

NŐI HULLÁMHOSSZ

M A G A Z I N

TEREMTÉS
TÖRTÉNETEK

KELLEMES
KIKAPCSOLÓDÁS

BEMUTATKOZIK
FÜZI ZSÓFIA,
SOPHIE

A HÓNAP LAPJA:
A MÁGUS

8. SZÁM
2024. AUGUSZTUS

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 kezét. Remélem abban a pár percben, amíg minket olvasol sikerül kapcsolódnod.

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. Szenvedélyemmé vált a Tarot, ami ezt a két világot köti össze kifinomult szimbólumaival. A célom, hogy a lapok üzeneteit közvetítve bepillantást nyújtsak ebbe a varázslatba.

A TEREMTÉS RŐL



Vajon egy ember élete során mennyit elmélkedik arról, hogyan is valósult meg és milyen folyamatokon múlik, hogy az élet állandó körforgásban legyen? Ki vannak osztva a napi feladatok, le vannak foglalva a hírekkel az agyak, ugyan kit érdekel a teremtés?

Léteznek teremtés-elméletek minden hitnek megfelelően, tehát a Föld vonzásában lenni egyértelműnek tűnik.

Tanultam róla, olvastam, meghallgattam másokat, de valahogy nem éreztem úgy, hogy ismerném a titok nyitját. Annyi biztos, hogy életünk színtere egy csodálatosan szép és változatos bolygó, ami felajánlja nekünk termőföldjeit, vizeit, vagyis erőforrásait. Ez azt jelentené, hogy a teremtésben vagyunk?

Külső szemlélőként azt látom, hogy saját anyagából meg is gyúr minket, érkeznek a kisbabák, akiknek testében megtalálhatóak a Föld elemei, kémiai, biológiai, fizikai és még egy sor ismeretlen törvény nyilvánul meg annak érdekében, hogy ezen a helyen tapasztalatot gyűjtsünk. Amikor viszont végleg elhasználódunk, visszatérünk a körforgás szabályai szerint a Föld anyagába. Porból lettünk és porrá leszünk. Személy szerint jobban tetszene, ha úgy fogalmaznánk: csillagporból lettünk és csillagporrá leszünk.

Megérkeztem a csillagokhoz, amelyeknek fényét még távoli galaxisokból is láthatjuk, annak bizonyítékeként, hogy látszólag beletartozunk egy hatalmas rendszerbe, részei vagyunk az univerzumnak.

Úgy tűnik, hogy a közeli nem létezhet a távoli nélkül és fordítva. Úgy tűnik, hogy azért vagyunk itt ennyien, hogy közös teremtő cselekedeteink által élmények részesei legyünk, miközben egyre toljuk a határát annak, amit még megismerhetünk. Például útjára indítottuk a James Webb űrtávcsövet, ami hihetetlen távolságokat képes bejárni, és gépeink eljutottak a Marsra. Ezalatt az elektronok atomon belüli mozgását vizsgáljuk, a számítógépek processzorát felépítő elemek pedig már régóta szabad szemmel láthatatlanok.

A felfedezni vágyás az emberi faj egyik ismertetője, ugyanúgy, mint a rombolás.

Ha két kezemmel képes vagyok rombolni és építeni, akkor ki vagyok én? Egy színész, aki játszik az élet színpadán? Közreműködője a teremtésnek? Esetleg nemcsak közreműködője, hanem alakítója, felelősségteljes alkotótárs? Mindannyian azok lennénk?

Sokakat ismerek, akik álmaikat követve élnek, akik nehéznek és lehetetlennek látszó élethelyzetüket változtattak meg bátran, csupán vágyukkal és elhatározásukkal. Felelősséggel képesek újratervezni saját miniuniverzumukat, ezzel életminőségüket javítják, más életet teremtenek, erejüket a számukra megfelelő irányokba terelik. Persze ennek létezik az ellenkezője is. Ez viszont bizonyíték arra, hogy valamilyen hatalommal rendelkezünk az életünk felett. Ha ez igaz, akkor részei vagyunk egyenként a földi élet alakulásának, és részei vagyunk a nagyobb energiáknak is?

Hatalmunk mire való? Mi az, amit megengedünk magunknak? Mire használjuk értékes időnket és energiánkat, amelyet mindannyian személyre szólóan kaptunk?

A teremtés hol kezdődik és hol ér véget? Valóban teremtők vagyunk?

Melinda

TEREMTÉS-TÖRTÉNETEK

Számomra a teremtés megfoghatatlan csodája az életnek. Igazából nem is tudom jól szavakba önteni. Hogyan lesz a semmiből valami? Hogyan ölt formát egy kívánság? Talán úgy történik, mint amikor Melindával a Caminónk során egy hercegről álmództunk a fehér lovon, hogy majd jön, részemről teljesen tipikus, rózsaszín lányregényes ábrándokat kergetve. Aznap Sahagúnba érkeztünk, ahol a főtéren színpad, jelmezes emberek vegyültek a tömegbe. Leültünk egy padra, és néztük a színes forgatagot. Előttünk éttermek teraszán vacsoráztak az emberek, a pincérek cikáztak közöttük. Hirtelen, a mellettünk levő utcából egy lovas vágatott be a térre, és éppen előttünk állt meg. Nem hittünk a szemünknek. Elénk jött a díszes öltözetű herceg a fehér lovon! Ránk nézett, beszélt pár társával, a lova egy hatalmas lócitromot produkált, majd megfordította a lovát és ellovagolt. Az emberek az éttermek teraszán jót nevettek, az egyik pincér szaladt seprűért és lapátért, majd gyorsan feltakarította. Annyit emlegettük a herceget a fehér lovon, hogy meg is jelent nekünk. Vagy talán véletlen volt? Döntsétek el Ti!

Edina

Véletlen?



ANGYALI SEGÍTSÉG

Az egyetemisták költözési lázában égtem szeptember elején. Kelleni fog ez is, az is, ki ne maradjon a palacsintasütő sem, meg a fűszerek, a lista hosszú volt. Három nagy és egy kis táska telt meg a legszükségesebb holmikkal. Akkoriban fel sem merült bennem, hogy apránként is kötözhetnék, a húszévesek „ide nekem az oroszlánt is” lendületével és erejével vágtam neki az útnak. Nagybaracskáról indult a busz, majd át kellett szállni Baján, és Budapesten is, a végállomás pedig a gödöllői autóbusz-pályaudvar volt, huszonöt percnyi sétára a kollégiumtól.

A hosszú út alatti ki-be pakolástól kissé elfáradtam, mire az utolsó kemény gyalogló szakaszhoz érkeztem. A klasszikus csomag-hordási módszert választottam, a kis hátizsák jött a hasamra, a nagy hátizsák a hátamra, és a két nagy teli sporttáska egyik, illetve másik kezembe. Csóró egyetemistaként a taxi szolgáltatás eszembe sem jutott, és akkoriban még mobiltelefonom sem volt, amin segítséget hívhattam volna.



Egyik lépés követte a másikat, lassan, kitartóan, de gyorsan fogyó erővel. Az első négyszáz méter megtétele után a szívem majd kiugrott a helyéből, szorított a mellkasom, úgy éreztem, képtelen leszek megtenni a távot.

Felszakadt egy őszinte, tiszta sóhaj a szívemből: „Bárcsak jönne egy angyal és odarepítene a kollégiumhoz!” A kívánságban nem volt sem görcs, sem elvárás, csak úgy kilebegett belőlem az univerzumba.

Szinte két további lépést sem tettem meg, mire megállt mellettem egy autó, és kiszállt belőle egy kedves fiatalember, és így szólt: „Látom nagyon nehezek a csomagjaid, gondolom a kollégiumba igyekszel, elviszlek szívesen!” A meghiúsultságtól szinte szóhoz sem jutottam.

