

NŐI HULLÁMHOSSZ

M A G A Z I N

TÜKRÖZŐDÉSEK

BEMUTATKOZIK

A LÉLEKKINCS

KUTATÓ

A HÓNAP LAPJA:
AZ URALKODÓNŐ

A SZÉPSÉG
JEGYÉBEN

5. SZÁM
2024. MÁJUS

A SZERZŐK



MELINDA

Az élet egy kaland, és tapasztalatom szerint, nem feltétlen csak könnyű, de aki az úton jár, az már kalandor. Ezekről a kalandokról szeretek írni, mesélni, beszélgetni. Mindannyiunknak van története, azért is vagyunk itt, hogy megosszuk egymással, segítsünk, utat mutassunk, és elfogadjuk a kinyújtott kezet. Remélem abban a pár percben, amíg minket olvasol sikerül kikapcsolódnod.

Kellemes időtöltést!



EDINA

Fontos számomra, hogy ember maradjak, aki hálás a mindennapokban, aki képes újra meg újra érzékszervein keresztül rácsodálkozni a földi kincsekre, a természet csodáira. A Gyógyító Illatok oldalt azért keltettem életre, hogy mindazt a tudást, tapasztalatot, amit a mögöttem álló évek adtak, megosszam Veletek. A Gyógyító Illatok háziasszonyaként fogadjátok szeretettel az írásaimat a Magazinban.



KRISZTA

Sokáig elhittem, hogy a világ anyyi, amennyit látok belőle. Aztán szép lassan elkezdtem érzékelni olyan dolgokat, amik a megszokott érzékszerveinkkel felfoghatatlanok. Egy végtelen kozmosz tárult fel előttem, aminek egyszerre vagyok része és egésze. Szervedélyemmé vált a Tarot, ami ezt a két világot köti össze kifinomult szimbólumaival. A célom, hogy a lapok üzeneteit közvetítve bepillantást nyújtsak ebbe a varázslatba.

SZ-ÉP-SÉG

A szépség, mint fogalom, úgy gondolom, hogy az ember jóvoltából létezik. Ha nem lenne ember, az állatok és a növények valószínűleg nem diskurálnának arról, hogy mi a szép, vagy melyikük a szebb, nem töltenének például időt azzal, hogy bodorítsák bundájukat, esetleg fodrosítsák virágaikat azzal a szándékkal, hogy előnyben részesüljenek a méheknél.

A szépséggel kapcsolatos bármilyen észrevétel tehát belső indíttatásból történik. Az ember a természet határtalanságában szabadon fedezheti fel a számára örömet adó, együtt rezgő dolgokat és érzéseket, hiszen a természet részei vagyunk. A felfedezés egy bennünk lejátszódó folyamat, ahogy a szépség alakulása is. Valószínűleg ahány ember, annyi árnyalat, annyi különbözőség, bizonyos találkozási pontokkal. (Talán a kék égre mindannyian szeretünk felnézni.)

Egy fogorvostól hallottam a megfogalmazást, hogy minden ember egyedien szép a fogának, hajának, szemének színével és bőrének árnyalatával. Egyetértek.

Azt remélem, hogy a természet természetéből kifolyólag szépek látod magad, még akkor is, ha esetleg soha nem mondtad ki hangosan. Remélem, hogy úgy érzed, hogy szépséged, épséged egyedien megismételhetetlen. Nem feltétlen csak a külsőségekre gondolok. Persze, a külvilág non-stop megpróbálja megvásároltatni, elhíttetni, manipulálni a szépet, de a fogalom összetett, nincs egyetlen recept, varázslat.

Remélem, hogy megéled néha azokat a pillanatokat, amelyeket csak te érthetsz meg, amikor belül, magadban biztos vagy benne, hogy a legcsodásabb lény vagy, de nem gondolod végig, miért.



Egyszerűen csak hagyod, hogy elsodorjon az érzés, és magával ragadjon, hiszen a te világod középpontja te vagy, senki más nem láthat úgy téged, ahogy te vagy képes érzékelni magad – mint például, amikor elragad a tánc, vagy amikor úszol a kristálytisztá vízben, esetleg túrázol az erdőben. Van egy tehetséged, egyedi kódod, ami veled együtt határozza meg olyannak a világot, amilyen.

A természet szépségei körbevesznek, és mi a részei vagyunk, tehát logikusan következik a következtetés. Csak ismételni tudom magam.

„Sok van, mi csodálatos, de az embernél nincs semmi csodálatosabb.”

Mi lehet még szép? Mi segíthet hangulatod hangolásában? Hiszen mi értelme az életnek öröm nélkül? Hogyan jelenhet meg bennünk az érzés, egy búskomor napon? Néha besegíthet a kinti világ.

A hófehér szín, egy igazgyöngy, a színes virágos rét, a kék ég, a türkiz víz, egy mosoly, egy finom süti, a háziállatok, a fák, egy madár, egy énekhang, egy hatalmas hegy, ismerős illat... a sor végeérhetetlen.

Ami ép, az szép?

A természet segít, hogy visszataláljunk a minőségre, a növények csendjükből mutatják a példát, így aki önmagában nem élte át, külső segítségükkel megteheti. Az erdő közepén átélheti, hogy része, a tenger partján átélheti, hogy része, egy baráti társaságban, a szerelemben átélheti, hogy része a szépségnek.

Melinda

*„Sok van, mi
csodálatos, de
az embernél
nincs semmi
csodálatosabb.”
Szophoklész*



MITŐL SZÉP AZ, AMI SZÉP?

A szépség hosszú idők óta inspirálja az embereket. Az emberek a különböző korokban és kultúrákban folyamatosan a saját ízlésük szerint alakítják és újra értelmezik a szépséget a világ minden táján. A szépség ezért sokkal több, mint csupán egyfajta fizikai megjelenés és éppen ez a sokszínűség teszi örök érvénnyel annyira érdekessé és inspirálóvá.

Sok mondásunk, szállóigénk, alapvetésünk kapcsolódik a szépség fogalmához, talán az egyik legfontosabb közülük, hogy az valójában belülről fakad. A belső szépség sugározza át a külsőt, és ez az, ami valóban vonzóvá teszi az embert. Azok az egyének, akik rendelkeznek magabiztossággal, empátiával, kedvességgel és egyéb pozitív tulajdonságokkal, gyakran sokkal vonzóbbak, mint azok, akik csupán külső megjelenésükre támaszkodnak.

A szépség szubjektív. Amit az egyik ember szépnek tart, az nem biztos, hogy a másinak is ugyanolyan vonzó lesz. Ez a változatosság és az egyéni ízlések különbözősége teszi a világot izgalmassá és gazdaggá.

