

Ezoterikus körkép

(I. kötet)

Mottó: „A csodák ott kezdődnek,
ahol az emberi érzékek falat állítanak
a természeti jelenségek megértése elé.”

Ursula Spielmann



**„Ha az evolúció nem tud érvényesülni, jön a revolúció;
A természet nem törölte el a halálbüntetést!”**

Frissítés: 2023. május 06.

A frissített változat a Kun Elektronikus Könyvtárból tölthető le.

Cím: <https://kunlibrary.net>

A Kun Elektronikus Könyvtár a Magyar Elektronikus Könyvtárból is elérhető, a letölteni kívánt mű weblapjának **FORRÁS mezejére kattintva.**

A <https://kunlibrary.net> honlapról tölthető le az 672 egzotikus gyümölcsöt és zöldséget tartalmazó 33 nyelvű album legfrissebb változata is, 13 464 képpel illusztrálva. Terjedelme: min. 900 MB.

Ugyanitt érhető el a 550 kontinentális zöldséget és gyümölcsöt ismertető 33 nyelvű album rendszeresen frissített változata, ami jelenleg 11 042 képet tartalmaz. Terjedelme min. 660 MB.

Ezen a honlapon található egy könnyűzenei slágerlista is, amely 1931-től napjainkig az összes magyar slágert tartalmazza. Az előadó nevének kiválasztása után pár másodperc múlva meghallgathatjuk, illetve videoklip formájában megtekinthetjük kedvenc dalainkat a YouTube-on. Jelenleg 7592 dal található ebben a gyűjteményben, több mint 51 322 változatban.

**Ennek a műnek az
Ezot. körkép-TEXT-HTML
változata az adatbázisokba történő indexelést szolgálja, a
benne található szakkifejezések internetes keresését segíti elő.**

**Az Ezoterikus körkép
olvasásra szolgáló Word- és
platformfüggetlen nyomtatást lehetővé tevő PDF
változata az **alábbi honlapról tölthető le:**
<https://kunlibrary.net>**

A Word-ös változat azoknak előnyös, akik szerkeszteni szeretnék a szövegállományt, vagy fel akarják nagyítani a benne található képeket. Teljes méretben történő kiemelésük csak itt lehetséges. (Kattintsunk a képre és a Ctrl + C billentyűkombinációval másoljuk Vágólapra. Utána nyissuk meg a Paint programot, és a Ctrl + V billentyűkombinációval küldjük a képszerkesztő munkalapjára. Végül mentjük el JPEG formátumban.)

Olvasásra a PDF formátum a legalkalmasabb. Ez a változat ugyanúgy fog megjelenni, ahogy én kiszerkesztettem. A Word különböző változataival ellentétben itt nem csúszkálnak el az oldalak, a képek nem torlódnak a lap aljára. (A Word minden változata másként szerkeszti a dokumentumot. Ennek oka, hogy az elválasztó segédprogram folyamatosan korszerűsödik. Emiatt egy Word 2003-ban kiszerkesztett 600 oldalas dokumentum Word 365-ben megnyitva több mint 20 oldallal rövidebb lesz, melynek következtében az eredeti szövegmező teljesen szétesik. A PDF dokumentum azonban nem változik, és a világ minden számítógépén, sőt tableten is megnyitható. A Word-el ellentétben itt betűtábla problémák sem lépnek fel, mivel ez a formátum magával viszi az összes felhasznált fontot. A képek teljes méretben történő kiemelésére, és a szövegmező korlátlan mértékű nagyítására azonban nem alkalmas. Az URL-ek viszont PDF-ben is aktiválhatók, ezért gond nélkül kattinthatunk a webcímekre, és rákapcsolódhatunk az Internetre. Azért is érdemes a Word-ös és PDF-es változatot tartalmazó tömörített mappát letölteni, mert ebben olyan segédanyagok is találhatóak, amelyek jelentősen megkönnyítik a könyv használatát.

A HTML változatot ne használjuk olvasásra, mert ebben nincsenek képek. Emiatt jelentős többletinformációtól és esztétikai élménytől fosztjuk meg magunkat. Ebben a Google kereső számára készített változatban a lábjegyzetek is csak körülményesen (végjegyzetek) formájában használhatók. A szövegformázások jelentős része is eltűnik, emiatt a szövegállomány nehezen olvasható. Az ömlesztett szövegállományban az egyes fejezetek megtalálása sem könnyű, mert a tartalomjegyzék oldalszámjelölő mezői nem működnek. Összességében ez a változat nem nyújtja a könyvolvasás élményét, és rongálja a szemünket.

Ezt a könyvet a nagyvilágban szétszóródott magyarok figyelmébe ajánlom, hogy ők is megismerhessék az óhaza ezotéria terén elért eredményeit.

Ez a mű azonban más nemzetek számára is hasznos lenne. Anyagi helyzetem viszont nem teszi lehetővé műveim széles nyilvánosság elé tárását. Ezért a világhálón keresztül fordulok a külföldi érdeklődőkhöz: Kérem, hogy aki szívügyének tekinti ezeknek az ismereteknek különféle nyelvekre történő lefordítását és Internetre való felrakását, adományával segítse elő az ehhez szükséges összeg előteremtését. Könyvtáramat nonprofit alapon működtetem, ezért az idegen nyelvű változatok letöltése is ingyenes lesz.

Pénzküldeményeiket a következő számlaszámra befizetve juttathatják el hozzám: HU45 1090 0028 0000 0014 3499 0019 UniCredit Bank. Közreműködésüket előre is köszönöm.

Annak érdekében, hogy a számítógéppel nem rendelkezők is hozzájuthassanak ezekhez a művekhez és a bennük található hasznos információkhoz, ez úton keresek olyan ismert hazai és külföldi kiadókat, akik vállalják könyveim nyomdai megjelentetését. Ajánlataikat az alábbi e-mail címre továbbíthatják: info@kunlibrary.com vagy kel@kunlibrary.com

A hátsó borító szövege (1. Kötet):

Ennek a könyvnek fő profilja a természetgyógyászati módszerek ismertetése. Ennek során részletesen bemutatásra kerül az Agykontroll, az akupunktúra, az elektrostimuláció, különféle kiegészítő természetgyógyászati módszerek, valamint egy új gyógyító eljárás, a magnetopresszúra. Ez a kötet átfogó tanácsokat ad az egészséges táplálkozással kapcsolatban is, sőt foglalkozik a lélek gyógyításával, és kitér a hit szerepére a modern társadalomban. Összefoglalja a karmaelmélet lényegét, és felhívja a figyelmünket az ok-okozati törvény egyéni és közösségi kihatásaira. Ebből a kötetből megtudhatjuk, hogy mi az élet határköve, és mi az élettelen anyag élővé válásának kritériuma. Feltárja a Fülöp-szigeteki gyógyítók által alkalmazott sebészeti eljárás fizikai alapjait. Alapos ismereteket nyújt a földsugárzásokról, valamint a különböző tárgyakból kiáramló formasugárzásokról. A szubatomi energiasugárzás fizikai jellemzőinek boncolása során sok mindent megmagyaráz az a feltételezés, hogy a gravitációs kisugárzás és az éteri sugárzás áramlási sebessége 12 nagyságrenddel meghaladja a fénysebességet. Ennek alapján érthetővé válik, hogy a több ezer fényévnnyire lévő csillagok miért képesek befolyásolni a sorsunkat, és arra is magyarázatot kapunk, hogy a SETI programban tevékenykedő kutatók miért nem találnak rádióhullámokat a világűrben. Végül életünk szinte minden szférájára kiterjedően megismerhetjük várható jövőnket.

Megjegyzés:

A gyors kiprintelhetőség elősegítésére ez a mű A/4-es formátumra tördelve került fel az Internetre. Annak érdekében, hogy minden karakter az eredeti formájában jelenjen meg, a **Szövegszerkesztési ismeretek** című könyvemnél található betűtáblákat másoljuk be a Windows operációs rendszer **Fonts** mappájába. Kinyomtatás előtt a **Normál** nézetet állítsuk át **Oldalkép**, illetve **Nyomtatási elrendezés** nézetre, és ellenőrizzük a sorok hézagmentességét. Ha a megnyitáshoz használt programból hiányzik a magyar elválasztó szótár, a tördelés nem tud érvényesülni. Ez esetben a szövegállományt újra kell tördelni.

ELŐSZÓ

Ez a kiadvány tulajdonképpen egy cikksorozat, amely eredetileg az ELIXÍR magazinnak készült. Ők azonban a terjedelme miatt nem vállalkoztak a leközlésére, ezért az időközben elkészült hét cikket most egybefűzve, könyv alakban adom közre. Bizonyára sokaknak feltűnik majd, hogy ennek az átmeneti egészségkárosodások árán kikísérletezett, és rengeteg munkával összeállított tanulmánykötetnek viszonylag szolid az ára. A magas nyomdai színvonal és a jelentős terjedelem ellenére ez annak tudható be, hogy az árkalkuláció csak a nyomdai és terjesztői költségeket, valamint a forgalmi adót tartalmazza. Nem azért mondtam le a haszonról és vállaltam magamra a kiadói költségeket, mert felvet a pénz, hanem mert úgy látom, hogy ebben az országban egyre több a szegény, beteg ember, akik már azt sem engedhetik meg maguknak, hogy egy öngyógyítást elősegítő szakkönyvet megvásároljanak. Nem akarok beállni azok sorába, akik mások nyomorúságán és kiszolgáltatottságán akarnak meggazdagodni, nem vállalom közösséget olyan szerencselovagokkal, akik a természetgyógyászat egyre növekvő népszerűségét kihasználva már 30 oldalas füzetekért sem szégyellnek csillagászati összegeket elkérni.

A könyvemben említett termékek beszerzésének megkönnyítése érdekében sok helyen feltüntettem a gyártó cég nevét, címét és telefonszámát. A félreértések elkerülése érdekében ezek az ajánlások nem fizetett hirdetések. Csak olyan árucikkekre, illetve szolgáltatásokra hívtam fel a figyelmet, amelyek jelenleg a legjobbak, a legmegbízhatóbbak, és az áruk is elfogadható. A hétjegyű budapesti telefonszámok előtt nincs feltüntetve a körzetszám, ezért vidéki hívásoknál tárcsázzuk elé az 1-es számot. Mobiltelefonnál és vidéki telefonszámoknál a zárójelbe tett számot csak belföldi hívásnál kell alkalmazni. Külföldről történő telefonálás esetén a távhívószám vezetékes telefonoknál (00-36)-ra, míg mobiltelefonoknál (+36)-ra módosul. Sajnos a gazdasági recesszió következtében nálunk is sorra szűnnek meg a vállalkozások. Ezért mielőtt elindulnánk a megadott címre, hívjuk fel a céget telefonon, hogy létezik-e. Az is előfordulhat, hogy időközben elköltöztek. Főleg a régebbi kiadást használóknak célszerű ezt megtenni. A megadott címeket, telefonszámokat igyekszem rendszeresen felfrissíteni, de a nyomtatásban megjelent könyveken utólag már nem tudok változtatni. Művem elektronikus változatában az egyes címek Könyvjelzőkkel vannak ellátva. Ezáltal az **Ugrás** ablakkal egy pillanat alatt megtalálhatók.

A természetgyógyászatnak nem csak a test, hanem a lélek gyógyítása is feladata. Ennek szellemében művem sok olyan adalékanyagot is tartalmaz, amely segít megtalálni önmagunkat, kialakítani saját normarendszerünket, és az álértékek jelenlegi hajszájában megpróbálja meggátolni az igaz értékek további pusztulását. Ezt a törekvést jelentős mértékben elősegítik azok a most napvilágra kerülő új fizikai törvények és műszaki megoldások is, melyek többnyire az egyes fejezetek végén találhatóak. Ezeket az eredményeket az tette lehetővé, hogy sikerült közös alapra hoznom a jelenleg ismert parapszichológiai jelenségek mindegyikét. Ez a sokrétű ismeretanyag gondolkodásmodunk megváltoztatásán kívül remélhetően képes lesz arra is, hogy elindítsa az emberiség fejlődését egy magasabb rendű civilizációhoz vezető úton.

Az ezotéria a XX. század végére meglehetősen bonyolult tudománnyá nőtte ki magát. Annak érdekében, hogy a laikus olvasó is megértse az egyes szakágak közötti szövevényes összefüggéseket, a rendelkezésre álló ismeretek nem egyszerre zúdulnak a nyakába, hanem fejezetenként bővülve tárulnak fel. Ez az építkező jellegű struktúra lépcsőzetesen emeli a tájékozódni vágyókat arra a szintre, ahol ma a szakemberek állnak. Így tiszta képet nyerhetünk mindazon problémákról, amelyek nehezítik, sőt sok esetben megakadályozzák ennek a tudománynak a hivatalos elismerését, a benne rejlő lehetőségek hatékony kiaknázását. Az összes ismeret egyszerre való tálalása azért sem célszerű, mert az ezotéria tudománya roppant nagy információtömeget ölel fel, és ez csak átgondolt adagolással „emészthető meg”. Ráadásul az élethez hasonlóan ez a tudáshalmaz sem mentes az ellentmondásoktól. Az érvek és ellenérvek egyidejű közlése, az állítások és cáfolatok egymásmellettsége meglehetősen zavart keltene a tájékozatlan olvasóban. Ez csak úgy kerülhető el, ha szintenként ismerjük meg az ezotéria eredményeit, mert a magasabb fokozatokról visszatekintve már másként ítéljük meg a helyzetet. Az egyes fejezetekben előrehaladva folyamatosan tágul a látókörünk, ami képessé tesz bennünket az ellentmondások feldolgozására. Egy idő után azt fogjuk tapasztalni, hogy egyre

jobban hiszünk ezekben a dolgokban. A különböző jelenségek ugyanis oly sok ponton kapcsolódnak egymással, és olyan logikus rendszert alkotnak, ami a legmegátalkodottabb ellenzőket is gondolkodóba ejti. Miután a logika törvényei meggyőződéstől függetlenül mindenkire egyformán hatnak, ezért ennek a könyvnek az elolvasása után még az ateisták is elbizonytalanodnak, és egy idő után felteszik maguknak a kérdést: Mi van akkor, ha mindez igaz?

Budapest, 1990. augusztus

Sajnos a hazai könyvszakma érdektelensége következtében könyvem sem 1990-ben, sem 1991-ben nem jelenhetett meg. Időközben azonban újabb ötletek merültek fel, és számos új információhoz jutottam, amelyeket utólag bedolgoztam a hét fejezetbe. Ezzel egyidejűleg kibővítettem a törzsanyagot egy melléklettel is, amely azok számára nyújt gyakorlati segítséget, akik át kívánnak térni az egészséges táplálkozásra. Ennek létrehozásában főleg az motivált, hogy ne beszéljek a „levegőbe”, ne mondhasa rám senki, hogy én is csak „papolok” az egészséges táplálkozásról, de nem tudok olyan recepteket ajánlani, amelyek képesek lennének a húsos, zsíros és cukros ételeket kellő színvonalon pótolni. Ezek a receptek 40 év főzési-sütési tapasztalatait tartalmazzák egy füzetnyi terjedelemben sűrítve. A többszöri kipróbálás, az évtizedeken át tartó javítás, tökéletesítés következtében ezeknek az ételeknek bármelyike garantált minőségben elkészíthető. A járulékos tevékenységekkel kapcsolatos hasznos tanácsok mellett az egyes receptek leírása oly módon történt, hogy a csekély főzési tapasztalatokkal rendelkezők is biztos sikerre számíthatnak. A reformtáplálkozás iránt behatóan érdeklődők számára megemlítem, hogy rövidesen elkészül ennek a receptgyűjteménynek a folytatása. Miután ez a kibővített változat a számozatlan receptekkel együtt már több száz étel elkészítési módját ismerteti, ezért önálló kötetként jelenik meg.

Budapest, 1991. december

Mivel az általános érdektelenség nem csak a hazai könyvkiadók, nyomdák és könyvkereskedők részéről nyilvánult meg, hanem különböző újságok és folyóiratok is teljes közönyt tanúsítottak munkám iránt, művem részletekben sem tárhattam az olvasók elé. Sajnos a bankok és a legfelső szintű állami intézmények, valamint a közcélokat szolgáló alapítványok, és a gazdag vállalkozók, feltalálók is merev elutasítással reagáltak támogatást kérő leveleimre, emiatt könyvem kiadására 1992-ben és '93-ban sem került sor. Csak négy év után, 1994 novemberében tudtam óriási erőfeszítések árán, minimális példányszámban, fénymásolva megjelentetni művem első kiadását. Az információk áradata azonban az elmúlt évek során tovább fokozódott. Ráadásul időközben napvilágra kerültek olyan titkos kutatási eredmények is, amelyeknek az ismerete elengedhetetlenül szükséges ennek a témakörnek a globális megértéséhez. Ez a helyzet szükségessé tette a már meglévő fejezetek kiegészítését, valamint művem továbbírását. Az „Ezoterikus körkép” folytatása azonban már önálló kötetként lesz kiadva „Az ezotéria kiteljesedése” címmel. Mivel időközben elkészült szakácskönyvem második, bővített változata is, így az „Ezoterikus körkép” receptgyűjteményére már nincs szükség, a második kiadás tehát Melléklet nélkül jelenik meg. Remélhetőleg ez az 1994 végén elkészült tovább bővített változat már nem jut arra a sorsra, mint az első kiadás, az olvasók fokozott érdeklődése talán képes lesz megtörni a könyvszakma közönyét, és végre lehetővé válik művem kellő színvonalon és megfelelő példányszámban való előállítás.

Budapest, 1994. december

Igyekeztem ellenére az események a továbbiakban sem a várakozásomnak megfelelően alakultak. Az ezotéria eredményeivel kapcsolatos teljes érdektelenség, a természet pusztulásával, a világ bajjaival szemben tanúsított abszolút közöny 1995-ben és 1996-ban sem tette lehetővé műveim nagy példányszámban való hazai megjelenését. A helyzetet csak rontotta az életszínvonal rohamos romlása, amely oly mértékben lecsökkentette a vásárlóerőt, hogy mostanára már meglehetősen terjedelmessé vált könyveimet akkor sem lehetne itthon eladni, ha valamilyen isteni csoda folytán valame-

lyik kiadó vállalkozna a megjelentetésükre. A jelenlegi körülmények között csupán egyetlen lehetőségem maradt gondolataim széles nyilvánosság elé tárásának, hogy az utóbbi két év anyagával kiegészítve újból átszerkesztetem, és felvittem az Internetre. Abban reménykedem, hogy külföldön csak akad egy kiadó, aki meglátja ezekben a művekben az értéket, és 7 év után végre nyomdafestéket látnak az öngyógyítást és a természet megmentését elősegítő javaslataim. Meggyőződésem ugyanis, hogy ezek a felismerések döntően befolyásolják majd az ezoterikus kutatások menetét, és végre kijutunk abból a kátyúból, amelybe a hitetlenség, a szüklátókörűség, az önzés és a haszonlesés juttatta a világot.

Honfitársaim munkámhoz való negatív hozzáállása következtében hasonló módon fog napvilágra kerülni „Az ezotéria kiteljesedése” eddig elkészült három fejezete is. Az alapmű folytatásában megtalálhatjuk a kiegészítő gyógymódokat, és többek között megtudhatjuk azt is, hogy a világ különböző országaiban élő kutatók milyen készülékekkel próbálják kinyerni a szabadenergiát, és ezek közül számunkra melyek a legperspektívikusabbak. Emellett ez az anyag is nagy hangsúlyt fektet a lelki fejlődésünk elősegítésére. Erre azért van szükség, mert ha a pszichés fejlődésünk nem tart lépést technikai ismereteink gyarapodásával, akkor mi is elkerülhetetlenül elpusztítjuk önmagunkat. A két mű együttes megismerése nem csak a szakemberek számára hasznos, hanem azoknak is, akik tájékozatlanok ebben a témakörben. Az „Ezoterikus körkép” második kiadásában és „Az ezotéria kiteljesedése”-ben ugyanis összefoglalva minden lényeges információ megtalálható, ami az ezotéria szakirodalmában jelenleg hozzáférhető. Ahhoz az ismeretanyaghoz, ami ebben a két kötetben tömörítve megtalálható, a laikus olvasók csak hosszas utánjárás, valamint legalább 1200 könyv és több ezer újságcikk elolvasásával juthatnának hozzá.

Remélhetőleg 1997 decemberében az „Egészségkímélő ételek ínycsekeknek” című könyvem második kiadása is felkerül az Internetre a Magyar Elektronikus Könyvtárba. Szakácskönyvem előzőekben említett első kiadását szintén fénymásolva, minimális példányszámban tudtam csak megjelentetni 1994-ben. Az időközben elkészült második, bővített kiadás a hasznos tanácsok számának növekedésén kívül már több mint 400 étel elkészítési módját tartalmazza. Ez a változat kiegészült egy újabb fejezettel is, ami az önálló háztartás kialakításával kapcsolatban ad részletes útmutatást. Nagy előnye ennek a fejezetnek, hogy szinte minden eszköz és készülék beszerzési és használati módja megtalálható benne, melyekre egy jól felszerelt konyhában szükség van.

Budapest, 1997. október

Az „Ezoterikus körkép” második kiadása fél évvel ezelőtt szerencsésen feljutott a számítógépes világhálóra, ahol a következő címen érhető el: <http://www.mek.iif.hu/porta/szint/human/ezoterik/-ezkorkep> Nyelv: WinWord 8.0 és RTF formátum, WinZip-el tömörítve. Az ingyenes hozzáférés ellenére igény mutatkozott az anyag könyv alakban való megvásárolhatósága iránt is. Ennek kielégítésére a Sun & Moon Plus Bt. elkezdte műveim A/4-es formátumra kiserkesztett változatának forgalmazását. A könyv postai utánvétellel a kiadó címén rendelhető meg: 2025. Visegrád, Pf. 50, telefon/fax: (06)-26-397-445. E-mail: req@freemail.c3.hu Ezzel egyidejűleg felkerült az Internetre az „Ezotéria kiteljesedése” és a szakácskönyvem is. Az utóbbi nem az **/ezoterik**, hanem a **/haztart** polcon található. Ezek a művek ugyancsak megrendelhetők könyv alakban. Azért is érdemes megvenni őket, mert az elmúlt félév során több tucatnyi kiegészítést, új információt dolgoztam bele az anyagba. Ezáltal műveim tartalmasabbá, precízebbé és még érdekesebbé váltak. A meglehetősen nagy terjedelem és a jelenleg alkalmazott költséges nyomdai technológia ellenére a forgalmazó által kért ár viszonylag szolid. A beszerzési költség megítélésénél vegyük figyelembe azt is, hogy ezek a vastkos, és az átlagosnál apróbb betűkkel szedett kötetek három normál terjedelmű könyvnek felelnek meg egybekötve. Ha a fogyasztói árat elosztjuk hárommal, akkor már kifejezetten olcsónak tekinthető mindhárom mű.