Az autó teljesen üres volt, a férfi gyorsan megtöltötte a csomagterét a csomagjaimmal, majd öt perc múlva már ki is pakolta azokat a kollégium ajtaja előtt. Szinte meg sem tudtam neki „rendesen” köszönni ezt a nemes cselekedetet, és amilyen gyorsan érkezett az életembe a segítség, úgy ment is tovább a dolgára. Végtelen hálát éreztem.

Az angyalok hozták el nekem vagy én teremtettem meg a segítséget? Vajon az egész csak a véletlen műve lett volna? Talán sosem tudom meg.

Edina

Véletlen?

KÍVÁNSÁG

A világ másik szegletében, ahol a Csendes-óceán szüntelenül nyaldossa a partot, mindig fúj a szél és messzire repíti a sirályok és a kakaduk hangját. A hullámok morajával vegyülve zene füleimnek. Nem telt úgy el nap, hogy ne sétáltam volna le a vízhez, ne bámultam volna a fodrozódásokat, a sziklákat és a kék eget, ne feküdtem volna ki a homokba. Csak voltam.

Minden alkalommal azt hittem, hogy „na, majd most!” kitalálom mi lesz velem a jövőben, megszáll az ihlet, és lesz előttem egy világos cél. Amíg volt bennem szándék, semmi sem történt.

Aztán egyszer egy sziklán ülve megjelent bennem az, hogy a dupláját keresem annak, mint korábban. Ahogy jött az érzés, úgy szállt is tova szelek szárnyán. Többet nem gondoltam arra a pillanatra.

Három hónap múlva az állásinterjún, amikor megkérdezték, hogy milyen fizetést gondoltam magamnak, a legtermészetesebb módon mondtam, hogy a korábbi fizetésem dupláját szeretném kézhez kapni; erre pedig azt felelték, hogy ők is pont annyira gondoltak, alig várják a közös munkát, és már kezdek is.

Kilépve az épületből, a Duna felől megérkezett hozzám az óceáni fuvallat, megsimogatta az arcom, „Ó, tényleg, hisz ezt kívántam”. Beteljesült. Bár lehet, hogy ez is csak a véletlen műve.

Edina

Véletlen?



ÁLOM

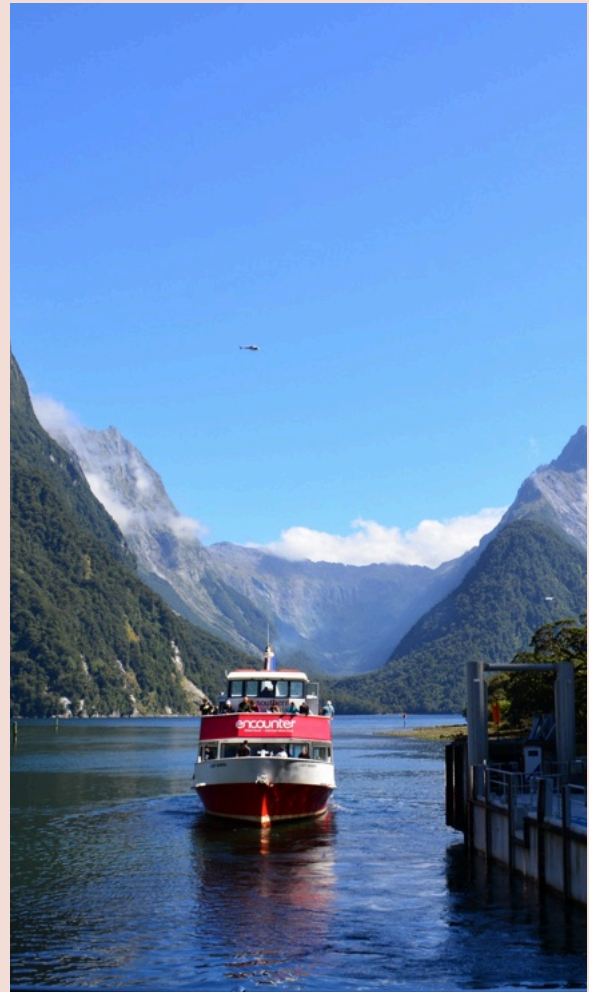
Elengedni, lezárni a múltat, semmit sem szerettem volna jobban. Tiszta lappal újra kezdeni az életemet. El kellett utazzak nagyon messzire, hogy az itthon semmilyen formában ne befolyásoljon, legyen meg a kellő távolság közöttünk, legyen tere a lelkemnek, gyógyítsam be a sebeimet, a depressziómat enyhítsem.

A tervem olyan jól sikerült, hogy egy nap Új-Zélandon, a Milford Sound fjordnál ért a reggel a sátramban. A legmesszebbi pont a Földön, ahová eljuthattam. Vártam azt a reggelt, mert egy egynapos hajótúrára fizettem be, hoztak-vittek, nem kellett vezetnem, aznap csak élvezhettem a természet tisztító erejét.

Ültem a hajó fedélzetén, és eszembe jutottak az elmúlt évek meditációs technikái, közöttük Soma Mamagésa elengedés gyakorlata (<https://www.somamamagesa.hu/blog/egy-elengedes-gyakorlat-noknek>).

Úgy gondoltam, tökéletes a hely és az idő ahhoz, hogy gyakoroljak, senki sem zavar, a természet elemi erői támogatnak, ami volt, elmúlt, szeretettel engedem el. Belelendültem, és csak csináltam és csináltam a légzőgyakorlatot. Sorakoztak is szépen az emlékképek, minden gondolatomat a múlt töltötte ki, az energiát, amit nála hagytam, azt most visszaveszem, mindazt, amit tőle kaptam, szeretettel visszaadom.

*Ennyi
véletlen?*



Másnap reggel álmosan ébredtem egy telefonhívásra: „Hogy vagy? Jól vagy? Nagyon rosszat álmodtam. Egy fjordnál kirándultunk, majd egyszer csak már nem voltál sehol, elveszítettelek!”.

Azt gondoltam, ez egy nagyon jó kis gyakorlat volt, teremtettem egy szörnyet. Annyira fókuszált voltam, nemhogy lazult volna a kötelék, hanem téren és időn túl még formát öltött, de akár véletlen is lehetett.

Edina

EPRES MESE



Abban a légiesebb valóságban, ahol ezek az angyali lények élnek, ott is szükség van arra, hogy legalább alapjaiban értsék a Diákok, mit is jelent valamit létrehozni. A vágyat a semmiből, látható, megformált dologgá alakítani. Ez viszont nem egy varázslótanoda, nincsen szükség hangosan kimondott varázsigékre, koncentrációra, inkább egy fajta gyermeki figyelemre, játékoságra és felelőségre. Az utóbbit a bölcsőbb, de nem feltétlen sokkal idősebb tagjaiktól tanulják példamutatással, elsősorban.

Reggel összegyűlnek a Diákok, de nem azért, hogy fásasztó tanulmányokba kezdjenek, sokkal inkább azzal a szándékkal, hogy jobban megismerjék világukat és azok törvényeit, hogy azután teljesen új teremtéseket hozhassanak létre, hogy kreatívan megtapasztalják lényüket és ezáltal korlátaikat feszegessék, hogy így, összeadódva változhasson világuk.

Ezen az aktuális reggelen igazi, finom eper szemeket alkottak a „semmiből”, abból a Semmiből, amiről nagyon is jól tudták, hogy aktív résztvevője akarataknak. Sokat nevettek, mert először leginkább gumira hasonlító, epernek kinéző valamiket tettek tányérokra, de az ízük meg sem közelítette a gyümölcsét. Kóstolás közben mindannyian hatalmasakat nevettek egymás arckifejezésein.

Egy különösen kedves Segítőt kaptak maguk mellé, aki megértette velük, hogy ez a teremtés összetettebb, ezért képzeletüket új szinten kell használniuk, másképpen, mint eddig. Kezddék azzal, hogy elképzelik, ahogy beleharapnak az eperbe, és érezzék annak édes ízét, zamatát, illatát, tehát először magukban éljék át a teljes élményt. Könnyű. Kérte, hogy közben a mellkasukra is figyeljenek, hogy kellemes érzések vegyék körbe őket, miközben ezt teszik. Mire kimondta az utolsó mondatot, egy csodás tál eper termett a fiatalok elé, akik jóízűen ízlelgették. Ezután visszahúzódott, és rendelkezésre állt.

