

GYÓGYÍTSD TENMAGAD

Értekezés a betegség valódi okáról és gyógymódjáról

EDWARD BACH

M.B., B.S., M.R.C.S., L.R.C.P., D.P.H.



This translation and edition © 2013 The Bach Centre

First published in Great Britain 1931

Reprinted 1937, 1946, 1949, 1953, 1957, 1962, 1966, 1970, 1973,
1974, 1976, 1978, 1979, 1981, 1984, 1985, 1986, 1987, 1988
(twice), 1989, 1990, 1991, 1992, 1993, 1994

New edition 1996, 1997, 1999, 2003

New edition 2005

With thanks to David Zsuzsi BFRP and Somogyi Tamás

The Dr Edward Bach Centre
Mount Vernon
Bakers Lane
Brightwell-cum-Sotwell
Oxon OX10 0PZ
United Kingdom

www.bachcentre.com

Copying and distribution of this publication is allowed for non-commercial purposes provided nothing is altered. All other rights reserved.

E könyvet a szenvedőknek ajánlom

ELSŐ FEJEZET

E könyvnek távolról sem az a célja, hogy a gyógyítás művészetét feleslegesnek kiáltsa ki, egyszerűen azzal a reménnyel született, hogy vezetőül szolgálhat a szenvedőknek, hogy megkereshessék magukban betegségük valódi eredetét, s hozzájárulhassanak gyógyulásukhoz. Reménykedünk abban is, hogy az orvosi hivatásban és a vallásos rendekben az emberek javáért tevékenykedőket arra bátorítja, hogy megsokszorozzák az emberek szenvedéseinek csökkentésére tett erőfeszítéseiket, és ezzel gyorsítsák a betegség felett aratott győzelem napjának eljövetelét.

A modern orvostudomány csődje abban rejlik, hogy a betegségek tüneteivel foglalkozik, nem pedig a kiváltó okokkal. A materializmus évszázadokon át elrejtette a betegség lényegét, s mivel nem gyökereiben próbálták kiirtani, további teret nyert és megerősödött. Olyan ez, mint amikor a felfegyverkezett ellenség a hegyekben sáncolja el magát, s onnan uralja a környező területeket, míg az emberek egyáltalán nem törődnek az ellenséges erőddel, csakis a lerombolt házak újjáépítésével és a haramiák támadásának áldozatul esett halottak eltemetésével foglalkoznak. Nagyjából ez a gond a mai orvostudománnyal is: megelőgszik a sebek összeférelésével és az elesettek eltemetésével, anélkül, hogy egy pillanatig is törődne az erődítménnyel.

A betegség a mai materialista módszerekkel soha nem lesz gyógyítható, azon egyszerű oknál fogva, hogy nem anyagi eredetű. Amit betegségnek nevezünk, az mélyebb és nagyobb erők hatásának végeredményeképpen alakul ki a testen. Még ha a materiális kezelés látszólag eredményre vezet is, nem jelent többet, mint rövid enyhülést, a kiváltó ok megszüntetése nélkül. Az orvostudomány modern

irányzata - a betegség valódi természetének félreértése és a fizikai test materialista felfogása miatt - megsokszorozta a betegség erejét: egyrészt eltérítette az emberek gondolatait a valódi okokról és ezáltal a hatásos gyógymódok keresésétől, másrészt a betegség testben való lokalizálásával, s ezáltal a valódi gyógyulás hitének elvesztésével és a betegséggel kapcsolatos hatalmas félelemkomplexus felépítésével, aminek soha nem lett volna szabad bekövetkeznie.

A betegség lényegében a Lélek és az emberi Személyiség közötti konfliktus következménye, és emiatt másképpen nem is írtható ki, csakis gondolati és szellemi erőfeszítések árán. Ezen erőfeszítések - ha valódi megértéssel járnak együtt - képesek meggyógyítani a betegséget, sőt, ha idejében legyőzik a valódi kiváltó okokat, megakadályozhatják annak kialakulását is. Egyetlen, csupán a testre irányuló erőfeszítés sem képes többre a károk felületes javításánál; ám ez nem gyógyítás, hiszen az okok megmaradnak és a megfelelő pillanatban más formában újra megjelenhetnek. Sok esetben a látszólagos gyógyulás káros is lehet, mivel elrejtí a beteg elől panaszainak valódi okát, és míg helyreállt egészségének örvend, a kiváltó ok a háttérben észrevétlenül erőre kap. Hasonlítsák össze ezeket az eseteket azokkal, amelyekben a beteg ismeri vagy felismeri a jelen lévő káros szellemi vagy gondolati tényezőket, amelyek azt, amit betegségnek nevezünk, a fizikai testen létrehozzák. Ha a beteg ezen erők semlegesítését tűzi ki célul, és ha fáradozásaiban állhatatos, a betegség el fog tűnni. Az igazi gyógyulás az ellenséges erőd bevetelével és a szenvedés okainak gyökerükben való legyőzésével történik.

A modern tudomány materialista módszerei között kivételt jelent a homeopátia rendszere, amit Samuel Hahnemann alapított. Ő Isten jótékony szeretetét és a minden emberben benne lakó Isteni Szikrát kereste. Betegei gondolati alapállását a szeretet felé terelte, s

megfigyelte környezetükhöz, életükhöz és betegségükhöz való hozzáállásukat, majd a mezők növényei között és a természet birodalmaiban talált gyógyíreket bajaikra. E szerek nemcsak a betegek testét gyógyították meg, hanem gondolataikat és beállítottságukat is megváltoztatták. Fejlesszék tovább és tökéletesítsék tudományát azok az igaz orvosok, akik az emberek iránti szeretetet hordják szívükben!

Krisztus előtt ötszáz évvel az ókori Indiában néhány orvos Buddha tanainak hatására a gyógyítás művészetét olyan tökéletes fokra fejlesztette, hogy a sebészetet teljesen eltörölhették, jóllehet abban az időben az legalább olyan elterjedt volt, mint manapság. Olyan emberek, mint Hippokratész, magas gyógyítási ideáljaival, Paracelsus az emberben lakó isteni szikra bizonyosságával és Hahnemann, aki felismerte, hogy a betegség oka a fizikai sík felett keresendő, - ők mindannyian sokat tudtak a panaszok valódi lényegéről és gyógyításáról. Milyen elképzelhetetlen mennyiségű szenvedés lett volna elkerülhető az elmúlt húsz vagy huszonöt évszázadban, ha megfogadták volna e területükön valóban nagy mesterek tanait. De itt, mint más területeken is, a nyugati világ materializmusa olyan erős és oly régóta fennáll, hogy halk szavukat az igazság keresői nem hallották meg.

A betegség, ha gonosznak tűnik is, alapvetően jótékony és javunkat szolgálja, és - ha jól megértjük - lényeges hibáinkhoz vezethet el minket. Helyesen kezelve alkalmat ad e hiba legyőzésére, segít jobbá válnunk és fejlődnünk. A szenvedés javító jellegű, a megértendő leckére utal, és ezért soha nem szabad eltüntetni, míg a leckét meg nem tanultuk. Azok számára, akik képesek kezdeti szakaszában felismerni, a betegség megfelelő spirituális és szellemi erőfeszítéssel elkerülhető, vagy korai állapotában megfékezhető. Soha nem szabad feladni, bármilyen súlyos esetről legyen is szó, hiszen az a tény, hogy a beteg még

életben van, egyértelműen jelzi, hogy Lelke még nincs híján a reménynek.

MÁSODIK FEJEZET

A betegség lényegének megértéséhez először néhány alapvető igazsággal kell megismerkednünk. Az első igazság az, hogy az embernek Lelke van és ez igazi önmaga, Hatalmas, Isteni Lény, minden dolgok Teremtőjének Gyermeke, amelynek a test - a Lélek földi temploma - csupán gyenge utáinzata. Lelkünk, a bennünk lakó Istenség, megszabja életünket, ahogyan neki tetszik; vezet, védelmez és bátorít minket, amennyire rábizzuk magunkat, éberem és jóakaratóan mindig arra törekszik, hogy jobbulásunkra vezessen bennünket. Magasabb Énünk, mint a Mindenható Szikrája, legyőzhetetlen és halhatatlan.

A második alapelv azt mondja ki, hogy mi, ahogyan e világon magunkat ismerjük, azért vagyunk itt, hogy megszerezzük mindazt a bölcsességet és tapasztalatot, amit az ember földi tartózkodása alatt csak megszerezhet, hogy kifejlesszük magunkban a hiányzó erényeket, és eltűnjön belőlünk minden, ami rossz, és ellene van lényünk tökéletesedésének. A Lélek tudja, hogy mely környezet és mely körülmények segítenek minket a leginkább és ezért olyan helyre állít minket az életben, amely a legjobban megfelel e célnak.

Harmadszor meg kell tudnunk, hogy rövid utunk e földön, amit életnek ismerünk, csupán egy szempillantás fejlődésünk történetében, rövid, mint egy iskolai nap az egész élethez képest. S jóllehet pillanatnyilag csak ezt az egyetlen napot vagyunk képesek áttekinteni, intuíciónk azt súgja, hogy tulajdonképpen kezdetünk végtelenül távol esik születésünk pillanatától, és fejlődésünk lezárulása végtelenül távol van halálunktól. Lelkünk, valódi énünk halhatatlan, s testünk csupán mulandó burok, mint egy ló, amit megülünk, hogy megtegyünk egy útszakaszt, vagy egy

szerszám, melyre valamilyen munka elvégzéséhez szükségünk van.

Ebből következik a negyedik nagy alapelv: amíg Lelkünk és személyiségünk harmóniában van, addig örömben és békében, boldogságban és egészségben élünk. Ha viszont személyiségünk - akár világi vágyak, akár mások befolyásának hatására - letéved a számára kijelölt ösvényről, konfliktus keletkezik. E konfliktus a betegség és boldogtalanság gyökere. Teljesen mindegy, milyen feladatunk van a világon - cipőpucolók vagyunk vagy uralkodók, földbirtokosok vagy napszámosok, gazdagok vagy szegények -, amíg e feladatot lelkünk parancsával összhangban végezzük, minden jól megy. Biztosak lehetünk benne, hogy mindaz, ami elénk kerül az életben, magasztos vagy alacsony, éppen azokat a feladatokat és tapasztalatokat hozza meg a számunkra, amelyek továbblépésünkhöz szükségesek, és a lehető legjobb feltételeket teremti meg fejlődésünkhöz.