Budapest, 1998. július

A hazai kiadók, nyomdák és könyvkereskedők figyelmét műveim Interneten való hozzáférhetősége sem keltette fel. A könyvszakma és a média rendíthetetlen közönye következtében műveim továbbra is a saját költségemre, kis példányszámban jelennek meg. Mostantól kezdve azonban mindhárom könyv bővített változatban, és A/5-ös formátumra kiserkesztve lesz előállítva, s a Lira és Lant Rt. könyvesboltjaiban is beszerezhetők. Budapesten a Fókusz Könyvruházban kaphatók. Tel: 267 9205. A vidéki könyvruházai az alábbi városokban található: Debrecen – Tel: 52-322 237, Miskolc – Tel: 46- 509 084, Pécs – Tel: 72-312 835, Szeged – Tel: 62-424 789. A külföldön élők a Lira és Lant Rt-től Interneten is megrendelhetik az alábbi címen: www.fokuszonline.hu Tel: 267 9750. E-mail: info@fokuszonline.hu A többtucatnyi rendkívül érdekes és hasznos betoldáson kívül a szakácskönyvem és „Az ezotéria kiteljesedése” ki lett egészítve egy újabb fejezettel is. A további hasznos tanácsokon túlmenően az „Egészségkímélő ételek ínycsekeknek” kb. 35 új receptet tartalmaz, a most elkészült IV. fejezetéből pedig megtudhatjuk milyen jövő vár ránk a táplálkozás terén, és megismerhetjük a legújabb ételkészítési s tartósítási eljárásokat. „Az ezotéria kiteljesedése”-nek első három fejezete szintén sok új információval gazdagodott. Az elmúlt közel 1 év során született új ismeretanyag zöme azonban a IV. fejezetben található. Ebben többek között átfogó képet kaphatunk a túlvilági szférák rétegződéséről, és az emberiség fejlettségi szintjéről.

Budapest, 1999. március

A magyar könyvszakma műveim iránt tanúsított nagyfokú közönyét látva az elmúlt hónapokban megpróbáltam a pénzvilág és a politikai élet hatalmasságaitól segítséget szerezni. A szponzorálásra felkért nemzetközi bankok, biztosító intézetek, multinacionális és hazai iparvállalatok, tőkeerős szolgáltató cégek, közhasznú alapítványok, különféle kormányhivatalok és a nyugati országok budapesti külképviseletei közül azonban egy sem akadt, aki hajlandó lett volna támogatni könyveim nagy példányszámban történő kiadását. Az elküldött tiszteletpéldányok tanulmányozása után a több mint 60 címzett közül csupán Dr. Fülöp László, a Hemotrade Kft. ügyvezető igazgatója tanúsított megértést a törekvéseim iránt. Pénzt azonban ő sem tudott adni, mert a közgyűlés leszavazta a támogatásomat javasoló indítványát. Így egyetlen lehetőségem maradt műveim legújabb kiadásainak nyilvánosságára hozására, hogy kiserkesztés után felküldtem őket az Internetre.

Erre azért kellett haladéktalanul sort keríteni, mert az elmúlt másfél év alatt mindhárom könyv olyan új ötleteket, javaslatokkal egészült ki, amelyek megítélésem szerint minden téren képesek lesznek a paradigmaváltást elindítani. Az „Ezoterikus körkép” és az „Egészségkímélő ételek ínycsekeknek” negyedik, valamint „Az ezotéria kiteljesedése”-nek harmadik kiadásai a korábbi változatok helyére kerültek fel. Ebben az időszakban született egy negyedik könyvem is „Az ezotéria kivitelezése” címmel. Mint a címéből is kiderül, ez a kötet a korábban felvetett problémák gyakorlati megoldását igyekszik elősegíteni, illetve hírt ad ennek a folyamatnak az állásáról. „Az ezotéria kivitelezése”-nek eddig elkészült két fejezete szintén felkerült az Internetre. A két hasonló témájú művem mellett, az **lezoterik** polcon található meg.

Mivel mostanra sikerült feldolgozni a vonatkozó szakirodalmat, könyveim jelenlegi változatai már minden téren jól használhatónak tekinthetők. Ennek ellenére most sem teljeselek, mivel több ezer olyan könyv és újságcikk van a világon, amelyek nálunk nem hozzáférhetők. Ugyancsak megszerzhetetlenek a titkos laboratóriumokban keletkezett kutatási eredmények. Egyelőre nem nyíltak meg a zsilipek a Földön kívüli civilizációk által földi emberek agyába ültetett információk előtt sem. A túlvilági szférák is sok olyan tanáccsal láttak el bennünket, amelyeket a velük kapcsolatban álló médiumok nem hoztak nyilvánosságra. Amennyiben ezek az ismeretek szabaddá válnak, ezekről „Az ezotéria kivitelezése”-nek további fejezeteiben fogok hírt adni. Ennek elősegítése érdekében ezúton kérem a tisztelt olvasóimat, hogy akinek ilyen jellegű, világviszonylatban is jelentős információ van a birtokában, e-mail postán juttassa el hozzám. Egyúttal szeretném felkérni a különböző országokban tevékenykedő fizikusokat és mérnökkollégákat, hogy tájékoztassanak engem azokról az eredményekről, amelyek a remélhetőleg hamarosan beinduló intenzív ezoterikus kutatások nyomán keletkeznek. Ezekről hírt adva, egymással összefogva többre jutunk, mint az elszigetelt törekvésekkel; és elkerülhető

lesz a párhuzamos kutatásokból eredő idő- és pénzvesztés is. Ezen túlmenően a nyilvánosság nagyfokú védelmet nyújt az ellenérdekű körök rosszindulatú törekvéseivel, manipulációival szemben.

Budapest, 2000. december

Sajnos az Interneten közzétett felhívásom is hatástalan maradt. Eddig senki sem jelentkezett, hogy hajlandó lenne könyvem nyomdai megjelentetését támogatni, a nyomdaköltség előteremtéséhez hozzájárulni. Időközben elkészült művem tovább bővített változata, amely a Magyar Elektronikus Könyvtárban, a korábbi helyen található meg. A tartalom jelentős bővítésén kívül tipográfiai átalakításokra is sor került, ami nagymértékben javította az olvashatóságot, és a külalak színvonalát. A szövegállomány hibamentességét egy alapos lektorálás biztosítja.

A szövegszerkesztés rejtelmei iránt érdeklődők számára megemlítem még, hogy év végére elkészül az ötödik könyvem **Szövegszerkesztési ismeretek** címmel. A jelenlegi körülmények között egyelőre ez is csak a számítógépes világhálón keresztül, a Magyar Elektronikus Könyvtárban lesz elérhető. Végül egy felhívást szeretnék közzétenni. Ez úton keresek olyan újságszerkesztésben, honlapkészítésben járatos partnereket, akik hajlandóak lennének velem közösen egy internetes folyóiratot elindítani „Ezoterikus Világ” címmel. Ennek a kiadványnak a fő feladata az lenne, hogy hírt adjon az ezotériában zajló legfrissebb fejleményekről, és a pszichotronikai fejlesztések állásáról.

Budapest, 2001. szeptember

A rendszeres bővítések sorozata 2002-ben sem szakadt meg. Erre azért is szükség van, mert az Internetről történő letöltések növekedése azt jelzi, hogy egyre nagyobb érdeklődés mutatkozik a természetes gyógymódok, és az ezoterikus jelenségek iránt. Világunk rohamos pusztulása láttán mind többen látják be, hogy megmenekülésünk egyetlen lehetősége az ezotéria által feltárt jelenségek kihasználása. Támogatás hiányában azonban továbbra sincs lehetőség művem nyomdai megjelentetésére. A jelen helyzetben csupán azzal tudom segíteni az olvasóimat, hogy kiszerkesztettem az anyagot A/4-es formátumra. Így otthon kiprintelve és spirálkötéssel összefűzve legalább jegyzetként forgatható. Különböző stílusok alkalmazásával szebb és olvashatóbb lett a szövegállomány. Képernyőn történő olvasás esetén lehetőség van az automatikus témakeresésre. A Tartalomjegyzékben csak rá kell kattintani a keresett címszó oldalszámára, és a szövegállomány ott nyílik meg.

Budapest, 2002. augusztus

Sajnos könyvem kiadásának ügye semmit sem mozdult előre. Továbbra sincs támogató, aki hajlandó lenne hozzájárulni a nyomdaköltséghez. A címzettek újabban már nem is válaszolnak a leveleimre, holott a kormányhivatalok számára törvény írja elő, hogy kötelesek reagálni az állampolgárok beadványaira. A jelenlegi szocialista kormány Környezetvédelmi Minisztériuma már arra sem méltat, hogy elutasítsa a kérvényemet. Mindezek ellenére tovább folyt ennek a művemnek is a bővítése, kiegészítése, melynek eredményeként már minden lényeges információ megtalálható benne, amit az ezotéria alapjairól jelenleg tudunk. Mivel az egyre nehezedő gazdasági helyzetben nem várható, hogy a legfrissebb változat nyomtatásban is megjelenjen, elkészítettem a PDF formátumát, és felraktam a honlapomra. Ez a kivitel főleg azok számára előnyös, akik a Linux és Open Office programcsomagot használják. Ezek az ingyenes szoftverek ugyanis nem képesek a Word bonyolult formázásait tökéletesen átvinni, ezért szétzilálódik a szövegállomány. A PDF változatot már csak rá kell küldeni a nyomtatóra. Minden ugyanúgy fog megjelenni, ahogy kiszerkesztettem.

Feltétlenül kétoldalasan nyomtassuk ki, mert így is legalább 2,5 cm vastag, és több mint 1 kg súlyú vaskos kötet lesz belőle. Ha a nyomtatónk nem rendelkezik lapfordító rekesszel, a printelést két lépésben végezzük. (Először a páratlan, majd a páros oldalakat nyomtassuk. Nyissuk le az ingyenesen letölthető **Adobe Reader** program **File** menüjét, adjuk ki a **Print** parancsot, és a **Print** beviteli

sávba állítsuk be az **Odd Pages Only**¹ utasítást. Utána fordítsuk meg a lapokat, és az **Even Pages Only**² utasítás kiadásával folytassuk a printelést.) Ezt követően vigyük el egy könyvkötőhöz, vagy mi is összefűzhetjük a Szövegszerkesztési ismeretek című művem II. fejezetében leírtak szerint. Ez a változat biztosan nem fog szétesni, lapjaira hullani. Az acélkapcsok a lapok elrongyolódásáig kitartanak. A kötésnél tegyük eléje és mögéje is egy üres lapot, majd ragasszunk rá egy színes kartonpapírból hajtogatott borítót.

Budapest, 2004. március

Miután hat éve nem adtam hírt könyveim helyzetéről, sokan érdeklődnek, hogy van-e valami változás. Nos, az elmúlt évek alatt semmi sem változott, sőt a helyzet sokkal rosszabb lett. Politikusaink egymás ócsárlásával és korrupciós ügyleteik bonyolításával vannak elfoglalva, így nem érnek rá a természet megmentésével, az ország felemelésével foglalkozni. A gazdasági világválság miatt magánszemélyek támogatásában sem reménykedhetek. A szponzorálás világszerte rohamosan csökken, már a gazdagok is félnek a bizonytalan jövőtől. Támogatás hiányában pedig nem tudok továbblépni. Korábbi pénztartalékaim elfogytak, ezért újabb magánkiadásra nem vállalkozhatok. Miután nem csak hétköznapokon, hanem hétvégeken is megállás nélkül napi 14 órát dolgozom, így állást sem tudok vállalni, hogy így próbáljak némi pénzt összegyűjteni a nyomdaköltség fedezésére. Erre már koromnál és fokozatosan romló egészségi állapotomnál fogva sincs esélyem. Közel 20 éve munkanélküli vagyok, és egy fillér jövedelemem sincs. Nyugdíjra sem számíthatok, mivel a két évtizednyi kihagyás miatt a minimál nyugdíjhoz szükséges szolgálati idővel sem rendelkezem.

A kilátásaim tehát nem túl jók, pedig ezekre a művekre mindenkinek égetően szüksége lenne. Sok olyan ötlet, tanács található bennük, ami segítené megoldani az energiaválságot, megszüntetné a környezetszennyezést, és kiemelné az emberiséget a jelenlegi erkölcsi válságból. De azok, akik ezt elősegíthetnék, nem törődnek a világ bajaival; akik meg aggódnak miattuk, azoknak nincs pénzük. Így csak a csodában reménykedhetek. Mindezek ellenére alkotókedvem nem csökkent, műveim az elmúlt években is tovább bővültek, tökéletesedtek. Kiadó hiányában azonban továbbra is csak elektronikus formában olvashatók. A saját könyvtárimon, valamint a Magyar Elektronikus Könyvtáron kívül már a Magyar Digitális Könyvtárból és a Book and Walk e-könyv áruházból is letölthetőek. Bár érdeklődőkben nincs hiány, műveim könyvesboltokban továbbra sem szerezhetőek be. A Book & Walk elektronikus könyvruháznak adott interjúban részletesen kifejtettem mindazon nehézségeket, amelyek szinte lehetetlenné teszik könyveim nyomdai megjelentetését. Akit érdekel, ezen a címen elolvashatja: <http://blog.bookandwalk.hu/?s=kun+%C3%A1kos&submit=Keres%21>

Budapest, 2010. március

Sajnos az elmúlt évtizedben sem történt előrelépés műveim nyomdai megjelentetése és gyakorlati hasznosítása terén. Ennek ellenére töretlenül dolgoztam tovább, ami tovább rontotta könyvkiadási esélyeimet. A rendszeres bővítés és frissítés következtében ugyanis az összes művem meglehetősen terjedelmessé vált. Ezért mostanában a hazai könyvkiadók akkor sem tudnák kiadni a műveimet, ha akarnák. A szakácskönyvem pl. A/4-es formátumban 1200 oldalas lett, benne közel 1000 recepttel. A/5-ös formátumban, normál könyv alakban ez 1600 oldalt tesz ki. Két kötetben megjelentetve is lexikon vastagságú könyvek lennének belőle, ami több mint 20 ezer forintba kerülne. A jelenlegi gazdasági helyzetben ki tud ennyit fizetni egy könyvért? Ezért továbbra is marad az online terjesztés, az internetes letöltés. Ez viszont jól alakul. Csak az én honlapomról, a Kun Elektronikus Könyvtárból eddig három millióan töltötték le a könyveimet. Ehhez jön még a Magyar Elektronikus Könyvtár, a Magyar Digitális Könyvtár és egyéb honlapok letöltési mutatói. Több honlapra is felrakták a könyveimet, sokszor engedélyem nélkül. Olvasói táborom is széleskörű. A világ 103 országából látogatják a könyvtáramat.

¹ Csak páratlan oldalak

² Csak páros oldalak

Mivel a nyugati országokban a magas életszínvonal következtében még nem jelent gondot egy könyv megvásárlása, gondoltam lefordíttatom a műveimet. Ez azonban a korábbinál is nagyobb akadályba ütközik. A sok szakkifejezés miatt a műfordítók továbbra sem vállalják a fordítást, a szakfordítók pedig még drágábban fordítanak. Immáron 5,7 forintot kérnek egy leütésért. (A szóközöket is fizetni kell.) Ezzel a tarifával a négy ezoterikus könyvem csupán három nyelvre történő fordítása 50 millió forintba kerülne. Mivel ennyi pénzem nekem sosem lesz, csak egy lehetőségem maradt, hogy a külföldi könyvkiadókkal és a lehetséges szponzorokkal megismertessem műveim tartalmát, az ingyenes gépi fordítás. Tíz évvel ezelőtt a Google-, a Bing- és a DeepL programok fordítása nevetség tárgya volt. A mesterséges intelligencia bevetésével azonban ugrásszerű javulás állt be ezen a téren is. Most már az általuk produkált fordítás elfogadható minőségű. Nem tökéletes, de érthető. A várt hatás azonban elmaradt. A külföldi könyvkiadók sem tülekednek az ajtóm előtt.

Legnagyobb fájdalmam, hogy ötleteim gyakorlati megvalósítása sem mozdul előre. Annak ellenére, hogy a globális felmelegedés és a klímaösszeomlás következtében küszöbön áll a természet tönkremenetele. Ehhez járulnak a járványok, a terrorizmus és a gazdasági leépülés. A baj minden téren olyan nagy, hogy rajtunk már csak a paradigmaváltás segíthet. Ennek elősegítése érdekében gyűjtöttem könyveimből mindazokat az ötleteket, információkat, amelyek ezt elősegíthetnék, és hét témakörre osztva felraktam a honlapomra.³ Ezeket is lefordítottam angol, német és francia nyelvekre. Áttörést azonban ez sem hozott. Csupán a kínaiak csaptak le rá. 2021 júniusában Kínából 99 GB-nyi anyagot töltöttek le a könyvtáramból. Visszajelzés azonban nem érkezett tőlük.

Úgy tűnik, hogy a gyakorlati megvalósítás is rám vár, ami nem esne nehezemre, mivel évtizedeken át fejlesztőmérnökként tevékenykedtem. Tíz találmány és egy komplett tűz- és betörésvédelmi termékcsalád megalkotása után van némi gyakorlatom ezen a téren. A fejlesztéshez (laborbérlet, műszerek-, alkatrészek beszerzése) azonban pénz kell. Nekem ugyan nincs, de az államnak van. Az Európai Unió nemrég több ezer milliárd forintnyi támogatást folyósított Magyarországnak zöldberuházások finanszírozására. Gondoltam ebből jut nekem is. Ezért levelezésbe kezdtem a minisztériumokkal és vezető egészségügyi szervekkel.

Ez a kezdeményezésem is totális kudarcba fulladt. Mindenütt merev elutasításban részesültem. Számolatlanul szórják a pénzt elavult technológiák hazai telepítésébe (napelemparkok, akkumulátorgyárak, gázvezeték-építés, atomerőmű, stb.), de amire leginkább kellene, arra nem adnak egy fillért sem. Az „Ezoterikus világ” levelezési rovatában olvasható válaszokból egyértelműen kiderül, hogy mi a baj velem és a műveimmel. Az összes hivatal arra hivatkozva utasította el a kérésemet, hogy az ezotéria kóklerek és sarlatánok által művelt áltudomány, és szélhámosokat nem támogatnak. A tudósoknak világszerte sikerült elhívtetniük a politikusokkal, hogy az ezotéria áltudomány, ezért kibontakozását nem szabad támogatni. Inkább pusztuljon el a világ, de „szélhámosokkal” nem szövetkeznek.

Hát itt tartunk most. Időközben elkezdődött az Apokalipszis. Az első lovat, a pandémiát már ránk engedték, de mi nem teszünk ellene semmit. Pedig már ez is óriási veszteséget okozott nekünk mind emberéletekben, mind anyagiakban. A java azonban ezután vár ránk. Hátra van még hat ló. Az egyre súlyosabb csapásokat kivédhetnénk, de mi cselekvésképtelenek vagyunk. Balga birkanyáj módjára vonulunk vágóhídra. A támadások kivédésére rengeteg lehetőség áll rendelkezésünkre, de egyiket sem használjuk ki. Csak egy dologban vagyunk aktívak. A sátáni sugallatoknak engedelmességgel módosítjuk magunk körül a világot. Lábbal tapossuk több évezredes erkölcsi értékeinket, és profitéhségünk által vezérelve kíméletlenül kiszoroljuk, tönkretesszük a természetet.

Budapest, 2021. július

A szerző

³ A hét találmány működési leírása honlapom jobb oldalán, lent található.

I. fejezet

KEZELÉSI TANÁCSADÓ AZ ELEKTROSTIMULÁCIÓS KÉSZÜLÉKEKHEZ; AKUPUNKTÚRÁS ELJÁRÁSOK

Mint az Előszóból is kiderült, ennek a műnek eredeti feladata a különféle természetgyógyászati módszerek ismertetése volt. Utólag szemlélve azonban ez a tanulmánykötet jelentős mértékben kibővült, és fokozatosan átalakult egy jelentős terjedelmű ezoterikus könyvvé. Ennek oka, hogy a természetgyógyászat különféle módszerei csak a határtudományok megismerésével válnak tökéletesen érthetővé, és komoly eredményeket csak átfogó ezoterikus ismeretek birtokában lehet elérni. A természetgyógyászat alapvetően fontos területe az akupunktúra⁴. Ebből alakult ki az akupresszúra, az elektrostimuláció, és ennek köszönheti létrejöttét egy általam kifejlesztett új kezelési módszer, a magnetopresszúra. Egyelőre azonban maradjunk az elektrostimuláció alkalmazási módjánál. Az akupunktúra szabályaival ellentétben ugyanis erről a szakterületről eddig még sehol sem jelent meg részletes ismertető. Az első két fejezet sokak számára kissé „száraznak”, túlságosan „szakmainak” tűnhet, de mindenképpen érdemes végigolvasni, mert ma már szinte nincs is olyan ember a világon, aki nem beteg, vagy előbb-utóbb ne betegedne meg, és ne lenne szüksége valamilyen öngyógyító módszerre. A fizikailag alkalmazandó „szelíd gyógymódok” közül leghatékonyabb a magnetopresszúra, ezért saját érdekünkben ismerkedjünk meg ennek alapjaival: az akupunktúrával és az elektrostimulációval. (A leírásban szereplő szakkifejezések a nemzetközileg használt formában, angol nyelven lettek feltüntetve. Mellettük azonban megtalálhatók a magyar nyelvben meghonosodott változatok is. Ezek a zárójeles kifejezések egyben a kiejtés módjára is utalnak.)

Általános ismertetés

Napjainkban a nyugati világban is egyre jobban hódít az akupunktúra, és annak egy otthoni használatra is alkalmas változata, az elektrostimuláció. A kereskedelemben kapható elektrostimulációs készülékek előnye, hogy olcsón beszerezhetők, bárki által könnyen kezelhetők, használatuk nem igényel különösebb orvosi előtanulmányokat, és mentesek a fertőzésveszélytől. Hátrányuk viszont, hogy ezekkel a készülékekkel a meridiánokba csak beadni lehet energiát, elvonni nem. Elektrostimulációs készülékekkel a meridiánok energiaszintjének csökkentése csak a szedáló pontokon keresztül lehetséges. Hagyományos akupunktúránál, bimetall felépítésű (pl. acél hegyű, és réz nyelű) tűk használata esetén, amennyiben a tű vége, azaz a környezeti hőmérséklet alacsonyabb, mint a testhőmérséklet, az egyes pontok megsúrásakor külső beavatkozás nélkül végbemegy az energia- elvonás. Tűs kezelés esetén az elektrostimulációs készülékekkel szemben inkább az energiabeadás a bonyolultabb, ebben az esetben ugyanis hagyományosan moxás égetést kell végezni.

Vannak, akik arany- és ezüsttűkkel végzik az energia terelését. Az akupunktőrök szerint az aranytűk energiát visznek be a meridiánba, míg az ezüsttűk elvezetik a felesleges energiát. A rozsdamentes acélötövetből készült tűk semlegesek. Ezt használják a leggyakrabban. Ezeket a tapasztalatokat azonban egyelőre semmilyen műszeres mérés nem támasztja alá. Egyébként a test aku-

⁴ Az akupunktúra a kínai csen csiu (tűszúrásos gyógymód) latin neve. Az acus = tű és a pungese = szűrni szavakból tevődik össze. Ugyanúgy keletkezett az akupresszúra kifejezés az acus és a pressura szavakból. Ennek mintájára alakult ki a magnetopresszúra kifejezés a magnet és a pressura szavakból. A moxa vagy moxabusztió pedig a japán mogusza (égő fű) kifejezés latinósított változata.

punktúrás kezelése szempontjából legegyszerűbb módszer az akupresszúra, mivel megfelelő ujj használata esetén, vagyis Yin-es ujjal Yang (jang) jellegű meridiánt, míg Yang-os ujjal Yin (jin) jellegű meridiánt kezelve a töltéskiegyenlítődésként automatikusan végbemegy. Yin-es ujjnak azok az ujjak minősülnek, amelyeken Yin meridiánok végződnek, ilyen a hüvelyk- és a középső ujj. Yang-os ujjak a mutató- és a gyűrűsujj, ezek Yang meridiánok kiindulási helyei. A kisujjon egyaránt található Yin és Yang meridián is, így ez az ujj akupresszúrás kezelés céljára nem használható. (Mostanában kezd terjedni az a tévhit, hogy ha az ujjunkkal az óra járásával megegyezően masszírozzuk az akupunktúrás pontot, akkor energiát viszünk be, ha ellenkezőleg, akkor elveszünk energiát. Ez egy alaptalan kitaláció. Teljesen mindegy, hogy milyen irányba masszátoljuk a bőrünket. Az energiaáramlás irányát nem ez dönti el, hanem az, hogy melyik ujjunkat használjuk.)

