liter);
- homeopátia: Lycopodium 6, de ez elhagyható;
- diéta: gyomorhurutosoknak előírt Hay és kiegyenlített étrend (napi 4 x fél adag);
- masszázs: levendula-masszázs, Head-zóna stimuláció, csakra-tisztítás.

Kezelés időtartama: 14 napon át, naponta a fenti kúrák mellett még pszichikus tisztítás, meditáció, AV- és önmegvalósító terápia, 0,5 óra tánc vagy torna, 1 órányi séta-kirándulás.

Kezelés körülményei: táborozás alatt, erdei környezet, kora esti órák, ismerőse bevonásával.

Terápia rövid leírása: a testi tisztálkodást, a diétát és ivókúrát, valamint a légző gyakorlatokat a meditációval és az önmegvalósító terápiával a beteg önállóan teljesíti. Head-zóna stimulációt, tornát-táncot és pszichikus tisztítást AV-terápiával kombinálva közösen végeztük. Séta közben került sor a lelki görcsök feloldását célzó terápiás beszélgetésekre.

Eredményesség: 3. napra az emésztési gondok jelentősen csökkentek, a 7. napra szinte panaszmentes közérzet alakult ki. A második hét végére a lelki problémák is mérséklődtek, sikerült a nyugodtabb vérmérsékletet stabilizálni.

Utóhatás: a kezelést követően egy hónap múlva áttekintettük az elért eredményeket. Az elért kedvező állapot stabilizálódott, az emésztési problémák – Hay- és a kiegyenlített diéta fenntartásának köszönhetően – gyakorlatilag megszűntek. A stressz-érzet némileg csökkent, de a családban megmaradt feszültség miatt még esetenként jelentkeznek IBS kiújulások. Az állapot lassú javulását elősegíti, hogy a betegnek sikerült az ismételt főiskolai felvételiye, ezáltal a szülői közvetlen behatás és az otthonlétének időtartama jelentősen csökkent.

Gyógyító ismerőseim elmondása szerint, az ajurvédikus-jellegű gyógyításaik során hasonlóan kedvező eredményeket értek el asztma, fekélyek gyomorpanaszok, ízületi betegségek, valamint különösen lelki eredetű problémák (izomfeszültség, neurózis, stressz) kezelésénél.

b) Csakra-harmonizálás

A csakra-tan szerint az IBS döntő általában 3 csakra – fokozott idegi problémáknál legalább 4 csakra – diszharmonikus működésének megszüntetésével kezelhető. Íme egy terápiás példa:

Kezelésre szoruló személy: egyedülálló, gyermektelen hölgy, 27 éves, magyar-történelem tanár. Magassága: 162 cm, testsúlya 72 kg, kissé molett-vaskos testalkatú. Rendszeresen dohányzik (napi kb. 1 doboz cigaretta), szeszes italt csak ritkán és csak ünnepi alkalmakkor fogyaszt. Más káros szenvedélye nincs.

Betegség leírása: IBS enyhe eset (bélidegesség), ugyanakkor erőteljes idegi-lelki hatások.

Betegség jelentkezése: különösen reggelenként, ha otthonról el kell mennie. Közösségben, váratlan szituációkban kellemetlen közérzetként jelentkezhet. Egyedüllet esetén csökkennek a kellemetlenségek. Idegessége emésztési problémát is kivált, amely főleg felpuffadásban és szélképződésben nyilvánul meg.

Háttér: problémát okoz számára a túlsúly és molett-vaskos testalkata, szégyell közösségbe járni. Párkapcsolatra vágyik, de szorongásai miatt nem mer kapcsolatokat létesíteni. Szereti a testmozgást és a kirándulásokat, de kerüli az ismerőseivel töltendő ilyesfajta programokat.

Környezet: saját kényelmes lakás, jelenleg biztos anyagi háttér és stabil munkahely. Szüleivel a kapcsolata rendszeres, de kissé feszült, mivel úgy érzi, hogy a már gyermekkorában is jelentkező duciságáért a szülei is felelősek, akik elleneztek a fiatalkori fogyókúra terveit.

Előzetes vizsgálat eredményei: többször volt orvosi vizsgálaton, ahol problémáját kezdődő idegkimerültségnek és táplálkozási zavarnak értékelték. Pihenést, súlycsökkentő diétát, sok mozgást és enyhe nyugtató szedését javasoltak.

Saját észrevételek: a személyes beszélgetés és megfigyelés alapján egyértelművé vált, hogy túlsúlyból és alkati-önértékelési gondokból adódó lelki problémák az elsődlegesek. Feszült, visszahúzó és szégyenlős. Túlsúlya miatt érzet feszültségét nassolással csökkent, ami ellene dolgozik az időnkénti fogyókúrájának. Az enyhe emésztési és bélproblémák csak másodlagosak, mintegy kísérői jelenségei a lelki válságnak. Már nem nagyon bízik az orvosokban és a gyógyítások sikerében. Úgy érzi, a helyzetet nem lehet változtatni, az csak egyre rosszabb lehet. Kapcsolat-teremtéseinek eredményeiben ezért is pesszimista.

Gyógyítási stratégia: mivel a beteg bizalmatlan és túlzottan pesszimista volt, ezért olyan terápia-sorozatot kellett alkalmazni, amely már a kúra elején mérhető és látványos sikert hoz. Ezt követte majd a tényleges terápiasorozat, a lényegi problémák felszámolására.

Helyszín, időpont: Szelidi-tó, kemping üdülő. Előkészítő terápia: 2004.06.18-06.27.

Előkészítő terápia: cél, a beteg meggyőzése a terápia sikerességéről, motiválás, életszemlélet formálása, hozzáállás alakítása, fizikai állóképesség és önbizalom növelése, lelkesítés.