Az önfogadás és a szépség összefügg. Amikor valaki elfogadja önmagát, a testét és az egyéniségét, az magabiztosabbá teszi, és ez sugárzik ki belőle mások felé. Az önfogadás és az önbizalom az egyik legvonzóbb tulajdonság, és ez segít abban, hogy az ember valóban ki tudja ragyogni a saját szépségét. Azonban fontos felismerni, hogy a szépség éppen aktuális ideáljai gyakran torzítják a valóságot. A média és a reklámok által táplált tökéletes testképek sok embert szorongásba és elégedetlenségbe taszítanak a saját megjelenésükkel kapcsolatban. Ezért kiemelten fontos az az önfogadás kultúrájának erősítése, hogy mindenki elfogadja saját egyedi szépségét.

A szépség egy másik megnyilvánulási formája az önkifejezés is. Az, hogy valaki hogyan öltözködik, hogyan festi ki magát, vagy milyen stílust követ, mind az egyén egyedi szépségét tükrözi. Az önazonos önkifejezés lehetőséget ad arra, hogy az ember megmutassa magát és stílusát, és ezáltal egyedi és vonzó legyen mások szemében.

Minden ember a természet egyedi és megismételhetetlen csodája a földön.

WWW.GYOGYITOILLATOK.HU

Edina



„TÜKRÖM, TÜKRÖM, MONDD MEG NÉKEM...”



Tizenkét-tizenhárom éves lehettem, amikor egy testnevelés órán a tanár azt mondta rám, hogy Donna Tonna vagyok. Erős csontozattal és izomzattal születtem, emellé jó étvágy is társult, korábban is értem, mint a korombeli lányok. Aztán délutánonként mentem futni, körbe-körbe az Alkotmány téren, hogy lefogyjak. Édesapám is sokszor mondta, hogy „jó stabil” vagyok, meg „tömör”, meg „kövér”, ezért „vigyáznom kell az alakomra”, és nem kellene annyit ennem, mert árt a szépségemnek.

Gimnáziumban, amikor a tükörbe néztem, már egy kövér lányt láttam benne, akinek szégyellenie kell a testét. Csak egyberészes fürdőruhákat hordtam, hogy nehogy látszódjon a „nagy” hasam. Ekkor 34-36-os méretű (S-M) ruhák passzoltak rám, én viszont 42-44-es (L-XL) ruhákat hordtam, hogy minél inkább eltakarjam a testem. Öltözhettem volna akár zsákokba is.

Tizenhat lehettem, amikor egyszer egy reggel mégis felvettem egy szűk farmer rövid szoknyát, egy kis testhez álló fekete pólóval, iskola után készültem a kórházba, hogy meglátogassak egy számomra nagyon kedves fiút, aki észre sem akart venni, egy pillanatra nagyon szépnek éreztem magam, mikor elhaladtam a kollégiumi tükör előtt. Azon a napon volt testnevelés óránk is, ami után az öltözőben egy nagyhangú osztálytársam megkérdezte, miközben öltözködtem, hogy „te nem vagy túl kövér ehhez a szoknyához?” Emlékszem, hogy minden önbizalmam szertefoszlott ettől az egy mondatától. Olyan volt mintha leforráztak volna, „vajon mit is képzelek magamról?!”.

Ebben az időszakban versenyszerűen kézilabdáztam, táncolni jártam a hagyományörző táncegyüttesbe, és olyan izmos voltam, hogy gyakran azt éreztem, hogy hegyeket tudnék pusztá kézzel elmozgatni. Ezzel együtt, mikor a tükörbe néztem, egy kövér lány nézett vissza rám, aki nem tud ötvenöt kilogrammra lefogyni a maga hatvanhét kilogrammjáról, hogy olyan legyen, mint a többi lány az osztályából, akik tetszenek a fiúknak.

Az egyetemen sem viszonyultam másképp a testemhez, az akkori barátom sosem mondta, hogy tetszenék neki úgy ahogy vagyok, vagy szépnek látna, sőt, mindig azt mondta, jobb, ha nem hízom tovább. Ezért egyik divatos fogyókúrát próbáltam ki a másik után, amik után mindig visszahíztam, volt, hogy többet is, mint amennyi előzőleg voltam.



Közeledve az egyetemi időszak végéhez egy évet töltöttem Floridában bébiszitterként, miközben nagyon vigyáztam magamra, nehogy bekebelezzen az amerikai életérzés és velem együtt a cukros fánk és palacsinta csábító sora. Rendszeresen jártam egy fitneszterembe, sok gyümölcsöt ettem és talán vékonyabban jöttem haza, mint ahogy elmentem. Ekkor voltam hetvenhat kilogrammos, de még mindig kövérnek láttam magam a tükörben.

Aztán ahogyan teltek az évek, úgy töltötte ki szépen a testem az L-es, majd XL-es ruhákat, a testemről alkotott torz vízióm szép lassan valósággá vált. Már javában dolgoztam egy számítógép előtt a munkahelyemen, évenként két kilogramm plusz jött fel rám, és ahhoz mérten lassan a vérnyomásom is emelkedett. Az ülő munka és a városi mozgásszegény életmód belassított és ellustított. Egyszer-kétszer egy héten eljártam futni vagy edzeni, kipróbáltam többféle mozgásformát, de nem volt elég a fogyáshoz.

A munkahelyemen kellettek a szép ruhák, időről időre le kellett cserélnem egyel nagyobb méretre a ruhatáramat. Ekkor a mérleg már nyolcvankét kilogrammot mutatott, és az egyik ilyen eset volt az, hogy vettem egy kis tavaszi blúzt és egy hozzá illő nadrágot 42-es méretben. Amikor meglátott benne az akkori barátom, azt mondta, hogy „Te nem is látod magad, hogy mennyire kövér is vagy igazán?”. Bár a kapcsolatunk nem tartott ezek után túl sokáig, ez a mondat annyira bántotta a lelkemet, hogy sokáig nem tudtam szabadulni tőle.



A negyvenes éveimre, túl megannyi önismereti munkán, rájöttem, hogy mennyi mindenért tudok enni. Ettem, mert szorongtam, ettem, mert szomorú voltam, ettem mert vidám voltam. Ettem akkor is, amikor a munkahelyen mindenki lement a büfébe egy kávéra és süteményre, hogy ne maradjak ki a közösségi tevékenységekből. Ettem amikor úgy gondoltam, hogy most meg kell jutalmaznom magam, de ettem akkor is, amikor büntudatom volt amiatt, hogy nem mozogtam eleget, ettem akkor amikor beteg voltam, hogy meggyógyuljak, és akkor is, amikor azt éreztem, hogy a testem tele van energiával, és kell még energia. Ettem mert kíváncsi voltam az új ízekre, és ettem akkor is, amikor szimplán unatkoztam, és nem érdekelt semmi, csak az evés vigasztalt. Ettem és híztam. A COVID alatt volt, hogy százhat kilogrammot is mutatott a mérleg,



Az évek alatt vissza-vissza néztem a rólam készült fényképeket, és bármelyik verziómat is láttam, csak egy szép formás fiatal lány nézett vissza a képről. A fiatalság szépsége sugárzott róla, nem volt jelentősége a kilóknak. És ott volt az az érzés is, bárcsak újra abban a fiatalabb vékony testben lehetnék!

