

A tünetek tükrében - Allergia

Az eddigiek során a testünk üzeneteit a testrészeink, valamint a hét fő csakra szemszögéből vizsgáltuk meg. Ráláttunk arra, hogy minden egyes testrészünk, szervünk, szövetünk, sejtünk kapcsolódik a többi részhez, és mindegyiknek megvan a maga helye és funkciója. Kiegyensúlyozott együttműködésük esetén egészségnek örvendünk. Kibillent állapotok esetén különböző mentális, érzelmi illetve fizikai tünetek üthetik fel a fejüket, amelyek akár betegségek előjelei, vagy velejárói is lehetnek. Fontos tudnunk, hogy egy-egy betegség nem a semmiből tör ránk hirtelen. Mindig van valami előzmény, valami jelzés, amire vagy van szemünk, hogy észrevegyük, vagy nem vagyunk elég tudatosak ahhoz, hogy ezen összefüggéseket meglássuk.

Világegyetemünkben mindennek van egy adott rezgésszáma. A betegségeknek is. A betegség nem más, mint egy fizikai szintre sűrűsödött energiamintázat. Tudatosságunk élesedése folytán egyre inkább lehetőségünk van arra, hogy még ideje korán észrevegyük ezeket a mintázatokat, és megelőzzük a testünkben való megnyilvánulásukat. Hogyan tudjuk megtenni ezt? A valódi önismeret útját járva. Nézzünk egy példát:

A tavasz beköszöntével igen népszerű az allergiás reakciók feléledése, különösen pollenallergia esetén. Ez igen kellemetlen tünetegyüttessel járó állapot, ami több, mint 400 millió embert érint a világon. Magyarországon pedig az allergiával küzdők száma meghaladja a 2 millió főt. Az allergiás reakciót olyan anyagok váltják ki, jelen esetben pollenek, amelyek voltaképp nem ártalmasak. Vagyis nem érdemes a pollenek megjelenésében látnunk az allergiás reakciónk okát. Sokkal inkább érdemes feltenni a kérdést: Mi az, amit meg akar mutatni ez a reakció nekem? Mi ellen fokozódik fel ilyen mértékben a szervezetem védekező mechanizmusa? Mit szimbolizál a pollen? Mire vagyok valójában allergiás? Mi ellen küzdök, mit nyomok el magamban, amiről ez idáig nem volt tudomásom? ... Ezek a kérdések segítik a rálátás folyamatát.

Az allergia kezelése során egy orrspray, egy antihisztamin tablettá eleinte megnyugtatja a nyálkahártyát, enyhíti a tüneteket, ám idővel ezek már nem hatnak olyan intenzitással, és a beteg azt veszi észre, hogy egyre erősebb szerekkel kezeli a tüneteit, ám a probléma nem oldódik meg, sőt.

Mi történik tehát valójában? Az allergiás reakció a szervezet fokozott védekező mechanizmusa egy voltaképp ártalmatlan dologgal, a pollennel szemben. Ha „lefordítjuk”, akkor így hangzik: védekezünk valami ellen, ami veszélyesnek tűnik, de nem az. Túlreagálunk, elutasítunk valamit. Nem vagyunk tudatában annak, amit elnyomtunk magunkban, de ez a védekező reakció felhívhatja a figyelmünket arra, hogy egyfajta félelem a mozgatórugója az életünknek. A félelem hátterében sok minden meghúzódhat. Például: a szeretet utáni sóvárgás, az önbecsülés és önbizalom hiánya, önmagunk felvállalásának hiánya, de lehet ez a veszteségtől, a kudartól, az elutasítástól való félelem. Az is lehet, hogy mi utasítunk el valamit, amiről azt gondoljuk, hogy árthat nekünk. Egy biztos, hogy a testünkben-lelkünkben csatát vívunk, mert érezzük, hogy valami nem stimmel, valami elakadt, de nincs rá megoldásunk, hiszen egy tudatalatti energia mozgatja a szálakat.

