

Thorwald Dethlefsen—Ruediger Dahlke

# ÚT *a teljességhez*

**A BETEGSÉGEK JELENTÉSE  
ÉS JELENTŐSÉGE**

**TÖBB MINT 1 MILLIÓ ELADOTT PÉLDÁNY!**

**BIOENERGETIC KIADÓ**

# TARTALOMJEGYZÉK

|                                                                     |     |
|---------------------------------------------------------------------|-----|
| Előszó                                                              | 9   |
| I. RÉSZ                                                             |     |
| <b>A betegség és a gyógyulás megértésének elméleti feltételei</b>   | 11  |
| 1. Betegség és szimptóma                                            | 13  |
| 2. Polaritás és egység                                              | 23  |
| 3. Az árnyék                                                        | 43  |
| 4. Jó és rossz                                                      | 50  |
| 5. Az ember beteg                                                   | 60  |
| 6. Keressük az okokat                                               | 65  |
| 7. Vizsgálódásunk módszerei                                         | 75  |
| II. RÉSZ                                                            |     |
| <b>A betegség jelentése és jelentősége (Kórképek és jelentésük)</b> | 95  |
| 1. A fertőzés                                                       | 97  |
| 2. Az elhárítás rendszere                                           | 109 |
| 3. A légzés                                                         | 113 |
| Tüdőasztma (asthma bronchiale)                                      | 116 |
| Megfázás és influenzás bántalmak                                    | 121 |
| 4. Az emésztés                                                      | 124 |
| A fogak                                                             | 126 |
| A nyelés                                                            | 128 |
| Hányinger és hányás                                                 | 129 |
| A gyomor                                                            | 130 |
| A vékonybél és a vastagbél                                          | 132 |
| A hasnyálmirigy                                                     | 135 |
| A máj                                                               | 136 |
| Az epehólyag                                                        | 138 |
| A kóros lesóványodás (anorexia nervosa)                             | 139 |

|                                             |     |
|---------------------------------------------|-----|
| 5. Az érzékszervek                          | 142 |
| A szem                                      | 144 |
| A fül                                       | 148 |
| 6. Fejfájás                                 | 150 |
| Migrén                                      | 152 |
| 7. A bőr                                    | 156 |
| Bőrküütések                                 | 159 |
| Viszketegség                                | 162 |
| 8. A vese                                   | 164 |
| Vesezsugor – művese                         | 170 |
| A hólyag                                    | 171 |
| 9. Szexualitás és terhesség                 | 174 |
| Menstruációs panaszok                       | 175 |
| Álterhesség (pszeudograviditás)             | 178 |
| Terhességi problémák                        | 179 |
| Terhességi gesztózis                        | 180 |
| Szülés és szoptatás                         | 181 |
| Sterilitás (fogamzásképtelenség)            | 182 |
| Menopausa és klimaktérium (a változás évei) | 182 |
| Frigiditás és impotencia                    | 183 |
| 10. Szív és vérkeringés                     | 186 |
| Alacsony vérnyomás – magas vérnyomás        | 186 |
| A szív                                      | 188 |
| Kötőszöveti gyengeség, visszér, trombózis   | 192 |
| 11. Mozgásszervek és idegek                 | 194 |
| A tartás                                    | 194 |
| Porckorong és isiász                        | 196 |
| Az ízületek                                 | 197 |
| Reumatikus jellegű bántalmak                | 199 |
| Motorikus zavarok: ferde nyak, írógörcs     | 202 |
| Körömrágás                                  | 204 |
| Dadogás                                     | 205 |

|                                                     |     |
|-----------------------------------------------------|-----|
| 12. Balesetek                                       | 207 |
| A közlekedési balesetek                             | 209 |
| Otthoni és üzemi balesetek                          | 212 |
| Csonttörés                                          | 213 |
| 13. Pszichés tünetek                                | 215 |
| A depresszió                                        | 217 |
| Az álmatlanság                                      | 219 |
| Szenvedélybetegségek                                | 223 |
| 14. Rák (rosszindulatú sejtburjánzás)               | 227 |
| 15. AIDS                                            | 235 |
| 16. Mi a teendő?                                    | 242 |
| A szervek és testrészek pszichés fogalmi megfelelői | 251 |

## ELŐSZÓ

Ez a könyv nem lesz kényelmes olvasmány, mert megfoszt attól a lehetőségtől, hogy a betegséget alibiként használjuk fel megoldatlan problémáinkra. Azt akarjuk ugyanis bemutatni, hogy a beteg nem a természet valamiféle tökéletlenségének áldozata, hanem igenis maga a tettes. És itt nem a környezet-szennyező anyagokra, a civilizációra, az egészségtelen életre és más hasonló, jól ismert „bűnösökre” gondolunk; mi a betegségek metafizikus aspektusát szeretnénk előtérbe állítani. E szemszögből a tünetek pszichés konfliktusok testi megjelenési formái, s szimbolikájuk módot nyújt a páciens mindenkori problémájának megfejtésére.

A könyv első részében az elméleti alapokat s a betegség filozófiáját tárgyaljuk. Nyomatékosan javasoljuk, hogy ezt az első részt gondosan és pontosan, lehetőség szerint többször olvassák el, mielőtt a második részhez hozzákezdenének. Ez a munka előző könyvem, *A sors mint esély* folytatásának vagy szövegmagyarázatának is tekinthető, bár törekedtem arra, hogy az olvasó zárt, egységes művet kapjon a kezébe. Ennek ellenére *A sors mint esély* olvasása – különösen, ha az elméleti rész nehézségeket okozna – kedvező előfeltételt teremthet a könyv megértéséhez, illetve kiegészítheti azt.

A második részben a leggyakrabban előforduló betegségeket szimbolikus jelentésükben mutatjuk be, s pszichés problémák megjelenési formáiként értelmezzük őket. A könyv végén az egyes tünetek betűrendes jegyzéke segít az olvasónak a keresett betegség megtalálásában. Szándékunk azonban első-sorban az, hogy egy olyan új látásmódot hozzunk közel az olvasóhoz, amelynek segítségével megérti és értelmezni tudja tünetei jelentését.