Az akupresszúrás módszer hátránya, hogy átlagemberek által alkalmazva nem túl hatékony. Csak összehasonlításképpen az elektrostimulációs készülékekkel (az akupunktúrás pontok bőrfelületen keresztül elektromos árammal való ingerlése által) legalább ötször annyi energia vihető be egyetlen kezelés során, mint akupresszúrával. Az elektroakupunktúrás kezelés, vagyis amikor a tű nem csak behatol a bőrbe, de áramot is kapcsolunk rá, minimum tízszer hatékonyabb az akupresszúránál. Ennek hatása egyébként már felér egy hagyományos gyógyszeres terápiával. Érdekességként megemlíthető, hogy vannak emberek, akiknek a testmeridiánjaiban, így az ujjak végén is tízszer, vagy akár százszor nagyobb energia van felhalmozódva, mint egy átlagemberben. Ezek a személyek azok, akik évszázadokon át kézrátevésével gyógyítottak. Az ilyen ember azonban nagyon ritka, talán minden százezer között egy akad, akinek az energiaszintje magasabb az átlagosnál. Ezeknek a különleges képességű személyeknek a megkeresését és a gyógyítás szolgálatába állítását azonban még ma is erősen hátráltatja az a hivatalos szemlélet, amely ezt a gyógyítást kuruzslásnak tekinti, és tüzeltel-vassal harcol ellene.

A hivatalos szervek vaskalaposságának igen jellemző példája a szívbetegségek ellen jelenleg is sokak által használt mágneses karperecek esete. A korszerűnek mondott, szintetikus gyógyszerek alkalmazásán alapuló orvostudomány ezt az eszközt is placebónak, szélhámosságnak nyilvánította. Ez a Távol-Keletről importált kis mágneses lapocskákból álló karperec pedig nem más, mint egy akupunktúrás eszköz, a magnetikus akupunktúrának a legegyszerűbb alkalmazása. Mivel mind a szív-, mind a vérerek ura meridián szedáló pontja éppen a csuklóhajlaton található, ezek a csukló körül elhelyezkedő mágneses lapocskák állandó jelleggel nyugtatják mindkét meridiánt. A kis lapocskából kiáramló mágneses erővonalak stimuláló hatása kisebb ugyan még az akupresszúránál is, de lényegesen hosszabb a kezelési idő, így idővel joggal érezhetik sokan ezt a módszert hatásosnak. A magnetikus akupunktúrának általánosan is alkalmazható módja, ha szövetbarát ragasztóval kis mágneses korongokat ragasztunk pólushelyesen a kezelendő pont fölé. Amennyiben az előző példának megfelelő módon kívánjuk ezt a módszert alkalmazni, akkor ne feledkezzünk meg arról, hogy eljárásunk csak akkor lesz hatásos, ha a szívbetegség oka a vérerek ura- és a szív meridiánok telítettsége. Ellenkező esetben az ezeken a pontokon végzett kezelés az alacsony téroró, valamint a laza illesztés következtében hatástalan marad. Újabban előszeretettel alkalmazzák ezt a módszert migrénes fejfájások ellen.

Sokan hordanak réz karkötőt is. Ennek azonban semmi köze sincs az akupunktúrához. Ez a fajta karperec nincs hatással a meridiánok energiaállapotára. A réz karkötő az ízületi gyulladásokat gyógyítja, illetve sok esetben teljesen megszünteti. Ennek magyarázata rendkívül egyszerű. A reuma gyakori kiváltó oka a szervezet rézhiánya. Mivel a hónalj után testünk legizzadékonnyabb felülete a csukló, a verejték rézionokat választ le a vörösréz karkötőről, amelyek a bőrön át felszívódnak. A véráram eljuttatja őket az ízületekhez, ahol megszüntetve a rézhiányt, megszűnik a gyulladás is. Egyébként ez a fajta gyógyítás nem új keletű. Már a régi egyiptomi-, pörög- és perzsa íráskor is említést tesznek róla. A rézterápia sem alkalmazható bárkin és bárhol. A szabályok részletes leírása a Természetgyógyász Magazin 2003. szeptemberi számának 23. oldalán található.

Nagy tisztaságú vörösrézből készített speciális Sabona karkötők a Solstar Kft. mintaboltjában kaphatók. Cím: 1132. Budapest, Csanády u. 4. Honlap: <http://www.solstar.hu/sabona/vorosrez/karkoto.html> Előállítási költségükhöz képest meglehetősen drágák. Ezeremester hajlamuk ennek az árnak a töredékéből is készíthetnek maguknak ilyen karkötőt, ha elmennek a színesfémholtba, és 1 mm vastag

vörösrézlemezről levágnak egy kb. 1 cm széles csíkot. Ezt otthon reszelővel le kell sorjázni, és polírpapírral fényesre csiszolni. (A méretre igazítás és a naponkénti tisztítás módja a honlapon található.) Használatánál ügyeljünk arra, hogy szorosan rásimuljon a csuklónkra, mert csak a bőrrel érintkezve tudnak a rézionok felszívódni róla. Aki nem tud megbarátkozni azzal, hogy ez egy gyógyászati segédeszköz, és nem ékszer, készen vásárolja meg. A mágneses változatokat azonban kerüljük, mert ezek a kis mágneskorongok a karjainkon futó szív-, vérerek ura és tüdőmeridiánokat stimulálják, és nem biztos, hogy olyan irányban, amire nekünk szükségünk van.

Elővigyázatossági szabályok

Elektrostimulációs kezelés esetén a készülék egyoldalú alkalmazhatósága miatt nagyon gondosan be kell tartani a kezelési szabályokat, ellenkező esetben komoly állapotrosszabbodás léphet fel a betegnél. Ilyen rosszabbodás állhat elő pl. ha a telített befogadó vezeték vész- vagy irányító pontjaira rákezelünk. Ennek tüdőgyulladás, szívszűrés, aranyér, krónikus hasmenés vagy más kellemetlen következményei is lehetnek. Ebben az esetben még korrekcióra sincs lehetőségünk, mivel a Yin jellegű befogadó- és a Yang jellegű kormányzó vezetékeknek nincs nyugtató pontjuk, így a bevitt káros energiát utólag nem tudjuk kivonni. A probléma csak lassan, a bevitt energia fokozatos csökkenésével szűnik meg. (A külföldi szakirodalomban a befogadó vezetéket fogamzási vezetéknek nevezik.)

Előtanulmányok

Az elektrostimulációs készülék megvásárlása után **semmiképpen ne kezdjük el még saját magunk kezelését sem a mellékelt használati utasítás alapján.** Még mielőtt készülékünket alkalmaznánk, szerezzünk be egy komoly akupunktúrás szakkönyvet, és gondosan olvassuk el. Egy átlagos intelligenciájú laikusnak ezt a könyvet legalább négyszer tanácsos át tanulmányoznia. Első olvasásra semmit sem fogunk érteni belőle. Másodszor már nagy vonalakban kezdjük felfogni, és harmadszorra annyira megértjük, hogy alkalmazni is tudjuk a benne foglaltakat. A negyedik olvasásra a kezelés befejezése után van szükség azért, hogy a megfelelő következtetéseket levonhassuk, és az alkalmazott módszerek közötti összefüggéseket tökéletesen megértsük. Jobb, ha egyszerre több szakkönyvet is beszerzünk, mert mindegyik szerző ad valami pluszt a másikhoz képest, a meridiánok kétdimenziós ábrázolása miatt pedig egy-egy ingerpont pontos helyzete csak több ábra összevetése útján állapítható meg. Ezt az eljárást jelentősen könnyíthetik az Interneten található akupunktúrás térképek. Hosszas keresgélés helyett nyissuk meg az **Ezoterikus körkép** mappáját, a **Kun Elektronikus Könyvtárban**. Az **Akupunktúrás térképek** almappában több mint 200 kép mutatja be a meridiánokat, és a hozzájuk tartozó akupunktúrás pontokat. Itt az akupunktúrás kezeléshez segédábrák is találhatóak. Szerencsések azok, akik a Távol-Keleten gyártott akupunktúrás bábukhoz hozzájuthatnak, mivel ezeken minden egyes pont helyzete három dimenzióban tanulmányozható.

A kezelés előkészítése

Mint minden gyógyító eljárás során, az akupunktúrás kezelés esetén is nagyon fontos a betegség pontos megállapítása, a terápia meghatározása és a kezelési folyamat nyomon követése. Az akupunktúrás szakkönyvek betegségfeltárás céljára több módszert is megemlítenek. Ezek közül legtekintélyesebb a pulzusdiagnosztika, de alkalmazása nagy szakértelmet és gyakorlatot igényel. Laikusok számára csupán a nyelvdiagnosztika szolgálhat információkkal. A nyelv színe, formája és a rajta lévő bevonat minősége ugyanis szoros összefüggésben áll a belső szervek állapotával. A pontos diagnózis megállapítása érdekében a beteget szakorvoshoz, legtöbbször belgyógyászhoz kell küldnünk. A leleteket, illetve az orvosi konzílium végeredményét az akupunktúrás szakkönyvek kezelési ajánlásaival összevetve megállapítható, hogy az illető betegség kezelhető-e az akupunktúra módszerével, vagy sem. Erre legfőképpen azért van szükség, mert vannak betegségek, amelyek egy-

általán nem gyógyíthatók akupunktúrával, ilyen pl. a rák. Ebben az esetben az is előfordulhat, hogy a beteg meghal. Nem a téves kezelésbe hal bele, mivel egy helytelenül alkalmazott akupunktúrával kezelés még nem halálos, hanem abba, hogy az idő múlik, és mire kiderül, hogy a terápia hatástalan, addigra a betegség annyira elharapódzott, hogy már hagyományos gyógyszeres úton sem kezelhető.

Más gyógyító eljárásokhoz hasonlóan természetesen **az akupunktúra is főleg a betegség kezdeti stádiumában a leghatékonyabb.** Krónikus esetekben az akupunktúra már nem tudja a káros folyamatot visszafordítani, pl. gyomorfekélynél a már perforálódott beleket az akupunktúrával kezelés nem képes befoltozni. Ugyanígy nem tudja a degenerálódott ízületeket helyrehozni abban az esetben, ha a csontok már összeérnek, és az egymáshoz dörzsölődés miatt felületük megsérült. Nem szüntethetők meg vele a hormonproblémák (pl. menopauza idején fellépő görcsök). Ebben az esetben csak a fájdalmat lehet akupunktúrával csökkenteni. A hiánybetegségek sem orvosolható vele. A bioenergia befolyásolása nem szünteti meg a szervezet vitamin- és ásványanyaghiányát. Az akupunktúrával eljárás azonban alkalmas több olyan betegség eredményes kezelésére is, amelyeknek belgyógyászatilag még nem ismerik az okát (pl. migrénes fejfájás) vagy gyógyszerekkel csak tüneti kezelés lehetséges (pl. szénanátha, herpesz, reuma, nemi étellel kapcsolatos rendellenességek). Az akupunktúra érzéstelenítésre is alkalmas. A mély tűszúrás kikapcsolja az agy limbikus rendszerét, vagyis a fájdalomközpontot.

A terápia meghatározásának legcélszerűbb módja, hogy felírjuk az egyes betegségeket, és minden egyes meridián minden pontját átnézve melléírjuk, hogy mely pontok kezelése javallott a szakkönyvek szerint. Végül írjuk oda azokat a pontokat is, amelyek a különleges meridiánok zavaraira utalnak. Egyes esetekben pl. fejfájásnál ilyen módon akár több tucat pont is összejöhethet, melyeknek egyenkénti kezelése igen nagy türelmet igényel. A helyes pont megtalálásának idejét nagymértékben lerövidítheti, ha megpróbálunk összefüggéseket találni egy-egy betegség között. Az egyes meridiánok kórképének felsorolásánál megfigyelhető, hogy a legtöbb pont nem csupán egy, hanem egyszerre több panasz gyógyítására is alkalmas. A betegek túlnyomó részének nem egy betegsége van. Ha találunk olyan pontokat, amelyeknél a javallatok egyszerre több betegséget is lefednek, akkor azokat kezeljük legelőbb, mert valószínű, hogy ezek hozzák meg leginkább a várt javulást.

A kezelési folyamat nyomon követhetősége érdekében nagyon fontos, hogy az eljárás minden egyes fázisát dokumentáljuk. Ennek legegyszerűbb módja, hogy készítünk egy táblázatot. Az első rovatba röviden beírjuk a kezelendő pont azon betegségeit, amelyek a betegre vonatkoznak. Mellé írjuk a stimulálandó pont célszerűen angol rövidítéssel jelölt megnevezését. A következő, leghosszabb rovatba a kezelés eredményességét jegyezzük be (pl. „nincs számottevő javulás” vagy „kismértékű javulás”, illetve „jelentős javulás”). Az utolsó rovatba írjuk a kezelés dátumát. Erre azért van szükség, mert amennyiben több pontot is stimulálunk egyszerre, akkor néhány nap múlva, ha esetleg valami káros hatás lép fel, dátum hiányában nem fogjuk tudni megkeresni, hogy melyik meridiánnál követtük el a hibát, és emiatt nem tudjuk elvégezni a szükséges korrekciót sem. A könnyebb tájékozódás érdekében, ha valamelyik pont kezelése eredménnyel járt, akkor az egyes betegségek után feljegyzett pontsorozatban karikázzuk be a jó pontot, és átlósan húzzuk át azokat a pontokat, amelyek nem használtak. Ezzel a módszerrel biztosan elkerülhetjük, hogy egy-egy pont véletlenül kimaradjon a kezelésből.

A kezelés végrehajtása

A szóba jöhető pontok kigyűjtése után a kezelés megkezdésekor legnagyobb gondot az okozza, hogy nem tudjuk előre, hogy a kezelni kívánt meridián energiával telített vagy energiahiányos. Mint az előzőekben már említésre került, elektrostimulációs készülékkel csak beadni lehet energiát, az egyes pontok energiaszintjének csökkentése nem lehetséges. A kezelés megkezdése előtt tehát alapvető fontosságú az egyes meridiánok energiaszintjének megállapítása. Kuriózusként megemlíthető, hogy van néhány száz ember a világon, akik képesek arra, hogy a testből kiáramló energiakisugárzásokat észleljék. Ezek az emberek szabad szemmel is érzékelik a testaurát, különböző színűnek látják a telített és az energiahiányos meridiánokat, észlelik az energiapályákon fellépő esetleges du-

gulásokat, sőt más-más színben látják az inakat, izmokat és a véredényrendszert is. Ez az adottság a sokak által ismert bőrlátásnak egy magasabb rendű változata, amelynek fizikai alapjai még tisztázatlanok.

Nagy a valószínűsége azonban annak, hogy ezt a képességet a tobozmirigy aktiválódása okozza. Tudósaink sokáig az agy féregnyúlványának tekintették ezt a mirigyet. Nos, ez a „haszontalan féregnyúlvány” a görög bölcsélet szerint a lélek lakhelye. Ezen túlmenően betölti a „harmadik szem” szerepét is. A tobozmirigy ugyanis közvetlen összeköttetésben áll a szem recehártyájával. A recehártya nem csak a látható fény tartományban érzékeli az elektromágneses sugarakat, hanem a magasabb frekvenciájú spektrumban is. Normál körülmények között azonban a látóidegek nem reagálnak erre a különleges fénysugárzásra, így az átlagember nem látja az élettelen tárgyak auráját, és az élő szervezet különböző színű energiakisugárzásait. A tobozmirigy azonban látja, de nem továbbítja az agy látóközpontjába. Látóképeségének egyértelmű bizonyítéka az a tudományos megállapítás, mely szerint „*a tobozmirigy felszínén a szemünkben található receptorokhoz hasonló képződmények vannak*”.

Eónokkal korábbi őseinknél a harmadik szem még valóságos szerv volt, és a homlok közepén foglalt helyet. Később megjelentek a ma is használt fizikai szemek, de a harmadik szem még sokáig megmaradt felettük. Ez a mitikus szerv eredetileg szemformájú volt, üregét recehártyaszerű képződmény bélelte ki, elől lencse zárta le, és vékony hámréteg takarta. A tibetiek szent könyve, a Dzyan-könyv szerint a „harmadik és negyedik faj még teljes mértékben birtokolta ezt a szervet, és nagy lett a gögje.” Az emberfeletti képességek elbizakodottá tették őket, és ez okozta a vesztüket. Egy világmorszakkal később az „emberek behullottak az anyagba”, szellemi látásuk elhomályosult, a harmadik szem fokozatosan elvesztette erejét. A feljegyzések szerint az elcsökevényesedés oly módon ment végbe, hogy a tobozmirigy „fokozatosan behúzódott az agyba, és elkövesedett”. Ezt jelenlegi tudományos ismereteink is alátámasztják, mely szerint: „*A tobozmirigy kúp alakú, világosbarna agyrészlet, elülső szélén ásványi konkrementumok (agyhomok-lerakódások) találhatóak.*” Végül a harmadik szem külső szerve is eltűnt, az ürege bezáródott, és a helyét átvette szervezetünk hatodik csakrája, a homlokcsakra.

A teljesség érdekében meg kell még említeni, hogy fizikai alapjait tekintve az auralátásnak nemcsak a „harmadik szemhez” van köze. Ez az érzékszervünk ugyanis összeköttetésben áll a hipofízissel (agyalapi miriggyel) is. Ez teszi lehetővé a clairvoyance (klervoájansz) -nak, vagyis a tisztánlátásnak nevezett jelenséget, amely gyakoriságát tekintve még az auralátásnál is ritkább. A tisztánlátó vagy távollátó nem gyengén ionizált levegő által keltett láthatatlan fényt, hanem minden anyagon áthatoló szubatomi energiasugárzást érzékel. Ezért az ily módon diagnosztizálók gyakran behunyják a szemüket, hogy a túl sok információ, a külvilág zavaró fényeffektusai ne tereljék el a figyelmüket arról, amit a homlokcsakrájuk közvetítésével a belső szemükkel látni akarnak. Ezek a jelenségek nem különíthetők el élesen egymástól, mert a tobozmirigy és az agyalapi mirigy között szoros kapcsolat áll fenn. Ezt bizonyítja egy müncheni szemészorvos felfedezése, mely szerint sokkal több szemideg ágazik el a hipofízis, mint az agy látóközpontja felé. Valószínűleg ez az oka annak is, hogy a színek különböző érzelmeket váltanak ki bennünk. Ez teremti meg a színterápia fiziológiai alapját. Jellemző e két misztikus erőközpont máig felderítetlen kapcsolatára, hogy a Védák könyve szerint a lélek lakhelye a hipofízis, és nem a tobozmirigy.

Az energiapályák szintjének megállapítására ismert még az ingás módszer is, de az ilyen képességekkel rendelkező emberek felkutatása szintén körülményes. Marad tehát a próba, vagyis hogy mi magunk határozzuk meg kísérleti úton az illető meridián energiaszintjét. A kísérletezés során azonban nagyon ügyeljünk arra, hogy a próbakezelést sohase végezzük a meridián aktiváló vagy nyugtató pontján. Ha ugyanis egy erősen telített meridián tonizáló, vagy egy energiahányos meridián szedáló pontjára rákezelünk, a meridián energiaegyensúlya még jobban eltolódik, ami a beteg állapotának nagyfokú romlását eredményezi. A leghatékonyabb és leggyorsabb eredményt akkor érjük el, ha közvetlenül arra a pontra kezelünk rá, amely a meridián pontjai közül a leginkább javallott az illető betegségre. Amennyiben nem magunkat kezeljük, nagyon fontos a beteggel kialakított jó kontaktus. A beteget fel kell világosítani, hogy most egy próba folyik, és a kezelés után neki kell meg-

mondani, hogy betegsége, illetve közérzete javult-e vagy inkább romlott. Ha javult, akkor a meridián energiahányos, így más pontokat is kezelhetünk rajta.

A kezelés végén célszerű stimulálni a tonizáló pontot is, hogy általánosan is javítsuk a meridián energiaszintjét. Amennyiben a beteg állapota romlott, akkor nem tehetünk mást, mint rákezelünk a szedáló pontra. Ezzel kivonjuk az előzőleg bevitt káros energiát, mely a beteg megkönnyebbüléséhez vezet. A továbbiakban az erre a meridiánra vonatkozó betegségek gyógyításának egyetlen módja a szedáló pont többszöri kezelése. Ezenkívül amit még ezzel a készülékkel tehetünk, hogy az akupunktúrás szakkönyvünkben utánanézzünk, hogy az illető meridián hosszanti „Lo” meridiánja üres-e vagy telített. Ez a mellettük felsorolt betegségtünetek alapján állapítható meg. Ha az illető segédmeridián energiahányos, akkor rákezelhetünk még a fő meridián „Lo” pontjára is. Az akupunktúrás szakkönyvek a Yuan (juan), vagyis forrásponttal kapcsolatban azt írják, hogy önmagukban való kezelésük esetén az energiahányos meridián ezen a ponton energiát vesz fel az „energia tengeréből”, telítettség esetén pedig energiát ad le oda. Ez valóban igaz, de csak tűs kezeléskor. Elektrostimulációs kezeléskor telített meridiánnál a Yuan pont stimulálása még tovább növeli a meridián energiaszintjét, ezért kezelését kerüljük.

A készülék használata

Mint a használati utasításból is kiderül, az elektrostimulációs készülékek többnyire néhány Hz-es, a bonyolultabb típusok pedig 2 kHz-ig növelhető frekvenciájú négyszög vagy csúcsimpulzus jellegű jelet bocsátanak ki magukból. A négyszög feszültséget szolgáltató készülékek hátránya, hogy használatuk közben légpárna alakul ki az elektróda hegye és a kezelt bőrfelület között, így a kezelőáramot többször is utána kell állítani. Biztonsági okokból mindegyik készüléket telepről táplálják, ezért **soha eszünkbe ne jusson, hogy közvetlen hálózatra kapcsolt adaptert csatlakoztasunk hozzá.** Egy esetleges transzformátorzárlat esetén ugyanis a hálózati feszültség bekerül a készülékbe, mely halálos áramütést okozhat. A tapasztalat szerint ezeknek a készülékeknek az áramfelvétele olyan csekély, hogy egy kis rádióelemről hónapokig működnek. Ha ritkán használjuk készülékünket, akkor tegyünk bele alkáli elemet, ezzel megakadályozhatjuk az önkisülést, a telep fél-évenkénti kényszerű cseréjét. (Az alkáliföldfém-ből készült szárazelem nem perforálódik.)