1. nap: gyógytea-kúra koplalással. Head-zóna szimuláció. Reiki. Fürdés és úszkálás a tóban (1 óra). séta (2x5 km) közben feszültségoldó beszélgetés és felkészítés az öngyógyításra.
2. nap: *kezdeti* diéta és gyümölcslé-kúra (3000 kJ/nap). Head-zóna szimuláció. Reiki. Fürdés-úszkálás (1 óra). Kirándulás (5+10 km) megbeszélgetés. Utcabál (2 óra)
3. nap: *kezdeti* diéta és joghurt-kúra (4000 kJ/nap). Head-zóna szimuláció. Aroma-masszázs. Fürdés-úszkálás (1 óra). Tó körüli túra (2x10 km) feszültségoldó beszélgetés.
4. nap: *fehérje* diéta és gyümölcslé-kúra (4000 kJ/nap). Head-zóna szimuláció. Aroma-masszázs. Fürdés-úszkálás (1 óra). Tó körüli túra (2x10 km) feszültségoldó beszélgetés.
5. nap: beállító Hay-diéta (max: 5000 kJ). Svéd masszáz. Fürdés-úszkálás (1 óra). Pusztatúra (10 km) feszültségoldó beszélgetés, kerékpározás (25 km). Tánc (1 óra).
6. nap: beállító Hay-diéta (max: 5000 kJ). Izomlazító masszáz. Fürdés-úszkálás (1 óra). Körtúra (15 km) feszültségoldó beszélgetés. Labdajáték (1 óra). Éjszakai túra (2 óra).

7. nap: beállító Hay-diéta (max: 5000 kJ). Öngyógyító technikák gyakorlása (2 óra). Fürdés-úszkálás (1 óra). Szomszéd faluból bevásárlás (2x7 km), megbeszélés.
- 8 nap: kiegyensúlyozott Hay-diéta (max: 5000 kJ, fehérje: 60 g/nap, rost: 20 g/nap, zsír: 50 g/nap, szénhidrát: <100 g/nap.). Cellulit-masszázs és torna. Fürdés-úszkálás (1 óra). Tanösvény bejárás (25 km) és feszültségoldó beszélgetés. Gyümölcszedés (2 óra).
- 9 nap: hús-gyümölcsdiéta (max: 5000 kJ, fehérje: 60 g/nap, gyümölcs 1-1,5 kg/nap) Séta (2x5 km). Aroma-masszázs. Fürdés-úszás (1 óra). Utcabál (3 óra). Éjszakai séta (1 óra).

Előkészítő terápia eredményessége: 9 nap alatti fogyás = 6,4 kg! Erőnlét és teljesítőképesség jelentős javulása (8. napi 25 km megtétele már könnyebb volt, mint az első napi 2x5 km). Javuló, vidámabb hangulat, bizalom a fogyás és terápia sikerességében, hozzászokás a több mozgáshoz, a kiegyensúlyozott táplálkozás elfogadása.

Általános terápia: 60 kg-os súlyhatár eléréséig kiegyenlített diéta, napi kb. bevitel = 6000 kJ; fehérje = 30 g, zsír = 30 g, szénhidrát = 240 g (negyede gyümölccsel). Napi 10 km séta és zenés mozgás (0,5 óra). Önmasszázs, hasi torna (háton fekvő biciklizés, lábemelés, felülés).

Szvádhisthana-csakra harmonizálás: (második csakra, hasi csakra, keresztközpont), mint az emésztőnedvekért felelős energiaközpont, az alábbi eljárásokkal tisztítható, aktivizálható:

- *természeti meditációval:* tiszta természeti vizek érintésével, vizek és Hold szemlélésével;
- *hangterápiával:* madárének vagy vízcsobogás hallgatásával felvételtől;
- *zeneterápiával:* népi vagy szórakoztató zene hallgatásával;
- *színterápiával:* valósan vagy meditatíván generált narancssárga színnel;
- *drágakő-terápiával:* karneol (belső erő mozgósítása), holdkő (harmonizáló) viselése;
- *aromaterápiával:* levendula (lazító) illatával;
- *füst-terápiával:* szantál (szellemi energiák rendezése), tömjén (nyugtató) füsttel;
- *speciális jógával:* nyugtató Tantra-jóga alapelemeinek próbálgatásaival;
- *masszázzsal:* 5-8 perces finom, körkörös simító masszázsa a keresztcsont felső részén;
- *reflexzóna-stimulálással:* talpakon, a sarok közepén enyhe nyomásos masszírozással;
- *alvás-pihenési helyzet:* embriópozícióban (paplanból kialakított fészekben).

Manipura-csakra harmonizálás: (harmadik csakra, napfonat), az emésztési rendszerért és az anyagcseréért felelős energiaközpont az alábbi eljárásokkal tisztítható, aktivizálható:

- *természeti meditációval:* napfény és sárga virágok élvezésével;
- *hangterápiával:* élénk és változatos madárhangok hallgatásával;
- *zeneterápiával:* tüzes ritmusú és harmonikus zenekari muzsika hallgatásával;
- *színterápiával:* valósan vagy meditatíván generált aranysárga színnel;
- *drágakő-terápiával:* borostyán (emésztésjavítás), topáz (depresszió ellen) viselése;
- *füst-terápiával:* lótosz füstje
- *aromaterápiával:* rozmarin (élénkítő), bergamott (önbizalom-növelő) illattal;
- *speciális jógával:* Karma-jóga alapelemeinek próbálgatásaival;
- *masszázzsal:* 3-5 perces finom, körkörös simító masszázsa balra, köldök felett két ujjnyira;
- *reflexzóna-stimulálással:* talpboltozat, lábfej közepén enyhe nyomásos masszírozással;
- *alvási-pihenési helyzet:* háton fekvő, paplanból kialakított vájatban.

Anahata-csakra harmonizálása: (negyedik csakra vagy szívközpont) az immunrendszerért is felelős energiaközpont az alábbi eljárásokkal tisztítható, aktivizálható:

- *természeti meditációval:* zöld természetben séta, felhők, meditatív táncok szemlélésével;
- *hangterápiával:* természeti jelenségek hangjainak hallgatásával;
- *zeneterápiával:* klasszikus, szakrális és meditációs zenék hallgatásával;
- *színterápiával:* valósan vagy meditatíván generált zöld színnel.

- *drágakő-terápiával*: smaragd (frissítő), nefrit (nyugtató), rózsakvarc (lélek gyógyítása);
- *füst-terápiával*: fenyő füstjével;
- *aromaterápiával*: rózsza (harmonizáló) illatával.
- *speciális jóga*val: Bhakti-jóga alapelemeinek gyakorlásával;
- *masszázzsal*: 3-5 perces finom, körkörös masszázs a mellkas közepén, szegycsontnál;
- *reflexzóna-stimulálással*: talpboltozat és lábfej közepén enyhe nyomásos masszírozással;
- *alvási-pihenési helyzet*: baloldalon, a hátoldalnál paplanos kitámasztással.