A betegség témája emellett alkalmat ad olyan világszemléleti és ezoterikus eszmék kifejtésére is, amelyek szétfeszítik a betegség téma szűk kereteit.

Ez a könyv nem nehéz, de nem is olyan egyszerű vagy banális, mint amilyennek azok szemében tűnhet fel, akik koncepciókat nem értik meg. Ez a könyv nem „tudományos”, hiszen hiányzik belőle a „tudományos leírásokra” jellemző óvatosság. Olyan emberek számára íródott, akik hajlandók saját útjukat járni, ahelyett hogy az út szélén üldögélve idejüket zsonglörködéssel vagy semmire sem kötelező elcsépeklis ismételtetésével töltenék. Olyanok számára, akiknek a megvilágosodás a célja, s akiknek a tudományra nincs idejük – a tudásra van szükségük. Könyvünk sok ellenállásba fog ütközni –

mégis reméljük, hogy azokhoz (a kevesekhez vagy sokakhoz) is eljut, akik életútjuk során segédeszközként kívánják felhasználni. Kizárólag nekik írtuk ezt a könyvet.

München, 1983. február

A szerzők

## I. RÉSZ

# A betegség és a gyógyulás megértésének elméleti feltételei

# 1. Betegség és szimptóma

*Az emberi elme  
A valódi tanítást nem fogja föl.  
Mégis mily szívesen  
Vitáznátok velem  
Ha kétségeitek vannak  
És semmit sem értetek.*  
Yoka Daishi „Shodoka”

Oly korban élünk, melyben a modern orvostudomány naponta képeszti el a laikust csodával határos lehetőségeivel és eredményeivel. Ugyanakkor egyre erősödnek azok a hangok, amelyek ezzel a szinte mindentudó modern orvostudománnyal szemben bizalmatlanságnak adnak kifejezést. Egyre növekszik azoknak a száma, akik lényegesen nagyobb bizalommal fordulnak a természetgyógyászat ősi vagy modern módszerei vagy a gyógyítás művészetének homeopátiás módja, mint magasan fejlett orvostudományunk felé. A kritika sokféle alapja lehet – a mellékhatások, a tünetváltás, az emberiség hiánya, a költségek robbanása és számos más probléma –, a bírálat tárgyánál sokkal érdekesebb azonban, hogy egyáltalán feltámadt ez a kritika. Még mielőtt ugyanis a bírálatok racionális feldolgozásához kezdenénk, támad egy olyan homályos érzésünk, hogy valami még sincs rendben, hogy a bejáratott út – dacára annak, vagy éppen amiatt, hogy következetesen van kiépítve – nem vezet a remélt célhoz. Az orvostudománnyal kapcsolatos ellenérzés sokunkban – köztük sok fiatal orvosban is – közös. Hamar szertefoszlik ez a közösség, ha az új, konkrét alternatív megoldások kerülnek szóba. Egyesek az orvoslás szocializálásában, mások a kemoterápia természetes, növényi gyógyszerekkel való helyettesítésében vélik megadni az üdvösség útját. Míg egyesek minden probléma megoldását a sugárzás kutatásában látják, mások a homeopátiára esküsznek. Az akupunktúrát gyakorlók és a góckutatók azt követelik, hogy az orvosi szemlélet forduljon a testi folyamatok megítélésében a morfológiai szintről az energetikai szint felé. Az akadémikus orvostudományon kívül rekedt irányzatokat és módszereket együttesen szívesen nevezik holisztikus orvostudománynak; ez azon törekvéseket jelenti, amelyek amellet, hogy nyitottak az orvosi módszerek sokfélesége előtt, semmiképpen

nem akarják szem elől téveszteni a teljes embert mint testi-lelki egységet. Időközben ugyanis majdnem mindenki felismerte, hogy az akadémikus orvostudomány az embert mint teljességet szem elől tévesztette.

A kutatás alapkonceptiója, a specializáció és az analízis, a részletek egyre kimerítőbb s egyre pontosabb ismeretével, szükségszerűen egyre inkább háttérbe szorította az embert.

Ha az orvostudományban folyó, egyébként meglehetősen frissítő vitákat s mozgásokat figyeljük, hamarosan feltűnik, hogy ezek a viták mennyire csak a különböző módszerekre s azok működésére korlátozódnak, s mily kevésbé szólnak az orvostudomány elméletéről, illetve filozófiájáról. Bár az orvostudomány a legnagyobb mértékben a konkrét gyakorlati teendőkből él, minden tevékenységében – tudatosan vagy tudattalanul – a mögötte álló filozófia fejeződik ki. A modern orvostudomány nem cselekvési lehetőségein bukik el, hanem azon a világhépen, amelyre – a legteljesebb csendben s minden reflexió nélkül – cselekvéseit építi. A modern orvostudomány saját filozófiáján bukik el, pontosabban: a filozófia hiányán. Az orvosi tevékenységet mindeddig csak a funkcionalitás és a hatékonyság orientálta; a tartalmi aspektusok hiánya feljogosítja a kritikát az „embertelenség” vádjára. Bár ez az „embertelenség” sok konkrét, külső szituációban megnyilvánul, ám ez a szituációk további funkcionális változtatásán keresztül nem hárítható el. Az orvostudomány beteg, s e betegségnek sok tünete van. Azonban, miként a többi páciens, az orvostudomány sem gyógyítható tüneteinek orvoslásával.

Az akadémikus orvostudomány kritikusainak és az alternatív gyógy módok hirdetőinek többsége mégis – egészen magától értetődően – magáévá teszi az orvostudomány világhépet és céljait, s teljes energiáját a formák (módszerek) megváltoztatására fordítja.