A kezelés megkezdésekor a keresett pont helyzete az akupunktúrás térképek alapján jól behatárolható. Pontos megkeresésüket a készülék pontkereső állásában végezzük. Az elektróda bőrfelületen való mozgatása során nagyon ügyeljünk arra, hogy a szabályozó potenciométerrel csak akkora áramot állítsunk be, amekkora feltétlenül szükséges. A hamis pontok ellen úgy védekezhetünk, hogy a készülék sípolása, tehát a feltételezett pont megtalálása után a szabályozó potenciométert lejjebb csavarjuk egészen addig, amíg a sípolás éppen elhallgat. Ezután mozgassuk meg az elektródát a megtalált pont környezetében, a készüléknek sehol sem szabad megszólalnia. Kissé növelve az áramot a készülék csak ezen az egy ponton jelezhet. Habár az akupunktúrás pontok villamos ellenállása legalább egy nagyságrenddel kisebb, mint a környező bőrfelület ellenállása, mégis gyakran előfordul, hogy nem találjuk meg a keresett pontot, a készülék több helyen is sípol. Ez ellen a legegyszerűbben úgy védekezhetünk, hogy az illető meridiánt abban a két órában kezeljük, amikor az a „szerv-óra” szerint a legaktívabb. Ennek a módszernek az alkalmazása szinte elkerülhetetlen a test olyan felületeinek kezelése során, ahol az egyes meridiánok nagyon közel futnak egymás mellett, sőt sokszor keresztezik is egymást. Ezzel az eljárással még a kezdők is biztosan megtalálják a keresett pontokat. A legkedvezőbb időintervallumok minden akupunktúrás könyvben fel vannak tüntetve.

A keresett pont megtalálása után kapcsoljuk át a készüléket kezelőáramra. **Ezt megelőzően azonban feltétlenül állítsuk a kezelőáram-szabályozó potenciométert minimumra.** Erre azért van szükség, mert a test különböző felületein lévő akupunktúrás pontoknak nem csak a kereső-, de a kezelőáram-igénye is eltérő. Ha a lábunkon végzett kezelés után változatlan potenciométer-állással rákezelünk az arcbőrre, kissé kellemetlen áramütésben lesz részünk. A szem körüli pontok, illetve a homlok stimulálása során a készülék működési frekvenciájával megegyező ritmusú villogást fogunk észlelni a szemben. Ez nem károsítja az idegeket, ha a beteget zavarja, javasoljuk neki, hogy hunyja be a szemét. Amennyiben nem magunkat kezeljük, akkor a pont megtalálása után állítsuk a kezelő-

áramot minimumra, és adjuk a készüléket a beteg kezébe azzal, hogy addig növelje az áramot, amíg enyhe csípést nem érez. Erre egyrészt azért van szükség, mert mi nem érezzük, hogy számára mikor megfelelő az áram intenzitása, másrészt pedig ha kezelés közben gyengül az áram, ezt időnként utána kell állítani. Túl nagy kezelőáramokat ne használjunk, mivel a nagyobb áram nem jelent gyorsabb gyógyulást, csak azt érzük el vele, hogy a bőr megég, és a stimulálás helyén kis heg keletkezik. A kezelést min. 3 percig végezzük. Többszöri rövid kezeléssel jobb eredményt érhetünk el, mint egy hosszúval.

Egyes esetekben a beavatkozás hatása már pár perc múlva érezhető, de a legtöbb esetben csak néhány óra múlva jelentkezik a hatás. Legnagyobb bizonyossággal azonban akkor győződhetünk meg kezelésünk hatékonyságáról, ha kiváruunk egy 24 órás áramlási ciklust, vagyis azt az időt, amely alatt az energia végighalad a meridiánláncon. Ha a kívánt hatás másnap sem jelentkezik, akkor már valószínűleg nem is fog. Ez esetben keressünk más, hatékonyabb pontokat. Kivételt képez a speciális betegségek gyógyítása (pl. hajhullás, kopaszodás) amelyek megfigyeléséhez hosszabb időre van szükség. Egy-két kezeléstől soha ne várjunk tartós hatást, minimum nyolc-tíz alkalom kell a végleges gyógyuláshoz. Egy nap ne kezeljük ugyanazt a pontot többször. Ahhoz, hogy a kívánt hatás mind előnyeiben, mind hátrányaiban megmutatkozzon, az energiának legalább egyszer át kell mosnia az összes meridiánt, illetve a hozzájuk kapcsolódó szerveket. Ami a többi pontokat illeti, azokból se kezeljük egyszerre sokat, mert energiatorlódás lép fel, a szervezet nem tudja feldolgozni azt a sokféle készletet, amelyet az ingerpontokon keresztül kap. Az egy alkalommal stimulálható pontok kiválasztásánál ügyeljünk arra, hogy egy időben ne kezeljük két olyan pontot, amelyek ugyanarra a betegségre vonatkoznak, mert ekkor kedvező vagy kedvezőtlen hatás esetén nem fogjuk tudni eldönteni, hogy melyik pont okozta a változást. Az egyes meridiánok pontjait sorban, a kezdőponttól a végpont felé haladva kezeljük.

Amennyiben több betegségünk is van, fontos szabály, hogy a beavatkozást a legbelső energiaszinten kezdjük, és onnan hajtsuk kifelé az energiát a középső, majd a külső szintre, hogy azután a káros energia a tüdön, illetve az orron keresztül távozhasson. Ellenkező esetben az energia beszorulhat a belső energiáretegekbe, és ott káros hatást fejthet ki. Ezek szerint betegségeink felszámolását a vastagbél-, gyomor-, vérerek ura- és a máj meridiánok kezelésével kezdjük. Ezt követően stimuláljuk csak a középső energiamezőt, a szív-, vese-, hármass-melegítő- és epehólyag meridiánjait. Végül a külső energiapárhely lép-, vékonybél-, húgyhólyag- és tüdő meridiánjainak sorra vételével zárjuk a kezelést. Az egyes betegségek gyógyítása során előfordulhat, hogy mintegy mellékhatásként más betegségek tüneteit érezzük kismértékben magunkon. Legtöbbször ez csupán a káros energia külső pályára szorulásának következménye, amely a kezelés előrehaladtával fokozatosan megszűnik.

Különleges pontok

Testünkön több mint 1000 akupunktúrás pont van. Közülük 397 tartozik a fő- és segédmeridiánokat alkotó pontok közé. A többi önálló kezelési pont, melyeknek a hatása még nem egészen tisztázott, sőt sok olyan különleges pont található a bőrünkön, amelyeket még fel sem fedeztünk. Jól ismertek azonban a fő meridiánok különleges pontjai, a háti shu és az elülső vész pontok. A szakkönyvek szerint a háti asszociációs pontok a szervezet egyes meridiánjainak munkáját hangolják össze, míg az alarm pontok ingerlése krónikus betegségek esetén hasznos. Sajnos ezeknek a pontoknak a kezelése elektrostimulációs készülékkel csak korlátozott formában valósítható meg. A legfontosabb tiltás, hogy nem kezelhetők az olyan vész vagy shu pontok, amelyeknél a hozzájuk tartozó meridián telített. Tehát ha szívmeridián telített, akkor ennek az energiapályának az alarm pontjára való rákezeléskor az állapot még súlyosabbá válik. Ugyancsak nem kezelhetők azok a vész illetve shu pontok, amelyek más telített meridiánokon helyezkednek el. Pl. ha az epehólyag-vezeték telített, akkor a rajta elhelyezkedő vészpontokat még akkor sem kezelhetjük elektrostimulációs készülékkel, ha a hozzájuk tartozó meridián üres. Ha viszont mind az alarm pontot hordozó meridián, mind pedig a szabályozandó meridián üres, akkor igen jelentős eredményt érhetünk el ezeknek a pontoknak a stimulálásával.

Rejtélyes, nehezen gyógyítható betegségek esetén fordítsunk gondot a segédmeridiánok kezelésére. Ezek nem vesznek ugyan részt a mindennapi energiakeringési ciklusban, de fontos szabályozó, összehangoló szerepet játszanak a szervezetben. Feladatuk a Yin- és Yang energiák sokszínű mozgásának szervezése, az energiaellátási zavarok elhárítása. A legtöbbjük tehát nem működik állandóan, lecsapoló vagy feltöltő tevékenységük időszakos. Jellemük alapján azonban egyértelműen szétválaszthatók. Egyik részük a Yin, másikuk a Yang jellegű zavarokat kompenzálja. Legfontosabb különleges meridián a kormányzó és befogadó vezeték. Ezek kezelési pontjai ugyanúgy hozzáférhetőek, mint a 12 fő meridiáné.

Rajtuk kívül még 6 segédmeridián és 12 hosszanti Lo meridián, valamint 4 úgynevezett Lo-edény található a szervezetben. A Lo meridiánok a fővezetékek Lo-pontjain keresztül érhetők el. A többi segéd- vagy másodlagos meridián több ponton is kapcsolódik a fő meridiánokhoz. Ezeknek a kettős szerepet betöltő pontoknak a kezelése igen sokrétű hatást vált ki a szervezetben, és akkor is segítenek, amikor a szokásos kezelési pontok hatástalannak bizonyulnak. Egy példát kiragadva, ha a sok szenvedést okozó lumbágó a fő meridiánok segítségével nem gyógyítható, vegyük kezelésbe a Yang Qiao Mo segédmeridián nyitópontját, a húgyhólyag meridián 62-es pontján. Ez a beavatkozás sok esetben hatásosnak bizonyult.

Magasabb rendű módszerek

A kínai akupunktúra tanítása szerint minden ember születése pillanatában egy meghatározott energiamennyiséget örököl. Ezt az energiát utólag már nem lehet természetes úton növelni, az idő múlásával és a különböző betegségek romboló hatása miatt a kapott energia csak csökkenhet. A terápia gondos összeállításával azonban úgy is gyógyíthatjuk betegségeinket, hogy ez túl sok energia kihajtásával, elvesztésével ne járjon. Erre egyszer lehetőséget ad a „dél-éjfél” szabály alkalmazása. Pl. a telített szívmeridián betegségei (hacsak nem krónikus szívbántalmakról, szívgörcsről van szó) nem csupán a szedáló pont segítségével gyógyíthatók, hanem a „szerv-óra” szerinti ellentétes meridián, az epehólyag-vezeték tonizálásával is. Amennyiben az energiapályák szintjeinek felderítése után azt tapasztaljuk, hogy a szívmeridián telített, az epehólyag meridián pedig üres, akkor ne a szív-, hanem az epehólyag meridiánt kezeljük. Ezáltal nem csak az epehólyag meridián hiányával járó betegségeink gyógyulnak, hanem a „dél-éjfél” szabály alapján a szívmeridián betegségei is javulnak.

Az ellentétes meridián szempontjából a gyógyulás határfoka tovább növelhető, ha a tonizáló ponton kívül az „idő” pontot is kezelésbe vesszük. Ennél a módszernél fokozottan ügyeljünk arra, hogy a stimulálást a kezelendő meridián szempontjából legaktívabb időszakban végezzük. Ugyanezt a felfogást alkalmazhatjuk az úgynevezett „férj-feleség” szabálynál is. A felborult egyensúly a „férj” gyengítésén kívül a „feleség”, tehát a társmeridián erősítésével, tonizálásával is visszaállítható. Ezeknek a szabályoknak az alkalmazásával elérhetjük, hogy több energia maradjon a szervezetünkben, így testünk sikeresebben védekezhet a kívülről támadó betegségek ellen. Ezeknek a módszereknek az alkalmazását jelentős mértékben megkönnyítik a Mellékletben közölt táblázatok. (Lásd I. fejezet végén.)

Kisegítő eljárások

A kezelés során előfordulhat, hogy egyes ingerpontok meglehetősen érzéketlenül viselkednek, maximális stimuláló áram esetén is csak gyenge bizsergést érzünk. Ennek nagyon gyakran az az oka, hogy az energia pang a meridiánban. Ilyen esetekben jelentős intenzitásnövekedést érhetünk el, ha hosszirányban végigmasszírozzuk az energiapálya útvonalát. A legjobb, ha a meridiánt úgy képzeljük el, mint egy visszeret, ahol ujjainkkal hajtjuk előre a vért. Már néhány intenzív dörzsölés után többszörösére növekszik az ingerpontok érzékenysége. Az energia előrehajtása során ügyeljünk arra, hogy a dörzsölés iránya a kezdőponttól a végpont felé történjen, ellenkező esetben az energiaáramlás még inkább lelassul. Amennyiben egy-egy energiahányos meridiánunkat mindkét

oldalán teljesen végigmasszírozzuk, már önmagában ettől jelentős mértékben javulni fog a közérzetünk. A masszírozás pontos útvonala az akupunktúrás térképek alapján állapítható meg.

Megeshet, hogy testünk azon felületein, ahol vastagabb vagy érzéketlenebb a bőr, a pontkeresővel nem találjuk meg a keresett pontot. A készülék ilyenkor vagy mindenhol jelez, vagy sehol sem. Ezekben az esetekben néha kellemetlen, de biztos módszer az árammal való keresés. Kapcsoljuk a készüléket kezelő üzemmódba, és az áramszabályozó potenciométert állítsuk maximumra. A stimulálni kívánt pont feltételezett környékén lassan pásztázzuk át a bőrfelületet. Az akupunktúrás pont megtalálásakor kisebb-nagyobb csípést fogunk érezni. Ekkor csökkentjük a kezelőáramot olyan értékre, amelyet még fájdalom nélkül el tudunk viselni. Ez a módszer akkor is előnyösen alkalmazható, ha már jól ismerjük a kezelésre szoruló pont elhelyezkedését, tehát nincs szükség a keresésére, vagy ha sietünk, és gyors kezelésre van szükség. Másokon azonban lehetőleg ne alkalmazzuk ezt az eljárást, mivel a hirtelen meginduló erős áram ijedséget, félelmet válthat ki a betegben. Ennek a módszernek nagy előnye még, hogy segítségével életre kelthetők a krónikus betegségek folytán inaktívvá vált érzékelő pontok is.

Amennyiben a megtalált ponton többszöri kezelésre van szükség, akkor jelöljük meg alkoholos filctollal, így elkerülhetjük az előbbi tortúra megismétlését. Ez a festék 2-3 napig is megmarad a bőrfelületen. Hipermangán (kálium permangán) alkalmazásával még tartósabbá válik a jelzés, és a legcsekélyebb mértékben sem mérgezi a szervezetet. Ez a fertőtlenítő folyadék gyógyszertárakban szerezhető be. Ebben az esetben hígítás nélkül alkalmazzuk. Ha tablettá formájában árusítják, annyi vízben oldjuk fel, hogy tintaszerű folyadék legyen belőle. Ha huzamosabb ideig kell kezelni egy pontot a legjobb megoldás, hogy felkeresünk egy tetováló szalont, és a piros filctollal bejelölt pontot bőr alá juttatással véglegesítjük. (Arra ügyeljünk, hogy az AIDS-fertőzés elkerülése érdekében a tetováló a beavatkozást előttünk kibontott steril tűvel végezze. Közben ne engedjük rábeszélni magunkat különböző ábrák egyéb testfelületünkre tetoválására. Ez a jelenleg egyre divatosabb állati megnyilvánulás később nagyon megbosszulja magát.)

Sajátos probléma, hogy az akupunktúrás pontok testhelyzetünktől függően elmozdulnak. Fekvő helyzetben főleg hastájékon kb. 0,5 centiméterrel feljebb tolnak. Az akupunktúrás térképek a meridiánpontok helyét álló helyzetre adják meg. Ezért ezeken a helyeken ágyban fekvve ne kezeljük magunkat. A bioenergia, a chi folyó ugyanis nem a bőrben, hanem a test belsejében, a szövetekben áramlik, és a bőrön keresztül befolyásolható. Így ha a bőr feljebb húzódik, akkor nem érzük el az akupunktúrás pontokat. Eredménytelen lesz a kezelés akkor is, ha a mágnesrudat nem merőlegesen tartjuk. Ilyenkor elcsúszkál a mágnesrúd. Ennek elkerülése érdekében kezelés előtt álló helyzetben filctollal jelöljük be a meridiánpontot. Ezt látva könnyen visszahúzhatjuk a jelölt pontra. (Ha lecsúszunk a meridiánponttól, hiába szorongatjuk a mágnesrudat. Semleges bőrfelületen a mágneses besugárzás teljesen hatástalan.)

Járolékos hatások

Egy-egy huzamosabb, több meridiánt is érintő kezelés során amennyiben a szív-, szívburok- vagy tüdőmeridiánunk telített, kismértékű szívszűrást vagy asztmatikus zavart észlelhetünk. Ennek az a kiváltó oka, hogy miközben más meridiánokat kezelünk a kézben tartott elektródán át az áram átfolyik az ujjainkon. Mivel a szív-, a vérerek-ura és a tüdőmeridián éppen azokon az ujjakon végződik, illetve indul el, amelyekkel az elektródát tartjuk, a kezelőáram óhatatlanul tölteni kezdi ezeket a meridiánokat is. Az áram nem az ujjbegy ellenkező oldalán lévő akupunktúrás pontokon folyik ugyan át, de a közelben halad, ezért egy idő után érezhető mennyiségű áram szivárog be a telített meridiánokba is. Egy másik káros tünet lehet, hogy a kézen átfolyó áram hosszabb idő után csuklóizületi fájdalmakat okoz az arra hajlamos egyéneknél. Ez főleg akkor fordulhat elő, ha az illető vékonybél meridiánja üres, így az áthaladó áram ezt a csekély energiaáramlást is megzavarja. Tehát a zavaró hatás nem kizárólag telített, hanem energiahiányos meridiánok esetén is előállhat.

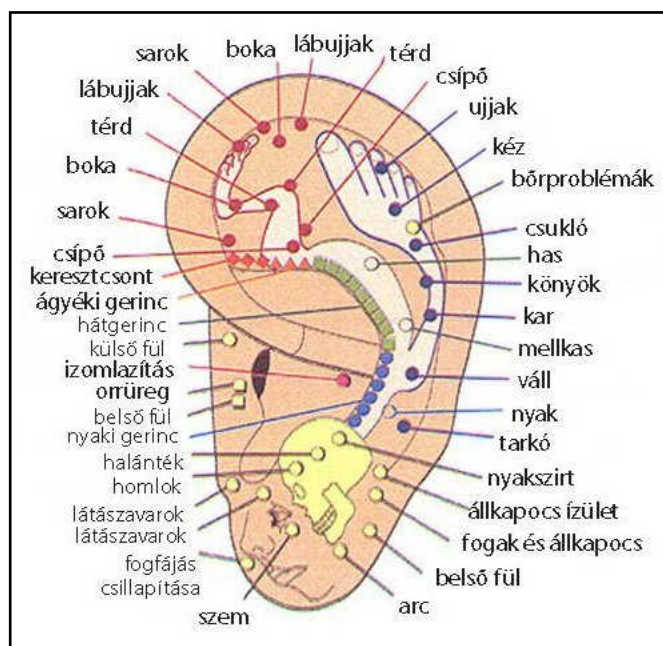
Ezek a káros jelenségek viszonylag egyszerű módon kiküszöbölhetők. A legtöbb elektrostimulációs készülékhez két elektródát adnak: egy kombinált saját magunk, és egy kétrészes kivitt mások kezelésére. Ha ilyen problémát észlelünk, akkor saját magunk kezelésére is használjuk a két-

részes elektródát, méghozzá úgy, hogy a földelő elektródát helyezük le a padlóra, és csupasz lábbal lépünk rá. Most már nyugodtan megfoghatjuk a kezelő elektróda fém palástját is, mivel ennél a változatnál az elektróda földelő pólusa nincs bekötve, áram csak az elektróda tüje, és a talpunk alatt lévő földelő elektróda között folyhat. A földelő elektróda elhelyezésénél ügyeljünk arra, hogy ne érintse a vesemeridián talpon található 1-es nyugtató pontját. Ezért lehetőleg úgy lépünk rá a földre, hogy a talp közepétől a sarokig terjedő szakasz, vagy közvetlenül a lábujjaink alatti terület érintkezzen a segédelektrodával. Vigyázzunk arra is, hogy a kezelés végeztével a földelő elektródát ne a zsinórjánál fogva húzzuk ki a talpunk alól, mert könnyen elszakadhat a csatlakozó vezeték. Lábízületeink kímélése érdekében időnként váltsuk a segédelektrodát. Bal oldali meridiánjaink stimulálása során célszerű a bal-, míg jobb oldali meridiánjaink kezelésénél a jobb talpunk alá helyezni az elektródát. Ez nem csupán a lábboltozat ízületeit kíméli, hanem jelentősen lerövidül az áramút mind a kereső-, mind pedig kezelő üzemmódban. Ezáltal nem csak a készülék hatásfoka javul, de testünk nagy része is mentesül a felesleges áramterheléstől.

Egyébként az elektroakupunktúras kezelés módszerét egy német orvos, dr. Reinhold Voll dolgozta ki a Ryodoraku alapján. A Ryodoraku dr. Yosio Nakatani japán orvos munkásságának eredménye. Nakatani jött rá arra, hogy a testfelületen található csökkent ellenállású pontok megegyeznek az akupunktúras pontokkal, így ezek műszeres méréssel könnyen megtalálhatók. Ezt az eljárást fejlesztette tovább dr. Voll oly módon, hogy ő már a kezelést, vagyis az akupunktúras pontok ingerlését is elektromos árammal végezte. Módszere elektroakupunktúra néven az egész világon ismertté vált.

Fülakupunktúra

Előfordulhat, hogy egy-egy betegségünk huzamosabb kezelés után is csak átmeneti javulást mutat. Ennek sok esetben az az oka, hogy az évek óta tartó krónikus állapot már beíródott az agykéregbe, és a szervezet ezt tekinti normális állapotnak. Ebben az esetben hiába kezeljük a meridiánokat, az agy egy idő után visszaállítja a korábbi rögzült állapotot. Ez a kellemetlen jelenség az akupunktúra legfiatalabb ágával, a francia Nogier professzor által feltámasztott fülakupunktúrával a legtöbb esetben megszüntethető, mert minden egyes szervünknek a vetülete megtalálható a fülön is, annak egy jól elhatárolható darabkáján. Az ősi kínai írások szerint a fül formája úgy is fel-fogható, mint a fejfelé álló magzat képe. Így a fülkagyló pontjai megfelelnek a magzat egyes szerveinek. Ezek az anatómiailag szabá-



lyos alakzatot alkotó területek közvetlen összeköttetésben állnak az agykéregnek azon részeivel, amelyek az illető szervek működéséért felelősek. A vonatkozó fülpontok stimulálásával törölhető az agykéregbe íródott hibás információ, és ezáltal az egészség helyreállítható. A mindössze 34 fülakupunktúras pont kezelésénél nem játszik szerepet az ingerületi pályák energiahiánya vagy telítettsége. Ennek tudható be, hogy ezeket a pontokat a korszerű klinikákon ma már nem tűvel, hanem elektroakupunktúras módszerrel ingerlik. A fülakupunktúra érdekessége még, hogy minél betegbb egy szervünk, annál érzékenyebb a fülön található vetülete. Ha készülékünkkel módszeresen áttapogatjuk a fül egész felületét, akkor a krónikusan beteg szerveinknek megfelelő területen még erősen lecsavart potenciométerállásban is jelzést kapunk. Súlyosabb esetekben ezeken a helyeken a bőr elszíneződését, berepedését, hámlását vagy kis hólyagocskák keletkezését is megfigyelhetjük.