Kezelés körülményei: általános terápiára a beteg otthoni környezetében került sor. Önkezelés kidolgozott napirend szerint, irányított terápia a délutáni-kora esti órákban. Kezelés a beteg szabadság alatt történt, így a kritikus első 2 héten a megfelelő körülmény biztosítva volt. A terápia rövid leírását és a részletes napirendjét a Pannon ösvallás közösség (pannon wicca) esetgyűjteménye tartalmazza, amely beavatottak számára készült.

Eredményesség: a második hét végére a testsúly további 4 kg-mal, a derékbőség 6 cm-rel csökkent, a lelki problémák mérséklődtek, az önbizalom fokozódott. A harmadik hét végére sikerült elérni a 60 kg-os kitűzött álmhatárt. A napi bevitel 7000 kJ-ra volt növelhető.

Utóhatás: a kezelést követően egy hónapig a beteg módosított napirend szerinti életvitelt folytatott, amely lehetővé tette a munkába járást és a munka utáni uszodába járást. Az elért kedvező állapot stabilizálódott, az emésztési problémák gyakorlatilag megszűntek. A stressz-érzet csökkent, bár az uszodába járás kezdetén a bizonytalanságérzet kissé fokozódott. Állapotjavulását elősegítette, hogy az uszodai környezetben a saját test miatti szégyenérzet és gátlásosság csökkent, sikerült a törzsvendégi körbe is beilleszkednie.

Sajnos néhány két hónap elteltével más városba költözött, ezért az állapotának alakulásáról semmilyen információval nem rendelkezem. Mivel a betegek általában nem rendelkeznek elegendő szabadidővel, ezért hasonló terjedelmű csakra-harmonizálásra több lehetőségen nem volt, vagyis ez a tapasztalatom egyedinek tekinthető.

2.5. Az „Ösi tizenkettes” első próbája

2001. augusztus 18.-a (szombat) nevezetes nap a „12-es” történetében. Ekkor került sor az első igazi gyógyításra az akkorra már véglegesedő 12-es gyógyítási rendszer körvonalazódó és részleteiben előzetesen ellenőrzött tapasztalatainak felhasználásával. Azóta a módszerek és megoldások tovább finomodtak, sikerült több jelenségre tudományos magyarázatot is találni.

a) Esetleírás

Kezelésre szoruló személy: 1967. június 17-én született, egy gyermekes, 44 éves férjezett hölgy, önkormányzati hivatalnál titkárnő. Kb. 13 éve rendszeresen dohányzik (napi kb. 1-1,5 doboz cigaretta). Szeszes italt hétvégeken és ünnepi alkalmakkor, csak bort és pezsgőt fogyaszt. Nem gyógyszerfüggő, szükség esetén legfeljebb lázcsillapítót szed.

Betegség leírása: IBS eset (elsősorban bélidegesség), közel tíz éve kezdődött, fokozatosan erősödve. Gyakori teltségérzet puffadással, enyhe szélgörcsökkel, nem behatárolható helyeken néha élesebb hasi nyilallás vagy szűrés-görcsölés, Idegesség esetén hasmenés.

Betegség jelentkezése: reggelenként egyre gyakrabban, főleg munkába menetel előtt, enyhe hányinger, hasmenés, széleresztés. Kellemetlen munkahelyi szituációkban a bélproblémák fokozottabban jelentkezhet. Szabadsága alatt ezek a problémák némileg csökkennek.

Háttér: utóbbi időben munkahelyi problémái gyarapodtak. Munkahelye megtartása érdekében kénytelen továbbképző tanfolyamra járni, miközben feladatai nem csökkentek. Egyre fáradtabbnak érzi magát, nehezebbre esik a tanulás. Nemi kapcsolata férjével fokozatosan háttérbe szorult, szinte már csak barátként élnek egymás mellett. Gyermekével rendezett és őszinte kapcsolatot alakított ki, bár esetenként idegesíti annak fiatalos és túlzó lendülete.

Környezet: kényelmes kertvárosi lakás, két gépkocsi, hétvégi telek, kielégítő anyagi háttér. Évente egy-két alkalommal külföldi nyaralásokat is megengedhetnek maguknak.

Előzetes vizsgálat eredményei: kezelés előtt másfél hónappal egy alapos kórházi kivizsgálás egyértelműen megállapította, hogy a beteg görcsölő vastagbél mellett enyhén nyálkás vastagbél-gyulladásban is szenved. Állapotát a stresszből adódó kimerültség, illetve a közérzeti és önértékelési zavarok alapvetően meghatározzák.

Észrevételek: a többórás beszélgetés és megfigyelés alapján vélelmezhető, hogy betegség az utóbbi időben folyamatossá váló munkahelyi stressz miatt alakulhatott ki. Ugyancsak közrejátszhatott az aktív mozgás hiánya, a rendszertelen és egyoldalú táplálkozás. A beteg egyre idegenebbnek és mellőzöttebbnek érezte magát munkahelyén annyira, hogy az utóbbi időben már nem szívesen járt be munkahelyére sem.

Kidolgozott előterápia: a tényleges kezelések megkezdése előtt *beöntéses tisztítás*, 1 napos koplalás és alkalikus ásványvízkúra, 3 napos gyümölcs- és gyógytea-kúra, valamint minden nap 1 óra kocogás és szauna. Ezt követően „12-es” diagnosztika és holisztikus kezelés.