A valódi önismeret segít abban, hogy felfedezzük önmagunk működését. Azt, hogy kivel milyen a valós kapcsolódásunk, hogy egy-egy helyzetben hogyan viselkedünk, milyen válaszreakcióink vannak, milyen mechanizmusok működnek bennünk automatikusan, mik a

vélt és valós félelmeink. A cél most is az egyensúlyra való törekvés, hogy az energia elakadások helyett szabadon áramoljon bennünk. A félelmek szűkítik a gyökércsakrát, aminek az a következménye, hogy feltorlódik az energia, az áramlása lelassul, csökken a rezgésszáma, és egy idő után fizikai tünetek produkál.

A pollenallergián túl minden más allergiás reakcióra igazak a fent leírtak. Egy csalánkiütéstől szenvedő gyermek esete jól példázza ezt. A gyermek minden évben rendszeresen, látszólag váratlanul esett áldozatul a csalánkiütés tüneteinek. Az egész teste bedagadt, viszketett, így nem tudott részt venni a tanítási órákon, amíg le nem csillapodott ez az állapot. Az évek során láthatóvá vált, hogy az allergiás reakciói mindig iskolaidőben jöttek elő, és egyre erőteljesebb tünetekkel bírtak. Nyáron és az évközi szünetekben semmi baja nem volt. A félelme hátterében annak a gondolata rejtőzött, hogy „Azt kell tennem, amit mondanak. Ha nem azt teszem, nem fognak szeretni, meg fognak szidni.”. Ki akart szabadulni a „jó gyermek” szerepből. Szeretett volna ő maga is önfeledten játszani, néha rossz fát tenni a tűzre, de nem mert változtatni. Elnyomta magában a saját elképzeléseit, és vágyait. Az allergiás reakciók idején azonban ki tudott törni abból a keretből, amit a lelke mélyén elutasított. A csalánkiütés a bőrön jelentkező, nem túl szép látványt nyújtó tünetegyüttes, ami viszketéssel és fájdalommal jár. A gyermek számára ez a reakció egy öntudatlan menekülés volt abból a környezetből, ahol nem lehetett önmaga. Ugyanakkor a fellépő büntudat miatt egyfajta fájdalmas büntetéssé is vált. Az iskola végeztével, felnőttkorában látott rá arra az elvárásoknak való megfelelési kényszerére, amit az allergiás reakciók üzentek neki akkoriban: „Vállald fel magad olyannak, amilyen vagy. Tedd le az álarcaidat, és nyisd ki a szíved. Légy önmagad!” Nagyon fontos üzenet! Ha az energia mintázata megmarad, és tovább visszük, lehet, hogy ideig-óráig tünetmentessé válunk, de egyszer csak jön egy olyan helyzet, ami, mint próbatétel, megmutatja nekünk, hogy valóban feloldottuk-e magunkban, és valóban véget ért-e a belső harc.

A **szénanátha** a szexualitás elutasítására hívhatja fel a figyelmünket. Az **állati szőrökkel** szembeni allergia hátterében a nőiség illetve a férfi aspektusok megéléséről való félelem állhat. A **házipor** allergia esetén az élet valamely területét érezhetjük tisztátalannak.

Az élet bármely aspektusának elutasítása elakadást eredményez. A megrekedt energia pedig tüneteket produkál. A betegségekkel feladatunk van, legyen az allergia, vagy egy egyszerű megfázás, vagy akár egy súlyos, embert próbáló idült kór. A fejlődésünket, a tanulási folyamatainkat, és tudatosságunk-éberségünk élesedését segíti, ha nyitottak vagyunk mindarra, amit üzeni próbál.

Nem baj, ha csak utólag derül ki számunkra, hogy mi volt a betegség hátterében. Nem baj, ha nem értjük meg az okokat. A lényeg, hogy képesek legyünk kilépni az áldozat szerepből, és növekvő tudatosságunk fényében kezdjük el felvállalni a saját felelősségünket mindabban, amire képesnek érezzük magunkat. Ez az út vezet oda, hogy egyre többször legyünk elég éberek ahhoz, hogy tisztán lássuk az ok-okozati törvény működését az életünkben.

László Anikó
Természetgyógyász
Alternatív Mozgás és Masszázsterapeuta
Babamasszázs oktató
Ringatóterapeuta és oktató
www.ringatoterapia.hu

Megjelent a Természetgyógyász Magazin 2017. júniusi számában