Meg kell még említeni, hogy miután a kis átmérőjű fülakupunktúrás pontokat elég nehéz megtalálni, ezért a kezelésük nagy gyakorlatot igényel. Általánosságban azonban elmondható, hogy ha a beteg a kezelés során nem érez fájdalmat, feszülést a fülkagylójában, akkor a keresést tovább kell végezni, mert a kívánt pontot nem találtuk meg. Előfordul az is, hogy a kezelendő személy fülén szinte valamennyi pont érzékeny, vagy éppen ellenkezőleg, egyik sem. Ilyenkor masszírozzuk meg a fülkagylóját, majd ismételjük meg a vizsgálatot. Mivel a fülakupunktúra hatásmechanizmusa más, mint a testakupunktúráé, a két kezelés nem zavarja egymást; sőt kombinált alkalmazásuk javítja a gyógyítás hatásfokát. Túl sok pontot ez esetben se kezeljünk, mert az ingerre adott válasz erőssége megoszlik az egyes pontok között. A javulás előrehaladtával csökkenteni kell a kezeléseket gyakoriságát is. Kezdetben akár naponta ismételhetjük a kiválasztott pontok ingerlését, de ha javulás mutatkozik, korlátozzuk heti kettő, majd heti egy alkalomra a beavatkozások számát. 12-15 kezelés után pedig ajánlatos 2-4 hét szünetet tartani, és csak ezt követően vegyük sorra a még meglevő betegségeket. Ezt azért célszerű megtenni, mert a testakupunktúrához hasonlóan egy-egy beavatkozás itt is kihat az egész test állapotára, így könnyen megeshet, hogy az egyes panaszok idővel maguktól megszűnnek. Egy kezelés időtartama 10 perctől háromnegyed óráig terjedhet.

Kisgyermeknél vagy azoknál, akik nem tudják elviselni a tú látványát, gyógynövények magjával is megoldható az ingerlés. Ennél az ugyancsak Kínából származó módszernél egy tehénfüfaj, a *Semen vaccariae*⁵ apró magját helyezik a kezelni kívánt pontra, és egy kis darab ragtapasszal rögzítik. A mag időnkénti nyomogatásával a hatás tovább fokozható. Az ily módon végzett fülakupunktúra hatékonysága vetekszik a tűszúrásos kezeléssel, ráadásul jóval olcsóbb.

Érdekes, eddig még senki által nem alkalmazott módja a fülakupunktúrának a golyómágneseikkel történő stimulálás. Vásároljuk 4 db 5 mm átmérőjű golyómágnest, és két-két darabot helyezünk a füleinkre, egymással szemben. (Tegyük az egyiket a kezelendő pontra, a másikat pedig rakjuk a fül hátoldalára, az elsővel szemben. Mágneses vonzóerejénél fogva a két golyó stabilan fog állni a helyén. Nem esik le, nem mozdul el. Kezelés közben dolgozhatunk, sőt még az utcára is kimehetünk. Nem keltünk feltűnést vele, mert a nikkelezett golyómágnesek úgy néznek ki, mintha testékszerek lennének. Túl sokáig azonban ne tartsuk a fülön, mert stabil helyzet csak Neodímium szupermágneseikkel érhető el, amelyek igen erős stimuláló hatást gyakorolnak a fülakupunktúrás pontjaira. Azért sem lehet hosszú ideig folytatni ezt a kezelési módot, mert az erős vonzóerő nagy nyomást gyakorol a fülcimpára, ami egy idő után fájdalmat vált ki. Gyengébb, 3 mm átmérőjű golyómágneseikkel már nem lenne ilyen probléma, de 5 milliméteres átmérő alatt nálunk nem gyártanak golyómágneseket. (A két golyót egyszerre távolítsuk el, hogy a másik ne essen le, és ne guruljon el.)

Ez a módszer csak korlátozottan használható, mert a fül belső területeinek nincs hátoldaluk. Ezen a részen az akupunktúrás pontokat úgy kezelhetjük a legegyszerűbben, hogy a golyómágnest rányomjuk egy kis darab sebtapaszra, és a kezelendő felületre ragasztjuk. A tehénfümaggal ellentétben a golyómágnest nem kell állandóan nyomkodni, mert mágneses kisugárzása folyamatosan biztosítja az ingerlést. Nagy előnye ennek a módszernek, hogy nem nyomja a fülcimpát, nem okoz fájdalmat. Hosszabb idejű kezelés csak ott engedhető meg, ahol tartós stimulálásra van szükség. (Pl. a látásjavításra szolgáló **Szem** pont, a fülkagyló alján. A Fülakupunktúra térképei is az **Ezoterikus körkép** mappájában, a **Kun Elektronikus Könyvtárban** található, az **Akupunktúrás térképek** almappában.) A kezeléshez szükséges golyómágneseink szintén az Euromagnet Kft-nél szerezhetők be legolcsóbban:

4 db **5 mm Neodímium golyó mágnes N35** Bruttó ára: 150 Ft/db.

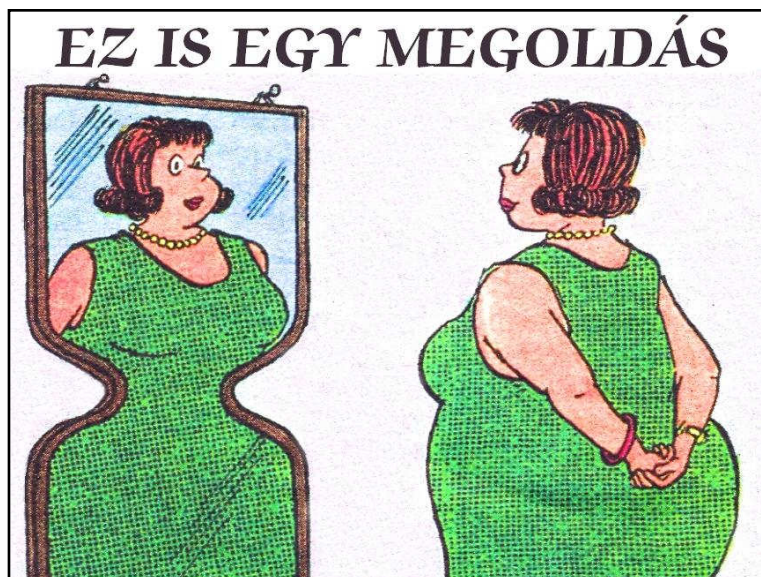
Cím: <https://www.euromagnet.hu/magnes-termekek/golyo/5-mm-neodimium-golyo-magnes-n35/280>

A fülakupunktúrával nem csak gyógyítani lehet, hanem életünk végéig megőrizhetjük egyes szerveink épségét. A kalózkodó pl. nem divatból hordtak karikát a fülükben, hanem azért, hogy ne romoljon a látásuk. A fül pontjai jól használhatók még tengeribetegség ellen, a dohányzásról való leszoktatásra, vagy testsúlycsökkentésre is. Az éhségérzet megszüntetésén kívül a fülakupunktúra az anyag-

⁵ Kiejtése: szémen vakkariáe

csere fokozására, és a diétázás negatív következményeinek mérséklésére is képes. (Pl. a vércukorszint csökkentéséből eredő fejfájás és egyéb pszichoszomatikus tünetek csillapítására.) A több ponton történő kezeléssel a napi kalóriabevitelt 1000 kalória alá lehet szorítani, ami már néhány hét alatt radikális fogyást eredményez. Jó eredményeket értek el vele a migrén és az allergia megszűntetésében. Orvosi megfigyelések szerint a dohányzás elleni küzdelemben a fülakupunktúra a leghatásosabb módszer. Az esetek 60 százalékában eredményes. Egy új felismerés szerint a fülakupunktúra segít a drogokról való leszokásban is. A fülkagyló tüdő pontját stimulálva csökken a beteg kábítószerfüggősége.

Ugyancsak energiapályák útján fejti ki hatását a skalpakupunktúra új ága a dr. Yamamoto-féle skalpakupunktúra. Ennek során 5 bázispontot, valamint 12 YNSA pontot kezelnek a homlok hajvonalanál. A fülakupunktúrához hasonlóan a kezelést itt is tűvel végzik. Főként bénulások, agyvérzés után rehabilitációnál alkalmazzák. A kezelési módról részletes tájékoztatást nyújt a Természetgyógyász Magazin (2006. június, 56-58. oldalak.) Jellemző a szervezetünket behálózó energiapályák sokoldalú szabályozhatóságára, hogy akupunktúras pontok nem kizárólag testünk külső felületén, hanem a



szájban is vannak. A szájüregben minden foghoz tartozik egy belső szerv, és ezeknek az ingerpontja a nyálkahártyán található. Az orálakupunktúrát nem a szokásos módon végzik, hanem vagy injekciót kap a beteg, vagy lézersugárral kezelik a megfelelő pontot. Mellesleg a kínai akupunktúra szerint minden meridián kapcsolatban áll egy-egy fogunkkal is, így ha egy ép fogunk hirtelen fájni kezd, annak sokszor a hozzá tartozó meridián energiazavara az oka.

Végezetül még egy jó tanács. **Ne kezeljünk akupunktúrával olyan betegeket, akik erős gyógyszeres függésben vannak, akiknél a kezelés alatt felfüggesztett gyógyszeres adagolás életveszélyt jelenthet.** Ugyancsak **ne kezeljünk olyan embereket ily módon, akiknek ellenérzéseik vannak az akupunktúrával szemben,** mert mint minden gyógymód, ez is csak akkor hatásos igazán, ha a páciens minden tőle telhetőt megtesz annak érdekében, hogy meggyógyuljon. **Szigorúan tilos az elektrostimulációs készülék használata lázas betegeknél, terhesség idején, közvetlenül infarktus után vagy olyan személyeknél, akiknek pacemakerük van.**

Az akupunktúra egyéb módjai

Az akupunktúras kezelés legősibb módja a mechanikus ingerlés. Az őskorban erre a célra csontból vagy kőből csiszolt tűket, szűrőszerszámokat használtak.⁶ (Ezt az ősi módszert ma is eredményesen alkalmazzák. Csak nem csonttal, hanem egy kiürült golyóstoll hegyével stimulálják a meridiánpontokat. Ha sikerül eltalálni őket, a hatás azonnali.) A tűs kezelés nem tekinthető egyszerű mechanikus ingerlésnek, mivel ebben az esetben a bimetall felépítés következtében már áram is folyik át az akupunktúras ponton. Korunkban az aktív pontok kezelésének hagyományos mechanikus módját egyre inkább felváltja a korszerű eszközökkel, elektromos árammal, fénysugárral vagy ultrahanggal történő stimuláció. A párhuzamosított fénysugárral való ingerlést monokromatikus, vagy-

⁶ Nemrég derült ki, hogy az osztrák Alpokban jégbe fagyva talált ősember testén is található akupunktúras pontok. Az 5300 éves gleccsermúmia olyan jó állapotban maradt meg, hogy jól kivehető rajta az öngyógyításra használt meridiánpontok. Őtzi a kezelést hegyes állatcsontokkal végezte, a legfontosabb pontokra pedig úgy talált vissza, hogy felettük szénpor segítségével tetoválásokat hozott létre a bőrén. A forradásnyomok mindegyike egy-egy akupunktúras pont felett található.

is azonos hullámhosszú fényt előállító lézergenerátorok teszik lehetővé. A lézerekupunktúra során az aktív pontok besugárzása vörös színű hélium-neon, vagy infravörös tartományban működő szilárdtest diódák által kibocsátott láthatatlan sugárnyalábbal történik. Az ultrahangos vagy szonokupunktúra során a nagyfrekvenciás koncentrált hanghullámokat egy piezoelektromos fej állítja elő. A viszonylag kis intenzitású ultrahang nem csupán a bőr külső felületét ingerli, hanem a tús kezeléshez hasonlóan a bőr alatti rétegekre is képes hatást gyakorolni. Az elektroakupunktúrával összehasonlítva a lézeres és az ultrahangos kezelés hátránya, hogy hatásfokuk alacsonyabb, a hozójuk szükséges készülékek meglehetősen bonyolultak és drágák, használatuk pedig szakismeretet igényel. Előnyük viszont, hogy alkalmazásuk nem jár semmiféle stresszel, (pl. tűszúrás, áramcsípés) így előszeretettel alkalmazzák gyermekek akupunktúrák gyógyításánál.

Az elektroakupunktúrával azonos hatásfokú a nagyfeszültségű impulzuskezelés. Ez a töltőtoll méretű eszköz tulajdonképpen nem más, mint a közismert piezoelektromos gázgyújtó karcsúsított változata. Itt a piezoelektromos kristállyal nem ultrahangot gerjesztenek, hanem áramot. A piezotárcsák sorba kapcsolásával nagy feszültségű, de igen alacsony, a kezelt személyre teljesen veszélytelen áramerősségű impulzusok jönnek létre. Használata során csak enyhe csípést lehet érezni a bőrön. Egy kezeléshez 25-30 kattintásra van szükség az akupunktúrák pontokra. Nagy előnye még ennek az eszköznek, hogy nincs szüksége tápáramforrásra, ezért bárhol és bármikor használható. Ajánlatos azonban száraz helyen tartani, mert a piezoelektromos gázgyújtókhoz hasonlóan nedves, páradús helyiségben ez az eszköz sem működik. Miután ennél a kezelési módnál sem történik behatolás a szervezetbe, nem áll fenn fertőzésveszély. Mivel gyorsan hat, előszeretettel alkalmazzák a gyógytornászok, a sportorvosok. Ízületlázításra, a reuma, a lumbágó kezelésére, és fájdalomcsillapításra kifejezetten alkalmas.

A tús kezelés mellett a hagyományos kínai akupunktúra másik legelterjedtebb módja a hővel való ingerlés. Ennek a közismert nevén moxaterápiának nevezett technikának a lényege, hogy az aktív pont felett egy speciális gyógynövényt, többnyire fekete üröm szárított levelét égetik el rúd, henger vagy kúp formájában. A vastagabb moxarudat vagy a vékonyabb moxahengert meggyújtás után a kezelendő pont fölé tartják, és a belőlük kiáramló intenzív hő végzi az aktív pontok stimulálását. A moxakúpot gyógykenőcs vagy különféle gyógynövénytárcsák közbeiktatásával ráhelyezik a kezelendő pontra, és a csúcán meggyújtják. A bőrön elhamvadó feketeüröm-zúzalék intenzívebb hőhatást kelt, mint a besugárzásos technika, ezért ezt égetésnek nevezik. A moxás kezelés ritkább formája, amikor az akupunktúrák tű végére helyezik a moxakúpot, és ott égetik el. A bimetall tű nyelének melegítésekor ugyanis több áram folyik át az akupunktúrák ponton, ami fokozza az energiabevitelt.

Megjegyzendő, hogy ugyanezen az elven növelni lehet a tűvel való energiaelvonást is. Ebben az esetben a tű nyelét folyékony szén-dioxiddal célszerű hűteni. Ennek legegyszerűbb módja, hogy egy elektronikai fejlesztésekben használt szén-dioxidos flakonnal befűjjük a tű nyelét úgy, hogy a permet ne a bőrre, hanem a testfelülettől kifelé szóródjon. A moxaterápia hátránya, hogy főleg égetéses kezelés esetén a bőr elszenesedik és csúnya, maradandó heget hagy maga után. Előnye viszont, hogy az erős hő hatására a bőr pórusai kitágulnak, és a moxakúp alá helyezett gyógynövénytárcsák hatóanyagai bediffundálódnak a testbe. Az ily módon felszívódott hatóanyag sokkal intenzívebb hatást vált ki, mintha az a gyomron keresztül jutott volna a szervezetbe.

A moxaterápia érdekessége, hogy a hőbesugárzásos kezelés tonizáló hatással van a meridián energiaszintjére, míg az égetéses módszerrel csökkenteni lehet a behatolt energia szintjét. Az utóbbi eljárás feltételezhetően oly módon fejti ki hatását, hogy a bőrfelület megégetése során elzáródik a telített energiavezeték aktív pontja. Ezt követően ezen a ponton többé már nem képes a külvilágból energiát felvenni, így fokozatosan csökken a telítettsége. A kellemetlen illatú füst elkerülése érdekében német mérnökök kifejlesztették már a moxarúd modern változatát is, amelyben az intenzív infravörös hőszugárzást elektromos árammal fűtött zafír kristály szolgáltatja. Mellékesen megjegyezve a köpölyözés éppen ellentétes hatást gyakorol a szervezetre, mint az égetéses moxaterápia. Ebben az esetben a bőrfelületre helyezett harangokban keltett vákuum szinte kiszívja, kitisztítja az eldugult akupunktúrák pontokat, ami az energiabeáramlás megnövekedését eredményezi. Az üvegharangok felhelyezése előtt vékonyan kenjük be a bőrt zsíros krémmel. Ha rossz helyre tettük a harangot, óvatosan odébb húzhatjuk. (Emelni nem szabad.) A köpölyözéssel (népies nevén nyuvasztással)

nem csak a meridiánok egyes pontjait lehet kitisztítani, hanem a test különböző részein található reflexzónákra is hatást lehet gyakorolni.

Gyakran előfordul, hogy az üvegharang alatt a bőr elszíneződik. Ennek oka, hogy a szervezetben felhalmozódott méreganyagok a vákuum által megnyitott bőrpórusokon át szabadon távozhatnak. A minden esetben fellépő bőrpír hatása is kedvező, mert javítja a vérkeringést. Különösen érdemes a felsőtest felületét köpölyözni, és ahol megkeményedett kötőszövetes csomók találhatók. A köpölyözés továbbfejlesztett változata a pulzáló köpölyözés. A Grafenbergben élő Sigmar Hengge által kifejlesztett módszernél szívófejjel ellátott matracot alkalmaznak, ami egy szabályozható légnyomást keltő szivattyúhoz csatlakozik. A készülékkel pulzáltatni is lehet a szívás intenzitását.

A moxaterápiával kapcsolatban megemlíthető még, hogy léteznek ezzel megegyező hatású, házi-lag is alkalmazható eljárások. Ilyen a helyi fájdalmas csillapítására szolgáló örölt fehér bors. A fehér borsot vízzel és liszttel összekeverve a fájó területre kell kenni, és addig kell rajta hagyni, amíg a helyén égő-vöröses folt keletkezik. Erősebb hatású az örölt mustármag és az ecet keveréke, amelyet a fájó területre rakva gézzel és ragtapasszal le kell ragasztani, és az égő érzés megjelenéséig rajta kell hagyni. Hasonló hatást vált ki a fokhagymapor alkalmazása, amelyet kb. 3 órán keresztül kell a kezelendő helyen tartani.

Ugyancsak az energiadugók megszüntetésére szolgál a tölcséres méhviasz gyertya. Ez az ősi, indián eredetű eszköz kettős feladatot lát el. A kezelendő bőrfelületre helyezve először vákuumot kelt, ami a köpölyözéshez hasonló hatást vált ki. A gyertyát a felső, szélesebb peremén kell meggyújtani. Ekkor a belső üreg megtelik füsttel, és vákuum keletkezik. A szívóhatás ereje átnyomja a füstöt a bőrön, bele az alatta levő szövetekbe. Ezt követően működésbe lépnek a méhviaszba kevert különböző gyógynövény-hatóanyagok, melyek a füsttel együtt fellazítják a gennyes törmeléket. A gennygyülem a vákuum következtében átdiffundál a bőr pórusain, és lerakódik a gyertya belső, hideg falára. Ennél a tisztító eljárásnál nem kell felválni és kikaparni a nyirokcsomókban felhalmozódott salakanyagokat, vírusokat, baktériumokat. Az energiadugulást ugyanis ezek a szövetkeményedések okozzák. A köldökön történő kezeléssel szinte azonnal helyreáll az energiaáramlás, és 8-10 kezeléssel rendeződnek az emésztési problémák. A tisztító gyertyákat jól lehet alkalmazni krónikus arc- és orrüreggyulladás, fülfájás, és allergia esetén is. Jó eredményt értek el vele derékfájás és ágybavizelés, sőt az impotencia gyógyításánál.

Sajnos a kereskedelemben kapható méhviasz gyertyák minősége igen eltérő. Olcsó hamisítványoknál előfordul, hogy a vákuum befelé húzza a lángot, és a viasz a dobhártyára kerül, ami teljes süketiséget okoz. A természetgyógyászok által is használt TÁDÉ gyulladáscsökkentő gyertya azonban teljesen megbízható. A betegségtől függően 20-féle gyógynövénykivonattal preparált méhviasz gyertyák használatát egy videokazetta is elősegíti. Megrendelhető: Kamilla Biyó Bt. 5000. Szolnok, Kossuth L. u. 21. Tel: (06)-56-240 259 és 06-20-936 6921. A fülgyertya továbbfejlesztett változata a testgyertya. Lényegében ugyanolyan, mint a fülgyertya, csak robusztusabb. Ennek megfelelően tovább ég, több meleget termel, és emiatt nagyobb a vákuumhatása. Főként hasüregi megbetegedések (fekélyek, bélrenyheség, görcsök) menstruációs zavarok, ciszták, miómák, valamint gerinc- és ízületi problémák kezelésére használják.

Kiegészítés

A teljesség kedvéért beszélni kell még az úgynevezett biostimulátorokról is, melyek mostanában kerültek kereskedelmi forgalomba. Ez a fogantyú alakúra kiképzett hordozható készülék tulajdonképpen egy masszírozó- és egy elektrostimulációs készülék ötvözetete. Maga az ötlet nem rossz, mivel önmagában véve mindkét készülék igen hasznos. Ismeretes, hogy vibrációs masszírozó gépek a bőr intenzív mozgatása által vérbőséget idéznek elő a sejtekben, aminek igen kedvező kihatása van a közérzetre. Az elektrostimulációs készülék egészségmegőrző hatása az előzőekben részletesen ismertetésre került, a kettő kombinációja azonban nem szerencsés dolog, mert ezek a készülékek csak minimális és rendkívül felületes akupunktúrás ismertetéssel kerülnek forgalomba. Maga a gyártó is masszírozó gépként javasolja a használatukat, és ebből erednek a problémák. A bőr rendszertelen,

célorientálás nélküli elektromos ingerlése során ugyanis könnyen megeshet, hogy egy telített meridián valamely pontjára kezelünk rá, ami egy idő után jelentős egészségkárosodást okozhat. A biostimulátorok szabályszerű használata még azok számára is lehetetlen, akik kielégítő akupunktúrás ismeretekkel bírnak, mivel ezek a készülékek 2-3 db gombszerűen kialakított elektródával rendelkeznek, és ezek a nagyméretű, 8-10 mm átmérőjű fémgombok teljességgel alkalmatlanok az akupunktúrás pontok megkeresésére, és egyedi kezelésére. Kétségtelen, hogy nagyfrekvenciás árammal hatékonyabban lehet a bőrt masszírozni, mint egyszerű mechanikus behatással, de a fenti veszély miatt az energiazavarokkal küszködő egyének kerüljék ezeknek a divatos készülékeknek a használatát. Hatékony akupunktúrás kezelésre csak olyan elektromos készülékek alkalmasak, amelyek pontkereső és pontkezelő áramkörrel egyaránt rendelkeznek, elektródájuk vastagsága pedig max. 2 mm, vagyis nem nagyobb, mint a legnagyobb akupunktúrás pont átmérője.



Az akupunktúra ma már a világ szinte minden államában elismert, és engedélyezett gyógy mód. A hagyományosan gyógyító orvosoknak azonban továbbra is fenntartásaik vannak az eljárás hatékonyságával kapcsolatban. Sokan felvették közülük, hogy a javulás placebohatás eredménye is lehet. Ennek a vitának az eldöntésére egy német aneszteziológus, Konrad Streitberger olyan akupunktúrás tűt fejlesztett ki, amely úgy működik, mint egy színházi tűr. Amikor ez a parányi eszköz hozzáér a bőrhöz, a tompa hegye azonnal visszahúzódik a nyélbe. Ennek ellenére a tű a testen marad, és kívülről szemlélve semmi sem különbözteti meg a valódi tűtől. A páciens látja a testébe szúrt tűt, érzi a szúrást, holott a tű nem hatol be a bőrbe, így a fiziológiai reakció elmarad. Ezt a lehetőséget kihasználva a Heidelbergi Orvosi Egyetemen végrehajtottak egy vizsgálatot vállproblémákkal küszködő betegeken. Közülük 25 normál akupunktúrás kezelést kapott, míg 27 páciens placebotüttel szurkálták meg. A kísérlet eredményeként az első csoportba tartozók sokkal nagyobb javulást mutattak, ami azt bizonyítja, hogy itt nem placebohatásról van szó. A teljes bizonyossághoz még végre kell hajtani a kettős vaktesztet is, ahol nem csak a betegek, hanem az orvosok sem tudhatják, hogy melyik páciens kap valódi akupunktúrás kezelést.