Kezelés körülményei: beteg otthonában, esti órákban (beteg nyári szabadságának ideje alatt).

b) „12-es” testi diagnosztika:

Fejtető erősvív (1.): nagyrítván enyhe fejfájás a fejtetőn. Gyakrabban enyhe nyomásérzet a fejtetőn vagy a magas homloki részen, különösen meleg front esetén. Homlokon és orron a bőr kissé zsíros, haja is hamar zsírosodik. Migrénés fejfájásai egyre gyakoribbak

Arc erősvív (2.): néhány hónapja a tulipán illata kellemetlen közérzetet vált ki, ez hányingert is eredményezhet. Utóbbi időben a füstölt íz irritálja, holott azelőtt kívánta a füstölt hús- és sajtféléket. Nagyrítván enyhe füldugulást és „csengést” is érzékel. Nyelve néha enyhén sárgás-fehér színű, ez jelzi számára a kellemetlen közérzet kialakulását. Ilyenkor enyhe fémes vagy epésen kesernyés ízt is érez, de émelygés-érzet is kialakulhat. Kissé rövidlátó, de látása a stabilizálódott. Időnként enyhe kötőhártya-gyulladás kíséri az emésztési problémát.

Torok erősvív (3.): reggelenként torokkaparáshoz hasonló jelek, amelyek köhögési rohamot váltanak ki. Táplálkozási probléma esetén nyelőcső toroki részén savasságot érez. Nyak mozgatasakor enyhe sűrűlódásos ízületi hangok. Toka alatti részen az átlagosnál erőteljesebb ráncosodás. Mandulák kissé pirosak és enyhén duzzadtak.

Mell-kar-kéz erősvív (4.): Időnként enyhe, allergiás jellegűnek tűnő légzési probléma, amely kevés váladék felköhögése esetén enyhül. Köhögési inger rendszerint ébredés után jelentkezik, amely intenzitása esetenként hányinger kiváltását is eredményezi. Tornáztatás hiánya miatt a mellizmok kissé lazák, megereszkedtek. Enyhe ízületi fájdalma a vállakban, ízületi hangok a jobb vállban karkörzésnél. Hónaljban enyhe bőrpír a depilált részen. Karizom némileg fejletlen és petyhüdt. Tenyér és körmök kissé szárazak. Intenzív emésztési probléma esetén ritkán enyhe kézremegés és hideglelés is jelentkezhet. Balkezessége ellenére mindkét

kéz szorítása közel azonos. Testhőmérséklet hónaljban mérve normális. Feszült idegállapotban és késő délután gyakran hőemelkedés is jelentkezik.

Szívi erőssáv (5.): enyhe nyomás vagy görcsölő fájdalom a nagyobb és intenzívebb hasmenést megelőző néhány órában. A légszorulásra emlékeztető nyomásérzet „kortyogó” bélhang kerekében fokozatosan lefelé és hasközépre húzódik. Ilyenkor a szív táji szorító érzés fokozatosan csökken. Karon mért vérnyomás 130/80 hmmm, perces pulzusszám általában 60, amely idegfeszültség esetén 150/100-ra, illetve 80-90-re is növekedhet.

Gyomor erőssáv (6.): deréktáj általában panaszmentes. Gyomorszáj környékén, illetve attól kissé balra enyhe nyomás tompa vagy szurkáló fájdalomérzet jelentkezhet, a táplálkozást követő 0,5-1 óra elteltével. Esetenként hányinger, különösen gyors vagy kora reggeli étkezést követően. Baloldalon kismértékű májnagyobbodás észlelhető.

Vese erőssáv (7.): csípőtáj általában panaszmentes, de székelési gondokhoz jelentéktelen fájdalomérzet társulhat, amely a köldöktől balra egy tenyérnyire esetenként görcsös fájdalommal erősödhet. Ezen a területen enyhe kitüremlés is érzékelhető. Bőrfelszínen körkörös szűk ruházat okozta enyhén pirosuló bőrbenyomódás. Hasizom megereszkedett, edzéshiányos állapotra utal.

Hasi erőssáv (8.): általában fájdalommentes, de emésztési probléma esetén teltségérzet, puffadás tapasztalható. Problémákat megelőzően szélgörcsök, „bél-szurkálások”. Hátrésznél, gerinctájon huzamosabb hajlogatást követően fájdalom alakulhat ki.

Ágyéki erőssáv (9.): depilált helyeken enyhe bőrpír, bőr kissé száraz. Bal belső combrésznél enyhe izomlázás fájdalom. Erőteljesebb hasmenést megelőzően a lágyékrész környékén nem túlzottan intenzív görcsös fájdalom vagy szurkálás-érzet, amely a székelést követően rendszerint megszűnik. Alsó ágyéki gerinctájon huzamosabb ülőmunka után merevség érzet.

Ülőrész erőssáv (10.): széklet általában normális, ritkán kemény-beégett, gyakrabban és főleg reggelente sárgás-habos, gázokkal telített. Hasmenéskor viszketésérzet és lelki gondokat okozó higiénés problémák. Időnként „külső aranyérre” (perianalis thrombosis-ra) utaló kellemetlen érzések és vérzések jelentkeznek. Gyökérrész környékén az erőteljes depilálás, valamint izzadság és kidörzsölés miatt enyhe bőrpír. Gyakori altestmosdás miatt az ülepi bőr kissé száraz. Ülőrészi erőpont körzetében hosszadalmas ülés esetén enyhe fájdalomérzet;

Térd erőssáv (11.): térdízületeknél halk „recsegés”. Comb tájon, néhány helyen visszértágulatra utaló kékes rajzolatok. Mindkét felsőcombi rész külső oldalán tenyérnyi felületen kezdődő narancsbőrösödés. Néhány helyen szőrtelenítés következményeként kialakult szőrbenövés okozta és tüszőbegyulladás.

Talp-láb erőssáv (12.): bal lábfejen kezdődő gombásodás a lábujjak között, enyhe tejsavra emlékeztető szaghatással. Talprészen (a nap-fonat környékén) enyhe fájdalom. Jobb bokánál kb. 10 %-ban korlátozott ízületi mozgás, enyhe duzzanat. Lábszáron a bőr kissé száraz.

c) „12-es” közérzeti diagnosztika:

Fizikai közérzet (1.): viszonylag gyorsan elalszik és reggel korán ébred. Ha éjszaka felébred, képtelen elaludni, mert megrohanják a napi problémák emlékei. Kellemetlen álmok esetén fáradtan és törődötten ébred. Napközben általában nem fárad el, de estére és hét végére rendszerint leépültnek érzi magát. Étvágya van, de nincs olyan étel, amit különösképpen kívánna. Étkezése viszonylag rendszeres, ugyanakkor mennyiségileg rendkívül változó. Nagyon ritkán túlzott falánkság vesz rajta erőt, máskor viszont hajlamos elfeledkezni a soron következő

étkezésről is. A kávé rendkívül kívánja, de fogyasztás után kellemetlen szájíz jelentkezhet nála, és esetenként hányinger is elfogja, akár a kamillatea esetében.