Az egyik növendék, miután megalkotta reggeli feladatát, komoly arccal állt a Segítője elé. Felnézett rá, majd belekezdett. Kérdése meglepte és mélységesen meghatotta a Segítőt, habár már a kérdés előtt érzékelte a Diák aurájának feszítő megnyilvánulását. A Diák szerette volna tudni, miért olyan szerencsés, hogy ilyen könnyed valóságban van, ahol még az evés-ivás sem létfeltétel, a kommunikáció egyértelmű, és a kedvesség és szeretet a társadalom alapköve, az energia rendelkezésre áll, és használható? Azért érdeklődött, mert az emberek világa felkavarta. Körülbelül két hete egy másik Segítővel több más bolygó mellett „ránéztek a Földre”. Látta a szenvedést és egyenlőtleniséget, a kegyetlenséget, ahogy a bolygót kizsákmányolják, és azt is értette, hogyan lehetne egyszerű lépésekkel, értelmes irányítással jobbá tenni.



A Segítő átlátta a Diák tágabb valóságát, felfogta léte rendeltetését, és válaszolt. Elmondta, hogy ebben az angyali valóságban gyorsabban mennek végbe a teremtések, mert nincsenek akadályozó gondolatok, kétes szándékok és ellenségeskedések, amelyek túlságosan zavarnák az elképzelt végeredmény létrejöttét. A szavakra sincsen már így szükség, hiszen a szándék, hogy szeretnél valamit közölni a másikkal, kifejezni érzéseidet, azonnal megjelenik a másik elméjében. A félelem nem gátolja a tiszta kommunikációt, ezért nincs szükség elbújni kimondott hazug szavak, megjátszott érzelmek és álnok cselekedetek mögé. Az emberi világban az energia rablása és manipulációja magas fokokra emelkedett. Akik oda születtek, önként választották az utat, még akkor is, ha ezt nehéz látni. Annyira erőlködnek azon, hogy megszerezzenek és tulajdonoljanak felesleges dolgokat, hogy közben elfelejtenek élni, elfelejtik, hogy részei a természetnek, hogy az élet lehet könnyebb és egyszerűbb. Hogy a hajsza helyett, ha megállnának egy pillanatra, ők is jobban átlátnák létük értelmét, és túlhajszoltság nélkül, egymás segítségével kiaknázhathatnánk lényük és társadalmuk valódi értékeit.

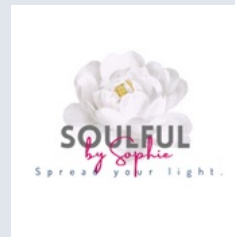
A Diák megértette, de nem tudta elfogadni a magyarázatot. A Segítő ismét érzékelte a Diák lényében végbemenő átalakulást, és az újabb feszítő kérdést, majd mosollyal „válaszolt”. A mosolyban benne volt az üzenet. Ha szíve egyetlen vágya, természetesen segíthet nekik. A Diák izgatottan elmosolyodott, és átnyújtotta a tenyerében megjelent, csodás eperszemét a Segítőnek.

Melinda

*Nem egyetlen
Csoda jött így a
Földre, sokan
vannak...*



BEMUTATKOZIK: Füzi Zsófia, Sophie - Holisztikus Masszázs Terapeuta & Coach



A sors kiszámíthatatlan. Van kié hányattatott és viszontagságos, van kié kellemes, lágy víz felszínén lögybölődő, bőséges...

Én mégis fontosabbnak találom, ami - vagy inkább, Aki - belül van:

Az elme, a szív, aki felfog, lát, érez, érzékel... S ha ez a lény ügyesen gazdálkodik élettörténetével, az egyre gazdagodó tapasztalatai által képes tisztán ráhangolódni önmaga hullámaira, és ebből teremteni egyre könnyedebben azt, ami feltöltő, inspiráló, örömteli számára.

Hogy mit hoz a sors keze nemcsak kiszámíthatatlan. Egy kicsit távolabbi nézőpontból, úgy látom lényegtelen is. Az ember, aki látni szeretne: egy idő után látni fog, még ha ki is szűrjük szemeit. Aki jajveszékelné és átkozódna, az a kacsalábon forgó palotájának legkényelmesebb bőrfoteljából is csak a bejárónőnek a körme alatti koszt fogja észrevenni. Aki tanulni: annak leckék sokaságát hozza a sors. Aki bizonyítani: annak egyik megmérettetést a másik után. Aki szeretni: annak tapasztalatai által kinyílik, hogy mit is jelenthet a szeretet valójában...

Úgy vélem, a legfontosabb kérdések az ember életében ezek:

- Mit szeretnél igazán teremteni életedben?
- Kivé szeretnél válni?

Nem mindenkinek való kérdések ezek, s ez így van jól. A világ végtelen-színűnek lett megteremtve és ettől az igazi.

Amíg az embernek elég, hogy a világ elvégzi rajta keresztül a munkáját, s nem akarja, hogy életében bármi hozzászólása legyen, addig nem érdemes ilyen kérdéseken rágódnia. Azonban aki a tudatosság útjára lép, annak időről időre érdemes meditatálni ezen a két kérdésen.

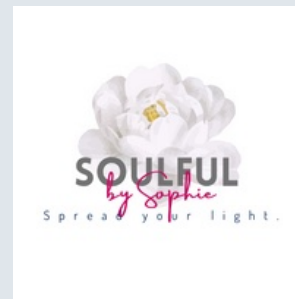
Életünk végén egyetlen mérce lesz:

- amit átéltünk,
- amit másoknak adtunk,
- amit teremtettünk,
- ahogy döntéseinket meghoztuk,
- akivé mindezek által váltunk,

saját lelki szemeink tükrében összegezve.

Minden döntésünk ehhez a kettő kérdéshez kapcsolható hozzá, vagyis ahhoz, hogy mi erre a válaszunk. A válasz pedig mindig ahhoz képest változik, hogy mennyire ismerjük önmagunkat.

+36 30 13 26 171
Zsofia.fuzi@gmail.com



Utazásom a jelenlegi életemhez rengeteg tapasztaláson át vezetett. Talán nem állítok valótlanságot amikor azt mondom, számos életet éltem le az eddigi negyven évem során.

Ugyan egész sok könyvet olvastam (mihez viszonyítva, ugye?), pár évig jártam főiskolára, egyetemre, de egyik sem töltötte ki igazán azt a belső lelki sodrást, amit az életen keresztüli tapasztalataim adtak számomra. Mindenből tanultam, ami körbevett. Gyerekként kedvenc tevékenységem mások megfigyelése volt. Ahogy beszélnek, ahogy artikulálnak, a mimikájuk, a testbeszédük, a hanglejtésük. Érdekes volt látni számomra, hogy hogyan áll össze egy-egy apró részletből az ember összessége.

Ahogy növekedtem, barátaim és ismerőseim sokasodni kezdtek. Ez azt hozta magával, hogy egyre több élettörténet tárult elém, megéljük saját szemszögén keresztül elmesélve. Akivel beszélgetésbe elegyedtem, könnyedén nyílt meg számomra elmesélve akár legnagyobb bűjtőbaját. Talán érezték, hogy őszinte érdeklődéssel hallgatom őket, ami jóval túllépi a "Hogy vagy?" "Köszí, jól" szintjét.

Sosem volt kérdéses számomra, hogy emberekkel szeretnék foglalkozni, ha felnövök. Még akkor sem, ha sok fájdalom és nehézségen mentem át tizenéves koromtól kezdve nyitottságomnak, jószívűségemnek, naivságomnak és éretlenségeimnek köszönhetően, amit ismeretlenektől, osztálytársaktól és 'barátoktól' egyaránt kaptam.

