

Testünk üzenetei – „Repedések a ház falán”

Minden nyugalmi állapotából kimozdított test arra törekszik, hogy újra nyugalmi állapotba kerüljön, és a feszülés, ami a kimozdulást okozta, kioltódjon. Mindegy, hogy milyen testről van szó, legyen az egy darab kő, egy labda, vagy egy egész épület a benne lévő tárgyakkal együtt. Az emberi test is éppúgy ki tud billenni az egyensúlyából, mint ahogy a megsüllyedt talajra épített ház megroggyan, megrepedeznek a falai, vagy a legsúlyosabb esetben összeomlik. Ilyenkor nem elég a falakon keletkezett repedéseket eltüntetni és újra vakolni. Nem elég a kitört ablaküvegeket újakkal pótolni. Amíg az alapok ingatagok, addig újabb elmozdulásra lehet számítani, a föld megcsúszhat, s mindaz, amit a felszínen megjavítottunk, újra rommá lesz. Ha meg akarjuk menteni a házunkat, akkor célszerű megnézni az alapokat, megvizsgálni, hogy mi van a föld mélyén, hogy mire is építkeztünk. Mi az, ami átalakításra, megerősítésre vár.

Testünk-lelkünk-szellemünk hármasságának működése nagyon hasonlatos. Ha nincsenek stabil gyökereink, akkor könnyen kibillenünk az egyensúlyunkból, elveszítjük a biztonság érzését. Ilyenkor a félelem uralja minden gondolatunkat, tettünket, döntéseinket. A félelem azonban nem jó tanácsadó. Alacsony rezgésű energia, lehúzó, és bezár, nem engedi az életenergiát szabadon áramolni. Emiatt blokkok jönnek létre a fizikai testünk különböző pontjain. Ezek a blokkok olyanok, mint a repedések a ház falán. Kioldhatjuk, látszólag elengedhetjük az itt összesűrűsödött energiát, de addig, amíg nem ismerjük fel a blokkolódás valódi okát, addig csak ideig-óráig leszünk jobban egy-egy harmonizáló kezelés hatására. Lejutva azonban a gyökerekig, és rálátva arra, hogy mi az, ami hiányként él bennünk, ami miatt kialakult a félelem, elhozza a valódi megoldást.

Félreértés ne essék, életünk során adódnak olyan helyzetek, amikor nagyon is helyénvaló a félelem érzése. A probléma abból adódik, ha a félelem beakad, és mint meghatározó alap szolgáltat energiát a további lépéseinkhez.

Emberi testünk fantasztikusan lenyűgöző energetikával rendelkezik. A Védák (Indiai ősi szent iratok – Jelentése: Tudás, Bölcsesség) szerint 72 000 energiavezetéssel bírunk, mely energiavezetékek találkozási pontjait energia csomópontoknak, csakráknak hívjuk. Számtalan csakra közül had említsek meg néhányat, melyek mindenki számára jól érzékelhetőek. Ilyen például a tenyerünkön lévő csakra. Ha jó alaposan összedörzsöljük a két tenyerünket, érezni fogjuk, ahogy beindul az áramlás. Természetesen fokozódik a vérkeringés, és átmelegszik a bőrünk is, de ezeken túl is érzékelhető, ahogy az energiavezetékben is áramlik az életenergia. A talpunk közepén is van csakránk, amit egy jó talpmasszázs hatására képesek vagyunk érzékelni.

A Sanskrit írások szerint 7 fő csakrával rendelkezünk. Ezek a: Gyökércsakra (Muladhara), Szakrális csakra (Svadhithana), Köldökcakra (Manipura), Szívcsakra (Anahata), Torokcsakra (Visuddha), Homlokcsakra (Ajna), és a Koronacsakra (Sahasrara). Ezen csakrák a Sahasrara kivételével a három fő energiavezeték (Sushumna, Ida, és Pingala) találkozási pontjain jönnek létre. Ezek azok a területek, amelyek, ha harmóniában vannak, az életenergia szabadon képes áramolni rajtuk keresztül. Ha azonban a gondolkodásunk, és az érzelmeink által keltett rezgések miatt kimozdulnak az egyensúlyi állapotból, akkor az energia feltorlódik, vagy hiány keletkezik az adott területen. Az energetikában bekövetkezett változások a fizikai testbe csak később

íródnak át. Eleinte csupán könnyebb tüneteket észlelünk, később aztán, ha nem figyelünk a korábbi jelzésekre, komolyabb betegségek formájában is megjelenhetnek.