Érzékelési közérzet (2.): érzékszervei megfelelően működnek, időnként enyhe szaglási és ízlelési problémákat tapasztal önmagán. Az utóbbi időben szinte havonta-kéthetente jelentkező fejfájásai mellett enyhe szédülésérzet is jelentkezik, ilyenkor egyensúlyérzetében bizonytalan. Időérzéke délelőtt lényegesen pontatlanabb, mint más napszakban.

Érzelmi közérzet (3.): utóbbi időben érzelmeiben egyre sivárabbnak érzi magát. Visszahúzóódó, kapcsolatait és együttműködéseit családtagjaival a megszokás irányítja. Kapcsolatát férjével és gyermekével leginkább a barátság és korrektség jellemzi. Utóbbi időben külön szobában és egyedül alszik, sőt napközben is szívesebben tölti el egyedül a szabadidejét.

Ösztönéleti közérzet (4.): nemi kapcsolata férjével egyre inkább háttérbe szorult, illetve már több hónapja szünetel. Vágyik a nemi életre, szívesen álmodozik tartalmas kapcsolatról, de a lehetőségeket mégis elkerüli.

Szellemi közérzet (5.): néhány éves kimaradás után újra gyakrabban olvas könyveket, és nagyobb érdeklődést mutat a komolyabb társadalmi problémák felé. A filmek és tv-műsorok közül is az igényesebbeket és értékesebbeket választja, szinte szakított a régebben annyira kedvelt szappanoperák és show-k nézésével. Egyre nagyobb igénye van az elmélyültebb gondolkodásra és tanulmányozásra, viszont mindezt egymagában szereti művelni.

Lelki közérzet (6.): ellentmondásos kettősség érzékelhető, mivel érzi, hogy családtagjaival szemben ridegebb, de képtelen érzelmesebbnek mutatkozni. Erkölcsi normái stabilak, de időnként szeretné azokat rövid időre áthágni. Úgy érzi, hogy sok mindenről lemaradt az életben, de ugyanakkor sajnálja az erőfeszítést azok bepótolására. Szeretné, ha szeretnék, de gyakran terhes számára a másik szeretete. Megértő társra vágyik, de szeretné megőrizni függetlenségét. Szeretné, ha a másik közeledne, de csak akkor, ha ő kívánja.

Erkölcsi közérzet (7.): az alapvető erkölcsi-együttélési szabályokat betartja, ugyanakkor ez konfliktust okoz számára. Úgy érzi, hogy szabályszegéssel és erkölcstelenséggel nagyobb a boldogulás lehetősége. Titokban szeretné ő is az erkölcsi szabályokat megszegni, ösztöneit kiélni, de nem meri megtenni. Fél a megszegyenüléstől, és attól, hogy ezzel szereteteinek bánatot vagy csalódást okozna. „Ha nem lenne családja” akkor sokkal szabadosabban élne.

Fóbiás közérzet (8.): nagy magasságban enyhe tériszonya volt gyermekkorában, amely már megszűnt. Bár kiválóan úszik, a mély vízben fél. Pókoktól, csúszó-mászóktól nem fél, de hirtelen látványuktól megdöbben, kerüli az ilyen közvetlen érintkezést. Ismeretlen emberektől és kellemetlen szituációktól igyekszik elhúzódní. Retteg a nyilvános megszegyenítéstől.

Álombéli közérzet (9.): szinte minden nap álmodik. Jellemző sikerálmái: érdekes filmszerű történetek, új partnerkapcsolatok. Jellemző rémálmái: eltéved, és nem tud hazajutni, megtámadják és ereje kevés a védekezéshez, valamijét elveszti, és nem találja meg, visszatér régebbi helyekre, ahol a múltbéli ismerősei idegenként kezelik, be nem teljesedett nemi kapcsolat vagy megszegyenülés. Szívesen álmodik, mivel rémálmaiból képes kiszabadulni.

Spirituális közérzet (10.): fiatal korában vallásos nevelésben részesült, és vallását sokáig aktívan gyakorolta. Az utóbbi években úgy érzi, hogy spirituális válságba került. Egyre inkább kételkedik régi hitében, illetve azok közismert képviselőiben. Úgy érzi, hogy hite elavult és olyan értékeket képvisel, amelyek következetes betartása inkább a hátrányául, mint előnyéül szolgál. Felháborítja vallásának elüzetiesedése és időnkénti harsány megjelenési

formája, valamint hangadóinál esetenként tapasztalható és kirekesztő jellegű vagy más irányzatokat lenéző, elítélő megnyilvánulásai.

Regressziós közérzet (11.): meditációs beszélgetések segítségével kiderült, hogy a beteg olyan előző életre emlékszik vissza, amelyek közös jellemzője: mérsékelt éghajlatú, sok vízfolyással tarkított, sík-dombos és mezős-fás élettér, vidéki-erdei környezet, szerény és nagycsaládos életmód, családi munkamegosztás és munkavégzés. Erőszakos halál általában nem jellemző.

Vágyakozási közérzet (12.): vidéki-kertes házban szeretne élni, ahol kertészkedhet, olyannak alakíthatja ki közvetlen környezetét, amilyen neki tetszik. Ugyanakkor közösségi életre is vágyik, de erre a vidéki élet kevésbé lenne alkalmas.

d) „12-es” állapot-diagnosztika

Bioritmikus állapot (1.): fizikai állapotát befolyásolhatja, hogy a női két éves negatív fázis kezdeti kismértékű növekedése érvényesül. Ugyanakkor az életkori éves ciklus kezdő emelkedésén túljutva, annak a 2-3 hónapos leszálló ágába került, amely hatás erőteljesebb.