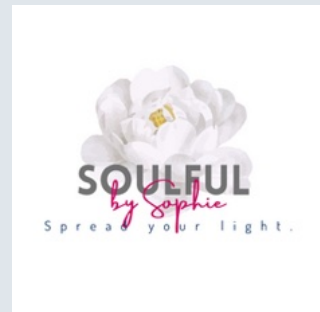


Életem fő témája mindig is az emberi lélek volt. Az élet a legnagyobb lehetőséget adta kezemben azáltal, hogy megfigyelhettem saját belső reakcióimat és változásaimat az engem ért hatások keresztütiében.

Több mint 10 éve vagyok a holisztikus masszóri pályán, amiből az utóbbi években kezdett megteremtődni a beszélgetéseken keresztüli segítői szerepem. Egy masszázs kezelés rövidebb távon rengeteget adhat egy embernek (testi és lelki feszültségektől való megszabadulás, energetikai harmonizáció és feltöltődés, lelki megnyugvás), de sajnos hosszabb távra már nem hatékony. Ahhoz kellene a szavak, az értelem síkja. Az ember könnyedén újra kreálja magának azt az érzelmi állapotot, amivel a nehézkes testi tünetek is járnak.



HIVATÁSOM CÉLPONTJA



Testi–szellemi-energetikai síkokon segíteni az embert összekötni valódi lényével abból a ‘célből’, hogy megtanuljon bízni önmagában és egyre inkább képessé váljon saját belső erőforrására támaszkodni.

Fontosnak tartom azt, hogy az ember rádöbbenjen egyéniségének varázsára, s megértse elmével és szívvel is egyaránt, hogy a saját, semmihez sem fogható lényét egyedül ő érezheti át igazán (a megértés úgy hiszem ilyen mélységekben és tágasságokban már nem értelmezhető (!)). S hogy önmagából fakadóan mit jelent számára a tartalmas élet az igazából nem a külvilág trendjeiben található, hanem önmaga színeinek és dallamainak részleteiben és összességében. Ezért fontos megtanulni befele figyelni.

Egyetlen tőlünk kívülálló személy sem tudhatja jobban, hogy mit ad jelenlegi megtapasztalásunk; hogy mennyi ideig kell benne lennünk még ugyanabban a problémakörben, amíg végre tovább tudunk lépni az ismeretlenbe az Új megszületéséért...

Ez egy félelmetes út az elme számára, ahol az ember felelősséget vállal saját döntéseinkért és az avval járó következményekért is. Itt már nincs olyan, hogy másban keressük a hibát. Ideiglenesen lehetséges, de végül az ember egyre tisztábban látja meg, hogy önmaga elől nem érdemes menekülni.

Korlátoltságainkat az élet azon problémás élethelyzeteink által fogja úgyis jelezni, amikkel nehezen birkózunk meg. Trükközni és elzárkózni lehet ezen helyzetek elől, de ha kicsit odafigyelsz, megláthatod, hogy az élet intelligenciája elől nem lehet elmenekülni.

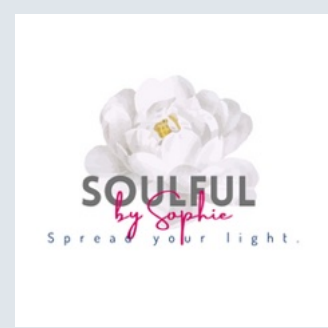
Világrajövetelünktől kezdve a másoknak való megfelelés kényszere kódolódik belénk a túlélés és boldogulás érdekében. Igazán nem könnyű ebben a közegben ráébredni, milyen is egészségesen szeretni magunkat, s másokat. Ha rálepünk erre az útra, előbb-utóbb eljutunk ehhez a megéléshez is...

Tudatos Döntés / Választás

Mivel gyerekkoromtól kezdve foglalkoztatott az ember sorsa (sorsrontás vs tudatos teremtés, ahogy később hallottam) most azt gondolhatnád, hogy utam egyenesen vezetett ide, ahol most vagyok. A valóságban ez azonban teljesen máshogy nézett ki.

Ezer és egy másik dolog volt, amivel nagyon szerettem az időmet tölteni, és mindegyikkel el tudtam képzelni a jövőm építését. A zene, a sportok, az utazás, az írás, a fényképezés és a többi érdeklődési köröm megélése és kamatoztatása sok éven keresztül egy elnyúlt stresszfaktor volt számomra abban, hogy fő csapásirányt válasszak magamnak. Sokáig úgy éreztem, hogy bármi mellett döntsek is, avval a többi ujjamba harapok bele.





A valódi választás akkor történt meg bennem, amikor először Londonba költöztem huszonnégy évesen. Ekkor már nem volt előtérben bennem a szülői befolyásoltság nyomása. A távolság és önmagam eltartása anyagilag megajándékozott a szabad(abb) döntés lehetőségével.

Ahogy Londonba értem, jelentkeztem négy teljesen különböző állásra. Amikor kiderült, hogy mindre felvettek, (takarítás, szociális munkás, hajvágó asszisztens, fogorvosi asszisztens) el kellett gondolkodnom mélyebben elsősorban arról, hogy valójában mit is akarok az életemtől: most és az elkövetkező egy évtizedben. Ekkor ez már kevésbé volt bennem nyomás. Inkább egy tudatos választásnak láttam, amivel új irányokba rakhatom az egész életemet.

Végül időt hagytam magamnak, hosszútávú elköteleződések nélkül és egy felszolgálói meló mellett döntöttem az Oxford Street közelében. Megvártam, míg bentől alakul ki az irányom...

A londoni pezsgés és a felszabadultság élménye, hogy nincsenek a hátam mögött a szüleim, akik féltenek saját döntéseimtől, könnyedén összerendezte bennem a tervet: jelentkezem egy nemzetközileg elismert képesítést adó masszázstanfolyamra. Evvel a döntésemmel éreztem igazán azt, hogy végre a felnőtté válás útjára léptem, s belevágtam a nagybetűs Életbe...

Az ez után következő tíz év tapasztalatai lépésről-lépésre szabadítottak ki abból a félelmekkel és belső feszültségekkel teli formámból, amiben gyerekkoromat éltem a húszas éveim elejéig.

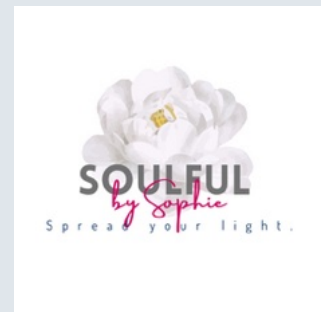
A kislányból, aki percek sokaságán keresztül szuggerálta magát, hogy fel merjen állni a buszon megnyomni a leszállásjelzőt, hogy le tudjon szállni a megfelelő megállóban, végre egy felszabadultabb ember körvonalai kezdtek kirajzolódni:

Élvezni kezdtem annak szabadságát, hogy saját életemért végre saját mércémnek és jelentéstartalmamnak megfelelő döntéseket hozhatok anélkül, hogy magyarázkodnom kellene másnak, akik nem értik döntéseim gyökerét.

Élveztem a munkámat, a számtalan lehetőséget, amit a londoni lét nyújtott, hogy végre tapasztalatokon keresztül tanulhatok, változhatok magam felé. Szárnyaltam. Megtanultam lényemből fakadó döntéseket hozni és meglépni azokat attól függetlenül, hogy milyen félelmetesek vagy nehezek voltak.

Sokszor ugrottam a semmibe és kezdtem mindent előlről úgy, hogy nem volt mögöttem stabil anyagi háttér. Ez megtanított a bizonytalansággal együtt élni. Voltam összesen negyven fonttal Londonban munka és lakhatás nélkül, mert tudtam, ki kell lépnem az addigi kapcsolatomból, hisz annak ellenére, hogy nagyon szerettem az embert, nem arrafelé ment az életem, amerre az én irányom tartott.