Az utolsó nagy alapelv a minden dolgok Egységének felismerése, hogy minden dolgok Teremtője a Szeretet, és minden, amit ismerünk, végtelen formagazdagságában e Szeretet megnyilvánulása - legyen szó bolygóról vagy kavicsról, csillagról vagy harmatcseprőről, emberről vagy az élet legalacsonyabb formájáról. Talán megláthatjuk e nagyszerű koncepció gyenge visszfényét, ha Teremtőnket hatalmas, szeretetet és jótékonytságot sugárzó napként képzeljük el. Végtelenül sok sugár indul minden irányba, és mi, valamint mindaz, amit ismerünk, részecskék vagyunk e sugarak végén; kiküldve, hogy tudást és tapasztalatot szerezzünk, de végül visszatérjünk a nagy középpontba. Jóllehet minden sugár különállónak tűnik, valójában mindegyik a nagy Nap része. Az elkülönülés lehetetlen, mert amint egy fénysugár elszakad forrásától, megszűnik. Így egy kicsit el tudjuk képzelni az elkülönültség lehetetlenségét is: bár minden sugárnak saját egyénisége van, mégis mindegyik a nagy központi teremtő erő része.

Így minden, ami ellenünk vagy valami más ellen irányul, az egészset érinti, mert minden tökéletlenség, ami valamelyik részben megjelenik, visszatükröződik az egészben.

Látjuk tehát, hogy két alapvető hibaforrás van: a szakadás a Lélek és a személyiség között, és a másokkal szembeni gonoszság vagy helytelen viselkedés, mert ez az Egység ellen elkövetett bűn. E hibák mindegyike konfliktust okoz, ami betegséghez vezet. Hibáink (amelyeket gyakran nem veszünk észre) ismerete és szigorú törekvésünk azok kijavítására nemcsak örömmel és békeességgel teli életet eredményez, hanem egészséget is.

A betegség önmagában jótékony, mert az a célja, hogy a személyiséget visszavezesse a Lélek Isteni akaratához. De látjuk, hogy elkerülhető és megelőzhető is, mert ha felismerjük magunkban a hibát, s szellemi és gondolati erőfeszítések árán helyrehozzuk, akkor nincs szükségünk a fizikai panaszok formájában megnyilvánuló leckékre. Az Isteni Erő minden lehetőséget megad nekünk önmagunk jobbá tételére, mielőtt utolsóként fájdalomhoz és betegséghez folyamodna. Talán nem csak ezen életünk, ezen iskolai napunk tévedéseivel küzdünk, s ha nem ismerjük panaszaink mélyebb okait, azok gonosznak vagy alaptalannak tűnnek számunkra, de Lelkünk (valódi énünk) tudja értelmüket és a lehető legjobb irányba vezet minket. Ebben az esetben hibáink megértése és helyesbítése rövidíti a szenvedést és visszaadja egészségünket. A Lélek céljainak ismerete és e tudás elfogadása a földi szenvedéstől és fájdalomtól való megszabadulást jelenti s egyben szabadságot is hoz nekünk, hogy örömben és boldogságban fejlődhessünk tovább.

Két nagy hiba van tehát: először, nem figyelni a Lélek parancsaira és nem követni azokat, és másodsor, az Egység ellen cselekedni. Soha ne ítélj meg másokat, mert ami az egyiknek helyes, az a másiknak helytelen lehet. Az üzletember, akinek az a feladata, hogy felépítsen egy nagy üzletházat, nemcsak saját hasznára, hanem mindazok

előnyére is, akiket foglalkoztat, s aki ezáltal hatékonyságában, irányítóképességében, és egyebekben fejlődik, szükségszerűen más tulajdonságokat és más eredményeket gyűjt, mint a betegápoló nővér, aki életét a szenvedők ápolásának áldozza; de mindketten - ha Lelkük parancsait követik -, a továbbfejlődésükhöz szükséges tulajdonságokat fejlesztik magukban. Lelkünk, Felsőbb Énünk útmutatásainak megfogadása: ez az, ami számít; s e parancsokat lelkiismeretünkön, intuíciónkon vagy megérzéseinken keresztül hallhatjuk meg.

Látjuk, hogy a betegség alapelvei és lényege szerint elkerülhető és gyógyítható is; a szellemi gyógyítók és orvosok feladata, hogy ne csak anyagi gyógyszereket osztogassanak, hanem a szenvedőknek az életükben elkövetett hibákat is megmutassák, és azt az utat is, amelyen járva e tévedések eltüntethetők, s ami visszavezeti őket az egészséghez és az örömhöz.

HARMADIK FEJEZET

Amit betegségnek ismerünk, az a rend jóval mélyebb megzavarásának végső fázisa; a teljes gyógyulás eléréséhez nyilvánvalóan nem elegendő a végeredmény kezelése, míg az alapvető hibát figyelmen kívül hagyjuk. Egy alapvető hiba létezik, amit az ember elkövethet, s ami az önszeretben gyökerezik: az Egység elleni cselekvés. Éppen így azt is megállapíthatjuk, hogy csak egyetlen panasz van: a betegség vagy testi szenvedés. És ahogyan az egység elleni cselekvés sokféleképpen történhet, úgy a betegségeket - a cselekedetek eredményeit - is különböző csoportokba sorolhatjuk, kiváltó okuk alapján. Már a betegség fajtája is fontos jel lehet a Szeretet és Egység Isteni Törvénye elleni cselekvés mikéntjének felderítésében.

Ha elegendő szeretet van bennünk minden lény és dolog iránt, akkor nincsen szükségünk szenvedésre, mivel e szeretet visszatart minket minden olyan cselekedettől és gondolattól, amivel másoknak árthatunk. A tökéletesség ezen állapotát még nem értük el. Ha elértük volna, akkor nem kellene többé itt élnünk. De mindannyian ezen állapot felé törekszünk és fejlődünk és azok, akik testben vagy lélekben szenvednek, éppen e szenvedés által haladnak az ideális állapot felé. Ha mindezt jól megértjük, akkor nemcsak meggyorsítjuk lépteinket a cél felé, hanem megóvjuk magunkat a betegségtől és szenvedéstől is. Ha a leckét megtanultuk és a hibát kijavítottuk, nincs többé szükségünk helyesbítésre. Mindig arra kell gondolnunk, hogy a szenvedés önmagában jótékony, mivel jelzi, hogy rossz úton járunk, és gyorsítja fejlődésünket a tökéletesség felé.

Az emberek tulajdonképpen alapbetegségei olyasmik, mint büszkeség, gonoszság, gyűlölet, egoizmus,

tudatlanság, bizonytalanság és mohóság - ha közelebről megvizsgáljuk ezeket, kiderül, hogy mindegyikük az Egység ellen irányul. A valódi betegségek efféle hibák, s egy ilyen hiányosságnak a fennmaradása - miután ráébredtünk helytelen voltára - okozza a betegségnek nevezett káros testi következményeket.

A Büszkeség elsősorban arra utal, hogy nem ismerjük fel személyiségünk kicsiségét és a Lélektől való teljes függését, azt, hogy mindaz a siker, amit esetleg elérünk, nem a mi érdemünk, hanem a bennünk lévő Istenség áldása; másodsorban a hibás arányzókra, amellyel saját kicsiségünket az Isteni Tervvel azonos fontosságúnak tartjuk. Mivel a Büszkeség nem hagyja, hogy hűségesen és szerényen alávéssük magunkat a Teremtő Akaratának, olyan dolgokra serkent, melyek ellenkeznek ezzel az Akarattal.

A Gonoszság az Egység tagadását és hibás megértést jelent, mert mindazon cselekedetek, amelyek valaki más ellen irányulnak, ellentétben állnak az egésszel és ezért az Egység elleni cselekedetek. Senkinek nem lenne szabad gonoszul viszonyulni szeretteihez és a hozzá közel állókhoz. Az Egység törvénye szerint kell fejlődünk, amíg végre felismerjük, hogy az egész részeként mindenki szeret minket és közel áll hozzánk, s így mindazok, akiket eddig üldöztünk, már csak a szimpátia és szeretet érzését keltik fel bennünk.

A Gyűlölet ellentétes a Szeretettel, s így a Teremtés Törvényével is. A gyűlölet ellentmond az Isteni tervnek és tagadja a Teremtőt. Az Egységgel szemben álló gondolatokhoz és tettekhez vezet, mindenben a Szeretet ellentéte.

Az Önszeretet megint csak az Egység és a felebarátainkkal szembeni kötelességek tagadása, ami arra serkent minket, hogy saját érdekeinket az emberiség javánál és a minket körülvevők védelménél és gondozásánál előbbre tartsuk.

A Tudatlanság a tanulás halogatása, vonakodás az Igazság meglátásától, amikor alkalom kínálkozna rá; sok helytelen cselekedetre vesz rá minket, amelyek csak sötétben történhetnek meg és lehetetlenné válnak, ha az Igazság és Tudás fénye vesz körül minket.

Bizonytalanság, határozatlanság és csekély céltudatosság lép fel, ha a személyiség vonakodik Felsőbb Énjének követésétől; gyengeségünk miatt elárulunk másokat. Mindez nem lenne lehetséges, ha áthatna minket a bennünk lakó Legyőzhetetlen, Lebírhatatlan Istenség tudata.

A Birtoklási vágy hatalomvágyhoz vezet, ami tulajdonképpen a lelkek szabadságának és egyéniségének tagadása. Ahelyett, hogy felismerné, hogy közülünk mindenki azért van itt, hogy a maga módján, lelke parancsai szerint növekedjen, egyéniségét szabaddá és korlátok nélkülivé tegye, az önzéssel eltöltött személyiség parancsolni, alakítani, meghatározni akar, bitorolván a Teremtő erejét.

Ezek a valódi betegség példái, minden panaszunk és szenvedésünk alapjai és okai. E hibák mindegyike, ha Magasabb Énünk hangja ellenére követjük el őket, konfliktushoz vezet, ami a testen is tükröződni fog és a maga módján panaszokat okoz.

Láthatjuk hát, hogy a betegség minden fajtája segít minket a mögötte álló hiba felfedezésében. A Büszkeség például, ami tulajdonképpen arrogancia és a gondolatok merevsége, olyan betegségekből nyilvánul meg, amelyek merevséget és ridegséget okoznak a testen is. A fájdalom a gonoszság következménye; így tanulja meg a beteg a saját kárán, hogy se lelkileg, se testileg ne okozzon fájdalmat másoknak. A Gyűlölet büntetése magány, heves indulati kitörések, idegi fáradtság és hisztérikus állapotok. A befelé forduló neurózisok, neuraszténiák és hasonlóak, amelyek oly sokat elvesznek az élet örömeiből, az erős Önzés miatt alakulnak ki. A Tudatlanság és a bölcsesség hiánya

közvetlenül a mindennapi életben okoz nehézségeket; ha az ember kitartóan vonakodik meglátni az igazságot, amikor alkalom adódna rá, rövidlátás és a látó- és hallóképesség korlátozása lesz a természetes következmény. A szellem határozatlansága hasonló testi problémákban nyilvánul meg, főként mozgási és koordinációs rendellenességekben. A birtoklási vágy és a hatalomvágy következményei olyan betegségek, melyek az érintettet saját teste rabszolgájává teszik, kilátásait és vágyait a betegség fékezi és korlátozza.