Asztrociklikus állapot (2.): Holdciklusa egyértelműen felismerhető a többéves menstruációs adatok eloszlása alapján. Erőteljes Telihold-érzékenység tapasztalható. A vizsgált időszakban az Újhold nyugtató hatása érvényesül. Éves (Napciklusos) fizikai állapota kb. 80-85 %-os, figyelmi állapota a nyári mélyponti kb. 90%-on, reakálási készsége a nyári csúcson.

Szezonális állapot (3.): őszi bélprobléma-fokozódási periódus előtt áll. Enyhén, időszakosan (főleg nyári időszakban) allergia háziporra, macskaszőrre, fűfélék virágporára, szárcsa-epersárgadinnye gyümölcshármasra.

Életritmus-állapot (4.): napi ritmusa alapján a „korán kelő éjszakai bagoly” csoportba sorolható. A 33,6 órás alvás-ébrenléti ciklusának erőssége miatt hetente egy-két délutáni fáradtságérzettel. Későbbre tolódó étkezései és emésztési ciklusának helyben maradása miatt éjszakánként teltségérzet, gyomorsav-felhalmozódás jelentkezhet, túltáplálkozás esetén ehhez hányinger is kapcsolódhat.

Életkori állapot (5.): szexuális aktivitása mélyen alatta marad az éves ciklus szerint elvárható értékénél. Az utóbbi években menstruációs ciklusa (az eredeti 27-29 napról) kb. 1,5 nappal kitolódott, ciklushossza is változóbb lett, lényegében a Holdhoz szinkronizálódott (± 2 nap közötti eltéréssel). Menstruációja az utóbbi időben egyre fájdalmasabb, kb. 6-8 megelőzően mellfeszesség, hasban enyhe fájdalom és puffadás jelentkezik.

Időjárás-érzékenységi állapot (6.): meteorológiai frontérzékenysége néhány éve fokozódott, különösen a melegfronti hatásokra érzékeny. Erős vihar-zivatar előtt néhány órával feszült idegállapot és kellemetlen előérzet.

Táplálkozási állapot (7.): mindenevő, naponta 3-4-szer étkezik. Szénhidrát-fogyasztása 50-60 %-kal, fehérje-fogyasztása 30-40 %-kal magasabb az életkori és életmódi sajátosságokhoz viszonyítva. Zsírfogyasztás megfelelő, de ezen belül a telítetlen (különösen ω -3) zsírok aránya alacsony. Vitamin- és rostbevitel gyümölcscsel és zöldséggel megfelelő. Tej- és tejtermék fogyasztása átlagos, tojásfogyasztás (heti 5-6 db) magasnak tűnhet. Túlzottan gyakori az érdemi tápanyag nélküli, magas sav- és adalék-tartalmú szénsavas üdítőitalok fogyasztása.

Pszichikus állapot (8.): „éjszakai bagoly” típus, de a nappali alvást kerüli, mert azt követően általában már nem képes érdemi munkát végezni. Általában nyugodt és kiegyensúlyozott, de problémás helyzetben izgatottá és aggódóvá válik. Viszont ilyen esetben is megőrzi

hidegvérét. A felmerült problémát minél hamarabb igyekszik felszámolni. Biztonságot kedvelő, feleslegesen nem kockáztató típus. Átlagosnál műveltebb, IQ-ja: kb. 130-140. Életkora és erkölcsi tartása miatt már nem érzi magát „versenyképesnek” a munkaerő-piacon.

Kulturális állapot (9.): kulturált munkáscsaládi háttérrel indult, háromdiplomás lett, és több szakmát művelt sikeresen. Régebben sok minden érdekelte, de utóbbi években egyre ritkábban jár színházba, koncertekre. Figyelme inkább a filozofikus olvasmányok és filmek felé fordult.

Családi állapot (10.): 20 éve férjezett, egy leánygyermek van (16). Szüleivel ritkán találkozik, rokonaival kapcsolatot nem tart egy régebbi családi konfliktusok miatt. Férje rokonságával gyakrabban találkozik.

Közösségi állapot (11.): kapcsolatai a szükséges és elkerülhetetlen kommunikációra szorítkoznak. Idegenek jelenléte egyre inkább zavarja. Munkahelyén társait megszokásból elviseli, ottani kapcsolatait a többéves rutin szabályozza. Szabadidejében nem szívesen mozdul ki otthonról, férjével és gyermekével nem szívesen vesz részt közös programokon. Barátnője, illetve szeretője vagy alkalmi partnere nincs.

Érzékenységi állapot (12.): érzékeny az erős fényre és a párás melegre, amely az éjszakai alvását is megghiúsíthatja. Ételadalekok közül az E154 színezék és a 621-622 glutamátok közérzeti problémát okozhatnak. Ritkán tejérzékenységet is érzékel. Tojás- és húsfogyasztás gyakran kénhidrogénes bélgázokat eredményezhet. Kőolajszármazékok és égéstermékek kipárolgása általában irritálják. Füstölőket és a bódító-nehéz illatú kozmetikumokat nehezen képes elviselni. Érzékeny a társadalmi szabályok betartására, irritálja a jogtalan vagy erkölcstelen előnyszerzés.

e) „12-es” terápiás feladatok

Gyógyfüggések meghatározása (1.): a betegség jellegéből adódóan a Csillagvilág jelenségei által kissé befolyásolt, de elsősorban az Embervilág körbe tartozó problémát kell megoldani, a Gyógyvilág módszereinek felhasználásával, elsősorban az Állat-, Növény- és Földvilág gyógyhatásaira építve.

Emberi életkör meghatározása (2.): a 12-féle életműködésből leginkább a táplálkozással, az ürítéssel, az érzéssel és a gondolkodással áll kapcsolatban.

Erőpontok körének meghatározása (3.): elsődleges terápiás erőpontok (a főbetegséggel kapcsolatban állók) közé tartozik az ülőrész, a köldök alatt, a köldök felett és a fejtetői rész. Másodlagos erőpontok közé tartozik a maradék 8 erőpont. Az erőpontok a test mellső és hátsó oldalán egyaránt értendők.

Erővonalak körének meghatározása (4.): elsődleges terápiás erővonal-kör a hátoldalon, fentről lefelé irányuló áramlással. Legnagyobb intenzitás a hátsó derékpont és az ülőrész-központ közötti részen. Másodlagos terápiás erővonalkör: a test mellső részén, lefelé irányuló áramlással. Legnagyobb intenzitás a köldök feletti pont és az ülőrész-központ közötti részen.