Megannyi önsanyargatás és önostorozás után, túl a fiatalságomon mára már megölelném Edina mindegyik verzióját, és megláttatnám vele adott korszakának önnön szépségét. Az idő mindent megszépít, és túl rövid ahhoz, hogy ne szeresem magamat úgy, ahogyan vagyok.

*Te szereted
magad úgy
ahogyan
vagy?*



Fogadjátok szeretettel: Hegedűs Beatrix, Lélekkincs kutatót

Beát 2010-ben ismertem meg, összesodort bennünket a munka, amikor is közben mindkettőnk élete jelentősen változott. Emlékszem az első benyomásra, ami az első telefonbeszélgetésünk alatt árasztott el, amit úgy szoktunk hívni, hogy "Olyan mintha már ezer éve ismernénk egymást!" - érzés. Röviddel ezután már együtt oldottuk meg a kisebb-nagyobb feladatokat, de nagyon gyorsan kiderült az is, hogy sokkal több mondanivalónk van egymás számára a munka világán kívül. Bea megosztotta velem a barátságát, megengedte, hogy lássam Őt magát. Láthattam az embert próbáló lelki fejlődést, megértést, tanulást, felemelkedést, megsemmisülést, majd újjászületést, tapasztalást, bölcsülést amiken keresztül ment az évek folyamán. Mi ez, ha nem az igazi Valódi Szépség, amit a barátságban adhat egyik ember a másiknak? A lélek-való tiszta ragyogása megannyi aspektusában. Ismerjétek meg és fogadjátok szeretettel Hegedűs Bea írását a Női Hullámhossz Magazinunkban!

Szeretettel: Edina

BEMUTATKOZIK: Hegedűs Beatrix, Lélekkincs kutató



Hegedűs Beatrix vagyok, lélekkincs kutató.

Több mint két évtizede járok az önismeret útján, miközben sok lelki kincsre leltem. Utam során sokat tanultam, számos helyzetet ismertem fel, belső mintázatok körvonalazódtak előttem és megélések sorát dolgoztam fel az önazonos életért.

Munkám során az emberek testi-lelki-szellemi egyensúlyának fenntartását, az önismeretet, a tudatosság fejlődését támogatom, mélyreható módszerekkel tárva fel az összefüggéseket, feltérképezve és elemezve az élethelyzeteket, életciklusokat, amit követően megtörténhet az átalakulás, a belső transzformáció.

A módszerek és tanítók, amelyek hozzájárultak életutamhoz és amit az adott témának megfelelően használunk a konzultációk során, az a Recall Healing és a Germán Gyógytudomány, a Belső utazás, Byron Katie 4 kérdés módszere, a kineziológia, valamint mély, belső transzformációs folyamatok.

Minden tudásomat arra fordítom, hogy azok, akik felveszik velem a kapcsolatot, megtalálják lelkük kincseit – legyen az az egészség (öngyógyító képesség), a továbblépés képessége, erőt sugárzó önbizalom, kapcsolati problémák feloldása, gyász feldolgozása, vagy bármilyen elakadás, amit egyelőre lehetetlennek tűnik feloldani.

A válasz, a tudás, a megoldás benned van...
Keressük meg együtt!

Honlap: <https://lelek-kincs.hu>

Tel: 06-30-251-3277

E-mail: lelekkincs@gmail.com



LÉLEKKINCS KUTATÓ

Hegedűs Beatrix



KI VAGYOK?

Mi a szépség fogalma?

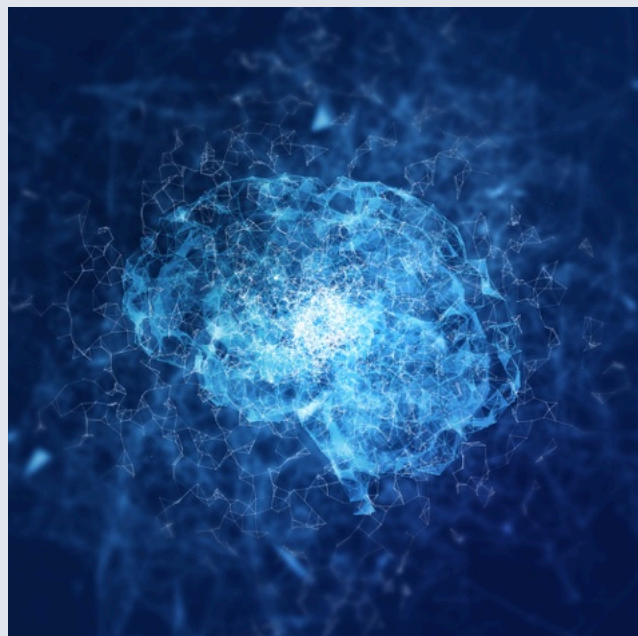
Az internet szerint az ember olyan jellemzője, amelynek csupán a megfigyelése által örömet tapasztalhatunk. A szépség lehet külső, de lehet belső szépség is. Azonban talán egyetérthetünk, hogy mindenkinek más a szép, illetve az, hogy mit tekintünk szépségnek, életünk során akár változhat is.

Honnan tudjuk, hogy: „Én most szép vagyok, vagy nem?”

Ki határozza meg azt, hogy szép vagyok? A külvilág, vagy én magam?

Tudom-e, hogy ki vagyok, milyen vagyok valójában?

Tudom-e, hogy milyen belső, láthatatlan programok irányítják életemet?



A Recall Healing eszköztárában kiemelt hangsúllyal foglalkozunk az Indítóprogrammal, aminek lényege az, hogy minden, ami az adott 30 hónapban történik velünk és a szüleinkkel (fogantatás előtti időszak, várandósság és az első egy életévünk), az olyan, mintha egy tervező 30 hónapon át dolgozna egy szoftveren, és amikor 1 évesek leszünk, a szoftver elkészül és rögzül az agyunkban, mint túlélő program. Ebben az időszakban van születésünk pillanata is, amikor megérkezünk a világba, és meglátjuk egymást: a világ és én.

Hogyan tekintett ránk a világ?

-Akartak vagy nem akartak? Fiúnak vagy lánynak vártak?

-Csúnyának tartanak újszülött csecsemőként?

-Arra a nagyapára hasonlítok, aki megkeserítette a család életét?

-Az apám megcsalta az anyámat, én meg pont fiúnak születtem. Vajon hogyan tekint rám anyám, egy leendő férfirra?

LÉLEKKINCS KUTATÓ

Hegedűs Beatrix



Ezek az érzések, viszonyulások mind-mind rögzülnek bennünk, és később csak úgy tudunk magunkra tekinteni, ahogy a külvilág látott bennünket.