Csakraink állapota megmutatja, hogy milyen jellemzők szerint éljük az életünket, mik a megrögzött mintáink, mennyire adjuk át magunkat az élet áramlásának, vagy mennyire vonulunk be a védőbástyáink mögé. Megmutatja, hogy tudunk-e adni, képesek vagyunk-e elfogadni, kérni, ha segítségre van szükségünk, és megköszönni, ha kapunk valamit. Elvárunk-e másoktól bármit is. Képesek vagyunk-e tisztán kommunikálni – elsősorban önmagunkkal mennyire vagyunk őszinték. Szeretjük-e magunkat. Mennyire vagyunk tudatosak, vagy épp ellenkezőleg, mennyire dugjuk a homokba a fejünket.

Amikor a félelem szűrőjén keresztül látjuk a világot, akkor egészen biztosak lehetünk abban, hogy a gyökércsakránk nagyon be van szűkülve. Látszatbiztonságot teremtünk magunknak, mert a valódi biztonság érzésétől nagyon messze kerülünk. Akkor érezzük jól magunkat, ha előre tudjuk, hogy mi fog történni, és fel tudunk rá készülni. Nem szeretjük a váratlan helyzeteket. Amikor ilyen energetikai állapotban előre nem várt események szereplőjévé válunk, idegesek leszünk, vagy egyenesen pánikba esünk. Amikor a félelem társaként megjelenik az aggodalom, az még ront a helyzeten. Hiszen annyi miatt lehet aggódni. Aggódnunk saját magunk élete, munkája, kapcsolatai miatt, a gyermekeink miatt, a párkapcsolatunk, az egészségünk, vagy akár az egész világ miatt. Ha nincs biztonság, szenvedés van. A szenvedés pedig megöli az örömet. Ha nincs öröm, nem érezhetjük jól magunkat a bőrünkben, s ez hosszútávon bizony nem sok jót szül. Nem tesz jót sem a férfi, sem pedig a női minőségeknek. Mindaz a hiány, ami ilyenkor problémát okoz érzékelhető, mérhető a csakrák területén. Amikor rezeg a lécs a párkapcsolatunk felett, vagy nem igazán tudunk kiállni magunkért, esetleg úgy kommunikálunk, hogy másokat megbántunk vele, akkor biztosak lehetünk abban, hogy a gyökércsakrán kívül a szakrálisakra, a szívcsakra, és a torokcsakra is kibillent az egyensúlyából. Mi lehet ilyenkor a megoldás? Mit tehetünk, hogy e kibillent helyzetből újra egyensúlyba kerüljünk? Egy harmonizáló kezelés hatására jobban fogjuk érezni magunkat, de mindez a jóllét csak addig fog tartani, amíg újra bele nem kerülünk a hétköznapi energiájába, amikor is a megszokásaink miatt azonnal életbe lépnek a védekező illetve támadó mechanizmusaink. Hiába harmonizálódott az energiarendszerünk, azonnal visszaáll a kibillent állapot, ha a többi szférában nem történik változás. Ez törvényszerű. Ahogy Einstein mondta nagyon bölcsen: „A problémák, amelyekkel szembesülünk, nem oldhatók meg azon szellemi szinten, melyen akkor voltunk, amikor megteremtettük őket.” Mi tehát a teendőnk? Leásni a gyökerekig. Felismerni a félelmeinket, és meglátni, hogy milyen mechanizmusokat használunk. Őszintének lenni önmagunkkal, és megtanulni úgy kinyilvánítani az érzéseinket a többiek felé, hogy az ne legyen bántó a másik számára. Megtanulni felvállalni a saját életünkért, a saját érzéseinkért, és a saját gondolkodásunkért a felelősséget. A teljes felelősséget. Hogy ez mit jelent? Azt, hogy többé nem hibáztathatunk senkit a saját szenvedésünkért.

Nem a másik ember okozza tehát a szenvedésünket. Nem a körülmények miatt vagyunk feszültek és idegesek, és nem is az időjárás viszonyosságai miatt vagyunk rosszkedvűek. Nem. De szeretjük azt hinni, hogy ez így van, mert így szoktuk meg. Ezt tanultuk, ezt láttuk és

hallottuk a nagyvilágból. Függően attól, hogy milyen tudati szinten vagyunk, különbözőképpen reagálunk a bennünket ért helyzetekre, és akár az előbb olvasottakra is. Minden csakra egy-egy tudati állapotot képvisel. Minden csakrának megvan a maga meghatározó tulajdonsága. Minden csakrához hozzárendelhető szervezetünk egy-egy területe, így remekül feltérképezhető általuk az egészségi állapotunk háttere, a tudati állapotunk milyensége, a viselkedésünk mintázata, a döntéseink, és a kapcsolataink jellemzői. Erre az utazásra hívlak kedves Olvasó a következő alkalomtól kezdve.

László Anikó
2016 október
www.ringatoterapia.hu