Dolgoztam felszolgálóként, bárosként, takarító-nőként, szociális segítőként, masszörként cipelve masszázságyam London metró és buszhálózatán, miközben egyre több minden tárult elém a világból, ahogy figyeltem, néztem és láttam azt. Költöztem új országba anélkül, hogy ismertem volna ott bárkit, vagy beszéltem volna az ottani nyelvet. Minden evvel járó félelmemet felülírta az a tudat, melyet a szívem diktált: ide kell költözök ismét új életet kezdeni. Számos döntést hoztam az életben úgy, hogy nem tudtam, hogyan lesz tovább, csak annyit éreztem legbelül, hogy arra kell mennem...

Ha egyszer valahogy döntöttem, akkor szerettem végigmenni annak a döntésnek az útján, és megbirkózni a következményekkel is. Ez szívóssá tett, és közben mélyen és részletesen megismertem magamat, hogy hogyan működök. Megtanultam rugalmas maradni, sok képességet kamatoztattam és megtapasztaltam, hogy mindig mindenből fel lehet állni és továbbmenni, ha az ember nem fél használni azt, amilye van. Szemei előtt tartva a tényt: mindig mindennek megvan az ára....

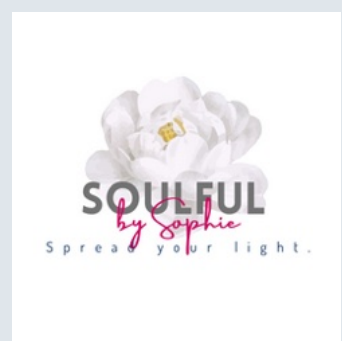
Rengeteg történetem van: sok hülyeséget csináltam, amit ma már nem tennék, mert visszafele nézve pontosan látom, hogy az nemhogy segített volna helyzetemen, hanem tovább rontott azon.

Többször okoztam fájdalmat másoknak szándék nélkül úgy, hogy ha erősebb vagyok és kitartok megérzéseim mellett, elkerülhettem volna ezt; rengetegszer döntöttem magam ellen - a harmincas éveimben értem el odáig magamban, hogy végre komolyabban vegyem magam, hogy én is számítok az életben, figyeljek magamra is, szeressem önmagam.

Megbánni egyetlen dolgot bántam meg döntéseim közül: hogy abbahagytam a csellózást tizenhárom évesen. Ami mára már elcsépelet mondatként hangzik, mert már annyiszor leírták/mondták mások is (szerencsére), rám is igaz: Hülyeség ide vagy oda, nem bántam meg semmit (a cselló abbahagyásán túl :) az életemből, mert pontosan tudom, hogy minden nehézség, ami velem történt, és minden döntésem, minden egyes tapasztalatom amit a különböző munkáim, a párkapcsolataim, a baráti kapcsolódásaim és a belső világom figyelése és rendezgetése által kaptam, együtt volt szükséges ahhoz, hogy azzá az emberré váljak, aki ma vagyok, és olyan életem legyen, amilyen ma van.



JELEN, OTTHON ÉLMÉNY



Megtaláltam a helyet, ahol otthon érzem magam a világban. Sao Miguelen töltöm életem nagyobb részét, ahol számtalan emberrel hoz össze a sors, mint ügyfél, mint barát. Olyan helyet sikerült megteremtennem magamnak, ahol azzal foglalkozom, amit szeretek, olyan üzleti kapcsolódásaim vannak, amiben mindegyik fél olyat kap, ami számára értéket jelent. Hivatásom igazi visszhangra talált. Olyan dolgokat adok embereknek, ami számomra mindig is értéket képviselt, miközben tovább tudok fejlődni és más módokon is megnyilvánulni ezen a terepen.

Az élet megadta azt a lehetőséget is, amiről már majdnem teljesen lemondtam: társra találtam, akivel együtt tudunk haladni önmagunk felé, mindeközben egymást támogatva ezen az úton úgy, hogy közben szerelemben/szeretetben és örömben kapcsolódunk.

Mióta Sao Miguelre költöztem 2017-ben, azóta álmodtam arról, hogy itt tartok kiscsoportos elvonulásokat, ahol ezen témákat érintve olyan hangulatban tölthetnek magukkal időt a résztvevők, amik segítik az önreflexiót, a gátak feloldását, az önfeledtség állapotát elővarázsolni és korlátlanabban kapcsolódni másokhoz és önmaguk - úgymond - álarc nélküli részéhez. Több felkérésem volt már arra is, hogy Magyarországon is tartsak ilyen elvonulást, ami elől szintén nem zárkozom el. Jelenleg ennek a projektnek a megvalósulásán dolgozom.

Jövő

A következő évtized a belső-külső stabilitás megteremtéséről szól számomra.

Az első 40 évemben a folyamatos változás a lelki gyógyulás érdekében, a folyamatos önmagammal való szembenézés, a tapasztalás, a kaland, a 'kitudjamithozaholnap' volt a főcímlapon minden pozitív és negatív hozadékkal együtt.

Most, hogy mára nagyjából 'megismertem magam', szeretnék egy olyan életet megteremtteni, ami könnyedségre és öröme épülve teremtődik körém. Ami nem a folyamatos külső-belső harcokról szól, a nehézségről, hanem a megengedésről, az ihletettséggel állapotáról és a belső öröm térhódításáról, ami igazán megmutatja, hogy szeretem az embert, akivé utamon váltam.

Hivatásomban pedig egy ilyen alapokra épülő világ megteremtésében szeretném tovább inspirálni azon embereket, akik készen állnak a valódi változásra, hogy saját életüket élhessék ahelyett, amit rájuk erőltet a világ.



KELLEMES KIKAPCSOLÓDÁS

Hosszú évek megfigyelései alapján írom a következő cikket, amiben a pihenés, a jóérzés, a kellemes kikapcsolódás jótékony hatásait szeretném megmutatni, ami kihatással van a jövőre.

Mikor pihen az ember, mikor kapcsol ki? Legtöbbször akkor, ha elkap valami kellemes vírust, ami annyira leteríti, hogy mozdulni, gondolkodni, de még képernyőt nézni sem tud, mert úgy fáj mindene.

Ezzel a pihenéssel csak az a baj, hogy kényszerű, muszáj, nincs más választás, és közben nem kellemes.

Kilélegzek, belélegzek, és megint kilélegzek és belélegzek. Nem számolom hány másodpercet töltök egyik vagy másik folyamattal, de nagyjából hasonló időt töltök mindkét cselekvéssel, így könnyebben életben maradok.

A tervezett szabadságok az embernek reményt adnak, fénylő pontok az idő szalagján, de a spontaneitás is jó.

A tervezés mellett, miért ne lehetne spontaneitás? Megengedem magamnak, hogy olyan események sodrásába kerüljek, amelyeket nem láttam előre.

Egyszer pont elalvás előtt ért egy hívás, egy barátnőm volt az, az akarta, hogy kísérjem el egy latin táncos buliba, mert ott volt álmai férfi. Beadtam a derekam, habár nehéz volt kikászálódnom az ágyból, nem kívántam a zajt. Viszont valóra vált egy álmom. Tanultam pár alaplépést salsa táncból, és engem is felkértek táncolni. A férfi vezetett, egymás után letáncoltunk néhány számot, megdicsérte tudásomat, amit büszkén fogadtam. Pár kérdést feltettem az ő képességeivel kapcsolatban, amikor kiderült, hogy a saját hazájában elismert versenytáncos. Legalább egyszer az életben vágytam egy ilyen tapasztalatra, amikor egy vérbeli táncossal rophatok. A mai napig nagyon jó visszagondolni erre az estére. Örülök, hogy profi tudása utólag derült ki, így nem görcsöltem rá, hogy mikor lépek a lábára...



Alszom és ébren vagyok, aludni megyek és felkelek.

A nagy változások az életemben akkor jöttek, amikor előtte rájuk pihentem a szó szoros értelmében. A lehetőség jött, és én igent mondtam.

Tíz napos csend tábor után számoltam fel addig életem. A táborban, a pihenés és csend közben felgyülemlettek bennem beteljesületlen vágyaim, amelyek elég erőt adtak ahhoz, hogy huszonhét évesen másik országba költözzek, és egyedül belevágjak valami újba.