Könyvünkben a betegség és a gyógyulás kérdéskörét új módon közelítjük meg. Egyáltalán nem áll szándékunkban az e területen megszokott, hagyományos s mindenki által oly megingathatatlanak hitt alapértékeket átvenni. Ezért is nehéz és veszélyes a vállalkozásunk: ugyanis nem kerülhetjük el, hogy kíméletlenül utána ne menjünk olyan kérdéseknek is, amelyeket kollektív tabu óv a vizsgálódástól. Tudatában vagyunk annak, hogy ezzel olyan irányba lépünk, mely nem vág egybe az orvostudomány fejlődésének irányával. Szemléletmódunk jegyében több gondolati lépcsőt átugrunk, ennek feldolgozása az orvostudományra vár. Mindennek mély megértése előfeltétele annak, hogy a könyvünkben található koncepciót tartalmilag követni tudják majd. Ezért írásunkkal nem a kollektív orvostudományhoz, hanem olyan egyénekhez for-

dulunk, akik a személyes belátás tekintetében a (kissé rest) kollektív fejlődésnek némileg elébe vágta.

A funkcionális folyamatoknak önmagukban sosincs értelmük. Egy esemény értelme az értelmezés során derül ki, amikor is a dolog jelentése megismerhetővé válik.

Így például elszigetelten szemlélve a higanyoszlop emelkedése egy üvegcsőben tökéletesen értelmetlen; ha azonban ezt az eseményt a hőmérséklet-változás kifejezéséként értelmezzük, a folyamat jelentőségteljes lesz. Ha felhagyunk azzal, hogy a világ eseményeit és sorsunkat értelmezzük, létünk jelentéktelenségbe, értelmetlenségbe süllyed. Ahhoz, hogy értelmezni tudjunk valamit, olyan vonatkoztatási keretre van szükségünk, amely kívül esik azon a szinten, amelyen az értelmezendő esemény manifesztálódik.

Ennek megfelelően anyagi, formális világunk folyamatai is csak akkor értelmezhetők, ha az értelmezésben segítségünkre van egy metafizikus vonatkoztatási rendszer. Csak akkor lesz jelentőségteljes s értelmes számunkra a formák látható világa, ha „hasonlattá válik” (Goethe). Amint a betűk és a számok is csak formális hordozói a mögöttük lévő ideának, minden látható, konkrét és funkcionális dolog egy idea kifejezése, s így közvetítő a láthatatlan világába is. E két területet röviden formának és tartalomnak is nevezhetjük. A formában kifejezésre jut a tartalom, s ezáltal a formák *jelentőségteljesek* lesznek. Azok az írásjelek, amelyek nem közvetítenek ideát és jelentést, értelmetlenek, üresek maradnak számunkra. Ezen a jelek legtárgyilagosabb elemzése sem változtathat. Teljesen világos és érthető ez a művészetben is. Egy festmény értéke nem függ a felhasznált vászon és festék minőségétől, a kép anyagi alkotórészei csak a művész által alkotott belső kép ideájának hordozói, közvetítői. A vászon és a festék csak az amúgy láthatatlan láthatóvá tételét szolgálja, ezáltal egy metafizikai tartalom fizikai kifejezési formája.

Egyszerű példáinkkal csak e könyv módszerének megértéséhez kívántunk segítséget nyújtani; ahhoz a módszerhez, amely a betegség és a gyógyulás témáját értelmezve szemléli. Ezzel szándékosan és egyértelműen kilépünk az „orvostudomány” területéről. „Tudományosságra” nem tartunk igényt, kiindulópontunk teljesen más – ebből következik az is, hogy szemléletmódunkat tudományos okfejtés vagy kritika nem sértheti. Szándékosan hagyjuk magunk mögött a tudományos kereteket, mivel azok a funkcionális szintre korlátozódnak, s ezzel párhuzamosan megakadályozzák, hogy a dolgok jelentősége és értelme áttetszővé váljék.

Eljárásunk nem a megrögzött racionalistákhoz és materialistákhoz szól, hanem azokhoz, akik készek az emberi tudat kusza és korántsem mindig logikus ösvényeit járni. Az emberi lélek területén tett utazásunkban segítségünkre lehet a képszerű gondolkodás, a fantázia, az asszociáció, az irónia és az, ha van fülünk a nyelvben rejlő rejtett jelentések megértésére. Ahhoz, hogy utunkat bejárhassuk, képesnek kell lennünk elviselni az ambivalenciát, a paradoxonokat, és nem szabad kikényszerítenünk az egyértelműséget azért, hogy az egyik pólust azonnal megsemmisítsük a másik javára.

Mind az orvostudomány, mind a népnyelv különböző *betegségekről* beszél. A köznyelvi szóhasználat igen világosan rámutat arra a szélesen elterjedt félreértésre, amely a *betegség* fogalma mögött húzódik meg. A betegség olyan szó, amelyet tulajdonképpen csak egyes számban használhatunk, a többes szám: *betegségek*, éppen olyan értelmetlen, mint az egészség többes száma: *egészségek*. A betegség és az egészség olyan fogalmak, amelyeket csak egyes számban használhatunk, hiszen az ember állapotára vonatkoznak, és nem szervekre vagy testrészekre, amint az mindennapos a mai nyelvhasználatban. A test sosem beteg vagy egészséges, a testben csak a tudat információi fejeződnek ki. A test semmit sem tesz magától, erről mindannyian meggyőződhetünk, ha megtekintünk egy holttestet. Az élő ember teste működését éppen annak a két nem anyagi természetű instanciának köszönheti, melyet tudatnak (léleknek) és életnek (szellem) nevezünk. A testben a tudat információi manifesztálódnak, s válnak ezáltal láthatóvá. A tudat úgy viszonyul a testhez, mint a rádióműsor a rádióvevőhöz. Miután a tudat nem anyagi jellegű, önálló minőség, természetesen független a test bármely termékétől, sőt annak lététől is. Ami egy élőlény testében történik, mindenkor egy megfelelő információ kifejezése, illetve egy megfelelő kép összesűrűsödése (a kép görögül eidolon, s ez megfelel az „idea” fogalmának is). Az, hogy a pulzus, a szív bizonyos ritmust követ, hogy a test hőmérséklete állandó, hogy a mirigyek hormonokat ürítenek vagy a test ellenanyagokat termel, nem magyarázható magából az anyagból. A test működése összességében azoktól az információktól függ, amelyeknek kiindulópontja az emberi tudat. A legkülönbözőbb testműködések harmonikus összjátéka során jön létre azután az a minta, amelyet *egészségnek* nevezünk. Ha valamely testfunkció letér a pályáról, ezzel többé-kevésbé ezt a harmóniát veszélyezteti, ezért ilyenkor *betegségről* beszélünk.