A panaszok által érintett testrészek sem esetlegesek, mindig az ok és hatás törvényének vannak alávetve, így felhívják a figyelmet hibáinkra és segítenek kijavításukban. Például a szív, mely az élet és így a szeretet forrása, akkor betegszik meg, ha nem megfelelően vagy nem helyes irányban fejlődik bennünk az embertársaink iránti szeretet; a beteg kéz a helytelen cselekvésre vagy a helyes cselekvés elmulasztására való utalás; irányító központunk, az agy, akkor betegszik meg, ha hiányzik a személyiségből a kontroll. E panaszok az ok és hatás törvényének megfelelően alakulnak ki. Mindannyian ismerjük egy hatalmas érzelmi kitörés kemény következményeit, vagy a hirtelen rossz hír okozta sokkot. Ha ilyen apró események ennyire képesek befolyásolni a testet, mennyivel szigorúbbak és mélyrehatóbbak lehetnek a test és lélek közötti hosszantartó konfliktus következményei! Csoda-e, hogy manapság oly sokféle és súlyos betegséggel és panasszal találkozunk?

De nincs ok a kétségbeesésre. A betegség elkerülhető és gyógyítható, ha felfedezzük magunkban a hibát, és kigyomláljuk az azt megsemmisítő tulajdonság fejlesztése által. Ne harcoljunk a probléma ellen, fejlesszük inkább az ellentétes erényt, s az majd eltünteti lényünkéből a hibát.

NEGYEDIK FEJEZET

Megállapíthatjuk tehát, hogy a betegség sem fajtáját, sem helyét tekintve nem véletlenszerű. Mint az energia minden más formája, a betegség is az ok és hatás törvényét követi. Bizonyos panaszok közvetlen fizikai behatással is kiválthatók - például a mérgezések, balesetek, sebesülések vagy a kicsapongó életmód következményei -, de általánosságban érvényes, hogy a betegség a lényünkben lakozó alapvető hibára vezethető vissza, ahogyan azt a példák már megmutatták.

Ezért a tökéletes gyógyuláshoz nemcsak anyagi módszerek szükségesek - s ezek közül is mindig az ismert legjobbat kell választani -, hanem nekünk magunknak is teljes erőfeszítéssel kell az adott hiba kijavításán fáradoznunk. A végleges és tökéletes gyógyulás ugyanis a belsőnkől fakad, magától a Lélektől, amely harmóniájával az egész személyiséget besugározza, ha nem gátolják meg benne.

Mivel alapvetően minden betegség mögött az önszeretet áll, mint alapvető ok, van egy biztos módszer is minden szenvedés enyhítésére: önszeretet helyett mások szeretete. Ha gyakoroljuk a mások iránt megnyilvánuló szeretetteljes és gondoskodó odaadást, ha készek vagyunk a tudás megszerzésének és mások segítségének nagyszerű kalandjára, akkor hamar véget érnek személyes szenvedéseink és bajaink. Ez a legmagasabb cél: saját érdekeink feladása az emberiség szolgálatára. Nem számít, hogy Lelkünk az élet mely pontjára állított minket. Hogy kereskedők vagy kézművesek, gazdagok vagy szegények, királyok vagy koldusok vagyunk-e: mindenki képes mindenkori foglalkozásának megfelelő feladatát végrehajtani, ennek során áldássá válni környezeté számára, s közvetíteni az Isteni, Felebaráti Szeretetet.

A legtöbben még magunk előtt tudunk valamekkora útszakaszt, mielőtt elérnénk a tökéletesség állapotát. Mindenesetre meglepő, hogy milyen gyorsan haladhatunk előre utunkon, ha valóban törekszünk - feltételezve, hogy nem csupán gyenge személyiségünkben hiszünk, hanem szilárdan arra építkezünk, amit világunk nagy mestereinek példájából és tanításaiból tanulhatunk, vagyis a Lelkünkkel, Isteni Önmagunkkal való egyesülésre; ezután minden lehetségessé válik. Legtöbbünknek van egy vagy több olyan hibája, amely különösen megnehezíti továbbfejlődésünket, és ezért fontos, hogy éppen e hibákat vagy hiányosságokat megtaláljuk. Törekedjünk arra, hogy lényünket eltöltse és kiterjessze a szeretet, s egyben az ellentétes erény fejlesztésével eltüntessük azt a bizonyos hibát is. Ez kezdetben talán kissé nehéz, de csak kezdetben, mert azután megmutatkozik, hogy egy teljes szívből támogatott erény milyen gyors fejlődésre képes, és egyre biztosabbak leszünk abban is, hogy - ha kitartóak vagyunk -, a bennünk lakó Lélek segítségével biztos a győzelem.

Ahogy nő bennünk az Univerzális Szeretet, egyre inkább felismerjük, hogy minden ember, legyen bármilyen apró is, egy napon eléri majd a tökéletességet, ahogyan azt mindannyian reméljük. Bármilyen csekélynek tűnjön is előttünk valaki, mindig arra kell gondolnunk, hogy lényében ott van az Isteni Szikra, s lassan, de biztosan növekedni fog, míg végül egész lényét besugározza majd a Teremtő nagyszerűsége.

Mindebből kiindulva a jó és rossz, helyes és helytelen kérdése viszonylagossá válik. Ami egy kőkorszaki ember természetes fejlődésében helyes, az civilizációnk továbbfejlődött tagjainál helytelen, és ami a hozzánk hasonló embereknél erény, az egy másíknál, aki elérte a tanítványság fokozatát, hiba. Amit rossznak vagy gonosznak nevezünk, az a valóságban jó - rossz helyen, értékelésünk csupán relatív. Ne felejtsük el, hogy ideáljaink

maguk is relatívak; az állatok számára talán isteneknek tűnhetünk, s közben jelenlegi állapotunkban messze a Szentek és Mártírok nagy Fehér Testvérisége alatt állunk, akik mindent odaadtak, hogy példát mutassanak nekünk. Ezért kell együttérzéssel és szimpátiával fordulnunk a legkisebbek felé is, mert még ha magasan a szintjük felett állónak érezzük is magunkat, valójában aprók vagyunk, és hosszú út áll még előttünk, amíg elérjük idősebb testvéreink szintjét, akiknek fénye minden korban besugározza a földet.

Ha erőt vesz rajtunk a Büszkeség, meg kell próbálnunk felismerni, hogy személyiségünk önmagában semmi, képtelen bármilyen jó szolgálat vagy szívesség végrehajtására, a sötéttséggel szembeni ellenállásra, ha nem támogatja a felülről jövő Fény, Lelkünk Fénye. Törekednünk kell rá, hogy egy pillantást vessünk Teremtőnk mindenhatóságára és elképzelhetetlen hatalmára, ami tökéletes világot hoz létre egy vízcseppben és tejutakat az univerzumban. Meg kell próbálnunk felismerni, hogy teljesen Tőle függünk és szerényen köszönetet kell mondanunk. Ha megtanultunk emberi előjáróinkkal szemben tiszteletet és figyelmet tanúsítani, mennyivel nagyobb alázattal kellene viseltetnünk a Világegyetem Építőmestere iránt!

Ha Gonoszság vagy Gyűlölet zárja el utunkat, arra kell gondolnunk, hogy a Szeretet a Teremtés alapja, s hogy minden élő lélekben van valami jó és a legjobbakban is van rossz. Ha figyelünk arra, hogy másokban a jót lássuk meg - főképpen azokban, akik a legellenszenvesebbek számunkra -, meg fogjuk tanulni legalább szimpátiánkat fejleszteni és a reményt, hogy képesek jobb utat találni; később felébred bennünk a vágy, hogy segítsünk nekik ezen az úton. Végül mindannyian nyerünk a szeretet és szelídség által, és ha e két tulajdonságot megfelelően fejlesztjük magunkban, semmi sem támadhat meg többé minket, mivel mindig együttérzők leszünk és nem fejtünk ki többé ellenállást. Az

ok és hatás törvénye szerint ugyanis az ellenállás károkat okoz. Életünk célja Magasabb Énünk parancsainak követése, anélkül, hogy hagynánk magunkat másoktól eltéríteni. E célt csak akkor érhetjük el, ha szelíden megmaradunk utunkon és nem avatkozunk bele mások személyiségébe, senkinek nem okozunk kárt gonoszságunkkal vagy gyűlöletünkkel. Meg kell tanulnunk mindenki mást szeretni, még ha csak egyetlen emberrel vagy egy állattal kezdjük is. Ezután hagyjuk szeretetünket növekedni, s hibánk magától eltűnik majd. A Szeretet Szeretetet nemz, míg a Gyűlölet Gyűlöletet.

Önszeretetünket azzal gyógyíthatjuk, ha ugyanazzal a figyelemmel és gondoskodással fordulunk embertársaink felé, amivel magunkra gondolunk. Nemsokára úgy bele fogunk merülni a velük való foglalatосkodásba, hogy magunkról teljesen elfeledkezünk. Ahogyan a Testvériség egyik nagy rendje kifejezte: Vigaszt találhatunk szenvedéseinkre, ha vigaszt és enyhülést nyújtunk felebarátainknak szükségük órájában. Ez a megbízható módszer az önszeretet következményeinek gyógyítására.

A bizonytalanság az önbizalom és a céltudatosság fejlesztésével haladható meg: az ember megérti, hogyan kell tétovázás és ingadozás helyett döntéseket hozni, és végre is hajtani azokat. Még ha kezdetben követünk is majd el hibákat, mindenképpen jobb cselekedni, mint a bizonytalanság miatt jó alkalmakat elszalasztani. A határozottság gyorsan növekedésnek indul, a fejünk felett lebegő félelem eltűnik, és az így szerzett tapasztalatok segítenek majd jobb döntések meghozatalában.

Ha Tudatlanságunkat akarjuk megszüntetni, nem szabad félnünk az új tapasztalatoktól, hanem éber elmével, nyitott szemekkel és fülekkel kell megszereznünk a tudás minden elérhető morzsáját. Ugyanakkor szellemünkben mozgékonyá kell válnunk, nehogy előítéletek és korábbi meggyőződések miatt elszalasszuk az alkalmat a további tudás megszerzésére. Ha felismerünk egy átfogó igazságot,

mindig készen kell állnunk látókörünk tágítására, és nézőpontunk felülvizsgálatára, bármily mélyen gyökerezzen is régi szemléletünk.

A Büszkeséghez hasonlóan a Birtoklási vágy is hatalmas gátja a fejlődésnek, ezért mindkettőt kíméletlenül ki kell gyomlálnunk. A Birtoklás következményei szigorúak, mivel arra biztat minket, hogy felebarátaink fejlődésébe beleavatkozzunk. Fel kell ismernünk, hogy minden lény azért van itt, hogy Lelke parancsai és csakis azok szerint járja fejlődése útját, és egyikünknek sem szabad mást tenni, mint a hozzánk közel állókat fejlődésük útján támogatni. Segítenünk kell hitük, s ha erőnkéből telik, tudásuk gyarapodását és a továbbhaladásukat segítő alkalmak megteremtését. Ha azt szeretnénk, hogy életünk meredek, fáradságos emelkedőin segítséget kapjunk, mindig késznek kell állnunk arra, hogy mi is segítő kezet nyújtsunk és tapasztalatainkat megosszuk fiatalabb vagy gyengébb felebarátainkkal. Ilyennek kellene lennie a szülő-gyermek, a mester-inas, vagy a baráti kapcsolatoknak: szeretetet, gondoskodást és védelmet nyújtani, amíg az valóban szükséges és segítő, de egyetlen pillanatra sem zavarni a személyiség természetes kibontakozását, mivel az Lelke parancsait követi.