Lassan rájövünk, hogy mekkora kárt okozott nekünk a természettől való elszakadásunk. A munkahelyi egészségfejlesztéssel foglalkozó tanulmányok is egyértelműen bizonyítják, hogy a természetes környezet gyógyító hatást gyakorol ránk. Különböző munkahelyeken folytatott vizsgálatok alapján bebizonyosodott, hogy szobai növények telepítésével könnyen látványos eredmények érhetőek el az egészségmegőrzésben. Az amerikai Virginia Lohr professzor számítógépes operátorokat tartott megfigyelés alatt. Rendszeresen mérte a pulzusukat, vérnyomásukat, valamint bőrük vezetőképességét, mivel mindhárom a megemelkedett stresszt jelzi. A kutatás eredményeként kiderült, hogy azok az operátorok, akiknek a szobájában növények is voltak, az átlagnak megfelelő értékeket produkáltak a méréseknél, míg a másik csoport tagjainál problémák jelentkeztek. Az „egészségesebb” csapat termelékenysége is jobbnak bizonyult, 12%-kal jobban teljesítettek, mint a növények nélküli szobában dolgozó társaik.

Az oslói egyetem professzora, Tove Fjeld is számos kutatást végzett ezen a területen. Két éven keresztül figyelte a Statoil cég munkatársainak két csoportját, és bebizonyította, hogy a betegségek fizikai tünetei csökkennek, ha az irodában növényekkel veszik körül magukat az alkalmazottak. A közérzetük pedig a második év végére 84%-kal javult. A növények ugyanis nem csupán a hangulatot teszik barátságosabbá, hanem csökkentik a levegőben található káros anyagok hatásait. A nyílt, egyterű irodák elterjedésével még nagyobb szerep jut a zöld élőlényeknek. A zaj is nagymértékben tompítható a szobanövények segítségével. A TMP Worldwide tanácsadó cég például az egybenyitott iroda mellett döntött, de az alacsony elválasztó falakra rengeteg virágcserep került. Így nemcsak a hangulat vált kellemessé, a zaj is csökkent, és a fény eljutott mindenhová. Ráadásul a növények segítségével a levegő páratartalma is könnyen az optimális 50-60% között tartható.

A biztató eredmények láttán a német Sutter kiadócsoporthoz is zöld oázissá alakították át. A telefonos ügyfélszolgálat alkalmazottai óriási nyomás alatt állnak, naponta több

száz érdeklődő kérdéseire kell kedvesen és türelmesen válaszolniuk az egybenytított irodában. Mivel javarészt rajtuk múlik az ügyfelek cégről kialakított véleménye, nagyon fontos volt egy olyan helyiség kialakítása, amelyben a legtöbbet képesek nyújtani. A természetes környezet nagyban hozzájárult a munkahelyi stressz csökkenéséhez, az ügyfelekkel szembeni kulturált bánásmód biztosításához. Az esseni oázis kialakításába az alkalmazottak is beleszólhattak, de a növények gondozását már szakemberekre bízták.

Sokan csupán dísznek tekintik a szobanövényeket. Mások azért tartják őket, mert elnyelik az általunk kilélegzett szén-dioxidot, és oxigént termelnek. A NASA kutatói egyenként is megvizsgálták a szobanövények környezetre gyakorolt hatását. Meglepő eredményre jutottak. A szobanövények nem csak a szén-dioxidot nyelik el. A mérések szerint a dracéna (életfa), a fikusz és a krizantém „issza” a nyomtatók és a fénymásoló berendezések kipárolgását, csökkentik a levegő ózontartalmát. A szanszevéria (tigrislevél) és a bambuszpálma „eszi” azt a sugárszennyezést (elektromágneses kisugárzás, másodlagos röntgensugárzás), amely a számítógépek monitorából árad ki. A bútorok, bútorhuzatok, lakkok, festékek és más vegyszerek hatásától legjobban a gerbera, a szanszevéria, a spatifilium (fehérpárta) és a dracéna véd meg bennünket. Beisszák az ipari zsírtalanításra és száraz vegytisztításra használt triklór-etilént, amely májkárosodást okozhat. (Ez a vegyület a festékekben, lakkokban, nyomdafestékekben is megtalálható.) Szobanövényeink tehát valóságos őrei egészségünknek.



Becslések szerint a világ lakosságának 35%-a küzd álmatlansággal. Dr. David Rapoport, a New York-i Egyetem alvászavarokkal foglalkozó központjának munkatársa szerint az álmatlanság a századforduló legsúlyosabb járványai közé tartozik. Aki nem alszik eleget, annál nő a szív- és érrendszeri betegségek kialakulásának veszélye. Az alvás során szervezetünk könnyebben megköti a szabad gyököket, vagyis azokat a molekulákat, melyek hatással vannak a sejtek öregedésére, sőt rákot is okozhatnak. Egy nemrégiben végzett vizsgálatban a Chicagói Egyetemen 11 egészséges fiatalembernek egy héten át csupán napi 4 óra alvást engedélyeztek. A hatodik napon a sejteik már úgy működtek, mint egy 60 éves emberé, a vérük inzulinszintje pedig olyan magas volt, mint a cukorbetegé. Az alváshiány a fehérvérsejtek és a hidrokortizon nevű hormon termelődését is befolyásolja, melynek következtében az ember védtelenné válik a fertőzésekkel szemben. Ez az oka annak is, hogy könnyebben alakulnak ki nála keringési zavarok. William Dement, a Stanford Egyetem kutatója szerint az alvás minőségéből lehet a leginkább megállapítani, hogy valaki milyen hosszú ideig fog élni. A Sao Paulo-i alváskutató központ munkatársai megjegyezték, hogy ha az emberek tudnák mi megy végbe egy olyan szervezetben, amelyet megfosztanak az alvástól, kétszer is meggondolnák, hogy az alvást csupán időpazarlásnak, a lusták időtöltésének tartsák.

Különösen fontos a jó alvás a gyerekeknél. Ilyenkor termelődik a legtöbb növekedési hormon. A tizenévesek szervezete 50-szer több növekedési hormont termel éjszaka, mint nappal. Az alvás az étvágyunkra is hatással van. Agyunk az alváshiányt éhségérzetként értelmezi. Alvás közben a szervezetünkben megnövekszik a leptin mennyisége. Ennek a hormonnak az a feladata, hogy tudassa velünk, ha már eleget ettünk. Amikor a kellenél tovább maradunk ébren, kevesebb leptin termelődik, ezért több szénhidrátot kíván a szervezet. A nagyobb szénhidrátfelvétel pedig elhízáshoz és cukorbetegséghez vezet. Az evés közben termelődő leptin visszafelé is hat. Mennyiségének növekedésével kevesebb hipokretin termelődik az agyban, és emiatt elálmosodunk. Valószínűleg ez is hozzájárult ahhoz, hogy sok országban rövid pihenőt tartanak ebéd után, sőt sokan le is fekszenek egy-két órára, mielőtt visszatérnek a munkájukhoz.

A New York-i Columbia Egyetem kutatói megállapították, hogy akik csak 4 órát alszanak, azoknak több mint 70%-kal, akik pedig 5 órát, azoknak mintegy 50%-kal nagyobb az esélyük a túlsúly kialakulására. A 18 ezer személyen végzett megfigyelés során az is kiderült, hogy az elhízás oka nem csak a jóllakottság érzetének hiánya, hanem a fokozott éhségérzet. Az éjszakánként 9 óránál kevesebb ideig alvók szervezetében a jóllakottság érzetét keltő leptin csökkenése mellett nő az éhségérzetet keltő ghrelin hormon mennyisége. Ezért álmatlan éjszakák után a kialvatlan emberek jóval többet esznek a szokásosnál. Korunk zaklatott életmódja is elősegíti az elhízást. Svéd kutatók

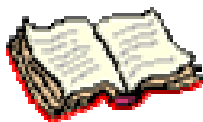
megállapítása alapján stressz hatására megnő a vér kortizoltartalma. Ezt a hormont a mellékvesekéreg állítja elő a hipotalamusz és az agyalapi mirigy közreműködésével. Hatására hastáji elhízás, inzulinra szembeni ellenállás, és zsírsavcsere-zavar lép fel a szervezetben. A legújabb kutatások szerint az antibiotikumok is hozzájárulnak az elhízáshoz. Egy 2012-ben lezárult felmérés megállapította, hogy akik fél éves koruk előtt antibiotikumot kaptak, később 22%-kal nagyobb arányban híztak el. Az antibiotikus kezelés jelentősen növeli a 2-es számú cukorbetegség kialakulásának veszélyét is.

A kutatók arra is rámutattak, hogy a testmozgás hatásos a 2-es számú cukorbetegség ellen. Nagyon fontos, hogy a testmozgás életelemmünké váljon, mert testünk vázizomzata reagál legérzékenyebben az inzulinra. Megdolgoztatása során nem csak a harántcsíkolt izmok zsírtartalma csökken, hanem az inzulinra szembeni ellenálló képességük is. A vizsgálatok azt is megerősítették, hogy legnagyobb mértékben a helyes étrend járul hozzá a 2-es számú cukorbetegség kialakulásának megakadályozásához. A cellulóz- és pektintartalmú táplálék ellenáll az emésztőenzimeknek. Ezek az anyagok mérséklik a szőlőcukor, a telített zsírsavak és a koleszterin felszívódását a bélből. Fékezik az inzulin képződést és a vércukorszint-emelkedést. Érzékennyé teszik a szervezetet az inzulinra szemben. Fokozzák az epesavak koleszterinből való képződését, és ezeknek a szerves savaknak széklettel való kiürülését. Mindemellett a bélrendszerben megduzzadva megszüntetik az éhségérzetet, sőt jóllakottságot váltanak ki.



A környezetszennyezés növekedésével fokozódik a harc a természetvédők és a környezetszennyező létesítmények, valamint a természet pusztulását közömbösen szemlélő politikusok között. A nyílt felszólalások és a sajtóviták már odáig fajultak, hogy egyesek a zöldmozgalmak aktivistáit ökoterroristáknak nevezik. Ez azonban nem zavarja a természetvédőket. Rendületlenül teszik a dolgukat, fáradhatatlanul végzik önként vállalt feladataikat. Minden lehetőséget megragadnak, hogy visszaszorítsák a környezetszennyezést, megvédjék az egészségünket. Függetlenségük megőrzése érdekében csak magánszemélyektől fogadnak el támogatást. Állami segítségre, ipari lobbik által ajánlott pénzre nem tartanak igényt. Ezért szervezetüket csak úgy tudják fenntartani, hogy aktivistái ingyen dolgoznak. Szerencsére mind több ember látja be tevékenységük nélkülözhetetlenségét, ezért a befolyt összegekből komoly kutatásokat is tudnak finanszírozni. Ennek eredményeként a Greenpeace szakemberei olyan új eljárást dolgoztak ki, amellyel kimutatható az élelmiszerekben (húsban, tejben, tojásban) a genetikailag módosított takarmány maradványa. Ezzel az eljárással egyértelműen megállapítható, hogy genetikailag módosított szóját etettek a haszonállatokkal. A módszer alkalmas az állati eredetű liszt (csontliszt, szárított döghús) takarmányba keverésének kimutatására is.

Budapest, 1989. szeptember



MELLÉKLET

MERIDIÁNOK ENERGIAMAXIMUMA /szerv - óra/

| | |
|-----------------------|-----------|
| Máj | 1 - 3 h |
| Tüdő | 3 - 5 h |
| Vastagbél | 5 - 7 h |
| Gyomor | 7 - 9 h |
| Lép-hasnyálmirigy | 9 - 11 h |
| Szív | 11 - 13 h |
| Vékonybél | 13 - 15 h |
| Húgyhólyag | 15 - 17 h |
| Vese | 17 - 19 h |
| Vérerek ura | 19 - 21 h |
| Hármas melegítő | 21 - 23 h |
| Epehólyag | 23 - 1 h |
| Befogadó vezeték | - |
| Kormányzó vezeték | - |
| Másodlagos meridiánok | - |

FÉRJ - FELESÉG KAPCSOLAT

| | |
|-------------------------|------------------------------|
| Szív - Tüdő | Vékonybél - Vastagbél |
| Máj - Lép-hasnyálmirigy | Gyomor - Epehólyag |
| Vese - Vérerek ura | Húgyhólyag - Hármas melegítő |

IRÁNYÍTÓ- ÉS KÜLÖNLEGES PONTOK

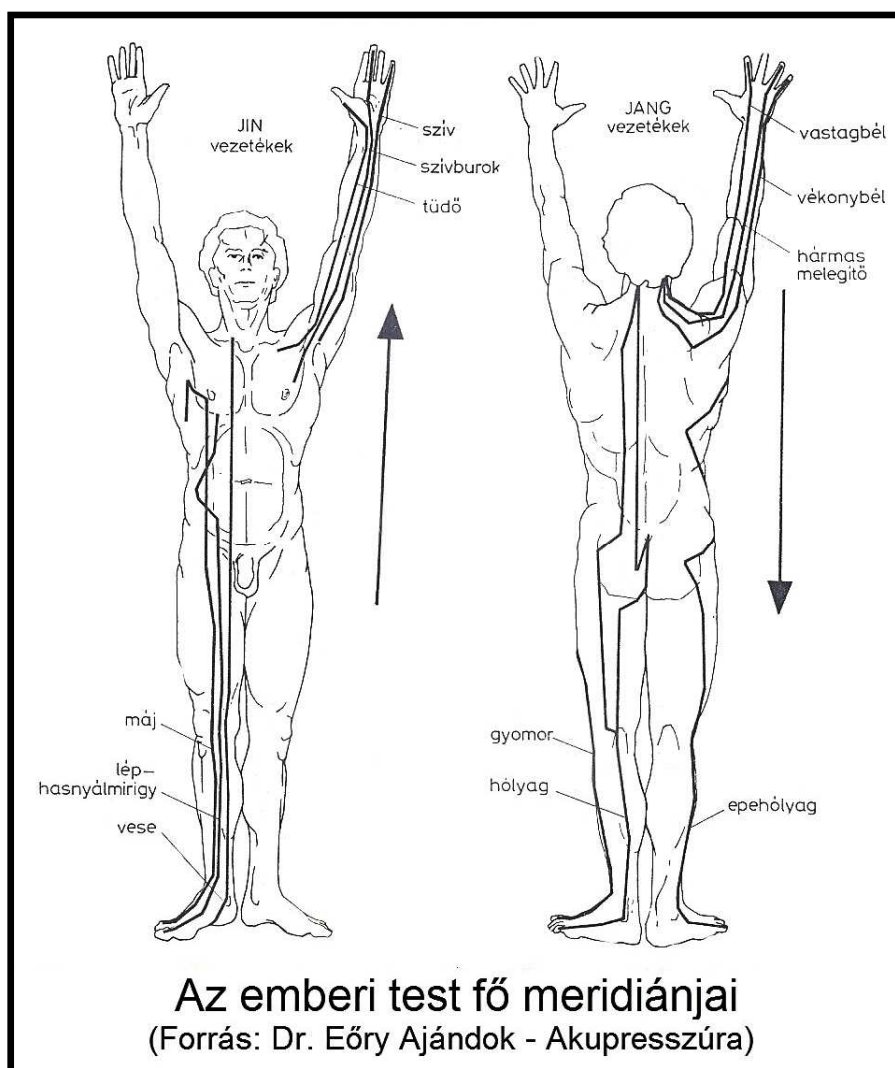
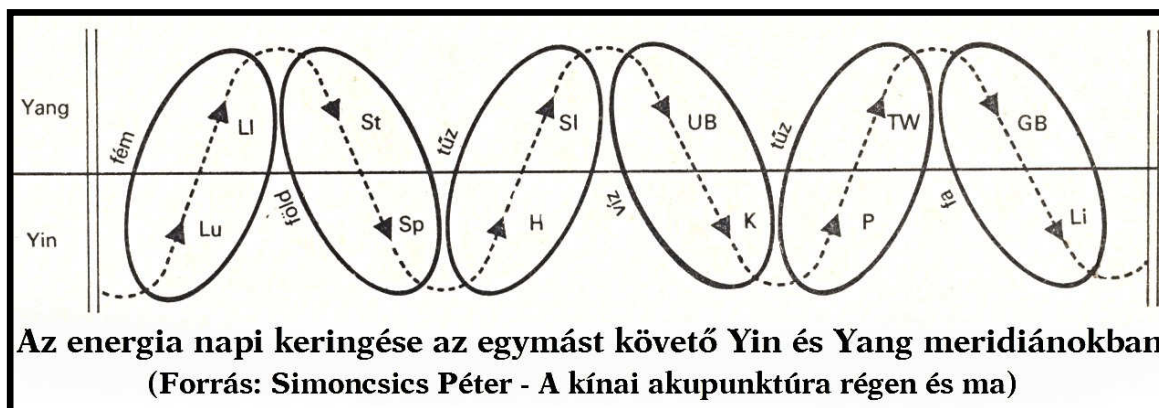
| | Tonizáló pont | Szedáló pont | "Lo" pont | "Xi" kulcspont | Yuan forráspont | Idő pont | Elülső vézspont | Háti shu-pont |
|-------------------|---------------|--------------|-----------|----------------|-----------------|----------|-----------------|---------------|
| Tüdő | Lu 9 | Lu 5 | Lu 7 | Lu 6 | Lu 9 | Lu 8 | Lu 1 | UB 13 |
| Vastagbél | LI 11 | LI 2 | LI 6 | LI 7 | LI 4 | LI 1 | St 25 | UB 25 |
| Gyomor | St 41 | St 45 | St 40 | St 34 | St 42 | St 36 | CV 12 | UB 21 |
| Lép-hasnyálmirigy | Sp 2 | Sp 5 | Sp 4 | Sp 8 | Sp 3 | Sp 3 | Li 13 | UB 20 |
| Szív | H 9 | H 7 | H 5 | H 6 | H 7 | H 8 | CV 14 | UB 15 |
| Vékonybél | Si 3 | Si 8 | Si 7 | Si 6 | Si 4 | Si 5 | CV 4 | UB 27 |
| Húgyhólyag | UB 67 | UB 65 | UB 58 | B 63 | UB 64 | UB 66 | CV 3 | UB 28 |
| Vese | K 7 | K 1 | K 4 | K 5 | K 3 | K 10 | GB 25 | UB 23 |
| Vérerek ura | P 9 | P 7 | P 6 | P 4 | P 7 | P 8 | CV 17 | UB 14 |
| Hármas melegítő | TW 3 | TW 10 | TW 5 | TW 7 | TW 4 | TW 6 | CV 5 | UB 22 |
| Epehólyag | GB 43 | GB 38 | GB 37 | GB 36 | GB 40 | GB 41 | GB 24 | UB 19 |
| Máj | Li 8 | Li 2 | Li 5 | Li 6 | Li 3 | Li 1 | Li 14 | UB 18 |

Testünk fő meridiánjai

| Jele | Angol neve | Magyar neve |
|-----------|----------------------------|---------------------------|
| LU | Lung meridian | Tüdő meridián |
| LI | Large intestine meridian | Vastagbél meridián |
| St | Stomach meridian | Gyomor meridián |
| Sp | Spleen meridian | Lép meridián |
| H | Heart meridian | Szív meridián |
| Si | Small intestine meridian | Vékonybél meridián |
| UB | Urinary bladder meridian | Húgyhólyag meridián |
| K | Kidney meridian | Vese meridián |
| P | Pericardium meridian | Vérerek ura meridián |
| TW | Triple warmer meridian | Hármas melegítő meridián |
| GB | Gallbladder meridian | Epehólyag meridián |
| Li | Liver meridian | Máj meridián |
| GV | Governing vessel meridian | Kormányzóvezeték meridián |
| CV | Conception vessel meridian | Befogadóvezeték meridián |

SZERV - ÓRA SZERINTI ELLENTÉTES MERIDIÁNOK

| | |
|----------------------|--------------------------------------|
| Tüdő - Húgyhólyag | Lép-hasnyálmirigy - Hármass melegítő |
| Vastagbél - Vese | Epehólyag - Szív |
| Gyomor - Vérerek ura | Máj - Vékonybél |



II. fejezet

KEZELÉSI TANÁCSADÓ AZ ELEKTROSTIMULÁCIÓS KÉSZÜLÉKEKHEZ; TERMÉSZETES TÁPLÁLKOZÁS

Az előző fejezetben az elektrostimulációs kezelés alapvető szabályai kerültek ismertetésre. Az akupunktúrának ez a sajátos alkalmazási módja azonban további lehetőségeket is rejt magában. Akiknek sikerült az előző részben leírt szabályokat elsajátítani, azok újabb hasznos információkra tehetnek szert az alábbi tanácsokból. A két fejezet együtt már olyan ismeretanyagot biztosít, amely bárki számára megnyitja az öngyógyításnak ezt a hatékony és modern formáját. Ezeken a lépcsőfokokon haladva, a mikro- és makrovilág összefüggéseinek átgondolása során sokan olyan felismerésre jutnak, amely az akarat és az emberi agy lehetőségeinek végtelen tárházát nyitja meg előttük.

Újabb meridiánvizsgáló módszerek

Mindazok számára, akik az I. fejezet alapján eljutottak arra a szintre, hogy bátran elkezdhetik önmaguk kezelését, a legnagyobb nehézséget meridiánjaik energiaállapotának feltérképezése jelenti. Mivel nem látjuk energiapályáinkat, azok töltöttségi szintjét közvetlenül nem tudjuk érzékelni. Ennek megállapítására a már ismertetett próbakezeléses módszer a leghatékonyabb, de hátránya, hogy alkalmazása átmeneti egészségromlással is járhat. Ezért lesznek, akik idegenkedni fognak ettől a nagy hatásfokú, de kissé drasztikus módszertől. Számukra javasolható egy hasonló hatásmechanizmusú, de lényegesen veszélytelenebb eljárás. Ez nem más, mint a mágneses próba; amely főleg érzékeny, vékony bőrű egyéneknél alkalmazható előnyösen. Ehhez szerezzünk be egy 8 mm átmérőjű és 12 cm hosszú erősen felmágnesezett acélrudat. A legkönnyebben AlNiCo ötvözőanyagú mágnesrúdhoz juthatunk hozzá. Az oldalát PVC zsugorcsővel szigeteljük le, hogy az ujjainkról ne kerüljön rá zavaró villamos töltés. A villamossági szaküzletekben beszerezhető 8 mm átmérőjű, vastag falú zsugorcső felhúzás utáni zsugorításához nincs szükség ipari hőágyúra, mert ez a művelet gáztűzhely, vagy akár egy öngyújtó lángja fölött is végrehajtható.

A próbát oly módon végezzük, hogy a mágnesrúd ellentétes töltésű végét néhány percig nyomjuk a vizsgálandó meridián megfelelő pontjához. Ennek a módszernek a hátránya, hogy csak a telített meridiánjaink megkeresésére alkalmas. Ezt a helyzetet az a szemléletes hasonlat érzékelteti leginkább, hogy egy kritikus mértékben feltöltött palackból néhány százalék gázt elvezetünk, akkor elkerülhetjük a robbanást. Ha viszont egy üres tartályba néhány csepp vizet töltünk, attól az még nem fog megtelni. Tehát ezzel a csekély hatékonyságú eszközzel csak a telített meridiánjaink szédülő pontján keresztül tudunk érzékelhető hatást elérni. Ez tulajdonképpen nem is olyan nagy baj, mivel a próbakezeléses módszer hátránya csak a telített meridiánjaink vizsgálatánál jelentkezik, üresnek tűnő meridiánjaink ellenőrzésénél nyugodtan alkalmazhatjuk az árammal történő próbát.