Ha az anyám vagy az apám elutasított, akkor a túlélésem érdekében azért, hogy a családban, a közösségben maradhassak – ami a túlélésem zsigeri záloga –, meg kell adnom a „teremtőimnek” azt, amit elvárnak tőlem. Ha ők elutasítottak, akkor egész életemben én is el fogom utasítani magamat, én is úgy tekintek magamra, hogy nem vagyok jó, nem vagyok szép.

Huh... hát, ha ez igaz lenne, az eléggé szívas lenne ugye? Saját tapasztalataimból azt mondhatom, hogy ez igaz is, meg nem is. Abban a pillanatban, ahogy felismerünk egy alapprogramot, egy belső működési mintát, ami addigi életünket meghatározta, onnantól kezdve már lehetőségünk van új programot írni, átprogramozni a belső szoftvert.

Saját, önazonosság felé vivő utam 32 éves koromban kezdett megnyílni. Akkor döbbsentem rá főként a Recall Healing szemléletmódja által, hogy milyen programok működtek bennem, amire egyáltalán nem voltam tudatos, csak automatikusan éltem az életemet.

Engem nem akart apukám (már volt egy nővérem), de anyukám elérte, hogy megszülethessek. Amikor megszülettem, apám annyira csalódott, hogy lány lettem, hogy be sem jött a kórházba első nap, és amikor később bejött, hát nem volt túl vidám. Anyukám engem azért akart annyira, hogy apukámat a család mellett tartsa, és most, hogy nem fiú lettem, félt anyukám, hogy apukám esetleg elhagyja a családot. Ebben a családban az lett a túlélésem záloga, hogy meg tudom-e jeleníteni azt a fiút, akit apukám akart? Megtettem... és amikor 18 évesen a szalagavatómon az apa-„lány” táncot táncoltuk, szerintetek mi történt?



LÉLEKKINCS KUTATÓ

Hegedűs Beatrix



A szalagavató előtt vágattam le a hajamat rövidre, és már átöltöztem az esti bulira: farmert és kockás inget vettem fel. Anyukám teljesen ki volt akadva, hogy hogyan öltözhettem így fel, nézzem meg a többi lányt, milyen csinosak és úgy táncolnak a szüleikkel.

Nem értettem a problémáját!?! Nekem semmi gondom nem volt ezzel, de el tudjátok képzelni ezt a jelenetet, ahogy apukám táncol a „lányával”, aki kockás inget, farmert visel és rövid a haja?

Ki táncolt apukámmal?

-A lánya?

-Az a fiú gyermeke, akire vágyott évekkorábban?

-Egy szándék, egy program?

Vajon én táncoltam ott apámmal a magam nőies minőségében?

Igen is, meg nem is.

Én voltam jelen a táncban, de nem önmagamként, hanem azon programként, szerepként, amit a szüleimtől kaptam. Apukámmal egy szándék-hologram táncolt, de nem a saját lánya, hiszen az a lány nagyon-nagyon sokáig nem létezett még, nem nyilvánulhatott meg a világban egészen mostanáig.

Utólag visszatekintve annyira döbbenetes, hogy ezek a belső, láthatatlan szándékok és programok mennyire erőteljesek. Amíg ezeket nem tárjuk fel, nem önmagunkat adjuk a világnak, hanem azt, amit elvárnak tőlünk. Tehát hogyan gondolunk magunkra? És amit gondolunk az valóban a saját gondolatunk, vagy csak megtanultunk a külvilágból érkező jelzésekkel azonosulni?

Ha valahol, valamilyen helyzetben, valamilyen személlyel kapcsolatban feszültséget, frusztrációt érzünk, kezdünk gyanakodni, hogy valahol megtört az összhang, és az univerzum ezen érzések, helyzetek, személyek által hívja fel a figyelmemet, hogy most itt az idő, feljött az érzés, lehet vele dolgozni, át lehet alakítani, mert nyílik a kapu azon az úton, ahol egyre inkább én-azonosabbá válhatunk, és megláthatjuk valódi belső értékeinket, kincseinket és szépségünket.

Ha most láthatnánk valódi, gyönyörű, belső lényünket, milyennek látnánk magunkat? Bármikor felteheted magadnak a kérdést: „Ki vagyok én?”

A tudatosság felemelő!



Versajánló a témához:

Szabó Lőrinc – Dsuang Dszi álma



PÁR PILLANAT

Álltam, és figyeltem. Nem akartam megmozdulni, vagy a tekintetemet másfelé irányítani, mert minden pillanatot meg akartam élni, minden pillanatban ott akartam lenni. A gondolataim gondolata is eszembe jutott, de zajban nehezebb. A csend fontos, amikor az ember szeretne átélni valamit. Lecsendesítettem a gondolataim... Eltökéltem, hogy megtartom a csendemet. Lágyszellő fúj, a hullámok morajlottak, a homok még langyosan melegítette a talpamat, pont, mint egy romantikus regényben. Az a gondolat futott át az agyamon, hogy vajon ők, akik mellettem állnak, hogyan élik meg?

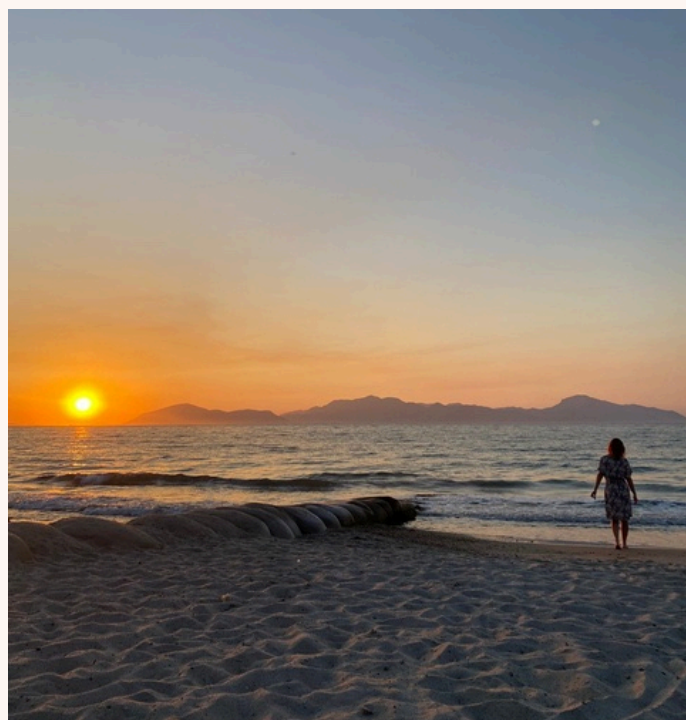
Műalkotás, csak ennek tudom nevezni, egy műremeknek, ami folyamatos változásban van, amíg tart. Olyan remekmű, ami egyedi és megismételhetetlen, többé ilyen nem lesz, csakúgy, mint az ember. (Milyen erőnek kell ahhoz megnyilvánulnia, hogy az ember erre a tényre egész élete alatt ne ébredjen rá?)