Legtöbbünk gyermek- és fiatalkorában sokkal közelebb áll Lelkéhez, mint később. Gyakran világosabb elképzeléseink vannak életünk feladatáról, a ránk váró megpróbáltatásokról és a fejlesztendő tulajdonságokról. Az az oka ennek, hogy a materializmus, valamint a mai viszonyok és a minket körülvevő személyiségek hatására lassan elfordulunk Felsőbb Énünk hangjától és szilárdan kötődünk a megszokotthoz, s hiányos eszményeihez, ahogyan ez civilizációnkban jól megfigyelhető. A szülőknek, mestereknek és barátoknak mindig azon kellene fáradozniuk, hogy a Felsőbb Én fejlődését segítsék, ha már megvan az a csodálatos előjoguk és alkalmuk, hogy befolyással lehetnek másokra; de mindig mindenkinek

meg kell hagyniuk mindazt a szabadságot, amit ők is elvárnak másoktól.

Minden hibát megtalálhatunk és kiírhatunk magunkban, ha az azokkal ellentétes erényt fejlesztjük; így legyőzzük a Lélek és a személyiség közötti konfliktusokat, a betegségek fő okait. Ez önmagában is - ha a beteg elegendő erővel és hittel bír - megvilágosodást, egészséget és örömet hoz magával, míg a kevésbé erőseket az orvosok munkája fizikailag támogatja e cél elérésében.

Meg kell tanulnunk, hogy Lelkünk parancsai szerint fejlesszük személyiségünket, senkitől sem félve és mindig ügyelve arra, hogy senki ne zavarhassa lényünk kibontakozását, ne téríthessen el minket embertársainkkal szembeni kötelességeink és segítőkészségünk kifejezésétől. Mert minél tovább haladunk előre, annál inkább áldássá válunk a körülöttünk élők számára. Különösen figyeljünk arra, hogy csak akkor segítsünk másoknak, bárkiről legyen is szó, ha a segítség vágya valóban Lelkünk Parancsa, belülről fakad és nem rosszul értelmezett kötelességtudatból, amit valaki bebeszélt nekünk vagy ránk kényszerített. Ez a modern konvencióknak köszönhető tragédiák egyike; felmérhetetlen, hogy hány ezer életet zavar meg, hány milliárdnyi alkalmat torlaszol el, mennyi bánatot és szenvedést okoz és hány gyermeket kényszerít rá, hogy kötelességtudatból sok éven át szüleiről gondoskodjon, akiknek valójában egyetlen betegségük a figyelemfelkeltés és gondoskodás utáni vágy. Gondoljunk a férfiak és asszonyok seregére, akik elszalasztották a lehetőséget, hogy valami nagyot és hasznosat tegyenek az emberiségért, mert valaki fölübük kerekedett, és soha nem vették a bátorságot, hogy elszakadjanak tőle, s szabaddá váljanak. Gondoljunk a gyerekekre, akik életük kezdetén megértették és elfogadták elrendelt hivatásukat, majd a nehéz körülmények, rossz tanácsok vagy csekély céltudatosságuk miatt más területre tévedtek, ahol sem

boldogok nem lehetnek, sem továbbfejlődni nem tudnak. Csakis lelkiismeretünk hangja mondhatja meg nekünk, hogy kit és hogyan kell szolgálnunk, hogy kötelességünk egyvalakire vagy többekre érvényes-e. De ha végre meghallottuk a választ, akkor a parancsot legjobb képességünk szerint követnünk kell.

S végül: nem kell félnünk az életbe való belemerüléstől. Azért vagyunk itt, hogy tapasztalatokat és tudást gyűjtsünk. Vajmi keveset fogunk tanulni, ha nem a valóság talaján állunk és nem fáradozunk a végsőkig. Az élet minden területén szerezhetünk tapasztalatokat, hiszen az emberiség és a természet igazságai éppoly sikeresen - sőt, talán még sikeresebben - tanulhatók vidéken, mint a nagyvárosok zajában és hajszájában.

ÖTÖDIK FEJEZET

A külső beavatkozások eltávolítják az embereket Felsőbb Énjük követésétől, ezért hiányos személyiséghez vezetnek. Mivel e hiány a betegség keletkezésében oly fontos szerepet játszik és gyakran az élet korai szakaszában gyökerezik, vegyük most szemügyre a szülők és gyermekek, tanárok és tanítványok közötti kapcsolatot.

A szülők feladata, valójában isteni privilégiuma, hogy lehetőséget adnak egy léleknek a világba lépésre és a továbbfejlődésre. Ha helyesen látjuk és értjük ezt, akkor nincs annál nagyszerűbb előjog, mint hogy segédkezhetünk a lélek testi születésénél és a fiatal személyiség ápolásában. A szülők beállítottságát teljesen arra kellene hangolni, hogy a kis újszülött a legjobb lehetőségek szerint mindent megkapjon, amire szellemileg, gondolatilag és testileg szüksége van. A szülőknél mindig észben kellene tartaniuk, hogy a kis ember saját személyiség, aki lejött a földre, hogy tapasztalatokat gyűjtsön és a maga módján, Felsőbb Énje parancsai szerint tudást szerezzen, s fejlődése érdekében, amennyire lehet, meg kell hagyni szabadságát.

A szülők isteni szolgálatára legalább annyira - vagy még inkább - oda kellene figyelni, mint a többi nagy kötelességre. Ha e szolgálat áldozatot követel, mindig arra kell gondolnunk, hogy semmit nem várhatunk el a gyermektől, adásról, és csakis adásról van szó: szelíd szeretetet és védelmet kell adnunk, míg a lélek már maga is képes a fiatal személyiség irányítására. Kezdetektől fogva függetlenséget, egyéniséget és szabadságot kellene közvetítenünk és arra biztatni a gyermeket, hogy minél előbb elkezdjen maga gondolkodni és cselekedni. A szülői kontrollt lépésről lépésre le kellene építeni, ahogyan a

gyermek önállóvá válik, és lelkét később sem szabad a szülők iránti korlátozó kötelességekkel akadályozni.

Szülőnek lenni olyan feladat, ami generációról generációra száll, és lényegében arról szól, hogy egy időszakra védelmet kell biztosítanunk. Ezután vissza kell lépnünk, és figyelmünk tárgyát, gyermekünket szabaddá kell tenni, hogy egyedül haladhasson tovább. Arra kell gondolnunk, hogy a gyermek, akinek védelme időlegesen a mi feladatunk, talán nálunk magunknál is érettebb és idősebb lélek, aki szellemileg magasán felettünk áll, ezért a kontroll és védelem csakis a fiatal személyiség igényeire szorítkozhat.

Szülőnek lenni szent kötelesség, mely lényegéből adódóan időleges és a következő generációra hagyományozódik. Nem jelent mást, csak szolgálatot, és nem jár érte semmiféle ellenszolgáltatás, hiszen a fiataloknak szabadon kell fejlődniük a saját útjukon és jól fel kell készülniük ugyanezen kötelesség teljesítésére néhány évvel később. A gyermek nem találkozhat korlátozásokkal, feltételekkel és szülői kényszerrel, tudván, hogy a szülőség kiváltsága korábban apja és anyja osztályrésze lett, s hogy később esetleg neki magának is ugyanezt a szolgálatot kell teljesítenie másokkal szemben.

A szülőknek különösképpen óvakodniuk kellene attól a vágytól, hogy a fiatal személyiséget elképzeléseik vagy világnézetük szerint alakítsák, és tartózkodniuk kellene a helytelen gyámkodástól vagy szívességek követelésétől, ellenszolgáltatásként azért, ami természetes kötelességük és isteni előjoguk. A fiatal élet befolyásolására tett minden erőszakos kísérlet szörnyű formája a birtoklási vágnak, aminek soha nem szabadna előfordulnia; ha az ilyen gondolatok gyökeret vernek a fiatal szülőkből, a későbbiekben igazi vámpirokká alakítják őket. Ha a legkisebb irányítási törekvés megjelenik bennünk, csírájában el kell fojtanunk. Nem engedhetjük meg, hogy a birtoklási vágy eluralkodjon rajtunk és felébredjen

bennünk a mások uralásának vágya. Az önzetlenség művészetét kell magunkban fejlesztenünk, míg az áldozatkészség a káros cselekvés minden nyomát megszünteti bennünk.

A tanároknak is mindig arra kellene gondolniuk, hogy feladatuk csupán a közvetítés, amely lehetőséget nyújt a fiataloknak a világ és az élet dolgainak megismerésére. Minden gyermeknek a maga egyéni módján kell a tudást összeszednie és ösztönösen kiválogatnia azt, ami számára a sikeres élethez szükséges. Ezért itt is érvényes, hogy nem többet, csupán óvatos útmutatást kellene adni, amivel a tanuló képessé válik a számára fontos tudás megszerzésére.

A gyermekeknek észben kellene tartaniuk, hogy a szülők szolgálata, mint a teremtő erejének jelképe, isteni küldetés, de semmilyen, az étellel és a lélek által kijelölt úttal ellentétes kötelességet vagy a fejlődés semmiféle korlátozását nem jelenti. Lehetetlen felbecsülni korszakunk belső szenvedéseit, az emberi lények belső megnyomorodását és az uralomra vágyó típusok megsokszorozódását, amely e körülmények hibás felismerésére vezethető vissza. Majd minden család tagjai azzal foglalkoznak, hogy felépítsék saját börtönüket, mivel helytelen motivációk hajtják őket, és helytelenek a szülő-gyermek kapcsolatról alkotott elképzeléseik. E börtönök elveszik a szabadságot, görcsössé teszik az életet, megakadályozzák a természetes fejlődést és minden érintettnek csak boldogtalanságok hoznak. A mindebből kialakuló mentális, idegi, sőt testi zavarok alkotják korunk betegségeinek nagy részét.

Nem lehet eléggé világosan kifejtteni, hogy minden lélek speciális cél érdekében születik a földre: hogy tapasztalatokat és tudást gyűjtsön, és saját, belső ideálja alapján tökéletesítse személyiségét. Teljesen mindegy, hogy férfi-nő, gyermek-szülő, fivér-nővér, mester-inas viszonyban állunk-e egymással: vétkezünk Teremtőnk és

felebarátaink ellen, ha mások fejlődését személyes okokból akadályozzuk. Egyetlen kötelességünk abban áll, hogy lelkiismeretünk szavát kövessük, és soha, egyetlen pillanatra se térjünk el ettől mások hatására. Mindenkinek tudnia kell, hogy Lelke kijelölt számára egy feladatot, és míg ezt nem teljesíti - még ha egyáltalán nem is tud róla -, elkerülhetetlenül konfliktus Lelke és személyisége között, amely azután szükségszerűen testi zavarokban is megmutatkozik.