Erősávok körének meghatározása (5.): elsődleges terápiás erősávok: a 3., 5., 7. és 12. övsávok. Másodlagos terápiás erősávok: 1., 2., 4., 6., 8., 9., 10. és 11. övsávok, amelyek közül jelen esetben a 10. és 11. övsáv csak feltételesen kezelendő.

Testbelső körének meghatározása (6.): elsődleges terápiás testbelső: a 3-7. övsávok közötti szervcsoportok. Másodlagos testbelső: a 10-11-12 szervcsoportok.

Erények körének meghatározása (7.): elsődlegesen erősítendő erényfajták a 12-es körből: az akaraterő, az életöröm, az alkalmazkodás és az értelmezés. Gyengítendő erényfajták: az érzelem és az önuralom.

Érzékelések körének meghatározása (8.): erősítendő érzékelési kör: megérezés. Csökkentendő érzékelési kör: a fájdalom.

Ártó érzelmek körének meghatározása (9.): amely érzelmek hatásának csökkentésére kell törekedni, úgymint: a szorongás, az aggodás, a félelem és a szégyenkezés.

Testgyógyítás köreinek meghatározása (10.): elsődlegesen alkalmazott terápiák: a táplálék-, a folyadék-, a gyógyszer-, a masszázs- és a pszichikus terápiák, valamint – ha lehetséges – a környezeti terápiák. Másodlagosan alkalmazandó terápiák: a testedző, a fürdő-, a légzési és az érzelmi terápiák.

Lélekgyógyítás köreinek meghatározása (11.): elsődlegesen alkalmazott és az állapotromlás megakadályozására irányuló módszer-csoportok: a mozgás-, az alkotó, a beszéd és a spirituális terápiák; másodlagosan: a tisztító, az elemi, a nyugtató és az élmény-terápiák. A beteg beállítódottságából adódóan csak a terápia későbbi időszakában kerülhetett sor a szexuál-, a mágikus, a szeretet-terápiák alkalmazására.

Gyógyítási kör meghatározása (12.): minimálisan tanítói szint szükséges a gyógyítási folyamat megtervezéséhez és irányításához. A terápiák elvégzéséhez szükséges legalább egy tudó fokozatú segítő is. A terápiák elvégzése során a beteg egy speciális betegségkör gyógyításában legalább az érzői, de legfeljebb a tevői fokozatot érheti el, vagyis felkészültté válik a hasonló betegségek gyógyítását végző beavatottak munkájának közvetlen segítéséhez.

f) „12-es” terápia rövid leírása

A terápiát az előzőekben meghatározott körökhöz igazodó konkrét terápiákkal végeztük el, amelyek részletes kifejtésére helyhiány miatt (itt és most) nem kerülhet sor. Példaként csak jelezve: táplálékterápián belül a kezelés megkezdésekor *béltisztítás* és *méreglekötés*. A kezelés kezdetén: *zöld- és gyümölcsdiéta*. Ezt követően kiegészítve *gyűjtvénydiétával*, majd fokozatos *felerősítés* a *húskiétel* bevezetésével a *gyűjtvénydiéta* ellenében. Közben enyhe, elsősorban az elsődleges szervcsoportokra ható *fűszerkezeléssel*. Hasonlóan többféle módszerrel történt a *gyógyszerterápia* alkalmazása is (ásványi sók, növénykivonatok, aroma, illat, füst). A *pszichikus* terápiákat több-összetevős módszercsoportok keretében alkalmaztuk (testtér-aura, gyertya, kristály, illat, hang, látvány, mozgás-tánc, játék, ismétléses tanulás).

Kezelési rend: a kezelés teljes időtartama 3 hét (összesen: 17 alkalommal). Az első kezelésekre naponta, a későbbiekben heti 4 alkalommal (kedd, péntek, szombat és vasárnap) került sor. Időtartam: általában a délutáni órákban 2-3 óra, kivéve a pénteki napot, amikor délutántól késő estig-éjfélig (kb. 6-8 órát) tartott a kezelés.

Rövid kezelések során: tisztítás, állapot-felmérés, erőpontok pszichikus tisztítása, erővonal-kezelés, erősáv-masszázs, meghatározott testbelsőik gyógynövény-kivonatos és pszichikus kezelése, beszéd- és spirituális terápia. Önállóan végezhető terápiák módozatainak, folyamatainak és eredményeinek megbeszélése, az eredmények közös értékelése.

Hosszú kezelések során a rövid kezelések során végzettek a következőkkel egészültek ki: másodlagos régiók (erőpontok, erővonalak, erősávok és testbelsőik) kezelése elvégzése, erényfajták szabályozása, érzékelési körök kezelése. Ártó érzelmek hatásának csökkentése

pszichikus és spirituális eljárásokkal. Testgyógyítás körének kiegészítése környezeti, közös mozgásos és testedzéses, valamint érzelmi feljavító kezeléssel. Eseti alkalmasság esetén mágikus terápiával kiegészítve.

Első kezelési fázis:

2001.08.18-tól 2001.08.26-ig, 9 alkalom, ebből 4 hosszú kezelés és 5 rövid hétközi kezelés. Az első három napban intenzív zöld- és gyümölcskúra, kiegészítve magas alkáli-tartalmú és alacsony szulfáttartalmú ásványvízkúrával. További 6 napban fokozatos áttérés a kiegyenlített és mérsékelt tápértékű vegyes táplálkozásra a megbeszéltek kétnapi előütemezései szerint.

A teljes első fázis alatt napi háromszor 10 perces önálló hastáji masszázs és fürdés, gyógynövényes testápolással. Naponta kétszeri kocogás (kétszer 3,5-4 km) és erősítő test- és légzőgyakorlatok (összesen kétszer 15 perc). Napközben (a házimunka mellett) legalább napi 4 óra passzív pihenés és irányított művelődés (a betegségét gyógyító „12-es” rendszer és terápiáinak megismerése), meghatározott művek olvasása és közös megbeszélése, ezoterikus-meditációs zene hallgatása.

Második kezelési fázis:

2001.08.28-tól 2001.09.08-ig, 8 alkalom, ebből 4 hosszú és 4 rövid kezeléssel.