Egy ennél is kíméletesebb, de bizonytalanabb módszer meridiánjaink energiaállapotának kifejezésére, testünk céltudatos figyelése. A visszer kialakulásának pl. a vérerek ura meridián energiahiánya az egyik oka. (A külföldi szakirodalomban a vérerek ura meridiánt szívburok vezetéknek nevezik.) Az akupunktúrás szakkönyvekből tudjuk, hogy ez a meridián a „szerv-óra” szerint 19 és 21 óra között töltődik fel energiával. Ha este 7 óra után azt tapasztaljuk, hogy kezünkön és lábunkon a visszereesség jelentősen csökken, az erek kevésbé dagadnak ki, akkor valószínű, hogy vérerek ura meridiánunk energiahiányban szenved. Ugyanúgy következtethetünk valamely meridiánunk energiatelítettségére is, ha a megadott időszakban a megfelelő meridiánhoz tartozó szervünk állapo-

ta romlik. Így pl. ennek tudható be, hogy a telített meridiánú májbeteggek gyakran éjjel 1 és 3 óra között vannak a legrosszabbul. Az álmatlanságnak, a hajnali 2-3 óra közötti felébredésnek is gyakran a májmeridián telítettsége az oka. Mellesleg ez az állapot a vékonybél-vastagbél áttételeken keresztül emésztési zavarokat is szokott okozni. Ugyanezen az alapon könnyen megérthetjük, hogy a legtöbb tüdőbeteg, vagy a tüdejüket dohányzással szándékosan rongálók miért éppen hajnalban, vagy kora reggel köhögnek a legintenzívebben. Kissé komplikálja a helyzetet, ha valamely szervünk állapotáért egyszerre több meridián is felelős. Ilyen szervünk pl. a szív, melynek állapota nem csak a szív-, hanem a vérerek ura meridián töltöttségi fokától is erősen függ.

Tovább bonyolítja ennek a módszernek az alkalmazását, hogy a megfigyelt jelenség gyakran áttételek útján jön létre. Ha pl. reggel 7 és 9 óra között azt tapasztaljuk, hogy visszereink összehúzódnak, az nem a gyomormeridiánnak tudható be, hanem annak, hogy az energiával telítődő gyomormeridián a „dél-éjfél” szabály alapján csökkenti a vérerek ura meridián telítettségét és ez váltja ki az érzékelt hatást. A helytálló következtetések megállapításához tehát tisztában kell lennünk az egyes energiapályák szervezetünkre gyakorolt globális hatásával is. Ennek ismeretében már könnyen eldönthetjük, hogy a gyanúsnak talált meridián okozza-e az érzékelt jelenséget, vagy a „dél-éjfél”, illetve a „férj-feleség” szabály által megnyilvánuló áttételes hatásról van szó. Ne feledkezzünk meg arról sem, hogy nyári időszámítás esetén az óra által mutatott időből vonjunk le 1 órát. Szervezetünk ugyanis nem követi a mi energiatakarékosági szempontból bevezetett időszámításunkat. Ha valamely betegségünk intenzitása nem függ a napszakoktól, akkor jó okunk lehet a különleges meridiánjaink, elsősorban a kormányzó- és a befogadó vezeték befolyására gyanakodnunk. A teljesség kedvéért meg kell jegyezni, hogy ez az utóbbi módszer nem csak a legkisebb hatásfokú, hanem egyúttal a legbizonytalanabb is, mert képzelgésre hajlamos egyének könnyen juthatnak tévútra, hamis következtetéseket vonva le egyes betegségeik és meridiánjaik energiaállapotának viszonyáról.

Kiegészítő kezelési szabályok

Az I. fejezetben szó volt arról, hogy elektrostimulációs készülékkel csupán beadni lehet energiát, elvonni nem. Ez a hiányosság azonban ne keserítsen el bennünket, mivel az egészség előfeltétele a testünkbe áramló külső energiák összhangja, vagyis a kozmikus erőközpontból kiáramló Yang, és a mikrovilágunk középpontjából, a Földből kiáramló Yin energia egyensúlya. A szervezet energiaegyensúlyának megbomlása esetén rendszerint minden egyes energiátúltengésben lévő vezetékhez tartozik egy energiahányos meridián is, mely a „dél-éjfél” vagy a „férj-feleség” szabály szerint könnyen megtalálható. A megfelelő pontok elektrostimulációs úton való ingerlésével, vagyis az energiahányos meridiánokban folyó bioáram serkentésével a rendelkezésre álló készülékünkkel is visszaállíthatjuk bioenergia-egyensúlyunkat. Energiátúltengés esetén a szedáló pontokat csak akkor célszerű kezelni, ha erős fájdalmaink vannak, vagy ha gyors életmentésre van szükség. Az energiahányos meridián feltöltése, az energiaegyensúly helyreállítása után a kezelt meridián betegségein kívül a vele kapcsolatban lévő telített meridián beteg szervei is automatikusan meggyógyulnak.

Érdekességként megemlíthető, hogy Fülöp-szigeteki healerek ezt a problémát percek alatt megoldják, mivel a kezükből kiáramló intenzív bioenergia-sugárzással rövid idő alatt képesek az energiahányos meridiánokat feltölteni, és ezzel a beteg szerveket tartósan meggyógyítani. Daganatos megbetegedések esetén az intenzív szubatomi sugárzás a rákos sejteket is képes elpusztítani. Az elhalt sejteket a szervezet öntisztító mechanizmusa távolítja el a nyirokrendszer segítségével. A nagyobb daganatokat azonban műtéti úton kell eltávolítani. 2000-ben egy spanyol asszony gyomrából pl. egy 60 kilós daganatot kellett kioperálni, ami megegyezett a testsúlyával. Nyilvánvaló, hogy egy ilyen tömegű elhalt sejtburjánzást a szervezet már nem képes lebontani, és salakanyagként eltávolítani. Egyébként a rekordot egy kaliforniai asszony tartja, akinél 1991-ben egy 138 kilós cisztát operáltak le a petefészkéről.

Mint tudjuk, az akupresszúránál figyelembe kell venni mind a meridián jellegét, mind pedig töltöttségi szintjét. A kézzel végzett gyógyításnál azonban egyszerűbb a helyzet. Itt a kézből kiáramló Yin és Yang energiák nem az egyes akupunktúrák pontokkal érintkeznek, hanem a meridiánok egészével. A healer nem keres akupunktúrák pontokat, hanem végigsimítja a páciens bőrét, és a kezelt test-

rész meridiánjaiban, vagy a beteg szervben automatikusan végbemegy a töltéskiegyenlítődés. A healer energiaszintjétől függően ez az eljárás ruhán keresztül is eredményes lehet. Ügyelni kell azonban arra, hogy energiatöltés esetén a kéz Yin és Yang energiamezőivel itt is csak ellentétes jellegű meridiánok kezelhetők. A kezet tehát úgy kell elhelyezni a beteg szerv vagy meridián felett, hogy a Yin zóna Yang meridiánt, a Yang zóna pedig Yin meridiánt sugározzon be. A legtöbb healer ezt az irányítást sokszor öntudatlanul végzi, mert csak a beteg szerv aurájának elszíneződését figyeli. Kezelés közben a kezét már eleve úgy helyezi el, hogy a gyulladás csökkenjen, illetve a meridiánokban a töltéskiegyenlítődés létrejöjjön.

Ennél a típusú gyógyításnál gond csupán azokkal a healerekkel van, akik nem képesek kezelés közben figyelemmel kísérni a meridiánokat, és más módon sem látnak bele a testbe. Náluk könnyen előfordulhat, hogy főleg nagyobb testfelületek kezelése esetén a helytelen energiairányítás következtében súlyosbítják a telített vagy energiahányos meridiánok állapotát. Ilyen healerekhez tehát csak akkor menjünk, ha tudjuk, hogy melyik meridiánunkkal van baj, és saját érdekünkben ragaszkodjunk a szigorúan irányított akupresszúrás kezeléshez. Semmiképpen ne hagyjuk, hogy az általuk jónak vélt koreográfián alapuló rapszodikus mozdulataikkal szétzilálják meridiánjaink energiaegyensúlyát, vagy a már meglévő energiazavart tovább fokozzák. Egyébként ezek a jellegzetes söprő kézmozdulatok nagy hasonlóságot mutatnak a mesmerizmussal. Ez a gyógyítási mód azonban csak abban az esetben hatásos, ha a healer le tudja csökkenteni az agyfrekvenciáját legalább alfa szintre. Ha erre nem képes, akkor az energiabesugárzás irányíthatatlanná válik, és többet árt, mint használ.

Ebben a földrajzi régióban számos olyan gyógyító is van, aki képes arra, hogy a kezéből kiáramló energiával egy erős antikohéziós teret hozzon létre, amely semlegesíti a molekulák közötti összetartó erőt, és ezáltal vágási sebek keletkezése, vagyis a sejtek szétroncsolása nélkül is képesek behatolni a test belsejébe. Ennek a magasabb rendű gyógyítási módszernek az az előnye, hogy az elhalt szövetdarabok eltakarítását nem bízzák a szervezet lassú öntisztító mechanizmusára, hanem egy sajátos műtéti eljárás során kiemelik a testből, tehát az energiabesugárzás útján meggyógyított szerveket egyúttal meg is tisztítják. Miután a behatolás során a hagyományos műtéti eljárástól eltérően az egyes sejtek nem sérülnek meg, ezért a vérvesztés csak minimális, vér csak annyi keletkezik, amennyi a felnyitott bőr, illetve a kiszedett szövetdarabok hajszálér-csatlakozásaiból kiszivárog. Ha a beteg szerv egy darabja teljesen elhalt (pl. bélfekélynél), akkor a fekélyes bélszakaszt az ujjakból kiáramló antikohéziós energiával besugározva kiszakítják, az ép végeket egymáshoz illesztik, és varratmentesen összezárják. Ebben a tevékenységükben már szükségük van egy segédhealerre is, aki műtét közben szintén az ujjából kiáradó energiával nyitva tartja a sebet, meggátolva a bőrfelület manipuláció alatti összezáródását. Az ép szövetek varratmentes csatlakoztatását az teszi lehetővé, hogy energiával való kezelés során a szétválasztott felületek mentén lévő molekulák között nagymértékben csökken az összetartó erő. A healer ezeket a „felpuhított” szövetdarabokat egymásba nyomja, majd az antikohéziós erőtér megszüntetésével az összegyűrt molekulák között ismét helyreáll a kohéziós erő, és ez biztosítja az illeszkedő felületek tökéletes összeforradását.

Maga a diagnosztizálás, a betegség megállapítása kétféleképpen megy végbe. A healerek egy része látja az aurát és az erős elszíneződések alapján könnyen megtalálja a beteg szerveket. A healerek nagyobbik része a „clairvoyance” technikát alkalmazza, vagyis erős koncentráció útján agyfrekvenciájának egy alsóbb tartományában a páciens testét belülről fokról-fokra végigvizsgálja, és így keresi meg a beteg szerveket. Ennek a ma még misztikusnak mondható gyógyítási módszernek további előnye még, hogy a test nem fertőződik, mivel az intenzív bioenergia-sugárzás életképtelenné teszi a szervezetbe került vírusokat és baktériumokat, meggátolva ezzel a szaporodásukat. (Ez a csíraölő hatás annyira intenzív, hogy az Arigo nevű mexikói pszí-sebész által operálóeszközként alkalmazott rozsdás bicska sem okozott soha fertőzést.) A műtét elvégzése után az antikohéziós tér megszüntetésével a molekulák közötti vonzóerő cipzárszerűen ismét zárja a megnyitott bőrfelületet, így a beavatkozás után seb nem képződik, vágási nyomok nem láthatók. A bioenergia-kisugárzásnak a fertőtlenítésen kívül fájdalomcsillapító hatása is van, ezért ezeknél az operációknál nem alkalmaznak altatást sem. A többnyire néhány perces beavatkozás után a beteg felkel a műtőasztalról, és saját lábán távozik. A teljesség kedvéért érdemes megemlíteni, hogy a nyugati országokban prak-

tizáló pszí-sebészek sok esetben meg sem nyitják a testet, hanem a műtetet az aura éterinek nevezett rétegén hajtják végre, ami idővel áttevődik a fizikai testre. Egyébként igazán gyógyítani csak az éteri és a szellemtesten lehet. A fizikai test csupán a tünetek hordozója.

Sajnos mi nem rendelkezünk ilyen különleges erővel. Energiahiányos meridiánjaink elektrostimulációs készülékkel való töltögetése nem a leghatékonyabb módszer, de ne veszítsük el a türelmünket. Az üres meridiánokba juttatott bioenergia ugyanis az egyes kezelések között is állandóan gyógyítja a beteg szerveinket. A kezelés előrehaladtával minél több energia kerül az energiahiányos meridiánba, annál inkább képes legyőzni az útjába került gátakat, „energia-dugókat”, annál akadálymentesebb lesz a meridián saját energiaáramlása is. A healerek ezeket a dugókat egyetlen nagy energialökettel szüntetik meg, de szükség esetén ezek az akadályok lassú feltöltés útján is legyőzhetőek. A Fülöp-szigeteken végzett gyógyítás rendkívül hatékony ugyan, de a tetemes útiköltségen kívül van egy hátránya. Gyakran előfordul, hogy a visszaszerzett egészség néhány év múlva hirtelen elkezd romlani, a korábbi betegség ismét visszatér. Ennek oka, hogy az energiaegyensúlyt nem elég helyreállítani, hanem azt meg is kell őrizni. Erre két módszer áll rendelkezésünkre. Az egyik az önszugesztíós⁷, vagyis a hit útján történő energiaregenerálás, a másik út pedig meridiánjaink karbantartása. Utóbbi célra igen alkalmas az elektrostimulációs készülék, mivel könnyebben lehet vele energiát beadni, mint a hagyományos tűs akupunktúrával, a készülék mindig kéznél van, fertőzésveszély nincs, és ráadásul nem kerül pénzbe a rendszeres igénybevétele.

Az előzőekben elmondottak alapján a kezelésnél az esetleges energiadugók mielőbbi megszüntetése érdekében fordítsunk fokozott gondot a „Xi” kulcspontok megmozgatására. Ezeknek az ingerpontoknak a kezelése egyébként reumás megbetegedések és ízületi panaszok esetén is rendkívül hatékony lehet. Az energiadugulás nagyon könnyen lehet egymást kiváltó betegségek elindítója is, ezért energiahiányos meridiánjaink átjárhatóvá tétele alapvető feltétele egészségünk visszaszerzésének. Az energiahiányos meridiánok stimulálása során fordítsunk figyelmet a kezdőpontra is, az itt betöltött energia hasonló hatást vált ki, mint a tonizáló pont kezelése. Ügyeljünk arra is, hogy ha a „férj-feleség” szabály alá tartozó meridiánok mindegyike telített vagy energiahiányos, akkor egymás után mindkét meridiánt kezelni kell, ellenkező esetben a másik meridiánban jelentős állapotromlás lép fel. Sem a „férj-feleség” sem pedig a „dél-éjfél” szabály nem vonatkozik azonban a kormányzó és a befogadó vezetésekre, mert ezek a meridiánok a napszaktól és egymástól függetlenül bármikor kezelhetők.

Nehezen diagnosztizálható, rejtélyes betegségek esetén érdemes figyelmet fordítani a különleges pontokra is. A kormányzó vezetéken elhelyezkedő In-Do pont, valamint a fejen levő pontok stimulálásával pl. jó hatásfokkal kezelhető az energiahiányból eredő lámpaláz és beszédhiba. Energiatúltengésből eredő szorongásnál, izgulásnál (különösen, ha az szívpanaszokkal párosul) a vérerek ura meridián, illetve a szívmeridián kezelésével lehet segíteni a P9, P7, P5, H9, H7 és H5 pontokon. Egyébként a beszédzavar gyógyításánál jelentős javulás érhető el a hasi légzés elsajátításával is. A tüdő mélyére lejutó levegő ugyanis megnöveli a vér oxigéntartalmát, amely az agyba eljutva tágítja az ereket, oldja a beszédközpontban kialakult görcsöt.

Ne alkalmazzuk az elektrostimulációt bakteriális és vírusos megbetegedések esetén, mivel a fertőző mikroorganizmusok szaporodása gyors, az akupunktúras gyógyító eljárás viszont lassú. Ezeket a gyorsan végbemenő kóros folyamatokat a rákhoz hasonlóan csak koncentrált bioenergia-sugárzással lehet megállítani, és mi ilyen intenzív energiabeadásra nem vagyunk képesek. Ugyancsak **kerüljük az akupunktúra alkalmazását heveny megbetegedések** (pl. vakbélgyulladás) **esetén** is. A betegségnek ebben a végső szakaszában már csak a gyors operáció segíthet.

Ami a kezelési időt illeti, az akupunktúras eljárásnak időbeli korlátja nincs. A kezelés maximális időtartamának csak az ésszerűség szab határt. Nincs értelme ugyanis tovább folytatni a stimulációt, ha az akupunktúras pont már kimerült. Töltéselvonásnál ez abban nyilvánul meg, hogy a bőr ulla, kisimul, a türe gyakorolt kezdeti szorítása megszűnik, és enyhe pír keletkezik a kezelés helyén. A töltésbevitelt pedig csak addig célszerű végezni, amíg a bőr észrevehető módon rá nem szorul az elektródára, amíg az elektróda hegyét a bőr nem öleli körül. Ekkor az ingerpont környékén bőrünket

⁷ önszugesztíós

hidegnek érezzük. Ez azt jelzi, hogy az akupunktúrás pont telítődött, több töltést már nem tud elnyelni. Ekkor egy ciklusnyi időt, azaz 24 órát ki kell hagyni, hogy a meridián feldolgozhassa, elszállíthassa a kapott energiát, a kezelés kellő hatékonysággal csak ezt követően folytatható.

Az akupunktúrás szakkönyvek receptúrájában az egyes ingerpontok mellett feltüntetett javallatokat ne vegyük szentírásnak. Ezek csak azt jelölik, hogy az eddigi tapasztalatok szerint egy-egy betegség kezelésére mely pontok voltak a legalkalmasabbak. Ez nem jelenti azt, hogy nem találunk esetleg olyan pontot, amit a receptúrák nem említenek, de a mi esetünkben mégis igen hatékonyak bizonyul. Ezért ha a javasolt ingerpontok nem segítenek, akkor a beteg szervünk közelében vegyük kezelésbe az összes üres meridiánunk ingerpontjait, mert könnyen előfordulhat, hogy valamelyik hatásos lesz. Ha ez sem segít, akkor gondoljunk a fő és a másodlagos meridiánok találkozási pontjaira, a kardinálpontok stimulálására. Szimmetrikus meridiánjaink kezelése során vegyük figyelembe, hogy a jobb és a bal oldali energiapályánk töltöttségi szintje nem mindig azonos, ezért gyakran előfordul, hogy csak féloldalas kezelésre van szükség. (Aszimmetria főleg energiadugók esetén alakul ki.)

Ha az akupunktúrás szakkönyvek által ajánlott pontok egyike sem használ, menjünk fel az Internetre. A különböző weblapokon fogyásra pl. az alábbi pontokat ajánlják: LI 4, LI 10, LI 11, St 33, St 36, Sp 4, Sp 6, Li 3, CV 6. Ezek közül a szakkönyvek csak a LI 4, St 36, Sp 4, Sp 6, CV 6 pontokat említik gyomor- és bélrendszeri zavarok esetén, illetve székrekedés, hasmenés ellen. A többit is érdemes kipróbálni, segíthetnek. (Az akupresszúrás weblapok által ajánlott pontokat is vegyük figyelembe, mert ezek magnetopresszúrával jól kezelhetők.)

Betegségeink feltárása, meridiánjaink energiaállapotának alapos megismerése után eljuthatunk egy olyan szintre, amikor már nem szükséges, hogy szolgálai módon, meridiánról meridiánra haladva végezzük a kezelést. Ebben a stádiumban már ismerjük testünk szinte minden reakcióját a külső káros behatásokra, ezért próbáljunk meg összefüggéseket keresni az egyes betegségeink között, mivel ezek sohasem egyszerre alakulnak ki. Az első mindig energiaegyensúlyunk felborítója lesz, és ha nem kezeljük ki, láncreakciószerűen újabb és újabb betegségek kiváltójává válik. A gyógyítást szintén meghatározott sorrendben kell végrehajtani; ezért nem árt, ha vissza tudunk emlékezni, hogy mi volt az első komoly betegségünk, mi indította el egészségünk fokozatos romlását.

A magasabb rendű kezelési eljárás kidolgozásánál fokozottan alkalmazzuk az akupunktúra jól bevált szabályait, különösen a „dél-éjfél” és a „férj-feleség” szabályt. Ha kellő kombinatív képességgel rendelkezünk, egy idő után rá fogunk jönni, hogy egy-egy meridiánunk energiaegyensúlyának felbomlásáért melyik meridián a felelős. Ha ezt felismerjük, akkor már lényegesen könnyebbé válik a kezelés is. Egy példával alátámasztva, ha betegségeink folytán meridiánjaink energiaállapota úgy alakul, hogy a gyomor- és a vesemeridiánok üresek, a vérerek ura meridián pedig telített, akkor semmiképpen sem célszerű a meridiánokat egyenként stimulálni. A gyomormeridián erősítésével ugyanis a „dél-éjfél” szabály szerint a vérerek ura meridián gyengülni fog, ami viszont a „férj-feleség” szabály szerint erősíteni fogja a vesemeridiánt. Így tehát egyetlen kezeléssel a gyógyulásban is előidézhetünk egy láncreakciószerű folyamatot.

Egyébként ez a láncreakció mindig létrejön, még akkor is, ha nem kívánatos a megnyilvánulása. Egyszerűbb esetekben, amikor csak egy-egy meridián energiaszintje csökkent le, előnyösebb lenne a feltöltést úgy elvégezni, hogy ez ne legyen kihatással a társmeridiánokra. Ez azonban nem lehetséges, ezért előfordulhat, hogy egy idő után olyan betegségek lépnek fel, amelyek tipikusan a társmeridiánok energiazavarára utalnak. Ha pl. álmatlanság vagy fejfájás ellen az epehólyag meridiánunk tonizáló pontját kezeljük, akkor mindaddig nem tapasztalunk kóros hatást, amíg az energiaegyensúly be nem áll. Amennyiben az alapbetegségünkért nem csak ez a meridián a felelős, akkor természetesen tovább folytatjuk a stimulálást, amely túltöltéshez vezet. Ebben az esetben már radikálisan változik a társmeridiánok energiaszintje is, ami azt eredményezi, hogy a „dél-éjfél” szabály szerint a szívmeridián, a „férj-feleség” szabály szerint pedig a gyomormeridián energiaszintje csökkenni fog. A szívmeridián zavara szívszűrésokban vagy szívritmuszavarokban nyilvánulhat meg, míg a gyomormeridián energiaszintjének csökkenése emésztési rendellenességeket okozhat. A láncreakció azonban rendszerint nem áll meg itt, hanem tovább gyűrűzik. Így pl. a „dél-éjfél” szabály következtében a gyomormeridián lemerülése fokozza a vérerek ura meridián töltési szintjét, ami a

vérnyomás növekedését eredményezi. Ennek legszembetűnőbb megnyilvánulása, hogy a végtagjainkon kidagadnak a visszerek. A szívmeridián viszont a „férj-feleség” kapcsolat következtében a tüdőmeridián energiaszintjét fogja megnövelni, ami leginkább rekedtséget, mandulagyulladást, esetleg köhögési rohamokat vált ki.