Lehetséges, hogy valakinek az a hivatása, hogy egész életét valaki másnak szentelje. Mielőtt azonban elhatározza magát, teljesen biztosnak kell lennie benne, hogy ez valóban Lelke parancsa és nem egy idegen, domináns személyiség hatása vagy rosszul értelmezett kötelességérzet. Tudnia kell azt is, hogy azért jöttünk erre a világra, hogy csatákat nyerjünk, hogy legyőzzük azokat, akik uralkodni akarnak felettünk, és hogy elérjük azt a szintet, amikor nyugodtan és tudatosan teljesítjük kötelességünket, más élőlényektől nem félve és nem befolyásoltatva éljük le életünket, mindig Felsőbb Énünk szavára hallgatva. Sokan otthonukban vívják legnagyobb harcukat: mielőtt szabaddá válnak, hogy győzelmet arassanak a világban, először egy nagyon közeli rokonuk irányítása és uralma alól kell kiszakadniuk.

Minden embernek, felnőtteknek és gyermeknek, akinek az a feladata, hogy kiszabaduljon valaki másnak az uralma alól, két dolgot kell észben tartania: először is úgy kellene látnia elnyomóját, mint egy sportbéli ellenfelet, akivel együtt játszik az életben, minden keserűség nélkül. Ha nem lennének ellenfeleink, akkor nem lenne alkalmunk bátorságunk és egyéniségünk fejlesztésére. Másodsor: az élet igazi győzelmei szeretetből és szelídségből születnek, ezért egy ilyen mérkőzésen semmiféle erőszakot nem szabad alkalmazni. Lényünk állandó növekedése által, az együttérzés, szimpátia, barátságosság és ha lehet, a közeledés, vagy inkább, a szeretet gyakorlásával

fejlődhetünk csak annyira, hogy a megfelelő pillanatban lehetőségessé válik lelkiismeretünk hívásának szelíd, nyugodt követése, anélkül, hogy bármiféle behatásnak engednénk.

Az uralomra vágyóknak sok segítségre és útmutatásra van szükségük, hogy az Egység univerzális igazságát felismerjék, és megértsék a Testvériség örömét. Ebbe az irányba haladni annyit jelent, mint az igazi boldogság felé haladni; mindenkinek segítenünk kell, amennyire módunkban áll. Gyengeségünk, mely megengedi valakinek, hogy uralkodjon rajtunk, csak kárára szolgál; az uralom szelíd, de határozott elutasítása és figyelmen kívül hagyása az adás öröme felé való terelése segíteni fogja felfelé vezető útján.

Szabadságunk elérése, individualitásunk és függetlenségünk elnyerése a legtöbb esetben sok bátorságot és hitet igényel. De a legsötétebb órákban, amikor a siker elérhetetlennek tűnik, gondoljunk mindig arra, hogy Isten gyermekei soha nem félhetnek és hogy Lelkünk csak teljesíthető feladatokat ad. Bátorsággal és a bennük lakó Isteni Szikrában való hittel mindazoknak győzedelmeskedni kell, akik nem adják fel a harcot.

HATODIK FEJEZET

És most, szeretett fivéreim és nővéreim, hogy felismertük: a Teremtés alapja a Szeretet és az Egység, hogy mi magunk is az Isteni Szeretet gyermekei vagyunk, s hogy a minden rossz és minden szenvedés feletti örök győzelem szelídséggel és szeretettel érhető el; hogyan találunk e gyönyörű képben helyet az élveboncolásoknak és állatkísérleteknek? Még mindig olyan primitívek és pogányok lennénk, hogy azt hisszük, állatáldozatokkal mentesülhetünk hibáink és gyengeségeink következményei alól? Kétezer-ötszáz évvel ezelőtt Buddha már megmutatta a világnak, hogy hibás dolog más teremtmények feláldozása. Az emberiségnek hatalmas adósságai vannak az állatok világával szemben, amelynek tagjait megkínozza és megöli. Mind az emberekre, mind az állatokra nézve egyaránt csakis fájdalom és kár származhat ebből, haszon és előny nem. Mennyire eltávolodtunk itt nyugaton anyánk, a régi India szép eszményeitől, ahol a föld teremtményeinek szeretete olyan nagy volt, hogy embereket képezték ki és tüntettek ki azzal, hogy nemcsak az emlősállatok, hanem a madarak betegségeivel és panaszjaival törődjenek. Nagy szent menedékhelyek épültek minden élőlény számára, és az emberek annyira mentesek voltak a többi lény megsértésének vágyától, hogy azok, akik mégis vadászatra adták a fejüket, nem kaphattak orvosi segítséget, ha megbetegedtek, míg fel nem hagytak az efféle tevékenységgel.

Nem akarjuk azokat elítélni, akik élveboncolásokat hajtanak végre, mert sokan közülük valóban humanitárius okokból dolgoznak, azzal a hittel és törekvéssel, hogy megtalálják az emberi szenvedések enyhítésének módját. Motivációjuk jó lehet, de bölcsességük hiányos, kevésbé látják át az élet célját. Mert a motiváció, bármilyen helyes

is, nem elég; bölcsességgel és tudással kell összekapcsolódnia.

Írni sem akarunk a mirigyátültetések borzalmairól, amelyek a fekete mágiával állnak rokonságban, csupán felhívni minden emberi lényt, hogy tízezerszer inkább kerülje el ezeket, mint bármi mást, mivel bűnök Istennel, az emberekkel és az állatokkal szemben.

Ezen egy vagy két kivételtől eltekintve semmi okunk nincs rá, hogy a modern orvostudomány kudarcával foglalkozzunk. A rombolás haszontalan, ha nem egy jobb épületet akarunk építeni a régi helyére, és mivel a medicinában máris lefektették az új épület alapjait, koncentráljunk inkább erre, hogy egy vagy két kövel magunk is hozzájárulhassunk e templom építéséhez. Még a mai szakképzést ért elutasító kritika is értéktelen: mindenekelőtt a rendszer rossz és nem az emberek. A rendszer, amely gazdaságossági megfontolásokból nem ad elegendő időt az orvosnak a nyugodt, barátságos kezelésre, és nem ad alkalmat a szükséges meditációra és megfontolásra, amelyre pedig szüksége van mindazoknak, akik a betegek szolgálatának szentelték az életüket. Ahogyan már Paracelsus megmondta: a bölcs orvos öt és nem tizenöt beteget fogad naponta ez olyan eszmény, ami napjaink átlagorvosa számára elérhetetlen.

Új és jobb gyógyító művészet hajnala előtt állunk. Száz évvel ezelőtt Hahnemann homeopátiája volt az első sugár a sötétség hosszú éjszakája után, mely nagy szerepet játszhat a jövő medicinájában. Mindaz a figyelem, amit manapság az életfeltételek javításának és a tisztább élelmiszerek előállításának szentelnek, haladás a betegségek elhárításának irányába. Azok a mozgalmak, amelyek a spirituális hibák és a betegségek közötti összefüggést, illetve a szellem tökéletesítése által elérhető gyógyulást hirdetik, a sugárzó napfény eljövételének útját mutatják meg, melynek fényében a betegség sötétsége eltűnik.

Arra kell gondolnunk, hogy a betegség közös ellenségünk, és mindegyikünk, aki egy darabját legyőzi, nemcsak magának, hanem az egész emberiségnek segít. Bizonyos energiamennyiséget fel kell használnunk, mielőtt végre legyőzzük az ellenséget; mindegyikünknek arra kellene törekednie, hogy elérjük ezt a célt; a többieknél nagyobbak és erősebbek ne csak a saját részüket teljesítsék, hanem segítsenek gyengébb testvéreiknek is.

Kézenfekvő, hogy a betegség terjedése mindenekelőtt azzal akadályozható meg, ha nem teszünk olyasmit, ami erejét növeli. Lényünk minden hibájának eltüntetése további előrenyomulást tesz lehetővé. Ennek elérése végső soron a győzelmet jelenti; s ha magunkat már megszabadítottuk, meglesz a szabadságunk mások megsegítésére is. Mindez nem olyan nehéz, ahogy első pillantásra tűnhet. Csak az a feladatunk, hogy a legjobbat adjuk magunkból, és tudjuk, hogy ez mindannyiunk számára lehetséges, csupán Lelkünk parancsait kell követnünk. Az élet nem követel elképzelhetetlen áldozatokat tőlünk; örömteli szívvel kell járnunk utunkat, áldást jelenteni a körülöttünk lévőknek, és ezáltal a világ, ha egyszer majd elhagyjuk, egy kicsivel jobba lesz általunk; ekkor teljesítettük feladatunkat.

A vallások, ha jól megértjük, azt tanítják: Mondj le mindenről és kövess engem! Felsőbb Énünk parancsainak kell teljesen és tökéletesen átadni magunkat, s nem házunkat és kényelmünket, szerelmünket és szórakozásainkat kell feladnunk, ahogyan talán sokan gondolják - mindennek ugyanis kevés köze van az Igazsághoz. Egy birodalom királya palotájának minden pompájával együtt is lehet áldott és áldás népe, országa - sőt, az egész világ számára. Hányan elvesznének, ha a király azt képzelné, hogy kötelessége kolostori körülmények közé szólítja. Az élet minden területén, a legalacsonyabbtól a legmagasabbig, el kell foglalni minden helyet, és sorsunk Isteni Vezetője tudja, hogy hol a legjobb

nekünk. Azt várja tőlünk, hogy barátságosan és jól teljesítsük feladatunkat. Egy gyárban vagy egy hajó géptermében éppúgy vannak szentek, mint a vallási méltóságok között. Senkinek sem kell többet tennie itt a földön, mint amennyi erejéből telik; ha törekszünk arra, hogy a lehető legjobbra váljunk és mindig Magasabb Énünk szavára hallgassunk, az egészség és a boldogság mindannyiunk számára elérhető.

A nyugati civilizáció az elmúlt kétezer esztendő nagyobb részében a sötét materializmus időszakában járt. E mentalitás miatt, amely a világi hatalmat, a becsvágyat, a vágyat és a szórakozást az élet valódi értékei fölé emelte, lényünk spirituális oldalának ismerete még inkább eltűnt. Az ember földi életének tulajdonképpeni oka feledésbe merült, mivel az életből sokan csakis világi hasznot akartak és akarnak húzni. Volt olyan időszak, amikor az élet nagyon nehezzé vált, mivel hiányzott az igazi vigasz, bátorítás és építés, amely a világiaknál mélyebb dolgok ismeretét igényli. Az utóbbi századok folyamán sok ember számára a vallások is, amelyeknek pedig ittlétünk középpontját kellene képezni, inkább csak legendáknak tűnnek, melyek semmiféle kapcsolatban nem állnak a mindennapi élettel. Felsőbb Énünk igazi természete, előző és eljövendő életek tudása, eltekintve ettől a mostanitól: mindez nagyon keveset jelent, ahelyett, hogy cselekedeteink irányítója és kiváltója lenne. Gyakran elkerüljük a nagy dolgokat és megpróbáljuk olyan kényelmessé tenni életünket, amennyire csak lehet; közben kizárjuk gondolatainkból a metafizikát és kizárólag a földi örömök felé fordulunk, melyek a sorcsapások és szenvedések kiegyenlítésére szolgálnak. Így az évszázadok során az állás, a rang, a jólét és a birtok az emberi törekvések fő céljává vált, bár mindezek múlandók és csupán sok félelem, gond árán tarthatók meg, mindig a földi dolgokra koncentrálnak. Végtelenül messzire kerültünk az előző generációk belső békéjétől és boldogságától.