A betegség tehát azt jelenti, hogy letértünk a harmónia útjáról, illetve kérdésessé tettünk egy addig kiegyensúlyozott rendet (később látni fogjuk, hogy más szemszögből a betegség tulajdonképpen ennek az egyensúlynak a helyre-

állítás). A harmónia zavara azonban a tudatban, az információk szintjén áll fenn, a testben csak *megmutatkozik*. A test ily módon csak egy megjelenítési vagy megvalósítási szint, amely a tudatban lejátszódó folyamatokat és változásokat tükrözi. Miként az anyagi világ sem más, mint színpad, amelyen az ősképek formát öltenek, s ezáltal *példázat*, analóg módon a test sem más, mint az a színpad, amelyen a tudat képei jelennek meg. Így, ha egy ember tudati világa *kizökken egyensúlyából*, ez testi tünetekben lesz *látható* és átélhető a számára. Félrevezető tehát azt állítani, hogy a test beteg; beteg csak az ember lehet – s *betegsége* testében jelentkezik tünetként. (Ha egy tragédiát bemutatnak, akkor sem a színpad tragikus, hanem a darab!)

Sokféle tünet létezik – de mindegyik ugyanazt a történést fejezi ki; azt, amit betegségnek nevezünk, s ami mindig is az emberi tudatban játszódik le. Tudat nélkül a test nem élhet, s így „beteg” sem lehet. Itt szeretnénk tisztázni, hogy szemléletünkben nincsen helye a betegségek ma szokásos osztályozásának – szomatikus, pszichoszomatikus, pszichés és elmebetegségekre. E felosztás a betegségek megértését sokkal inkább akadályozza, mintsem megkönnyítené.

Szemléletmódunk leginkább a pszichoszomatikus modellnek felel meg, mindenesetre azzal a különbséggel, hogy mi ezt a látásmódot használjuk *minden szimptóma* esetében, s kivételt nem ismerünk el. A „szomatikus”/„pszichés” különbségtétel legfeljebb arra a szintre vonatkozhat, amelyen valamely tünet manifesztálódik – nem használható azonban a betegség lokalizálására. Az „elmebetegség” ókori fogalma teljességgel félrevezető, az *elme (szellem)* nem tud megbetegedni – a betegségek e csoportjában olyan tünetekről van szó, amelyek a psziché, tehát az emberi tudat szintjén manifesztálódnak.

Könyvünkben a betegség olyan egységes képének kidolgozására törekszünk, melyben a „szomatikus”/„pszichés” különbségtétel legfeljebb a tünet domináns megjelenési szintjére vonatkozik.

Azzal, hogy fogalmi különbséget teszünk a betegség (tudati szint) és a tünet (testi szint) között, a betegséggel kapcsolatos szemléletmódunk szükségyszerűen eltolódik a ma közkeletű módszerekről, azaz a testi történések analíziséről a pszichés területnek ebben az összefüggésben ma korántsem közkeletű vagy megszokott vizsgálatára. Úgy járunk el, mint az a kritikus, aki a rossz színművet nem a díszlet, a berendezés vagy a színészek elemzésén, megváltoztatásán keresztül kívánja megközelíteni, hanem közvetlenül a darabot magát vizsgálja.

Ha valakinek valamely tünet manifesztálódik a testében, ez (többé-kevésbé) magára vonja az illető figyelmét, s ezzel megszakítja addigi életútja folyamatosságát. A tünet jelzés, amely magára irányítja figyelmünket, érdeklődésünket, energiáinkat, s kérdéssé teszi testünk addigi egyensúlyát. A tünetre oda kell figyelnünk – akár akarunk, akár nem.

Életünk e *kívülről* jövő megszakítását zavarként érzékeljük, s leginkább egy a célunk: megszabadulni ettől a zavaró valamitől (*magától a zavartól*). Nem akarjuk, hogy zavarjanak bennünket – s ezzel kezdetét veszi a tünet elleni küzdelem. Ez a küzdelem azonban maga is foglalkozás, odafordulás valamihez – így a tünet mindig eléri, hogy foglalkozzunk vele.

Hippokratész óta az orvostudomány mást sem tesz, mint bebeszéli a betegnek, hogy a tünet egy többé-kevésbé véletlen jelenség, melynek okát funkcionális folyamatokban kell keresnünk, s e funkcionális folyamatok kutatása a tudomány feladata. Az orvostudomány gondosan kerüli a tünetek *értelmezését*, s ezzel mind a tünetet, mind a betegséget a jelentéktelenség birodalmába száműzi. Ezzel viszont a jelzés elveszíti tulajdonképpeni funkcióját – a tünetből jelentés nélküli jelzés lett.