Vissza a látványhoz. Szinte már görcsösen akartam megélni az egészet, és alig láttam valamit, újra tudatosítottam, miért állok ott, ahol. Elkezdtem erővel elengedni magam, hagytam, hogy újra érezzem a szellőt a bőrömon, a víz zúgását a fülemben és a homok érintését a talpamon. Miért ezek a színek? Hogyan? Miért nem tanítják az iskolában? Miért itt kell feltennem a kérdéseket? Lehet ez tette még szebbé? Lehet... Itt voltam, velük voltam és magammal.

Színek kavalkádja, és nem rendezte meg senki, úgy tűnik, az alkotó szabad a teremtésében, mégis dübörög belőle valamiféle REND.

Már csak egy apró részlet maradt, és mindjárt eltűnik a szemem elől, a levegő is hűlni kezdett, káprázatos égitest, micsoda erő, micsoda csoda!

Életem egyik festői naplementéje... Lenyűgözően szép. VAGYOK.



A kérdéseimre nem kerestem rögtön a választ, de évekkel később megtalált. Egy online előadás szólt a témáról, miért ilyen szép és különleges a naplemente. Azon gondolkodtam, hogy vajon hozzátett-e bármit is a tudás a múltbéli élményhez? Igen, ismerem a válaszokat, de az mit sem vesz el az élményből, ami azóta is csodálattal tölt el, ha részese lehetek a látványnak.

Lélegzetelállító változatosságát mutató Földön élünk, bárcsak többször megállnánk megfigyelni a csodákat, amelyek körülvesznek minket.



MINDEN VIRÁG A MAGA NEMÉBEN SZÉP



Világunkban a szépség sokféle formában és méretben jelentkezhet. A természet szépsége, mint például a naplemente, a virágok, vagy éppen a hegyek látványa, lenyűgöző és megnyugtató hatással vannak ránk. Az ember alkotta tér, annak fizikai kifejeződése, mint például a művészet, árulkodik a szépségről, és minden kultúra más és más módon fejezi ki azt az építészetben, festészetben, zenében és más művészeti formákban.

Gyerekkoromban sokszor rácsodálkoztam a növények vagy az állatok által alkotott tökéletes geometriai, szabályos formákra, mint a csigaházra, a kibomló páfránylevélre, vagy a tulipán bibéjére. Leginkább a hercegszántói nagymamám virágoskertjének virágjaiban gyönyörködtem, számomra a tökéletes szépeget tükrözték vissza. Szerettem virágcsoportot szedni belőlük az édesanyámnak.

Nyaranta a vodicai nagymamámnál is eltöltöttem pár hetet, akivel sokat sétáltunk a tarlón legeltetve a birkákat. Szerettem volna ott is csokrot szedni, de minden növényt és virágot csúnyának láttam, ami eléggé elszomorított.

A nagymamám ekkor azt mondta, „Figyeld csak meg, hogy minden virág a maga nemében szép!” És akkor megláttam, amit ő látott, minden gyomnövényben is ott van a természet tökéletessége, a csodás geometria és a ragyogás.

A szépség megnyilvánulása mindenhol jelen van körülöttünk, csak meg kell tanulnunk észrevenni és értékelni azt. A földi életformák, a természet és az ember alkotta világ mindannyian hordozzák a szépséget, nekünk embereknek pedig megvan az a képességünk, hogy ezt értékeljük és megünnepeljük, ami segít abban, hogy egy boldogabb és teljesebb életet éljünk. Az igazi szépség azonban nem a szemnek, hanem a léleknek szól, és amikor ezt megértjük, akkor valóban ki tudjuk fejleszteni saját szépségünket, és azt látni is tudjuk másokban.

Edina

A SZÉPSÉG ÉS A TAROT

Hogy mi a szépség? Nehéz lenne megfogalmazni. Annyira szubjektív, függ az egyéni látásmódtól, függ a kortól és a társadalomtól, amiben élünk. Nem merül ki csupán a fizikai tulajdonságokban vagy az esztétikai élményekben, annál sokkal mélyebben gyökerezik. Az ember mindig is törekedett rá, hogy megértse és kifejezze a szépséget, művészeti alkotásokban, irodalmi művekben, zenében, matematikában vagy bármely más formában. Megérteni talán sosem fogjuk tudni, de ha felismerjük, azonnal zsigerileg megérint és inspirál minket.

A szépséget felismerni nem mindig egyszerű. Van, hogy ott hever előttünk, mégsem vesszük észre, mert nem vagyunk befogadóak rá. Vannak emberek viszont, akik ott is felfedezik a szépséget, ahol mások csak szürkeséget látnak. Lehet valami önmagában szép anélkül, hogy a „néző” annak látná? Hány embernek kell valamit szépségnek találnia, hogy az elfogadottan az is legyen? Ha csak én látok valamit szépségnek, de a társadalom értékrendje ettől különbözik, akkor az most tényleg szép?

Felismerni azért is nehéz, mert olykor rongyos ruhába bújlik, hogy csak azok vegyék észre, akik a szépséget nem csupán felszínes, külső tulajdonságként élik meg, hanem a tudat és a lélek mélyebb rétegeibe is hatolnak. Máskor a külső szépség álruhája alatt valami számítás, ámítás, hazugság, romlottság, fájdalom, halál rejtőzik. A természet világában számtalan faj létezik, amelyek legfőbb csalétke a szépség. Gondolj csak a tündöklő medúzákra, az illatos húsevő növényekre, a rikító színű mérgező gombákra. Vagyis ami szép, nem mindig igaz, és ami nem szép külsőre, még lehet szép más értelemben.



A tarot-ra ez a kettősség teljes mértékben érvényes. Vannak lapok, melyek félelmetes képet festenek, ám ha belemerülünk a kártya mélyebb mondanivalójába, rájövünk, hogy valójában áldást hordoz magában. És vannak az idilli állapotot megjelenítő lapok, amik egyúttal valamilyen veszélyre, hiányra hívják fel a figyelmünket. A tarot alapvetően nem polárisan közelíti meg a világot, hanem magában foglalja a dolgokat a két véglet közötti tartományban is. Ilyen értelemben nincs szép és csúnya, hanem minden van a szépségtől a csúnyáig, ugyanúgy, mint a prizmában a szivárvány összes színe. Egyik sem jobb vagy több a másiknál, egyszerűen csak létezik. Ugyanolyan fontos mind, kiegészítik, kiegyenlítik egymást.