A Lélek és a személyiség igazi békéje akkor van velünk, ha szellemileg fejlődünk, de nem érhető el a világi jóléttel, bármekkora legyen is az. Ám az idők változnak, és számos jel mutat arra, hogy civilizációnk elhagyni készül a materializmus időszakát és megnyílik a világmindenség realitásai és igazságai felé. A manapság megnyilvánuló és egyre növekvő érdeklődés a transzcendentális igazságok iránt, azok növekvő száma, akik kíváncsiak a jelenlegi előtti és utáni életeikre, új, a hiten és szellemi eszközökön alapuló gyógyítási módszerek feltűnése, az antik tanok és a Kelet bölcsességének újrafelfedezése: ez mind annak a jele, hogy korunk emberei meglátták a dolgok valóságának fényét. A gyógyító művészetnek is változnia kell, a materializmus módszerei helyett olyan tudományra van szükség, amely az igazságon alapul és ugyanazok az Isteni Törvények kormányozzák, mint lényünket. A gyógyítás művészete a test tisztán fizikai kezelési módszereinek töredékeiből a spirituális és mentális gyógyítás felé lép tovább. A Lélek és a személyiség közötti harmónia visszaállításával a betegség fő oka eltűnik és az esetleg még szükséges anyagi szerek segítségével a test gyógyulása is tökéletessé válik.

Ha az orvosi szakma nem ismeri fel mindezt és nem halad az emberek növekvő szellemiségével, lehetséges, hogy a gyógyítás művészete vallási rendek és született gyógyítók kezébe kerül át, akik minden generációban megtalálhatók, s akik mostanáig többé-kevésbé észrevétlenül éltek, az ortodox orvostudomány által háttérbe szorítva és akadályoztatva. A jövő orvosának két nagy célja lesz. Az első, hogy segítse a beteg önismeretét és felhívja figyelmét a legyőzendő alapvető hibákra, személyisége gyógyítandó hiányosságaira, melyeket ki kell gyomlálnia és az ellentétes erénnyel kell helyettesítenie. Egy ilyen orvosnak behatóan kell tanulmányoznia az embereket irányító törvényeket és magát az emberi természetet, hogy a hozzá fordulókban minden olyan

tényezőzt felismerjen, amely konfliktust okozhat a Lélek és a személyiség között. Képesnek kell lennie rá, hogy tanácsot adjon a szenvedőknek, hogy megmondja, hogyan tudják a legjobban elérni a szükséges harmóniát, milyen, az Egység elleni cselekedeteket kell feladniuk és milyen erényeket kell fejleszteniük, hogy hibájuk eltűnjön. Minden egyes eset gondos meggondolást igényel, és csak azok teljesíthetik e nagyszerű és isteni szolgálatot, akik életük nagy részét az emberek tanulmányozásának szentelték és akik szíve telve van segítőkészséggel; az ő feladatuk a szenvedők szeméinek felnyitása és lényük alapjainak megvilágítása, a vigasztalás, a hit és a remény felkeltése, ami segíteni fog a betegség legyőzésében.

Az orvos második kötelessége abból fog állni, hogy olyan gyógyszert javasoljon, mely erősíti a testet, és megnyugtatja a lelket, kitérít a horizontját és a tökéletesedés felé segíti, s ily módon békét és harmóniát hoz az egész személyiségnek. Ilyen gyógyszerek a természetben találhatóak, ahová a Teremtő kegye helyezte őket, az emberiség gyógyulására és vigaszára. Néhányuk máris ismert, s a világ minden táján, főleg Indiában, civilizációnk szülőhelyén, vannak orvosok, akik továbbiak után kutatnak. Kétség sem férhet hozzá, hogy e kutatás eredményeképpen sokat visszanyerhetünk a kétezer esztendővel ezelőtti tudásból. A jövő orvosa ismét azokat a csodálatos természetes gyógyszereket fogja használni, amelyeket Isten küldött az embereknek betegségeik gyógyítására.

A betegség eltűnése azon fog múlni, hogy az ember felismeri-e Világegyetemünk megváltoztathatatlan törvényeit és alázatosan és engedelmesen hozzájuk igazodik-e. Így békében fog élni Lelkével, amiből valódi életöröm és boldogság születik. Az orvosnak az lesz a feladata, hogy segítse a szenvedőket az igazság felismerésében és a harmóniához vezető út meglegelésében. Hitet ad majd nekik a bennük lakó Isteni Szikrában, amely

mindent legyőz, és olyan gyógyszereket, amelyek hozzájárulnak személyiségük harmonizálásához és testük gyógyulásához.

HETEDIK FEJEZET

És eljutottunk a legfontosabb kérdéshez: hogyan segíthetünk magunkon? Hogyan tarthatjuk harmóniában szellemünket és testünket, ami által elkerüljük a betegséget; mert bizonyos, hogy a konfliktusoktól mentes személyiség ellenáll a betegségnek.

Elsősorban nézzük személyiségünket! Már részletesen beszéltünk annak szükségességéről, hogy megkeressük, és az ellentétes erények fejlesztése által kigyomláljuk a bennünk lakozó hibákat. E hibák hatására az Egység ellen cselekszünk és megtörjük harmóniánkat, amit Lelkünk Parancsainak követése által elérhetnénk. Hibáink, hiányosságaink kijavítása a már vázolt irányvonal alapján történhet, az egyenes önvizsgálat leleplezi azok valódi természetét. Spirituális vezetőink, őszinte orvosaink és közeli barátaink is segíthetnek valós önképünk kialakításában, de a tökéletes módszer mégis a szellemi béke és a meditáció, ha olyan atmoszférát teremtünk, amelyben lelkünk képes kívánságait közölni és irányítani minket - lelkiismeretünk és intuíciónk közvetítésével. Ha minden nap szakítunk rá egy kis időt, hogy egyedül és lehetőség szerint nyugodt körülmények között legyünk, ahol zavartalanul, békésen ülhetünk vagy fekehetünk, és üresen tartjuk szellemünket vagy életművünkre gondolunk, hamarosan azt fogjuk észrevenni, hogy e pillanatokban nagy segítséget kapunk - például hirtelen felismerések és iránymutatás formájában. Nagy problémáinkra félreérthetetlen válaszokat kapunk majd és hittel telve képesek leszünk a helyes úton maradni. Ezen időszakokban az emberiség szolgálatának és Lelkünk követésének vágyát kell szívünkbe plántálnunk.

Ha megtaláltuk a hibát, gondoljunk arra, hogy a megoldás nem az ellene folytatott harc, a probléma sok

akaraterővel és energiával történő elnyomása, hanem sokkal inkább az ellentétes erény állhatatos fejlesztése. Ily módon a hiba automatikusan eltűnik majd lényünkéből. Ez a haladás és a rossz feletti győzelem igazi és természetes módja, ami ráadásul sokkal egyszerűbb és hatásosabb is, mint a hibák elleni harc. Ha harcolunk egy hiba ellen, azzal megsokszorozzuk erőit, jelenlétére koncentráljuk figyelmünket és így görcsöt okozunk, s a legnagyobb siker, amit elérhetünk, a probléma elnyomása; mindez korántsem kielégítő, hiszen az ellenség továbbra is a közelünkben van és egy gyenge pillanatban újra feltűnik. Akkor aratjuk le a valódi győzelmet, ha elfelejtjük a hibát, és tudatosan arra törekszünk, hogy a korábbi helytelen viselkedésünket lehetetlenné tevő erényt fejlesszük magunkban.

Ha például van valamilyen gonosz jellemvonásunk, folyamatosan mondhatjuk magunknak: Nem akarok gonosz lenni! , és ily módon elejét vehetjük a további hibáknak. De e módszer sikere a szellem erejétől függ, és ha az egyszer meggyengül, akkor egy szempillantás alatt visszaeshetünk a régi kerékvágásba. Ha viszont valódi együttérzést táplálunk magunkban embertársaink iránt, e tulajdonságunk lehetetlenné tesz minden gonoszságot, hiszen felebaráti szeretetünk miatt minden gonosz tettet ijedten elkerülünk majd. Itt nincs szó elnyomásról, és nincs többé elrejtőzött ellenség, mely csak az alkalomra vár, hogy támadhasson, hiszen együttérzésünk minden mások ellen irányuló cselekedetet lehetetlenné tesz és kigyomlál lényünkéből.

Ahogy korábban már láttuk, testi betegségeink fajtái materiális módon segítenek a mögöttük álló szellemi diszharmónia megelézésében. A siker további fontos feltétele az életkedv, és az, hogy életünket ne kötelességnek lássuk, amit minél több türelemmel kell elviselnünk, sokkal inkább sok kalanddal járó utazásnak tekintsük, mely valódi örömet okoz.

Talán a materializmus egyik legnagyobb tragédiája az unalom kialakulása és a belső boldogság elvesztése. Azt tanítja az embereknek, hogy nehézségeiket földi örömeikkel és szórakozással kompenzálják, ami nem nyújthat mást, mint időleges feledést. Ha felbérelt mulattatókkal próbáljuk nehézségeinket elfeledtetni, ördögi körbe kerülünk. A szórakozás, a kikapcsolódás és a felszínesség mindannyiunknak jót tesz, de nem akkor, ha folyton rájuk szorulunk gondjaink enyhítésére. A világi szórakozások intenzitását mindig növelni kell, hogy megőrizték hatásukat, ami tegnap még izgalmas volt, az holnapra már unalmassá válik. Folyamatosan nagyobb és nagyobb izgalmakat keresünk, amelyek kielégítenek minket, s egy idő után már nem hoznak enyhülést. Így vagy úgy, a világi szórakozásba vetett hit mindannyiunkból Faustot csinál, s ha ezt talán nem is vesszük észre, az élet alig jelent majd többet, mint kimerítő kötelességet, elveszítjük valódi örömét és boldogságát, amely pedig mindenki öröksége lehetne, egészen élete végéig. Szélsőséges stádiumba jutottak az élet meghosszabbítására, a megfiatalításra és a szellemi szórakozások fokozására irányuló, ördögi eszközöket használó tudományos törekvések.