Hogy mindezt megvilágítsuk, nézzünk egy hasonlatot: egy autó műszerfalán különböző ellenőrző lámpák vannak, amelyek akkor villannak fel, ha a gépkocsi valamelyik fontos funkcióját nem teljesíti előírászerűen. Ha tehát konkrét esetben egy út során felvillan az egyik jelzőlámpa, ennek semmiképpen sem örülünk. A jelzés arra késztet bennünket, hogy utunkat megszakítsuk. Érthető nyugtalanságunk ellenére ostobaság lenne, ha a jelzőlámpára lennénk dühösekk; végül is csak egy olyan eseményről informál bennünket, amelyet egyébként nem vettünk volna ilyen hamar észre, hiszen egy számunkra „láthatatlan” területen zajlik. Így a jelzőlámpa felvillanása arra késztet bennünket, hogy kihívjunk egy autószerelőt, s beavatkozásával elérjük, hogy a lámpa ne villogjon többé, s így nyugodtan utazhassunk tovább. Ugyanakkor igencsak haragudnánk az autószerelőre, ha célunkat – vagyis hogy a lámpa ne égjen – úgy valósítaná meg, hogy kicsavarná az égőt. Bár a jelzőlámpa nem villogna többé – s mi tulajdonképpen ezt akartuk –, megítélésünk szerint a módszer, amely az eredményhez vezetett, mégis túlságosan felületes lenne. Észszerűbbnek tartjuk, ha a lámpa felvillanását feleslegessé tesszük, ahelyett hogy megakadályoznánk. Ehhez azonban el kell szakadnunk gondolatban a lámpától, s a mögötte lévő berendezésekre kell összpontosítanunk, hogy rájöjjünk, tulajdonképpen mi *nincs rendben*. A jelzőlámpa felvillanásával csak figyelmeztetni akart bennünket, hogy ezt a kérdést feltegyük.

Ami példánkban a jelzőlámpa volt, témánkban az a tünet. Bármilyen manifesztálódjék is tünetként a testünkben, az mindig egy láthatatlan folyamat látható kifejeződése, mely jelző funkciója által arra kíván figyelmeztetni bennünket, hogy szakítsuk meg utunkat, mert valami nincs rendben, s kérdezzünk rá, mi is az. Itt is ostobaság *haragudni* a tünetre, s éppenséggel abszurd, ha úgy akarjuk kikapcsolni, hogy megakadályozzuk manifesztációját. A tünetet nem kell megakadályozni megjelenésében, hanem feleslegessé kell tenni. Ehhez azonban tekintetünket el kell fordítanunk a tünetről, s *mélyebbre* kell néznünk, hogy megtanuljuk megérteni, mi az, amire a tünet figyelmeztet.

Az orvostudomány problémája éppen az, hogy képtelen erre a lépésre, minthogy túlságosan is megigézte a tünet. Ezért aztán azonosnak tartja a tünetet és a betegséget, azaz nem tudja a formát a tartalomtól elválasztani. Így költséges technikáival kezeli az emberi szerveket és testrészeket – és soha sem az embert, aki beteg. Alig várja, hogy elérkezzék az az idő, amikor minden tünetet csírájában tud elfojtani, s nem kérdi, lehetséges-e, értelmes-e ez a cél. Elképesztő, milyen kevésbé tudja kijózanítani őt a valóság e meglehetősen kérdéses célra irányuló hajtóvadászat eufóriájából. Végül is a betegek száma az úgynevezett modern, fejlett orvostudomány színre lépésével még az egy százalék törtrészével sem csökkent. Időtlen idők óta ugyanannyi a beteg – csak a tünetek változnak. E kijózanító tényről olyan statisztikákkal próbálják elkodósítani, amelyek csak meghatározott tünetcsoportokra vonatkoznak. Így például büszkén kijelentik, hogy legyőzték a fertőzőes betegségeket, anélkül hogy egy szóval is említénék, melyek azok a tünetek, amelyek mind jelentőségük, mind gyakoriságuk tekintetében ugyanezen időszakban megszorodtak.

Egy szemlélet csak akkor lehet őszinte, ha tünetek helyett a betegséget mint állapotot vizsgálja, mert ez az állapot bizony nem szorult vissza, s biztonsággal mondhatjuk, hogy a jövőben sem fog visszaszorulni. A betegség állapota, éppúgy, mint a halál, mélyen az emberi létben gyökerezik, s ártatlan funkcionális trükkökkel nem lehet az emberi világból kiiktatni. Ha a betegség és a halál nagyságát, méltóságát felfognánk, ennek fényében azt is látnánk, milyen nevetséges és korcs minden erőfeszítésünk, amely a fentiek legyőzésére tör. Természetesen védekezhetünk, amennyiben illúzióinkat nem adjuk fel, s továbbra is hiszünk saját nagyságunkban, mindenhatóságunkban, s a betegséget és a halált pusztá funkciókká degradáljuk.

Foglaljuk össze még egyszer: a betegség olyan emberi állapot, amely arra utal, hogy az érintett személy tudatában valami nincs *rendben*, illetve nem

*harmonizál.* A belső egyensúly elvesztése a testben tünetként manifesztálódik. A tünet ezáltal jelzés és információhordozó, amely fellépésével életünk addigi folyását megakasztja, s arra kényszerít bennünket, hogy figyelmet szenteljünk neki. A tünet azt jelzi, hogy *emberként, lelkes Lényként* vagyunk betegek, azaz belső lelki erőink zökkentek ki egyensúlyukból. A tünet tudatja velünk, hogy *valamire szükségünk van.* „Mire van szüksége?” – kérdezték régebben a beteget, de az mindig azzal válaszolt, amije volt: „Fájdalmaim vannak.”

Manapság már áttértek arra, hogy rögtön azt kérdezik: „Mi a baja?” Ha közelebről megvizsgáljuk, ez a kétféle kérdésfeltevés – egyszer, hogy „Mire van szüksége?”, másodjára, hogy „Mi a baja?” – igen tanulságos. Mindkettő találó a beteg esetében. A betegnek ugyanis mindig szüksége van valamire, még hozzá tudati szinten – ha nem lenne szüksége semmire, egészséges lenne, azaz egész és teljes. Ha azonban boldogulásához szüksége van valamire, akkor nem teljes, tehát beteg. E betegség a testben abban a tünetben mutatkozik meg, amellyel a páciens bír. Így az, amivel valaki bír, kifejezi azt, amire szükség lenne, amivel tehát *nem bír.* A tudatosság hiánya tünetet termel.