A harmónia, a szimmetria, az arányosság – amiket a szépség kritériumainak tartanak –, fontos eleme a tarot olvasásnak is. Valamiből túl sok vagy túl kevés éppoly gondot okoz, ezért leginkább arra bátorítanak a lapok, hogy találjuk meg az egyensúlyt, a középutat. A Kiegyenlítődé, a Szeretők vagy az Igazságszolgáltatás lapja kifejezetten erre utal, de a többi lap is magában hordozza ezt az aspektust. Az Erő lapjának alakja ura önmagának, gondolatainak, érzelmeinek, bátran és magabiztosan néz szembe a kihívásokkal, mert tudja, belső erejét semmi nem ingathatja meg. Ha ez az erő túl kevés, közönyössé, kiszolgáltatottá válhat, elveszíti a hitet önmagában, és visszaretten a legapróbb akadálytól is. Ha viszont ez az erő túl sok, zsarnokká válik, aki mindent és mindenkit uralni akar, visszaélve hatalmával.

Az esztétika és a harmónia mellett a szépség megítélése sokszor összefonódik a környezettel, helyzettel, amiben az megjelenik. Ahogy a görög filozófus, Xenophon is megfogalmazta: „Hiszen minden ott jó és szép, ahol helyénvaló, rossz azonban és rút, ahol helytelen.” A Diadalszekér lovasának kikezdetlen elszántsága, cél-tudatossága például csodálatra méltó, ám rúttá válik, ha olyan eszközökkel küzd a céljáért, amivel könyörtelenül átgázol másokon. A Kardok Királya esetében az objektivitás, a logikus megközelítés nagy segítség lehet egy jogi vita eldöntése során, ám ugyanez az érzelemmentesség távolságtartást, ridegséget eredményezhet a gyermekével való kapcsolatában.

Összegezve továbbra is nehéz lenne szavakba önteni, mi is a szépség, mégis, ha látom, tudom, felismerem, mert valamilyen érzelmi és kémiai folyamatot indít el bennem, aminek hatására eltölt egyfajta boldogságérzés, harmónia. Vagy éppen a bennem lévő harmónia és boldogság tükröződik vissza azokon a dolgokon, amikre rávetül a tekintetem.



“...a szépség igazából nem csupán egy tulajdonság, sokkal inkább egy tudatállapot.”

Tehát a szépség igazából nem csupán egy tulajdonság, sokkal inkább egy tudatállapot. Az biztos, hogy nem létezhet önmagában, kell hozzá egy befogadó, akivel létrejön egyfajta kapcsolat. A tarot szépsége is abban rejlik, hogy kapcsolatot teremt az ember és az univerzum között, visszatükrözi a bennünk rejlő értékeket, és egyensúlytalanság esetén segít helyreállítani a belső harmóniánkat.

A HÓNAP LAPJA: AZ URALKODÓNŐ

Május az ötödik hónap a Gergely-naptárban. Nevét *Maia* görög istennő római alakjáról, a gyönyörű szép *Maia Maiestas*ról kapta, akit a termékenység istennőjeként tiszteltek az ókori rómaiak. *Maia* templomai csak és kizárólag a nők számára voltak hozzáférhetőek, ezért tisztelete leginkább csak a nők körében terjedt el. A termékenység istennőjének alakja természetesen a tarot-ban is megjelenik, mégpedig az Uralkodónő lapján, ami felhívja a figyelmünket arra, hogy az igazi szépség csakis a belső és a külső, az anyagi, lelki és érzelmi aspektusok harmóniája révén születhet meg.

Kulcsszavak:

Pozitív jelentése: termékenység, nőiesség, szépség, érzékiség, gondoskodás, anyaság, bőség, gyarapodás, táplálás, belső/külső gazdagság, ötletek megvalósulása

Negatív jelentése: terméketlenség, bizonytalanság, hanyagság, elhanyagoltság, elfojtás, kreatív blokk, másokra való támaszkodás, diszharmónia

Asztrológiai kapcsolódás: Vénusz

Számmitikai kapcsolódás: 3

Elem: Föld

Ásvány: rózsakvarc, smaragd

Szerv: szaporító szervek – méh

Az Uralkodónő tarot kártyája egy gazdagon illusztrált lap, amely a termékenységet, a nőiességet és az anyagi világ bőségét jelképezi. A kártyán ábrázolt Uralkodónő egy trónon ül, mely a természetben helyezkedik el, jelezve az anyatermészet és a feminin erő szoros kapcsolatát. Háta mögött a trónja puha, piros párnával van kipárnázva, kényelmet és luxust biztosítva számára. Körülötte virágok és buja növényzet látható, ami a növekedés, a gazdagság és a termékenység szimbóluma.



Öltözete gazdag és színes, zöld és piros termésekben, illetve aranyban pompázó, ami az anyagi világ bőségét és a természet gazdagságát jelképezi. Ruhájával szinte egybeolvad az őt körülvevő természettel. A fején korona látható, ami autoritását hangsúlyozza, a koronán fénylő 12 csillag pedig a 12 hónapot szimbolizálja, utalva ezzel a hónapok körforgására, vagyis a ciklikusságra. Kezében egy búzakalászra hasonlító jogar van, ami a termékenység és a női erő, a méltóság jelképe.

Az Uralkodónő lábai előtt egy patak csordogál, ami az élet, az érzelmek és az intuíció áramlását szimbolizálja. A mellette letámasztott pajzson Vénusz jele tűnik fel, utalva az érzelmi fejlettségére, ami megvédi őt ahelyett, hogy sebezhetővé válna érzelmei kifejezése miatt. A körülötte lévő természet gazdagsága és a kártya általános atmoszférája a bőség, a gondoskodás és az érzékenység légkörét sugározza.

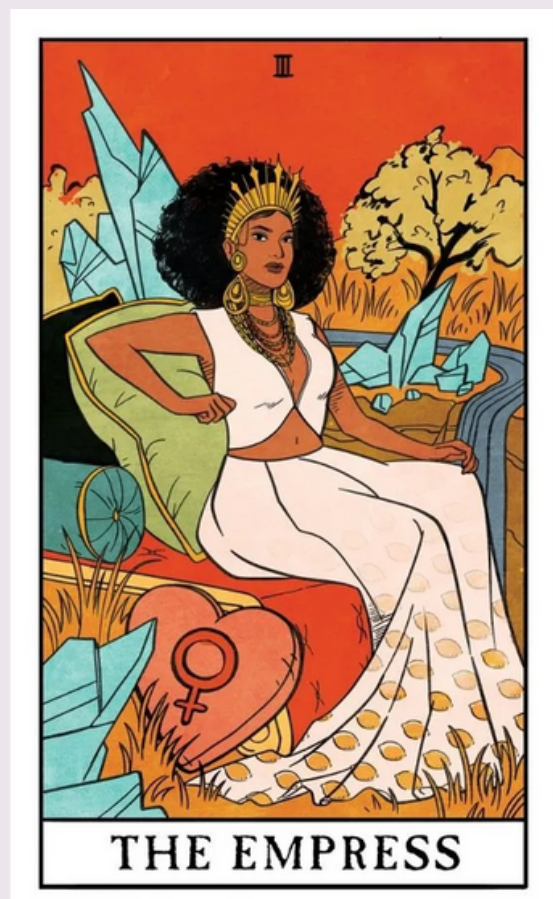


A lap jelentése

Az Uralkodónő kártya jelentése a tarot olvasásokban elsősorban a termékenység, a nőiesség, az anyaság, az érzékenység, a gyarapodás kifejezője. Ez a kártya arra int, hogy ismerd meg önmagad, hogy összhangba kerülhess az érzelmeiddel, az intuícióddal és a természettel, mert az élet bősége és gazdagsága eleve a rendelkezésedre áll, csupán hozzá kell tudnod férni, hagynod kell, hogy elérjen.