Az unalom állapota felelős azért, hogy az általánosan ismertnél jóval több betegségünk van. És mivel manapság az a tendencia uralkodik, hogy mindez már életünk korai szakaszában megkezdődik, az ezzel kapcsolatos betegségek is fiatal korban alakulnak ki. Nem léphetne fel ilyen állapot, ha felismernénk Isteni mivoltunkat és földi feladatunkat, s osztályrészünk lehetne a tapasztalatgyűjtés és mások segítésének öröme. Az unalom ellenszere a környezetünkre irányuló aktív és élő figyelem, az élet egész napos kutatása, az embertársainktól és az eseményekből való tanulás és a dolgok mögött meghúzódó Igazság felismerése, önmagunk elvesztése a tudás- és tapasztalatgyűjtés művészetében, az alkalmak

megragadása, amikor mindezeket mások érdekében felhasználhatjuk. Ezáltal munkánk és szabadidőnk minden pillanatát betölti a tanulás vágya, a valódi dolgok, igazi kalandok és értelmes tettek iránti igény, s ha fejlesztjük a képességünket, azt fogjuk észrevenni, hogy ismét örülni tudunk a legkisebb eseménynek is, és mindaz, amit korábban unalmasnak és mindennapinak találtunk, jó alkalom a kutatásra és a kalandra. Az igazi örömet az élet egyszerű dolgaiban találhatjuk meg - az egyszerű dolgokban, mivel ezek állnak közel a nagy Igazsághoz.

A belenyugvás, mely az élet útjának figyelmetlen utazójává tesz minket, számtalan káros befolyás előtt nyit ajtót, amelyek soha nem kaphatnának erőre, ha mindennapi életünket a szellem és a kaland öröme uralná. Bárhol találhatjuk magunkat ilyen helyzetben: akár egy emberektől nyüzsgő nagyvárosban akár magányos birkapásztorként a hegyekben, arra kell törekednünk, hogy az egyhangúságot érdeklődés váltsa fel, az értelmetlen kötelességet a tapasztalatgyűjtés öröme, a hétköznapokat a emberiség és a Világegyetem nagy törvényeinek intenzív vizsgálata. Mindenütt van elegendő alkalom a Teremtés törvényeinek vizsgálatára, a hegyekben és völgyekben éppúgy, mint embertársaink között. Elsősorban is kalanddá kell változtatnunk életünket, amely teljesen leköti érdeklődésünket, ahol nem lehetséges az unalom, és az így megszerzett tudás alapján meg kell próbálnunk szellemünket Lelkünkkel és a Teremtés nagy Egységével összhangba hozni.

További alapvető segítséget hoz a félelem leküzdése. A valóságban a félelemnek nincs helye az emberiség természetes birodalmában, mivel a bennünk lakó Isteni Szikra, valódi önmagunk legyőzhetetlen és halhatatlan. Isten Gyermekéiként nincs okunk félelemre - ha mindezt felismerjük. A materializmus korában a félelem természetes módon éppen olyan mértékben nő, amilyen mértékben földi vagyontárgyakhoz mérjük magunkat (akár

testi dolgokhoz, akár külső birtokhoz), hiszen ha ezek alkotják világunkat, akkor félni fogunk attól, hogy elszalasztjuk megszerzésüket, hiszen olyan múlandók, oly nehéz megszerezni és lehetetlen egy rövid szempillantásnál tovább birtokolni őket. Szükségszerűen, tudatosan vagy tudattalanul, állandó félelemben kell élnünk, mert legbelül tudjuk, hogy értéktárgyainkat bármikor elveszíthetjük és legfeljebb életünk rövid ideje alatt lehetnek a birtokunkban.

A mai időkben oly magasra szökött a betegségtől való félelem, hogy valós károkat okoz, mert megnyitja az ajtót félelmünk tárgya előtt és megkönnyíti fellépését. E félelem valójában önszeretet, mert ha csakis mások boldogulásával törődnénk, nem lenne időnk a személyes betegségekől való félelemre. Manapság a félelem nagy szerepet játszik a betegség felerősítésében és a modern tudomány azáltal erősíti meg rémuralmát, hogy felfedezéseit, amelyek csupán féligazságok, a széles nyilvánosság elé tárja. A baktériumokról és más betegségek okozókról való tudás emberek ezreire van pusztító hatással, mivel az e tudás által előidézett félelem révén fogékonyabbá válnak a betegségekre. Jóllehet az egyszerűbb életformák, mint például a baktériumok, valóban szerepet játszanak a testi betegségek kialakulásában, semmiképpen nem jelentik a probléma teljes megoldását, ahogyan azt tudományosan vagy a mindennapokban gondolják. Van egy tényező, amit a tudomány tisztán fizikai megközelítésmódja miatt nem érthet meg: egyesek miért oly fogékonyak a fertőzésekre, míg mások teljesen védettek maradnak, holott mindannyian ugyanannyi fertőződési lehetőségnek vagyunk kitéve. A materializmus elfelejtette, hogy léteznek a fizikai sík fölötti tényezők is, amelyek hétköznapi életvitel mellett egyes embereket megvédenek vagy éppen fogékonyá tesznek bizonyos betegségekre. A félelem a szellemünkre gyakorolt kedvezőtlen hatása által, ami diszharmóniát okoz fizikai és energetikai testünkben

egyaránt, megnyitja az utat a betegségokozó csírák előtt. Ha a baktériumok és hasonlóknak lennének a betegségek egyetlen okozói, akkor csakugyan lenne okunk a félelemre. Ismerjük fel, hogy még a legsúlyosabb járványokban is vannak, akik a fertőzésveszély ellenére védettek maradnak, és azt is, hogy, amint korábban már láttuk, a betegségek valódi okai személyiségünkben keresendők; ha ezeket kontrollálni tudjuk, akkor félelem és rettegés nélkül élhetünk, tudván, hogy a gyógyszer bennünk rejlik. Számúzhatjuk gondolatainkból a félelmet, amely a mikrobákat és vegyi anyagokat tartja a betegségek egyedüli okozóinak, hiszen tudjuk, hogy éppen e félelem tesz minket fogékonyá a betegségekre, és ha harmóniát teremtünk személyiségünkben, akkor nem kell jobban félnünk a betegségtől, mint a villámcsapástól vagy egy meteor ránk zuhanó darabjától.

S most forduljunk fizikai testünk felé! Soha nem szabad elfelejtenünk, hogy a test csak a Lélek földi lakhelye, amelyben csak rövid időt töltünk, hogy érintkezessünk a világgal, hogy tapasztalatot és tudást gyűjthessünk. Anélkül, hogy túlságosan azonosulnánk testünkkel, tisztelettel és gondoskodással kell kezelni, hogy egészséges maradjon és kitartson addig, míg teljesítjük feladatunkat. Soha, egyetlen pillanatra sem lenne szabad túlságosan igénybe vennünk vagy túlerőltetnünk, s meg kellene tanulnunk lehetőség szerint minél kevésbé befolyásoltatni magunkat állapotától; egyszerűen lelkünk és szellemünk járművének és szolgálójának tekinteni, amelyet akaratunk irányít. Nagy jelentőséggel bír a külső-belső tisztaság. Hogy az első elérjük, nyugaton meleg vizet használunk, ami tágítja a pórusokat és lehetővé teszi a kosz behatolását. Ráadásul a szappan túlzott használata ragadóssá teszi a bőr felületét. A hideg vagy kézmeleg víz, zuhany vagy többször cserélt fürdő formájában jobban megfelel a természetes tisztulásnak és egészségesebben tartja a testet. Csak annyi szappant szabad használnunk,

amennyi a látható piszok eltüntetéséhez feltétlenül szükséges, és fürdés után friss vízzel le kell mosnunk.

A belső tisztaság a táplálkozástól függ, csakis tiszta, egészséges és friss táplálékot szabad fogyasztanunk, főként gyümölcsöt, zöldségeket és magvakat. Az állati húst kerülnünk kellene. Először, mivel fizikai mérgek kerülnek általa a szervezetbe, másodsor, mivel túlzott étvágyat kelt, és harmadszor, mivel bűn

az állatvilággal szemben. A test tisztítására sok folyadékot kell magunkhoz vennünk, vizet, természetes bort és természetes eredetű italokat, s kerülnünk kell a mesterséges desztillátumokat is.

Nem szabad túl sokat aludnunk, mivel sokunk ébren jobban tudja kontrollálni magát, mint álmában. A régi mondás: Ha a másik oldaladra fordulnál, itt az ideje a felkelésnek egyértelmű iránymutató a felkelés idejére nézve.

A ruházat legyen könnyű, és a hőmérséklethez szabott. Engedje meg a test szellőzését, mivel a bőrnek minél több napfényre és friss levegőre van szüksége. A víz- és napfürdők nagyon hasznosak az egészség és a vitalitás fenntartásában.

Minden cselekedetünkben keresnünk kell az örömet, és kerülnünk a kételkedést, a depressziót. Gondoljunk arra, hogy ezek nem belőlünk erednek, hiszen Lelkünk csak az örömet és a boldogságot ismeri.

NYOLCADIK FEJEZET

Láthatjuk tehát, hogy a betegség feletti győzelem főképpen a következőktől függ: először, lényünk Isteni voltának felismerése, és következetes törekvés minden rossz legyőzésére. Másodsor, annak felismerése, hogy a betegség oka a Lelkünk és személyiségünk közötti diszharmóniában rejlik. Harmadsor, készségünk és képességünk a diszharmóniát okozó hiba felfedezésére. És negyedszer, minden efféle hiba legyőzése az ellentétes erény fejlesztésével.

A gyógyító művészet feladata abban áll majd, hogy hozzásegítsen minket a szükséges tudáshoz, és mindazokhoz az eszközökhöz, amelyekkel a betegség legyőzhető; s emellett olyan gyógyító szereket ajánljon, melyek testünket-lelkünket egyaránt erősítik. Ekkor leszünk képesek a győzelem reményével szembeállni a betegséggel. A jövő orvosi iskolája nem fog különösebben törődni a betegségek hatásaival és tüneteivel, s nem fog túlzott figyelmet fordítani a testi betegségekre vagy gyógyszerek és kémiai készítmények előállítására, hogy tüneteinket enyhítse. Sokkal inkább arra koncentrálja majd erőfeszítéseit, hogy harmóniát teremtsen a test, a szellem és a Lélek között, és így enyhítse és gyógyítsa a betegséget. Ha a szellemet eléggé korán kiigazítjuk, a betegség ki sem tud törni.

A különböző orvosságok között, amelyeket használ majd, ott lesznek a legszebb virágokból és gyógyfüvekből készületek, melyek a Természet patikájában találhatóak, és amelyeket a Teremtő az ember testét és szellemét gyógyító erővel ruházott fel.