Ha valaki felfogta a betegség és a tünet közötti különbséget, egy csapásra megváltozik a betegséggel kapcsolatos alapállása, viszonya a betegséphez. A tünetben többé nem esküdt ellenségét látja, melynek legyőzése, megsemmisítése elsődleges célja, hanem felfedezi benne a partnert, aki segítségére lehet abban, hogy megtalálja azt, amire *szüksége van*, s így a betegséget mint állapotot győzze le. A tünet egyfajta tanító, aki segítségünkre van abban, hogy saját fejlődésünkkel, tudatossá válásunkkal törődjünk, ugyanakkor szigorú s könyörtelen, ha e fenti törvényt figyelmen kívül hagyjuk. A betegségnek egyetlen célja van: hogy egészségessé váljunk.

A tünet közölheti velünk, mi hiányzik ehhez – ez azonban feltételezi, hogy értsünk a tünetek nyelvén. E könyv feladata segíteni, hogy *ismét elsajátítsuk* a tünetek nyelvét. Ismét elsajátítsuk – mondtuk, mert ez a nyelv régóta létezik, s nem kell feltalálni, csak *megtalálni.* Nyelvünk teljes egészében *pszichoszomatikus*, ami annyit jelent, hogy a nyelv ismeri a test és psziché összefüggéseit. Ha újra elsajátítjuk, hogyan kell meghallanunk nyelvünk *e kétértelműségét*, hamarosan meghalljuk s meg is értjük tüneteink beszédét. Tüneteink többet s fontosabbat közölnek velünk, mint embertársaink, mert intimebb partnerek, teljességgel hozzánk tartoznak, s ők az egyedüliek, akik valóban ismernek bennünket.

Azt az öszintéséget viszont, amely ezáltal létrejön, nem könnyű elviselni. Legjobb barátunk sosem merné a valóságot oly kendőzetlenül s őszintén sze-

münkbe mondani, amint azt tüneteink teszik. Nem csoda hát, ha a tünetek nyelvét elfelejtettük – az őszintétlenség ugyanis mindig kellemesebb! Ám tüneteink nem tűnnek el pusztán attól, hogy *melléhallunk* vagy *nem értjük meg* őket. Valamilyen módon mindig foglalkoztatnak bennünket. Ha elég bátorságunk van hozzá, hogy hallgassunk rájuk, hogy kommunikációba lépünk velük, tévedhetetlen tanítóink lesznek a valódi gyógyulás felé vezető úton. Azzal, hogy tudtunkra adják, mi hiányzik nekünk, hogy megismertetnek azzal, amit tudatosítanunk és integrálnunk kell, esélyt kínálnak arra, hogy tüneteink a tanulás és a tudatosulás folyamatában feleslegessé váljanak.

És ebben rejlik a különbség a *betegség leküzdése* és a *betegség transzmutációja* (átváltoztatása) között. A tünet leküzdése sosem vezet gyógyuláshoz, ahhoz kizárólag a betegség transzmutációja révén juthatunk el. A gyógyulás, az egészség már nyelvi síkon is azt előfeltételezi, hogy *egészségesebbek*, azaz *egészebbek*, *teljesebbek* lettünk. (Tehát *közelebb kerülünk az egészshez, a teljeshöz.*) A gyógyulás tehát mindig ehhez az egészshez, a tudat eme teljességéhez való közeledést jelenti, amit megvilágosodásnak is nevezünk. Tudatunk tágulása nélkül a gyógyulás nem lehetséges, hiszen a gyógyulás mindig valami *hiányzó* tudati bekebelezését jelenti. A betegség és a gyógyulás olyan fogalompár, mely kizárólag a tudatra vonatkozik, a testre nem alkalmazható – a test nem lehet sem beteg, sem egészséges. A testben csak a megfelelő tudatállapotok tükröződnek.

Egyedül ezen a ponton kapcsolódunk az akadémikus orvostudomány kritikájához. Az orvostudomány gyógyulásról beszél, anélkül hogy bármiféle figyelmet szentelne annak a szintnek, amelyen a gyógyulás egyáltalán megvalósulhat. Nem szándékunk bírálni az orvostudomány kezelési módszereit mindaddig, amíg nem köti össze őket a gyógyulás igényével. Az orvosi kezelés pusztán funkcionális intézkedésekre szorítkozik, s mint ilyen se nem jó, se nem rossz, mindössze egy lehetséges beavatkozás az anyagi síkján. Ezen a síkon az orvostudomány egyrészt megdöbbenően jó; módszereit teljes egészében legfeljebb magunk részéről és sohasem mások számára kárhoztathatjuk. Emögött ugyanis az a probléma áll, hogy a világot vajon funkcionális intézkedésekkel akarjuk-e megváltoztatni, vagy az ilyen eljárás illuzórikus volta már lelepleződött előttünk. Aki egyszer már átlátott a szitán, nem kell feltétlenül tovább játszsa a játszmát (bár semmi sem szól ellene!), ahhoz azonban nincsen joga, hogy azért, mert ő maga esetleg nem igényli ezt többé, másoktól is megvonja – végső soron az is előrevisz, ha szembesülünk illúzióinkkal!

Bennünket tehát kevésbé érdekel, ki mit tesz, sokkal inkább az, hogy mennyire tudatosan teszi, amit tesz. Aki álláspontunkat megértette, észre fogja venni, hogy bírálatunk ugyanannyira vonatkozik a természetes gyógymódra, mint az orvostudományra, ugyanis a természetes gyógymód is funkcionális intézkedésekkel próbál „gyógyítani”, a betegséget megakadályozni, s egészséges életről beszél. Filozófiája ugyanaz, mint az orvostudományé, csupán *kevésbé mérgezőek* s valamivel *természetesebbek* a módszerei. (Kivételt képez a homeopátia, amely sem az orvostudományhoz, sem a természetes gyógymódhoz nem tartozik.)

Az ember útja a tökéletlenségből a teljességbe – a betegségből a gyógyulásba, a kegyelem állapotába vezető út.

A betegség nem véletlen – s ezért kellemetlen zavar – ezen az úton, hanem maga az út, amelyen az ember a teljesség felé közelít. Mennél tudatosabban szemléljük ezt az utat, a betegség annál inkább betölti célját. A mi szándékunk nem az, hogy legyőzzük, hanem hogy használjuk a betegséget; ahhoz azonban, hogy ezt megtehesük, folytatnunk kell vizsgálódásunkat.