Hasonlóképpen működnek a spontánabb (egy-két hónappal indulás előtt tervezés) nyaralások. Amikor megengedjük magunknak, hogy átélhessünk egy új csodát, helyet, élményeket, úgy érezzük, hogy nem biztos, hogy a legjobbkor, mégis engedünk a hívásnak. Az esetek többségében új munkalehetőség csillant fel érkezéskor.

A pihenés, kikapcsolódás fontos, legalább annyira, mint a kötelesség és a teendők beosztása. Ha sikerül lazítani és kikapcsolódni, kellemes élményekkel megajándékozni és elengedni magunkat, akkor többet tettünk a jövőnkért, mint képzelnénk.

A puding próbája az evés.

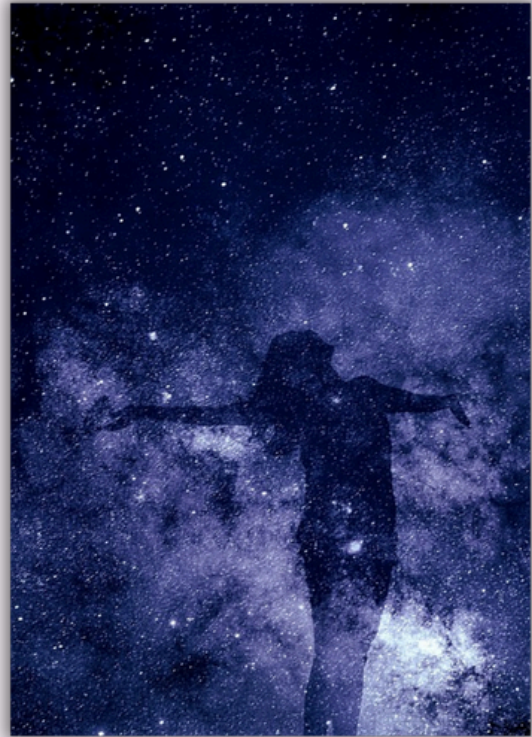
Melinda

TUDATOS TEREMTÉS ÉS A TAROT

Az emberiség egyik legcsodálatosabb tulajdonsága a teremtés képessége. Ne csak művészi alkotásokra vagy technológiai innovációkra gondolj, hanem arra az isteni adottságra is, hogy gondolataink, szavaink és tetteink révén képesek vagyunk befolyásolni saját és mások életét, valamint a körülöttünk lévő világot még akkor is, ha nem vagyunk ennek tudatában. Ez a képesség adja az emberi lét mélységét és egyben a felelősségét, hiszen mind a pozitív, mind a negatív megteremtésére képesek vagyunk.

A tudattalan teremtés során a gondolataink, érzéseink és meggyőződéseink automatikusan, tudatos irányítás nélkül alakítják valóságunkat. Például gyerekkorunkban számos meggyőződést alakítunk ki, amelyek befolyásolják döntéseinket és viselkedésünket. Ha ezek a meggyőzések negatívak vagy korlátozóak, akkor akadályozhatják céljaink elérését. Az érzelmeink ugyanígy hatással vannak a teremtési folyamatra. Például, ha valaki állandóan szorong vagy dühös, akkor ezek az érzelmek negatív eseményeket vonzhatnak be az életébe.

Beszélhetünk még spontán teremtésről is, amikor valaki hirtelen, előzetes tervezés vagy tudatos szándék nélkül hoz létre valamit. Ez a teremtési forma gyakran váratlanul és intuitívan történik, gyakran a pillanat inspirációjából fakad. Mint amikor a belvárosban autókázva azt kívánod, bárcsak könnyen találnál parkolóhelyet a színház közelében, és akkor hirtelen valaki pont előtted kiáll a helyéről. "Micsoda véletlen!" - gondoljuk ilyenkor, pedig igazából mi idéztük elő ezt az eseményt. De spontán teremtés az is, amikor egy zenész a színpadon improvizál. Ilyenkor a zenész az adott pillanat energiáit és hangulatait használja fel, hogy létrehozzon valami újat.



Mindannyian társteremtők vagyunk

A tudattalan és a spontán teremtéssel ellentétben a tudatos teremtés során az ember szándékosan és figyelemmel irányítja gondolatait, érzéseit és cselekedeteit annak érdekében, hogy elérje kívánt céljait. Persze ehhez tudnunk kell először is, hogy mit akarunk. A legtöbb ember, ha megkérdezed, mit akar, nem tudja rá a választ. Legjobb esetben valami általánosságot fog mondani, mint például, hogy "Boldog akarok lenni" vagy azt fogalmazza meg, amit NEM akar, például, hogy "Elegem van a magányból". Igazság szerint minél tudatosabb vagy, annál nehezebb meghatározni, mit is akarsz valójában, hiszen annál inkább tisztában vagy vele, hogy a lehetőségek száma végtelen.



Kelyhek VII - Melyik lehetőséget válasszam?

A lehetőségek, mint a cseresznyék, csüngnek a fáról, és mind azt várják, hogy leszakítsd őket. Ha azt gondolod, te úgysem éred el a szép, érett szemeket, felszedheted a lehullott szemeket a fa alól. Ha nem figyelsz oda, csak úgy találomra leszedsz egyet, lehet, hogy madárlátta cseresznye jut neked. De ha te kinézed a legszebb, legpirosabb, legnagyobb szemet a fa tetején, és elhatározod, hogy azt fogod megenni, biztosan megtalálod a módját, hogy feljuss a magasba. Amelyik lehetőséget - akarom mondani cseresznyét - meg nem eszed meg, ott marad a fán. Majd jön valaki más, aki leszakítja. A lényeg, hogy mindenkinek jut cseresznye: kinek a lehullott, kinek a madárlátta, kinek a ropogós.

A tudatos teremtés egyik legfontosabb eleme tehát, hogy tudjam, MIT AKAROK. Azt pedig, hogy mit akarok és hova akarok eljutni, csak annak tudatában határozhatom meg, hogy KI VAGYOK.

Az első lépés a tudatos teremtéshez, hogy megismerjük saját belső világunkat. Figyeljük meg, milyen gondolatok és érzések keringenek bennünk, és ezek hogyan befolyásolják életünket. Hiábavaló naponta százszor mantrázni, hogy "sikeres vagyok", ha közben alapvető hiedelmem, hogy "a sikeres emberek mind magányosak".



A lehetőségek fája

A magánytól való félelmünk tudat alatt unos-untalan szabotálni fogja, hogy sikeressé váljunk. Észre kell tudni venni a jeleket, és le kell vonni a következtetéseket. Az önismeret és a magunkon való "dolgozás" tehát elengedhetetlen feltétele a tudatos teremtésnek. Ehhez remek segítséget nyújt a tarot, hiszen számtalan kirakás segít felszínre hozni a rejtett érzéseket, gátló meggyőződéseink, sőt, még útmutatást is ad arra vonatkozóan, hogyan változtathatunk rajta.

Második lépésként meghatározzuk a konkrét célt, amit el akarunk érni. Minél részletesebb a megfogalmazás, annál nagyobb a valószínűsége, hogy megvalósul, és hogy olyan formában valósul meg, ahogy szeretnénk volna. Ha csak "egy jól fizető állást" manifesztálsz magadnak, lehet, hogy a jobb fizetés mellé hatalmas stresszt és hosszú munkaórákat is "kapsz", ami miatt elhanyagolod magad és a szeretteid. Jobb a részletekbe menően konkretizálni, mit is jelent számodra pontosan az ideális állás, amivel nemcsak jobban keresel, hanem összhangban van az életed más aspektusaival is.

A tarot kártyák egyértelműen rámutatnak arra, hogy a kitűzött célunk összhangban van-e lelkünk magasabb céljával, de ha bizonytalanok vagyunk a célt illetően, abban is segít. Nem mondja meg, hogy melyik állást válaszd, de megmutathatja, hogy nyugodtan merj belevágni valami újba, vagy hogy mielőtt lépsz, tanulj új készségeket.