Gyakorolnunk kell a harmónia és béke elérését, a céltudatosságot, és fejlesztenünk kell egyéniségünket és Isteni Eredetünkről szóló tudásunkat. Észben kell

tartanunk, hogy Isten gyermekei vagyunk és ezért bennünk lakik a tökéletesség eléréséhez szükséges erő, csak fejlesztenünk kell. E bizonyosságnak nőnie kell bennünk, míg lényünk legfontosabb tulajdonságává nem válik. Kitartóan fejlesztenünk kell békénket, szellemünket tónak képzelve, melynek mindig nyugodtnak, hullámoktól mentesnek kell maradnia, s melynek nyugalját soha semmi nem zavarhatja meg. Fokozatosan kell eljutnunk a béke ezen állapotához, míg az élet egyetlen eseménye, semmilyen külső körülmény, sem más ember nem képes e tő felszínét megzavarni, idegessé, depresszióssá vagy éppen kételkedővé tenni minket. Segíteni fog, ha nap mint nap szakítunk időt a béke szépsége és a nyugalom szükségessége feletti csendes elmélkedésre, és felismerjük, hogy sem az aggodalmak, sem a sietség által nem érhetünk el annyit, mint a nyugodt gondolkodás és cselekvés révén. Viselkedésünk összhangba hozása Lelkünk parancsaival, harmóniánk és belső békénk fenntartása, hogy a világ zavaró hatásait és próbatételeit zavartalanul viseljük: mindez önmagában is nagy teljesítmény, mely Békét és megértést hoz nekünk. S bár mindez látszólag talán álmaink határát súrolja, türelemmel és kitartással mindannyiunk számára elérhető.

Senki nem kívánja tőlünk, hogy szentek, mártírok vagy hírességek legyünk. Legtöbbünknek kevésbé feltűnő feladatai vannak. De mindannyiunknak át kell éreznie az örömet, az élet kaland mivoltát és a Lelke által meghatározott feladatot boldogan kell teljesítenie.

Azoknak, akik betegek, a szellemi béke és a Lélekkel való összhang a legnagyobb segítség a gyógyulásban. A jövő orvostudománya és betegápolása jóval több figyelmet fordít majd a betegek belső állapotára, mint a mai, amely, képtelen lévén egy betegség előrehaladását mással, mint tudományos eszközökkel megítélni, csakis gyakori hőmérőzésre és hasonlókra tud gondolni. Mindezek a test és a szellem a gyógyuláshoz oly szükséges nyugalját és

kikapcsolódását inkább megzavarják, semmint elősegítik. Semmi kétség nem férhet hozzá, hogy legalább az enyhébb betegségek még kitörésük előtt legyőzhetőek lennének, ha csak néhány órát kikapcsolódással és a lelkünkkel való összhang helyreállításával töltenénk. E pillanatokban csak töredékét kellene azon nyugalomnak megvalósítanunk, amit Krisztus szimbolizált, amikor azt parancsolta a viharok a Genezáreti tó felett: Béke, nyugodj meg.

Életünk minősége személyiségünk és Lelkünk összhangjától függ. Minél szorosabb kapcsolatban van e kettő, annál nagyobb bennünk a harmónia és a béke, annál világosabb az Igazság fénye és a magasabb síkokról eredő boldogság sugárzása. Ezek hozzájárulnak ahhoz, hogy ne ijedjünk meg a világ nehézségeitől és borzalmaitól, hiszen eredetük Isten Örök Igazságában van. Az igazság ismerete bizonyosságot is ad nekünk, hogy bármilyen tragikusnak tűnjenek is a világ egyes eseményei, ezek csak az ember fejlődésének köztes állomásai, hiszen maga a betegség is jótékony és bizonyos törvényszerűségeket követ, amelyek végső soron javunkra válnak és folyamatosan a tökéletesedés felé terelnek minket. Azokat, akik bírják e tudást, a mások számára nehezen elviselhető események sem érintik vagy ijesztik meg. Minden bizonytalanság, félelem és kételkedés örökre eltűnik. Csak ha állandó kapcsolatban vagyunk Lelkünkkel, Égi Atyánkkal, akkor lesz a világ valóban örömteli és káros befolyásoktól mentes.

Nem engedtetett meg nekünk, hogy Isteni voltunk nagyszerűségét vagy Sorsunk hatalmát és a ránk váró dicsőséges jövőt megismerjük. Ha ez lenne a helyzet, az élet nem próbatétel lenne, és erőfeszítéseket sem kellene tennünk. Erőnk abban rejlik, hogy jórészt rejtve maradnak előttünk e nagyszerű dolgok és mégis van annyi hitünk és bátorságunk, hogy jól éljük le életünket e földön és felülkerekedjünk a nehézségeken. A Felsőbb Énünkkel való összekapcsolódással visszaállíthatjuk harmóniánkat, ami lehetővé teszi számunkra, hogy leküzdjünk minden világi

próbatételt, a sorsunk beteljesüléséhez vezető ösvényen maradjunk, és kikerüljük a félrevezető befolyásokat.

S végül fejlesztenünk kell személyiségünket, meg kell szabadítani minden világi befolyástól, hogy a magunk mestereivé válhassunk, csak Lelkünk parancsait kövessük, s hajónkat másoktól és a körülményektől érintetlenül kormányozzuk az élet zajos tengerén, soha nem hagyván el a becületesség kormányát, vagy engedvén át az irányítást valaki másnak. El kell érünk a tökéletes és teljes szabadságot, hogy minden, amit teszünk, minden cselekedetünk és gondolatunk belőlünk fakadjon, hiszen csak így tudunk saját indíttatásaink szerint élni és önként adni.

A legnagyobb nehézséget manapság talán a hozzánk legközelebb állók okozzák, akikben oly ijesztően fejeződik ki a konvencióktól való félelem és a rosszul értelmezett kötelességtudat. De erősödnünk kell bátorságunkban, mely sokunkban elegendő az élet nagy problémáival szemben, de gyakran kevésnek bizonyul a személyes próbatételek során. Képesnek kell lennünk személytelenül meghatározni, hogy mi helyes és mi helytelen, és a jelenben is a barátoktól vagy rokonoktól való félelem nélkül cselekedni. Közülünk hányan hősök a külvilággal szemben és félénkek otthon! S bár a Sorsunk beteljesítésétől eltérítő eszközök nagyon finomak lehetnek, mint például a szeretet és a rokonszenv látszata vagy a rossz kötelességtudat, mégis rabszolgává tesznek minket és mások vágyainak és igényeinek fogságába taszítanak, ezért könyörtelenül szembe kell velük szállnunk. Ami kötelességünket illeti: csak Lelkünk hangjára hallgathatunk és egyedül azt követhetjük, ha nem akarjuk, hogy embertársaink akadályozzanak minket. Egyéniségünket a legvégsőig kell fejlesztenünk és meg kell tanulnunk úgy élni, hogy senki másra nem hallgatunk, csak Lelkünkre, mert ez vezet és segít minket a

felszabadulás és minden tudás és tapasztalat megszerzése felé.

Ügyeljünk ugyanakkor arra is, hogy minden embernek meghagyjuk a szabadságát, semmit ne várjunk el másoktól, de mindig legyünk készek segítő kezet nyújtani a szükség idején. Ezzel mindazok, akikkel életünkben találkozunk, legyenek anyák, házastársak, gyerekek, idegenek vagy barátok, társaink lesznek utazásunkban. Ne feledjük: spirituális fejlődésében bármelyikük állhat nálunk magasabban vagy alacsonyabban, mégis mindannyian az emberiség tagjai vagyunk és részei egy még magasabb közösségnek, amely ugyanazt az utat teszi meg a dicsőséges cél felé.

Állhatatosnak kell lennünk határozottságunkban, szilárd akaratúaknak, hogy elérjük a hegycsúcst. Egy pillanatig se sajnáljuk, ha rossz lépést teszünk! Nincs hegymászás hibák és zuhanások nélkül, ezeket tapasztalatoknak kell tekintenünk, amelyek segítenek a jövőben kevesebbet botlanunk. Ne kínozzuk magunkat a múlt hibáival! Elmúltak és az általuk megszerzett tudás hozzájárul ahhoz, hogy legközelebb ne ismétlődhessenek meg. Kitartóan előre és felfelé kell törekednünk, semmit sem sajnálva és vissza sem nézve, mert már az egy órával ezelőtti múlt is mögöttünk van, a dicsőséges jövő, sugárzó fényével pedig mindig előttünk. Minden félelmet el kell felednünk! Soha nem telepedhettek volna az emberi gondolatok közé, ha nem veszítjük el Isteni Eredetünk tudását. Idegenek tőlünk, mert mi Isten Fiaiként, az Isteni Élet Szikráiként halhatatlanok, legyőzhetetlenek és sérthetetlenek vagyunk. A betegség látszólag gonosz, mivel a helytelen cselekedetek és gondolatok büntetése, másokkal szembeni gonoszságok következménye. Ezért szükséges, hogy tökéletessé fejlesszük lényünkben a szeretetet és a testvériséget, s így a jövőben képtelenek legyünk a gonoszságra.

A Szeretemben való fejlődés az Egység felismerését hozza magával, és az igazságét, miszerint mindannyian az Egyetlen, Nagy Teremtés részei vagyunk.

Az én és az elkülönülés minden problémánk okozója, s azonnal eltűnnek, ha a Szeretet és a nagy Egység tudása lényünk részévé válik. A világegyetem Isten látható formája; születésekor az újjászületett Isten, megsemmisülésekor a magasan fejlett Isten. Ugyanez érvényes az emberekre is: testük megnyilvánult önmaguk, belső lényegük testetöltése; saját maguk kifejeződése, tudatuk tulajdonságainak materiális megnyilvánulása.

Nyugati civilizációnk Krisztusban és tanaiban található meg a tökéletesség sugárzó példáját. Krisztus mindannyiunk számára Közvetítőként szolgál személyiségünk és Lelkünk között. Az volt a küldetése a földön, hogy megtanítsa nekünk, hogyan valósíthatjuk meg a kommunikációt és a harmóniát Felsőbb Énünkkel, Égi Atyánkkal, s hogyan érhetjük el a tökéletességet minden dolgok Teremtőjének Akarata szerint.

Ugyanezt tanította Buddha és a többi mester, akik időről időre megjelentek a földön, hogy megmutassák az embereknek a tökéletesedés útját. Nincs kompromisszum az emberiség számára. Az Igazságot fel kell ismerni és az embernek egyesülnie kell Teremtője Szeretetének végtelen törvényével.

És így jön el, testvéreim, Isteni Valótok felismerésének nagyszerű fénye, és arra ösztönöz titeket, hogy kitartóan és komolyan a boldogság Nagy Tervének és elterjesztésének szenteljétek magatokat, a Nagy Fehér Testvériség tagjaival karöltve, amelynek vezérelve az engedelmesség Isten akaratának és akinek nagy öröme telik fiatalabb testvéreinek, az embereknek a szolgálatában.

For more information on Dr Bach and his work...

For self-help guides to Dr Bach's remedies..

For recommended books...

For help choosing remedies...

For access to fully-trained practitioners...

For education...

For free downloads...

For an interactive forum...

For opinion and comment...

For newsletters...

For links to information in many languages...

www.bachcentre.com