## 2. Polaritás és egység

*„Jézus ezt mondta nekik: Amikor a kettőt eggyé teszitek, és a bensőt olyanná, mint a külsőt, a külsőt mint a bensőt, a fentit mint a lentit, s így a férfit mint a nőt egyetleneggyé, hogy a férfi ne férfi és a nő ne nő legyen, amikor szemet szemért teszteket, kezet kézért, lábat lábért, akkor mentek majd be a királyságba.”*

(Apokrifek: Tamás evangéliuma, 22.)

Úgy gondoljuk, hogy bár *A sors mint esély* című könyvünkben már tárgyaltuk, itt is fel kell elevenítenünk a polaritás problémáját. Egyrésztől szeretnénk elkerülni az unalmas ismételtetést, másrészt viszont a polaritás kérdésének megértése elengedhetetlen feltétele további gondolatmenetünk megértésének. Végül is nehezen eshetünk túlzásokba, már ami a polaritással való foglalkozást illeti, hiszen a polaritás létünk alapvető problémája.

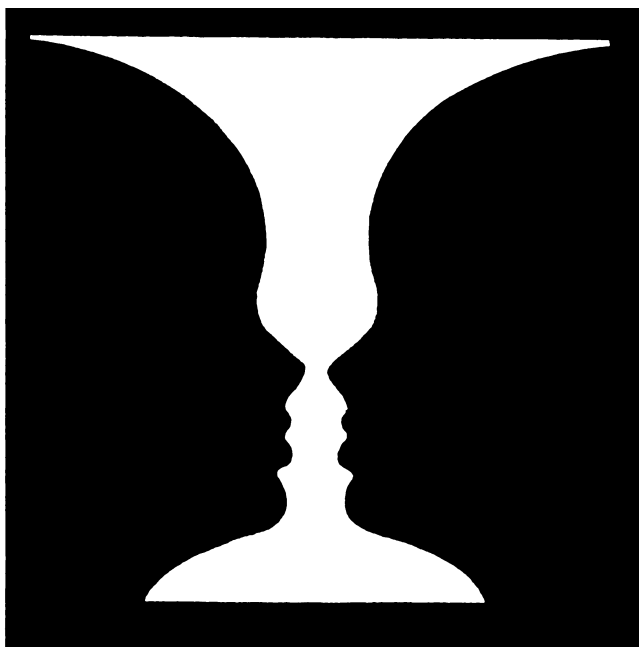
Azzal, hogy *Ént* mondunk, mindarról leválasztjuk magunkat, amit *Nem-Énként*, *Téként* érzékelünk, s ezzel a lépésünkkel máris a polaritás foglyai vagyunk. Énünk az ellentétek világához köt bennünket, melyben minden, nemcsak az Én és a Te, hanem a bent és a kint, a nő és a férfi, a jó és a rossz, a helyes és a helytelen stb. ellentétére hasad. Egónk lehetetlenné teszi, hogy az egység, a teljesség bármely formáját észleljük, felismerjük vagy akár csak elképzeljük. Tudatunk mindent ellentétpárokra hasít és bont, s ha ezekkel szembe találjuk magunkat, konfliktusokként éljük át őket. Ezért arra kényszerítenek bennünket, hogy különbséget tegyünk és döntéseket hozzunk. Értelmünk mást sem tesz, mint a valóságot állandóan egyre kisebb darabjaira bontja (analízis), majd e darabok között különbséget tesz (a megkülönböztetés képessége). Így amikor az egyik dologra *igent* mondunk, *nemet* mondunk az ellentétére, hiszen „köztudott, hogy az ellentétek kizárják egymást”. De minden *nemmel*, minden kizárással csak létünk tökéletlenségét betonozzuk alá, hiszen ahhoz, hogy *egész*-ségesek, teljesek legyünk, semminek sem volna szabad hiányoznia belőlünk. Talán máris érezhető, milyen szorosan összefügg a betegség-gyógyulás témája a polaritással – azonban még világosabban is fogalmazhatunk: a betegség polaritás, s a gyógyulás a polaritás felett aratott győzelem.

A polaritás mögött áll az egység, az a mindent átfogó egy, amelyben még megkülönböztetés nélkül nyugszanak az ellentétek. A lét e területét mindenségnek is nevezzük, amely *per definitionem* mindent magába zár, s ezáltal semmi sem létezik ezen a mindenségen, ezen az egységen kívül. Az egységben nem létezik változás, átalakulás vagy fejlődés, mert az egység világa sem időnek, sem térnek nincs alárendelve. Ez a mindenség maga az örök nyugalom, a formák és aktivitás nélküli tiszta létezés. Fel kell tűnjék, hogy az egység világról szóló kijelentéseink minden esetben negatívak, azaz tagadnak valamit: időtlen, tér nélküli, változások nélküli, határtalan.

Pozitív kijelentéseink kettéhasadt világunkból erednek, az egység világára nem alkalmazhatók. Poláris tudatunk látószögéből ezért az egység *semminek* tűnik. Ez a fogalmazás helyes, mégis bennünk, emberekben gyakran hamis asszociációkat ébreszt. Különösen a nyugati emberek reagálnak többnyire csalódottan, ha például megtudják, hogy a buddhista filozófia által célként aposztrofált tudatállapot, a *nirvána* annyit jelent, hogy *semmi* (szó szerint: kioltott). Az emberi ego mindig birtokolni akar valamit, ami kívül fekszik rajta, s nagyon nem szívesen fogja fel: ahhoz, hogy *mindennel egy lehessen*, ki kell oltódnia. *Minden és semmi* az egység világában egybeesik. A semmi lemond a lehatárolódás, a manifesztáció bármely formájáról, s ezzel elkerüli a polaritást.

Minden létező ősoke a semmi (a kabbalistáknál ain Soph, a kínaiaknál a Tao, a hinduknál a Neti-Neti). Ez az egyetlen, ami valóban létezik, kezdet és vég nélkül, az örökkévalóságtól az örökkévalóságig.