A kezelési fázis alatt napi négyszeri, kiegyenlített és vegyes-mérsékelt (max. 8000 kJ-os) táplálkozás, mellette folyamatos 4-es gyógyteakúra. Teljes fázis alatt napi egyszeri (reggeli) kocogás (kb. 3,5 km), hétköznap reggelként 1 órás uszodai úszás és naponta legalább 5 km séta vagy kirándulás. Napközben alkotóterápia (festés, kb. 1-2 óra), ezoterikus könyvek elolvasása, a „12-es” rendszer módszereinek tanulmányozása.

g) Eredményesség

Az 1. kezelés után a beteg szorongása kissé növekedett (elmondása szerint a rendszer megterhelően részletes diagnosztikája és sajátos és részben ismeretlen módszerei miatt), amely a 2-3 kezelés alatt jelentősen csökkent és a beteg kommunikációs aktivitása is javult (mivel a beteg ekkorra már lenyugodott és megszokta a módszereket). Az 5. kezelés után egyre felszabadultabban viselkedett. A 8. kezelésnél (újabb hosszú kezelés) a beteg feszültebbé vált, majd a 9. kezelésre megnyihült. Ez idő alatt sikerült emésztési folyamatait kedvezően stabilizálni, a bélproblémákat és a szélgörcsöket jelentősen csökkenteni. A második kezelési fázisban – különösen érzelmi és pszichikai téren – jelentős javulást lehetett tapasztalni, amely érezhető volt hangulatváltozásában és aktivitásának növekedésében.

A kezelési sorozat után egy hónappal áttekintettük az eredményeket. A beteg idegi állapota kedvezőbbé vált, a stressz iránti fogékonysága csökkent, tűrőképessége javult. Már nem félt annyira a munkahelyének elvesztésétől. Mivel a munkahelyi környezetbe visszakérülve a kezdeti eredmények után kismértékű visszaesését észlelte, elhatározta, hogy új munkahelyet keres. Férjével megbeszéltek az otthoni problémákat. Kölcsonösen bevallották egymásnak, hogy kapcsolatuk kihűlt, de nem annyira, hogy megérné számunkra felbontani. Átmenetileg megegyeztek egy békés egymás melletti élelésben és egy korrekt otthoni munkamegosztásban. Megállapodott függetlenségük ellenére nem szándékoznak nyitott házasságban élni. Mióta viszonyuk nyíltan tisztázódott, az egymás iránti nemi vonzódásuk is gyakoribbá vált.

Befejezés

Elérkeztünk egy szokatlan könyv végéhez. Akik eddig eljutottak, bizonyára maguk is meglepődtek azon, hogy mennyi hasonló-érdekes élményben volt már részük, sőt ennél is lebilincselőbb történeteket is tudnának írni saját élményeiből. Kifejezetten örülnék, ha így éreznének, különösen, ha minél több olvasóm érezné így. Hiszen ez azt jelentené, hogy az általam felvetett téma mégsem idegen és nem valószerűtlen, talán érdeklődésre is számot tarthat, valamint megerősítheti azt az érzést, hogy a valóság sokkal bonyolultabb, mint ahogy sokan elképzelik vagy magyarázni próbálják.

Bizonyára sokakban tudatosodott az is, hogy ismereteink nem határtalanok, és az értelmes magyarázat hiánya nem jelenti azt, hogy egy furcsa eseményről ne is vegyünk tudomást. Ugyanakkor a tapasztalatok és átélt élmények arra is figyelmeztethetnek minket, hogy az egyedi és megismételhetetlen események még lehetnek valószerűek és hihetők annak ellenére, hogy nem áll módunkban azokat megismételni és tanulmányozni. A nem-szokványos gyógyítási módszerekkel kapcsolatos egyéni tapasztalatokból talán még általánosabb következtetéseket is levonhatunk. Könnyen belátható annak igazsága, hogy *egy gyógy mód sikerét alapvetően meghatározza a beteg hozzáállása és bizodalma a gyógy módhoz és kezelőjéhez.* Ugyancsak fontos felismerésünk lehet, hogy a betegségeket nemcsak gyógyszerezésekkel vagy a műtétekkel lehet gyógyítani. És – sok esetben – *a gyógyulás eredménytelen lehet a lélek és szellem, valamint az érzelmi állapot és a környezet gyógyítása nélkül.* Talán, azt is elismerjük idővel, hogy „anyagot anyaggal, lelket lélekkel, szellemet szellemmel, hitet pedig hittel” lehet legkönnyebben és leghatékonyabban gyógyítani. De az „ami jó az egyiknek, nem mindig jó a másinak” mondás még azzal is kiegészülhet, hogy „nem mindig jó az neked, ami a másikon segít”; főleg, ha nem is hiszel benne.

A személyes tapasztalatok ugyanakkor arra is figyelmeztethetnek, hogy: nincs általános érvényű és mindenható gyógyulási módszer; nincs mindenhez értő orvos; nincs mindent gyógyító orvosság és nincs mindenre választ adó szellemi irányzat. Sőt, amit magunk körül találunk, „ott sem mind arany, ami fénylik”. Megtapasztalhatjuk azt is (de inkább ne tegyük), hogy a népszerűség és hírnév néha nem a tudástól és az eredményességtől függ. Sokkal inkább attól, hogy a „fellépés és megnyilvánulás” mennyire érdekes, esetleg mennyire botrány-szagú vagy megdöböntő, de főleg az, hogy milyen nézettséget vagy bevételt tud produkálni. Az ilyesfajta felismerések vagy csalódások viszont hozzásegítenek ahhoz, hogy a dolgok lényegét és értékét felismerjük, hogy elgondolkozzunk életünkről és a világban elfoglalt helyünkről, valamint keressük a kérdések mögött megbúvó válaszokat. Közben gondolkodhatunk, meditálhatunk, és tanulhatunk, segíthetünk önmagunkon és másokon, kapcsolatokat alakíthatunk ki és közös programokon vehetünk részt. Vagyis megtehetjük mindazt, amit már kezdünk elfelejteni, és ami mindinkább hiányzik rohanó, egyre idegenebbé váló életünkből.

----- Lezárva 2005. december 28-án