A bőség nemcsak anyagi javakban, hanem érzelmi gazdagságban és belső békében is megnyilvánulhat. A kártya arra bátorít, hogy fogadd el az élet ajándékait, és élvezd ki azokat teljes mértékben. Ez a lap a gondoskodás és a tápláló energia szimbóluma is. Az Uralkodónő arra ösztönöz, hogy legyél figyelmes, gondoskodó és támogató a körülötted lévőkkel éppúgy, mint önmagaddal. Bízz önmagadban, és ne hagyatkozz túlságosan másokra. A kreativitás és a problémák megoldásához szükséges ötletek, készségek ott vannak benned. Ezenkívül a kártya a természettel és az anyafölddel való kapcsolat fontosságára is emlékeztet.

Kapcsolati vagy szerelmi kirakásokban az Uralkodónő lapja azt jelzi, szeretve vagy, kapcsolatod stabil és mindketten elkötelezettek vagytok egymás iránt. Ha egy kapcsolat kezdeti stádiumban van, akkor arra számíthatsz, hogy elmélyül köztetek a viszony. Ha már régóta együtt vagytok, akár gyermekáldásra is számíthatsz, esetleg a család bővülésére valamilyen más formában. Ha a lap negatív pozícióban jelenik meg, akkor lehetséges, hogy nem törődsz eleget a partnereddel, kevés időt és energiát fordítasz a kapcsolatotokra, vagy épp fordítva, a párod nem értékeli eléggé. Az is lehet, hogy te nem érzed magad érdemesnek a másik szeretetére, ezért elutasítod a feléd irányuló érzelmeit. Előfordulhat, hogy túlzott ragaszkodással és gondoskodással megfullasztod a másikat, vagy mártírként feláldozod magad egy szerettedért. Törekedj az adás-elfogadás egyensúlyára, és tölts minőségi időt a pároddal, hogy az együtt töltött élmények erősítsék a kettőtök közti köteléket.



Munkával kapcsolatos kérdésekben jóra számíthatsz, ha ezt a lapot húzod. Jelentheti, hogy elégedett vagy jelenlegi pozícióddal, kellemes munkahelyi légkör vesz körül. Utalhat arra, hogy valamilyen régóta dédelgetett kreatív ötleted végre megvalósul a közeljövőben, vagy egy új üzlet jön létre. Ha igazi sikereket akarsz, akkor érdemes többet törődni a terveiddel, feladataiddal, hogy biztos legyen a siker. Negatív pozícióban a lap jelentheti, hogy elhanyagolod magad a munka vagy család mellett. Ideje beiktatni egy kis énidőt, hogy feltöltődhess, és legyen miből adnod. Jelentheti még, hogy olyan munkahelyen dolgozol, ahol nem érzed jól magad, nem támogat, nem értékel eléggé a vezetőség vagy a kollégák. Lehet, hogy nem stabil a helyed, vagy a fizetésed nem kielégítő, és emiatt anyagi bizonytalanságban élsz. Tedd fel magadnak a kérdést, hogy érdemes-e itt maradnod, illetve te miben tudsz fejlődni, hogy esteleg megszerezz egy jobban hozzád illő pozíciót.

Pénzügyek terén biztonságban érezheted magad, ha ezt a lapot látod. Nemcsak magadról, hanem szeretteidről is bőven van miből gondoskodni, még a barátoknak is jut kölcsönre - persze figyelj oda rá, hogy ne használjanak ki. Még negatív helyzetben is sokszor azt jelzi a kártya, hogy anyagi stabilitásban vagy, ennek ellenére még mindig bizonytalanul érzed magad. Néha ez a helyzet abból adódhat, hogy szegénységben nőttél fel, vagy éppen a bizonytalan egyéni vállalkozói lét felelőssége nyomaszt. Érdemes ilyenkor belső munkát végezned annak megértése érdekében, hogy miért alakult ez így, és mit tehetsz a korlátozó hiedelmek megváltoztatása érdekében.



Kérdések, amiket feltehetsz magadnak az Uralkodónő lapja kapcsán:

1. Kifejezésre juttatom a női oldalam?
2. Hogyan észlelhetem jobban a világ szépségeit?
3. Hogyan lehetek békében önmagammal és a világgal?
4. Hogyan tudom kifejezésre juttatni a kreativitásomat?
5. Hogyan engedjek több szeretetet az életembe?
6. Elég időt töltök a természetben, a jó levegőn?
7. A másokról való gondoskodás mellett törődöm eleget önmagammal? Vagy épp ellenkezőleg, csak magammal törődöm? Vagy netán túl sokat foglalkozom a külsőmmel?
8. A megfelelő ételekkel/italokkal táplálom a testem?
9. Érdemesnek érzem magam a szeretetre? Hagyom, hogy mások kényeztessenek, gondoskodjanak rólam?
10. Milyen korlátozó hiedelem húzódik az anyagi bizonytalanságom érzése mögött?

Kriszta



A LÉLEK TÜKRÖZŐDÉSE



Honnan tudnánk, mi a kézzelfogható, ha nem lenne valami elvont?

Olvastam pár napja, hogy a beszélt nyelv csak a csendes – szavak közötti, mondatrészeket elválasztó, mondatokat befejező – szünetekkel együtt érvényes. Ha ez igaz, akkor lehet, hogy a valóság kézzelfogható és elvont egyszerre?

Amikor hallok valamit, ami megérint, azt a gyomromban is érzem, a hangok rezgése beárad a testembe, így érezhetem is, amit hallok. A hanghullám anyagá válik.

Ha például a szemek egy ideig nem kapnak fényt, sötétben vannak, a fény tapasztalása fizikai fájdalommal jár. Ez is bizonyítja, hogy rengeteg energiát fogadnak be, így is szabályozva egészségünket, fizikai testünket.

Tehát nemcsak látok, hanem ezernyi információt engedek be a testembe, ahol azokat átalakítom. (Nem mondhatom, hogy pontosan értem a folyamatot, de átélem, és sokat ad.)

Szeretek úgy beszélgetni, hogy a másik szemébe nézek, úgy fizetni a boltban, úgy köszönni, úgy lenni. Mintha láthatatlan erő áradna ki a szemekből, így cserélve energiát.

Különösen kellemes pillanat, amikor fűrödhettek a másik szerető tekintetében, ami hozzásegít ahhoz, hogy lényem szépségét alapvetésnek érezzem, szabadon tükröződjek.