A meditáció/vizualizáció segítségével hatékonyan megtámogathatjuk a manifesztációs folyamatot. Ha már megvan a konkrét cél, itt az ideje, hogy az érzelmeinkkel is megerősítsük a teremtést. Egy hasonlattal élve a gondolatok elektromos energiával rendelkeznek, az érzések mágnessel, a kettő együtt pedig elektromágneses teret hoz létre, ami bevonzza a terünkbe azt, amire szükségünk van. A célok leírása után ezért elengedhetetlen annak az érzésnek az átélése, hogy amit akarunk, már meg is valósult. (Az agyunk nem tesz különbséget aközött, ami valóban megtörtént, és aközött, amit csak gondolatban élünk át - gondolj például a szorongásra, amikor erős fizikai tüneteket produkál valaki egy meg sem történt esemény miatt.) Épp ezért ne csak a fizikai dolgokra koncentrálj, éld át, érezd, milyen bemenni arra a munkahelyre, érezd az irodád illatát, halld a kollégák elismerő dicséretét, lásd, ahogy a bankszámládon felfelé futnak a számok, érezd a koktél ízét, amit azon a nyaraláson iszogatsz a tengerparton, amire az új, magasabb fizetésedből fizettél be. Minél nagyobb az átélés, annál valószínűbb a siker. A meditációban is jó hasznát veheted a tarot kártyáknak, ha a céloknak megfelelő kártyát magad elé rakva beleképezed magad a kártyán szereplő személy helyébe: Mit érzel? Mit gondolsz? Mit csinálsz? Hol vagy? Kikkel vagy együtt?



A meditációt/vizualizációs gyakorlatot beépíthetjük a reggeli rutinunkba

Ha megteremtettük a megfelelő tudati és lelki állapotot, a figyelmünket a megfelelő irányba állítottuk, itt az ideje a cselekvésnek. Fizikai világban (is) élünk, a fizikai megnyilvánulás tehát elengedhetetlen. Tedd fel magadnak vagy a tarot kártyáknak a kérdést: Mi az első lépés, amit megtegyek célom elérése érdekében? Ez lehet egy aprócska lépés, nem a méret számít, hanem hogy elindulj, lendületbe hozd az energiákat. Az első lépést majd követi a többi, és ha jól csinálod, a darabkák szinte maguktól összerakódnak. Ilyenkor szokott előfordulni, hogy mondjuk lekésed a buszodat, és véletlenül találkozol egy ismerősséddel, aki éppen olyan embert keres, mint te, és beültök egy kávéra beszélgetni, és egy hónap múlva már egy új munkahelyen dolgozol magas fizetésért, rugalmas munkabeosztással, egy támogató légkörben, ahol elismerik a kreatitásodat. Legyél kitartó, lehet, hogy hetek, hónapok telnek el, mire megkapod, amire vágytál. Ha rendszeresen végzed a gyakorlatot, megedzed az idegpályáidat, és folyamatosan fenntartod az energiaszintedet, ami egyre könnyebbé teszi számodra a manifesztálást. Reggeli rituáléként beépítheted a mindennapjaidba ezt a gyakorlatot. Kezdd a napot rövid meditációval vagy vizualizációval, amely során összpontosítasz a szándékaidra és céljaidra. Húzhatsz egy napi kártyát is, ez segít beállítani a napodat a kívánt irányba, ami majd elvezet a célhoz.

Az emberi lét csodája abban rejlik, hogy mindannyian társteremtők vagyunk. Tudatosan élve ezzel az Istentől kapott képességünkkel, gazdagabbá, harmonikusabbá és boldogabbá tehetjük saját életünket és a körülöttünk lévő világot.

A tudatos teremtés egyszerű lépései:

1. *Önismeret és Önreflexió:* Az első lépés a tudatos teremtéshez, hogy megismerjük saját belső világunkat. Figyeljük meg, milyen gondolatok és érzések keringenek bennünk, és ezek hogyan befolyásolják életünket. Igyekezzünk felismerni és feldolgozni korlátozó hiedelmeinket.
2. *Szándék Megfogalmazása:* Határozzuk meg pontosan, mit szeretnénk elérni. A szándékaink legyenek konkrétak és pozitívan megfogalmazottak, egyes szám első személyben, jelen időben. Például: „Megérdemlem a testi-lelki egészséget” ahelyett, hogy „Nem akarok beteg lenni.”
3. *Vizualizáció és Érzékelés:* Képzeld el a kívánt állapotot, mintha már megvalósult volna. Érezzük át a siker és boldogság érzését, amelyet a célunk elérése jelentene számunkra.
4. *Pozitív Megerősítések:* Használjunk pozitív állításokat, amelyek támogatják szándékainkat. Ezek az állítások segítenek átprogramozni a tudatalattinkat.
5. *Cselekvés:* A tudatos teremtés nem csak a gondolatokról szól, hanem a tettekről is. Tegyük konkrét lépéseket céljaink elérése érdekében, még ha ezek a lépések aprók is.

Kriszta

*“Az emberi
lét csodája
abban rejlik,
hogy
mindannyian
társteremtők
vagyunk.”*

A HÓNAP LAPJA: A MÁGUS

A MÁGUS

Általános jelentése: akaraterő, manifesztáció, leleményesség, képesség, tehetség

Fordított jelentés: megtévesztés, ravaszság, illúzió, elpazarolt tehetség, kételkedés a képességében

Numeorológiai kapcsolódás: 1

Asztrológiai kapcsolódás: Merkúr

Elem: Levegő

Kristály: Kvarckristály, labradorit

Fő üzenete: Váltsd valóra az álmodat!

Ha teremtésről van szó, akkor azt semelyik kártya nem szimbolizálja tökéletesebben, mint a Mágus lapja. A Mágus egy magabiztos alkímista, aki az elemek erejét egy mester ügyességével használja fel valóságának megteremtésére. Teljesen tudatában van társteremtő mivoltának. Tudja, hogy az éteri térben már eleve létezik a végtelen lehetőségek tárháza, és az ő dolga csupán annyi, hogy az energiáit azonos hullámhosszra igazítsa azzal, amit le akar hozni a fizikai síkra. Formát, életet ad az éteri sík óceánjában kavargó gondolatoknak, ötleteknek.

A feje felett lebegő végtelen jel állandóan emlékezteti a kozmikus és földi energia között áramló örök körforgásra. Jobb karját az ég felé emeli, bal karja a föld felé mutat. Ennek a testtartásnak a jelentése: "Amint fent, úgy lent." Ő a híd a két világ között, engedi, hogy testén keresztül az isteni energia átáramoljon a fizikai síkra. A kezében tartott "varázspálca" fallikus szimbólum, a maskulin teremtőerőt testesíti meg. Markával határozottan szorítja, ezzel is kifejezve elszántságát, akaraterojét. Vörös köpenye a magába vetett bizalom és erő jele, tudja, hogy bármit képes megteremteni. Derekán a farkába harapó kígyó öv az örökkévaló megújulást juttatja eszünkbe, hiszen a kígyó teste egy végtelen kört alkot, és mint a kígyó, mi is levethetjük régi bőrünket, hogy megújuljunk.



A Mágus minden képességgel és eszközzel rendelkezik ahhoz, hogy terveit megvalósítsa. Az előtte álló asztalon látható a négy elem szimbóluma (és egyúttal a Kis arkánum négy színe): Kehely - Víz, Bot - Tűz, Kard - Levegő, Érme - Föld. Ezekkel az elemekkel bármit képes megteremteni, de vigyázni kell, nehogy az illúzió csapdájába essünk. Lehet, hogy amit csinál, csak szemfényvesztés? Bizony, előfordulhat, hogy a Mágus az erejét teremtés helyett megtévesztésre használja, hogy így húzzon hasznát mások hiszékenységéből, vagy így kerülje le a rá váró munkát. A szabad akarat ezt is lehetővé teszi számára. Sőt, úgy is dönthet, hogy nem aknázza ki vele született képességeit és megszerzett tudását. Ha nem koncentrálni eléggé, figyelme könnyen elterelődhet a kitűzött célról.