Bár képesek vagyunk utalni erre az egységre, elképzelni nem tudjuk azt. Az egység a polaritás poláris ellentéte, gondolatilag tehát megfogható – sőt bizonyos fokig megtapasztalható és átélhető, ha valaki bizonyos gyakorlatok, meditációs technikák útján olyan képességet fejleszt ki magában, melynek segítségével legalább rövid időre tudatának polaritását felfüggeszti. Ugyanakkor ez az egység mindenkor kivonja magát a nyelvi leírás, illetve a gondolati elemzés alól, hiszen gondolkodásunknak előfeltétele a polaritás. Polaritás, azaz a szubjektum és az objektum, a megismerő és a megismert hasadása nélkül megismerés nem lehetséges. Az egységben nem létezik megismerés, csak lét. Az egységben megszűnik minden vágy, akarat, törekvés, mozgás – hiszen nincs többé az a külvilág, amely után vágyakozhatnánk. Ez az az ősrégi paradoxon, miszerint a bőség csak a *semmiben* lelhető fel.



De forduljunk ismét ahhoz a területhez, amely biztonsággal s közvetlenül megismerhető számunkra. Mindannyiunk tudata poláris, s ez gondoskodik arról, hogy a világot is polárisnak lássuk. Fontos, hogy belássuk, a tudatunk poláris, amelyen keresztül a világot megismerjük, s nem a világ maga. Vizsgáljuk meg a polaritás törvényét a légzés konkrét példáján keresztül, mely a polaritás törvényének alapvető tapasztalatát közvetíti számunkra. A belégzés és a kilégzés állandó váltakozása ritmust teremt. A ritmus azonban nem más, mint a két pólus állandó váltakozása. A ritmus minden élet ősmintája. Ugyanezt jelenti a fizikában az a megállapítás, miszerint minden jelenség a rezgésre redukálható. Ha a ritmust elpusztítjuk, az életet pusztítjuk el, mert a ritmus maga az élet. Aki nem hajlandó kilélegezni, nem tud többé belélegezni sem. A belégzés a kilégzésből él, mint látjuk, s ellenpólusa nélkül nem életképes. Az egyik pólus a másik pólusból él. Ha az egyiket megszüntetjük, eltűnik a másik is. Így például az elektromosság a két pólus feszültségéből keletkezik – ha az egyik pólust elveszük, maga az elektromosság szűnik meg.

Az ábrán egy jól ismert „találós képet” látunk, melynek segítségével a polaritás problémáját kívánjuk szemléltetni. A polaritás ebben áll: előtér vagy háttér, azaz konkrétan – profilokat látunk, vagy vázát. Hogy a két lehetőség közül melyiket észlelem, attól függ, hogy a fekete vagy a fehér felületet tekintem-e

háttérnek. Ha a fekete felületet határozom meg háttérként, a fehér felület az előtér, tehát egy vázát látok. Észlelésem azonban felborul, ha a fehér felületet tekintem háttérnek, mert akkor a fekete kerül előtérbe, s két profilt látok. Esetünkben ez az optikai játék arra szolgál, hogy megvizsgáljuk, mi történik, ha érzékelésünk során váltakozva tekintünk a két képelemre. A két képelem, tehát a váza és a profilok egyidejűleg jelen vannak a képen, ám arra kényszerítik a szemlélőt, hogy a „vagy-vagy” értelmében döntsön köztük. *Vagy* a vázát, *vagy* a profilokat látjuk. A kép két aspektusát legfeljebb egymás után érzékeljük, igen nehéz azonban a kettőt egyenrangúan s egyidejűleg érzékelni.

A kép tehát a polaritásproblematika jobb megértéséhez nyújt segítséget. A fekete pólus a képen a fehér pólustól függ, és megfordítva. Ha az egyik pólust elveszünk (mindegy, hogy a feketét vagy a fehérét), az egész kép megszűnik mindkét aspektusával együtt. Tehát a fehér a feketéből, az előtér a háttérből él, ugyanúgy, ahogyan a belégzés a kilégzésből, a pozitív pólus a negatívból. Az *ellentétek* teljes függősége azt jelzi, hogy minden polaritás mögött nyilvánvalóan ott áll egy egység, amelyet azonban a maga egységében és egyidejűségében tudatunk nem képes érzékelni. Így arra kényszerülünk, hogy a valóság egységeit pólusaira bontsuk, s ezeket egymásutániségükben szemléljük.

Ebből a szemléletből születik az *idő* csalárd fogalma is, amely létét szintén tudatunk polaritásának köszönheti. A polarításban egy és ugyanazon valóság-egység két aspektusa mutatkozik meg, amelynek mi csak egymás utáni szemléletére vagyunk képesek. Így aztán mindenkori álláspontunktól függ, hogy a medál melyik oldalát látjuk. Csak a felületes szemlélőnek tűnik úgy, hogy a polarítás egymást kizáró ellentétpár – ha közelebb megyünk, világossá válik, hogy a polarítások egységet alkotnak, s létük minden tekintetben egymástól függ. A tudomány ezen alapvető tapasztalathoz elsőként a fény kutatása során jutott el.

A fény természetét illetően két, egymásnak ellentmondó vélemény létezett: az egyik a hullámelmélet, a másik a részecskeelmélet, s a kettő látszólag kizárja egymást. Ha a fény hullámokból áll, nem áll részecskékből – és fordítva, vagy-vagy. Időközben azonban megtudtuk, hogy a kérdés ilyenén feltevése hibás volt. A fény mind hullám, mind részecske. Megkockáztatnám azonban, hogy ezt a kijelentést még egyszer átfordítom: a fény sem nem hullám, sem nem részecske. A fény a maga egységében: fény – s mint ilyen, a poláris emberi tudat számára megtapasztalhatatlan. Ugyanakkor ez a fény a szemlélő számára, attól függően, hogy melyik oldalról közeledik hozzá, egyszer mint hullám, másszor mint részecske nyilvánul meg.