Amikor arra vágyunk, hogy lássanak minket, valójában azt szeretnénk, hogy ne csak a külsőnkkel azonosítsanak, hanem hogy megértsenek, elfogadjanak az értékeinkkel együtt. Egy pillantás sokat elárul, ezért bátorság kell ahhoz, hogy a másik szemébe nézz, önismeret, hogy stabil pontból láthass kifelé, és érdeklődő jellem, hogy beengedd, ami hozzád ad.

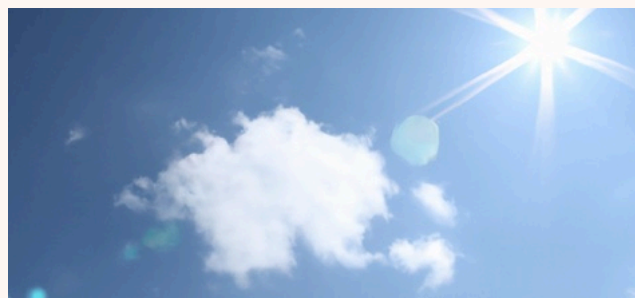
Hiába mondja valaki, hogy jól van, hiába mosolyog, ha észreveszed a szemében bujkáló szomorúságot, nem fogod elhinni. Sokat mondanak a szemek...

A szépség felismeréséhez elengedhetetlen az érdeklődés?

Mit tartunk szépnek? Lehet, hogy csak belénk programozták mi az, ami az, annyit ismételték, hogy végül elhittük? Esetleg van bennünk egy érzékelő, ami folyamatosan működésben van?

Mi a szép? A forma vagy a tartalom? Esetleg az egyik nem lehet meg a másik nélkül?

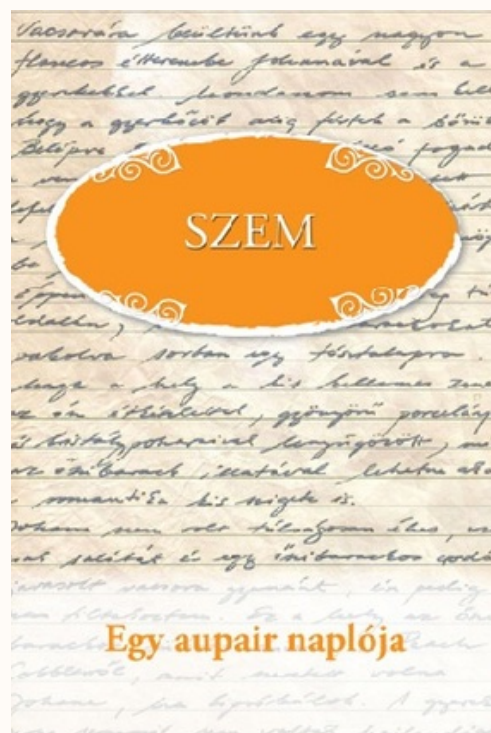
(A Nap szép? Kisugárzása az van. :))



Jól működik az is, amikor becsukjuk a szemünket, vagy csak kicsit elcsendesedünk, és befelé figyelve felfedezzük saját univerzumunkat, magunkba nézünk. Kezdjük el még ma felfedezni azt a részt, ahonnan kifelé tükröződünk, az embert, a lelket, akik vagyunk, és jegyezzük fel mindazon tulajdonságainkat, amelyeket mi tartunk szépnek.

Melinda

Ahol még megtalálhatsz minket:



Hegedűs Beatrix

WWW.LÉLEK-KINCS.HU



lelekkincs@gmail.com



Tudatos test és lélek

Melinda



[/tanleymilet](#)



[@tanleymilet](#)



<https://tanleymilet.com>

Edina

[/gyogyito.illatok](#)

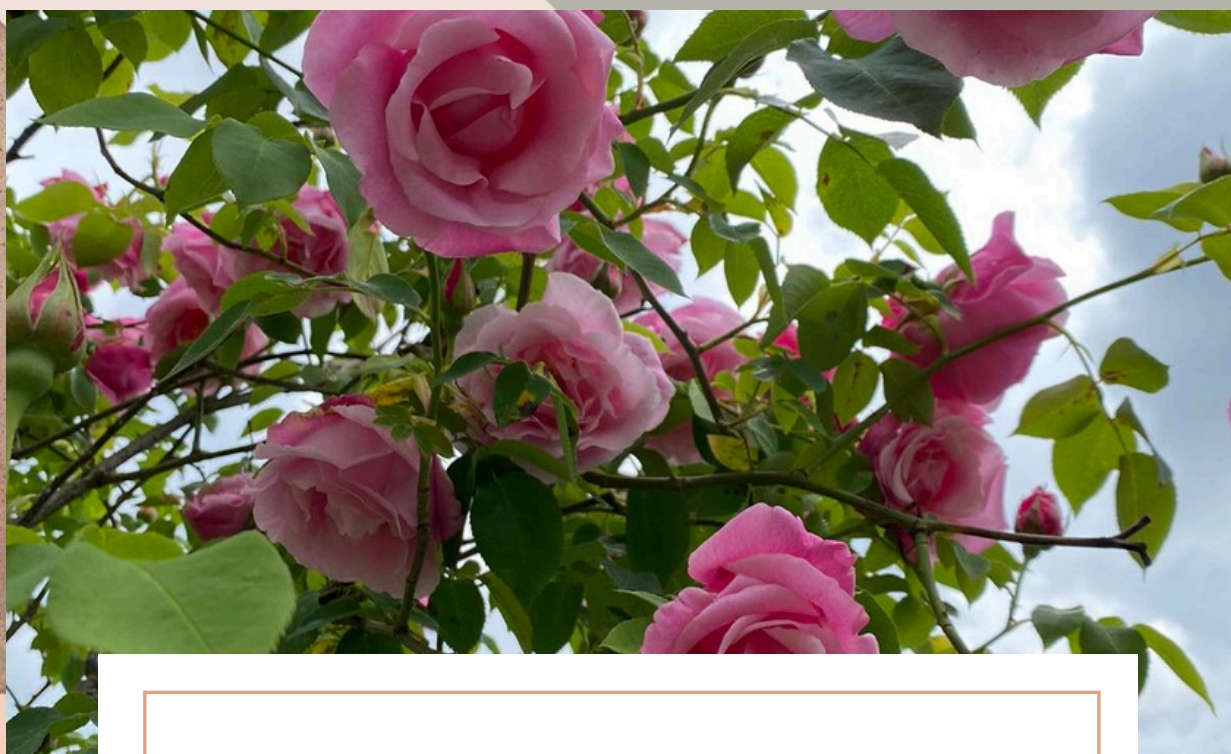
[@gyogyito illatok](#)

<https://www.gyogyitoillatok.hu>

Kriszta

[/zidkozosseg](#)

tudatossagtarot@gmail.com



NŐI HULLÁMHOSSZ

M A G A Z I N