Összefoglalva, a Mágus kártyája arra bátorít minket, hogy kezdjünk neki ötletünk megvalósításához. Megvan bennünk a velünk született képesség, és rendelkezünk a szükséges készségekkel ahhoz, hogy sikerrel járjunk. Tegyük meg az első lépést a gondolattól a megvalósításig, és tartsuk figyelmünket éberem. A kitartó munka meghozza gyümölcsét. Bízunk magunkban, az intuíciónkban, és legyünk kezdeményezők, legyen szó akár párkapcsolatról, munkáról vagy bármi másról. És ne feledjük: A teremtés spirituális ÉS fizikai síkon párhuzamosan történik, tehát a megfelelő belső szellemi és mentális állapot ugyanolyan fontos, mint a ténylegesen megtett erőfeszítések.



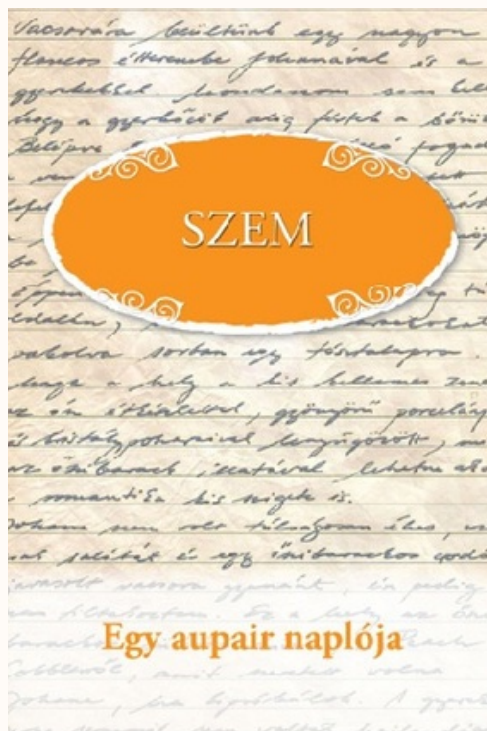
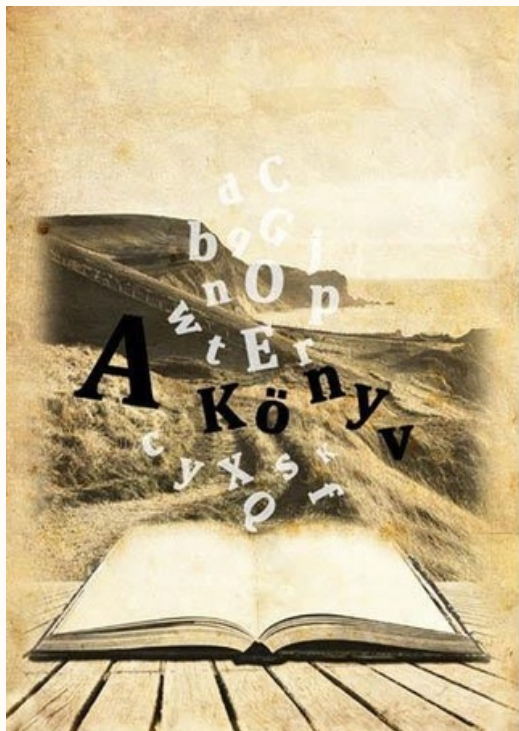
Kérdések, amiket feltehetsz a Mágus lapjával kapcsolatban:

1. Mire irányítom a figyelmem?
2. Tényleg a számomra legmegfelelőbb célt tűztem ki? (Se túl könnyű, se túl nehéz.)
3. Elég konkrétan megfogalmaztam a céljaim?
4. Milyen képességekre lesz szükségem a célom eléréséhez? Mik azok, amik már most is a rendelkezésemre állnak, és mik azok, amiket meg kell tanulnom?
5. Mi korlátoz a célom elérésében?
6. Hogyan tudom ezt a korlátot feloldani?
7. Félek a bukástól, vagy a hibákat tapasztalatként élem meg?
8. Kiaknázom a bennem rejlő lehetőségeket és képességeket?
9. Tudom, hogyan koncentrálnom hatékonyan a figyelmem?
10. Mi motiválna leginkább arra, hogy kitartóan tegyek a cél elérése érdekében?

Kriszta



Ahol még megtalálhatsz minket:



Füzi Zsófia, Sophie



WWW.SOULFULBYSOPHIE.EU



Zsofia.fuzi@gmail.com



Soulful by Sophie



Soulful by Sophie

Melinda



[/tanleymilet](#)



[@tanleymilet](#)



<https://tanleymilet.com>

Edina

[/gyogyito.illatok](#)

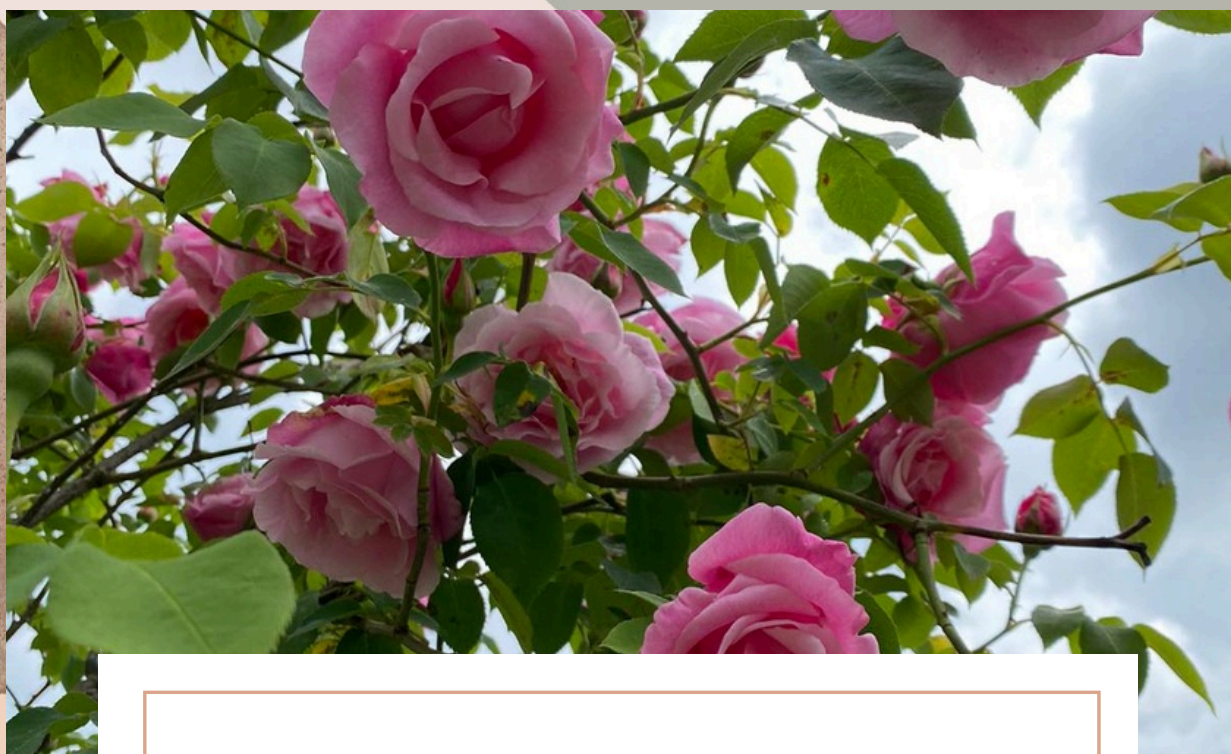
[@gyogyito illatok](#)

<https://www.gyogyitoillatok.hu>

Kriszta

[/zidkzosseg](#)

tudatossagtarot@gmail.com



NŐI HULLÁMHOSSZ

M A G A Z I N