Tehát ne lepődjünk meg, ha valamely meridiánunk kezelése során a kezdeti előnyös változásokat hirtelen fellépő káros hatások követik, mert ez a túltöltés következménye. Ebben az esetben nem célszerű a kezelt meridián töltési szintjét csökkenteni, mivel ez az eredeti betegség újbóli fellépését eredményezné, és arra sincs szükség, hogy az összes megváltozott energiaszintű meridiánunkat után-töltsük, mert a bonyolult összefüggéseket nem biztos, hogy nyomon tudjuk követni. Ebben a szituációban elég, ha a kezelt meridiánnal közvetlen kapcsolatban lévő energiapályákat stimuláljuk, vagyis ebben az esetben a gyomor- és a szívmeridiánokat feltöltjük. Ez megakadályozza a láncreakció továbbgyűrűzését, és megszünteti a káros hatásokat. A két társmeridián feltöltése ugyanis visszahatásként lecsökkenti az epehólyag meridián energiaszintjét, és beáll az egyensúly. Ezt követően az epehólyag meridiánunkat ne kezeljük tovább, amíg az alapbetegség újra vissza nem tér, tehát amíg a töltésszintje nem kezd el ismét csökkenni. Fordítsunk fokozott gondot a meridiánok vészpontjaira. Ha a betegségünket nem tudjuk a meridián szakirodalom által ajánlott egyetlen ajánlott pontjával sem megszüntetni, kezeljük a vészpontját. A vészpontba történő energiabeadás regenerálja a meridiánt, megszünteti az energiázavart.

Sajnos a betegségek előrehaladott stádiumában előfordulhatnak szabálytalan esetek is. Pl. ilyen szituáció állhat elő, amikor a vastagbél-, a vese- és a vérerek ura meridiánok mindegyike telített, és tipikusan vesemeridiánra jellemző betegséggel állunk szemben. Ebben az esetben a fenti szabályok nem használhatók. A probléma csak az üres meridiánok töltöttségi szintjének emelésével számolható fel fokozatosan. Akut esetekben azonban nincs más választásunk, mint hogy felkeressünk egy megfelelő anatómiai ismeretekkel rendelkező szakképzett akupunktórt, aki tűs kezeléssel a kiválasztott pontokon keresztül csökkenti a vesemeridián töltöttségi szintjét. Nagymértékben nehezíti a helyzetet, hogy ilyen szabálytalanságok nem csak az egyes energiapályák között, hanem egy-egy meridiánon belül is előfordulhatnak. Főleg a kormányzó és a befogadó vezetékek esetén gyakran tapasztalható, hogy a meridián telített vagy energiahiányos pontjainak sorába beékelődik egy ellenkező energiaszintű, azaz energiahiányos, illetve telített pont is.

Egy-egy meridiánon belül váltakozó energiaszintű energiapontok nem fordulhatnak elő, de az gyakran megesik, hogy egy energiadugó következtében a meridián egyik felében energiátöbblet, a másikban energiahiány lép fel. Ha pl. az epehólyag meridián 20-as pontjában energiablokk keletkezik, akkor a 43-as pontján keresztül hiába tonizáljuk a meridiánt, az energiapálya fejen található szakasza továbbra is energiahiányos lesz. Így pl. nem múlik el az epehólyag meridián energiahiányából eredő fejfájás, pedig normál körülmények között a tonizáló pont stimulálásával ennek a problémának meg kellene szűnnie. Ha tovább erőltetjük a dolgot, akkor könnyen előfordulhat, hogy az epehólyag meridián nyakon aluli szakaszában energiátúltengés lép fel, így a fejfájásunk mellé olyan betegségek is társulnak, amelyek a 21-től 44-ig terjedő pontok telítettségéből erednek. Ezeken a bonyolult helyzeteken többnyire csak nagy gyakorlattal rendelkező képzett akupunktőrök képesek úrrá lenni. Amennyiben egy ilyen szituációba kerülve bajt okoznánk magunknak, és képtelenek vagyunk kijutni belőle, akkor egy kiadós energiaregeneráló alvás sokat segíthet a helyzetünkön.

Az akupunktúra magasiskolája, amikor a gyógyító figyelme már nem csak a fájdalom csillapítására irányul. A fájdalom az energiaáramlásban fellépő zavart jelzi. A fájdalom vagy azért alakul ki, mert energiahiány állt elő, vagy azért, mert valamely akut folyamat kapcsán túl sok energia pang valamelyik szervben, szövetben. Gyakran előfordul azonban, hogy a krónikus vagy más néven idült betegség szervezetünk önszabályozó mechanizmusának terméke, amelybe hiba csúszott, de szervezetünk befogadta, elfogadta ezt az állapotot. Ez azt jelenti, hogy a hosszabb ideje fennálló, az életet közvetlenül nem fenyegető káros folyamatokat vagy működési zavarokat a szervezet a rendszer részeként elfogadja. A háttérben zajló folyamat tehát nem átmeneti, hanem tartóssá vált, és nem vezethető vissza egy jól látható okra. Ez esetben komplex funkciózavarral állunk szemben, melynek gyógyítását az is nehezíti, hogy a páciens nem panaszkodik miatta. Megtanult együtt élni a betegségével, azt hiszi, hogy ez életének szerves része. Egy jó akupunktőr azonban felderíti ezeket a rejtett,

háttérbe szorított zavarokat. Egyébként sok heveny vagy más néven akut fájdalom is valamilyen régóta fennálló elváltozás, illetve hajlam talaján alakul ki. Ez esetben az akut fájdalmat a kiváltó okkal, a krónikus folyamattal együtt kell gyógyítani.

A távol-keleti természetgyógyászok a fájdalommal nem járó idült betegségeket többnyire pulzusdiagnosztikával és nyelvdiaosztikával derítik fel. A legtökéletesebb módszer azonban a testbe látó, illetve a meridiánrendszert láthatóvá tevő szubatomienergia-detektor⁸ lesz, de ennek kifejlesztésére még egy ideig várni kell. Ez a gyenge mágneses kisugárzást érzékelő detektor jól látható elszíneződés formájában jelzi a monitoron az energiatöbbletet, illetve energiahiányt, így a célzott kezelést nagyon gyorsan el lehet végezni az egyes meridiánpontokon keresztül. Ezzel az eljárással a heveny fájdalommal járó betegségek gyógyítása is leegyszerűsödik, ugyanis az akut fájdalom sok esetben kisugárzódik a szembe, a fogakba, a fülbe vagy egyéb szervekbe, így akupunktór legyen a talpán, aki azonnal el tudja dönteni, hogy melyik szervet kell kezelni, hol van a fájdalom kiindulópontja. A magnetokardiográfnek is nevezhető szubatomi energiadetektor azonban egyértelműen jelzi az energiazavar helyét, és a kezelés eredményességét is azonnal kimutatja.

A magnetokardiográfnek nagy szerepe lesz a betegségmegelőzésben is. Az aurán már fél évvel korábban látható, hogy a páciensnek milyen betegségei lesznek, ezért még kialakulásuk előtt elvégezhető a gyógyítás. Ezzel a detektorral a csakrák működését is ellenőrizni lehet, így csakranyitással is korrigálni lehet a zavart. Hagyományos módszerekkel ezek a zavarok ma még csak lassan deríthető fel, és gyógyításuk elhúzódó, költséges kezeléssorozatot igényel. Gyakran előfordul, hogy a gyógyulás még ezután sem következik be, mert a zavaró gócok az évtizedek során oly mértékben beágyazódtak a szervezetbe, hogy eltávolításuk csak műtéti úton lehetséges. Az ilyen esetek feltárásához is elengedhetetlen, hogy beelássunk a testbe, vagyis egyértelművé váljon, hogy itt csak egy radikális beavatkozás segít.

Tápegység-ellátás

A legtöbb hordozható kivitelű elektrostimulációs készülék igen kis fogyasztású, a behelyezett telep rendszeres használat esetén is több mint egy hónapig elegendő. Lemerülőfélben levő elemmel ne használjuk a készüléket, mivel a kezelőáram csökkenésével egyre jobban rá kell nyomni az elektródát a bőrfelületre ahhoz, hogy a kívánt hatást elérjük, és ez a hámréteg sérülésével, hegesezésével jár. A használt telepet nem kell eldobni, mert az elektrostimulációs készülékből kivett elemek kvarcórákban vagy híradástechnikai készülékekben még sokáig használhatók. Szükség esetén a közönséges cink-karbon elemet megfelelő készülékkel egyszer fel is tölthetjük. **Alkáli elemeknél azonban az újratöltés szigorúan tilos**, mert ha egy ilyen típusú elemre új állapotban külső feszültséget kapcsolunk, akkor a rákényszerített feszültségtől lemerül, használt állapotban pedig a töltőáram hatására kialakuló gáztól fel is robbanhat. A normál elemek azonban nem kizárólag speciális töltőáram-korlátozó készülékekről, hanem egy szabályozható kimenetű feszültségstabilizátorral közvetlenül is tölthetők. Áramkorlátozó ellenállás nélküli gyorstöltésnél a töltőfeszültséget állítsuk az üresjárású feszültségre (ez 9 V-os elemnél kb. 10,5 V) és a töltést egy sorba kötött ampermérőn figyelve addig folytassuk, amíg a töltőáram nem csökken minimumra. Ekkor fejezzük be a töltést, mivel a túltöltés, vagy a töltőáram növekedése az elem melegezéséhez és gyors tönkremeneteléhez vezet. Ha stabil feszültség helyett együteműen egyenirányított feszültséget használunk, akkor többször is fel tudjuk tölteni az elemet. Ennek a módszernek a hátránya viszont, hogy a töltőfeszültség nehezebben szabályozható. (Ez a közvetlen töltési eljárás egyébként jól alkalmazható kvarcórák lemerült gombcelláinak regenerálására is. Ebben az esetben a töltési feszültség kb. 1,7 V. A töltővezetékeket legegyszerűbben egy ruhaszáritó csipesszel rögzíthetjük a gombelem fegyverzetein.)

A normál elemek beszerzése során fokozott gonddal járjunk el, mert csak azok a telepek használhatók kellő hatékonysággal, amelyeknek a kapcsolófeszültsége Deprèz, azaz tápfeszültséget nem igénylő, kis bemenő ellenállású műszerrel mérve eléri a névleges értéket (1,5 - 4,5 vagy 9 V-ot). Mivel nem mindenki rendelkezik otthon mérőműszerrel, ezért elemet nagyobb szaküzletekben aján-

⁸ Kivitelezési és használati módja az V. fejezetben található (Jövők alakulása rovat).

latos vásárolni, ahol forog az áru. A cink-karbon elemek ugyanis fél év alatt a raktározás során is lemerülnek, tönkremennek. 1,5 V-os cellák használata esetén az új elemeket ne keverjük a használtakkal, mert egy lemerült cella az összes többi tönkreteszi. Mindezen hátrányok elkerülhetők, ha alkáli elemet vásárolunk. Ezeknek a szavatossági ideje ugyanis 4 év. Különösen előnyös ez a megoldás azok számára, akik ritkán használják a készüléküket, mivel így évek múlva is működőképes marad, és nem kell számolni a telepcsatlakozók elsavasodásával sem.

Az elektrostimulációval, lézersugaras vagy ultrahangos akupunktúrával hivatásszerűen foglalkozók telep helyett hálózatról is üzemeltethetik a készülékeiket, ha a hálózati tápegység és a készülékek közé beiktatnak egy biztonsági leválasztó transzformátort. Ennek az 1:1 feszültségarányú transzformátornak a lényege, hogy a primer és a szekunder tekercs külön jármon, különálló csévékben helyezkedik el, és a vasmag védőföldelve illetve nullázva van. A beszerzésnél ügyeljünk arra, hogy kizárólag szakemberek által készített, és hatóságilag bevizsgált transzformátort vásároljunk. Olcsóbb készülékeknél előfordulhat, hogy a tápegységből kiáramló elektromágneses sugárzás zavarólag hat a működésükre. Ez abban nyilvánul meg, hogy pontkereső állásban a készülék lecsavart potenciométerállásban is sípol, gerjed. Ilyenkor fordítsuk meg a tápegység villásdugóját a konnektorban.

Karbantartás

Ha nagyon gyakran használjuk a készülékünket, egy idő után a folytonos átkapcsolgatástól kontakthibák léphetnek fel. Ez néha meglehetősen kellemetlen formában nyilvánul meg. Pl. előfordulhat, hogy pontkeresés után kezelőáramra való átkapcsoláskor nem érzünk semmit, a kezelőáram csak az átkapcsoló megmozgatása után (többnyire maximumra csavart potenciométerállás mellett) indul meg. Amennyiben ez a jelenség gyakran ismétlődik, a készüléket szét kell szedni, és az átkapcsoló érintkezőit 96%-os alkoholba mártott ecsettel ki kell mosni.⁹ Később hasonló kontakthibák léphetnek fel az áramszabályozó potenciométerekben is. Ha a potenciométerek zárt kivitelűek, a tisztítás sajnos nem kivitelezhető, a hiba csak csere útján szüntethető meg. Ugyancsak kontakthibát okozhat az elsavasodott cink-karbon elem is, ha hosszú időre a készülékben felejtjük. A korrodált telepcsatlakozók polírpapírral többnyire felújíthatók. A karbantartással és javítással kapcsolatos teendőket célszerű szakemberre vagy szervizre bízni.

Talpreflexológia

Sokan összetévesztik a talpreflexológiát az akupresszúrával, holott a kettőnek nem sok köze van egymáshoz. A talp egy-egy meghatározott területének masszírozása az idegpályákhoz hasonló reflexpályák útján fejti ki gyógyító hatását. Ezeknek az ingerpályáknak nem az a szerepük, hogy energiával lássák el a szervezetet, hanem az idegekhez hasonlóan az aggyal állnak összeköttetésben, és jelzik, ha a testben valahol energetikai zavart észlelnek. Ezek az ingerületek tehát az agyba jutnak, és tulajdonképpen az agy váltja ki a gyógyító hatást; utasítást ad a szervezetnek a korábbi egészséges, vagyis a normális állapot helyreállítására. Az áttételes hatásmechanizmusnak tudható be, hogy az akupunktúras kezeléssel ellentétben a reflexzónás kezeléseknél többnyire csak 2-3 hónap múlva mutatkozik a kívánt hatás. Ennek a gyógmódnak a jellegzetes kísérőjelensége, hogy ha a betegségnak megfelelő zónát masszírozzuk, a hideg, merev láb meleg és laza lesz. Amennyiben ezt a hatást nem érzük el, a fáradozásunk nem lesz eredményes. További sajátossága ennek a terápiának, hogy a megfelelő zóna kezelésekor a panaszok néhány hétig tartó súlyosbodása gyakran előfordul. Ennek oka, hogy a szervezet öngyógyító erői életre kelnek, és a megélnékvül tevékenység tüneteit észleljük. Ezen átmeneti időszak után azonban folyamatos javulás tapasztalható.

Ahhoz, hogy a talpreflexológia hasson, elengedhetetlenül szükséges, hogy a páciens higgyen a gyógyulásban, vagyis a tudata, az agya elfogadja, hogy ez az eljárás alkalmas gyógyításra. Ha az agy

⁹ Tömény alkohol a gyógyszertárakban és a vegyszerboltokban szerezhető be. Ha vegyszerboltba megyünk, célszerű xilolt vásárolni, mert elektronikus alkatrészek tisztítására ez a vegyszer a legalkalmasabb.

ellenáll, nem képes elfogadni ennek a módszernek a hatékonyságát, akkor a kívánt hatás többnyire elmarad. Az akupunktúra és az akupresszúra viszont a szervezet energiapályáinak, az egyes szervek, szövetek energiaellátásának szabályozása útján fejt ki hatását, így a tudat kevésbé befolyásolja a gyógyulást. A szervezet energiaegyensúlyának felborítása, vagy az egyensúly helyreállítása akkor is kihat a szervezetre, ha az agy közvetlenül nem avatkozik be a folyamatba. Ez alól csak a fülakupunktúra a kivétel, de ennek a gyógyítási eljárásnak csupán annyi köze van az akupunktúrához, hogy ezt is túvel gyakorolják. A fülakupunktúra hatásmechanizmusa tulajdonképpen megegyezik a talpreflexológia működési elvével, a különbség csak a gyógyítás kivitelezésében van. Mivel a fül jóval kisebb, mint a talp, így az egyes ingerpontokhoz csak túvel lehet kellő hatékonysággal hozzáférni. Alapvetően ezért került ez a reflexpályás gyógyítási módszer az akupunktúra szakterületéhez. Ez persze nem jelenti azt, hogy a fül ingerpontjait, ugyanúgy ahogy a talppontokat nem lehet az ujjainkkal, vagy a körmünkkel is stimulálni, erre számos példát találhatunk az akupresszúrák szakönyvekben. Mellesleg a fülakupunktúrához hasonlóan a talpreflexológia is ősi kínai módszer. A modern zónaterápia alapjait viszont az amerikai dr. Fitzgerald teremtette meg a XX. század elején azáltal, hogy a talpat a test egyes szerveihez rendelt zónákra osztotta.

Reflexzónák egyébként nem csupán a talpon, hanem a kézen, sőt a test egyéb felületein is vannak. Kezelés szempontjából azonban ezeknek a zónáknak kisebb a jelentőségük, szerepük többnyire a talp sérülés következtében begyulladt zónáinak helyettesítésére korlátozódik. Igen jelentős viszont ezeknek a zónáknak a szerepe vitalitásunk megőrzése szempontjából. Az egész életükön át keményen dolgozó emberek nagyrészt annak köszönhetik kifogástalan egészségüket és hosszú élettartamukat, hogy a nehéz fizikai munka minden reflexzónájukat alaposan megmozgatja, ami a kezdődő betegségek automatikus gyógyulását váltja ki. Mellekesen megjegyezve a henyelés közvetlenül is beteggé tehet bennünket, mivel aktív mozgás hiányában elsorvadnak az izmaink, és csonttritkulás következtében egyre törekenyebbé válnak a csontjaink. Nem hiába tartja a közmondás, hogy: „A szegény embert a munka, a gazdagot az orvos gyógyítja.”

Intenzív fizikai munkával nem csak testünk fittségét őrizhetjük meg, de elősegíthetjük szervezünk méregtelenítését is, hiszen a testünkben felhalmozódott salakanyagok izzadás útján, a bőrpórusokon keresztül is jelentős mennyiségben képesek eltávozni. Érdekessége még a reflexzóna-terápiának, hogy akut esetekben az egyes zónákban húgysavkristály-lerakódások jönnek létre. Ez a salakanyag azonban a masszírozás során lassan felszívódik a véráramba, illetve a nyirokrendszerbe. A kezelés során ügyeljünk arra, hogy a masszírozás mindig a test irányába történjen, tehát a talpon a sarok, a kézen pedig a csukló felé mozgassuk a zónába lerakódott salakanyagot. Reflexzóna-terápia alkalmazása esetén kerüljük a fém óraszíjak, fém karperecek és nyakláncok viselését, mert ezek a tárgyak az érzékelő vezetékek energiaáramlását megzavarják.

Az akupresszúrán és a reflexzóna-terápián kívül a kezünkön végezhető gyógyításnak van egy harmadik módja is, a mudrák. A mudrák, vagyis a speciális ujjtartásokkal történő gyógyítás egy ősi indiai módszer, amely a szervezet energetikai, fizikai és pszichikai egyensúlyának megteremtésére szolgál. A mudrák alkalmazási módját az őket pártfogoló, magasan fejlett Földön kívüli civilizáció mutatta meg az indiaiaknak ugyanúgy, ahogy a kínaiak is a saját „isteneiktől” tanulták meg az akupunktúra szabályait. Az indiaiak azonban a kínaiakkal ellentétben nem fektették le írásban az egyes szabályokat, így azokat a mesterek mind a mai napig szóban adják tovább tanítványaiknak. A kínai Huang Ti császár az i. e. III. évezredben megalkotta a „Sárga Császár Belgyógyászati Könyvét”, amely sok hasznos tanácson kívül rögzítette az akupunktúra addig csak szóbeli hagyomány útján öröklődött szabályait. Ennek köszönhető, hogy ez a történelmünk hajnalán keletkezett gyógy mód mindmáig torzításmentesen, és gyakorlatban is használható módon fennmaradt.

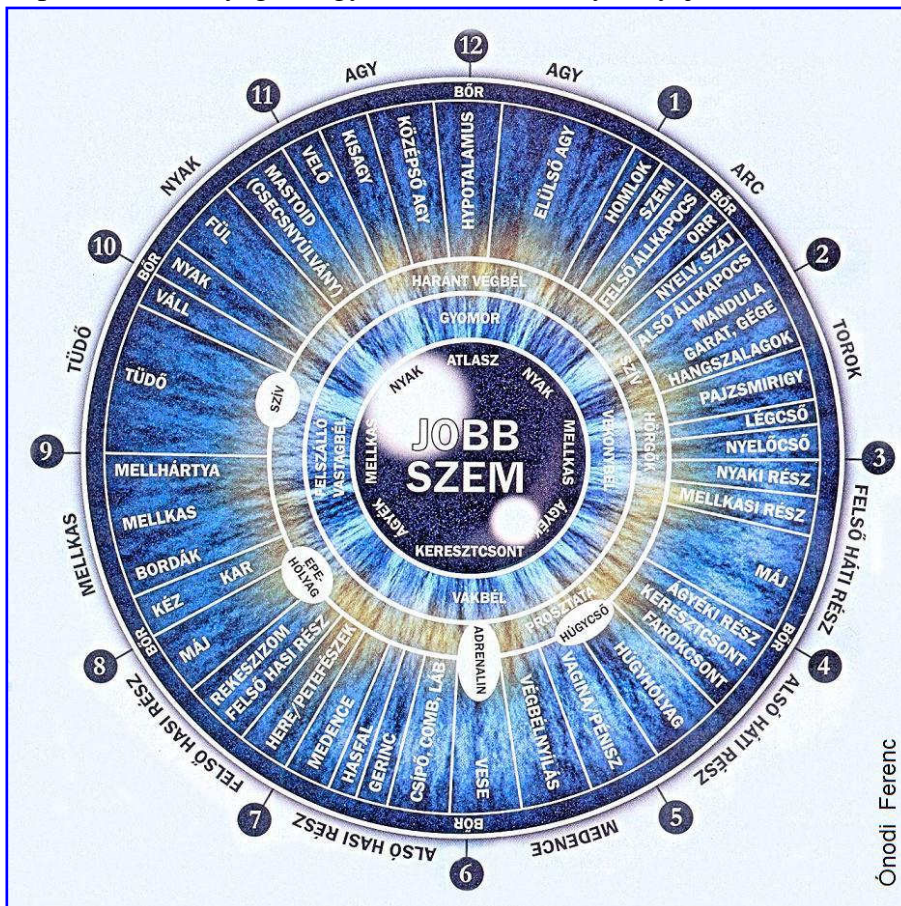
A mudrák alkalmazási módja viszont napjainkra erősen elbizonytalanodott, és nagyrészt feledésbe merült. Újbóli feltámasztása, és az európai emberek számára is alkalmazhatóvá tétele Kim da Silvának köszönhető, aki az indiai mesterektől elsajátított kéztartásokat összehangolta a kínai akupunktúra által rögzített ingerpontokkal, és az ily módon pontosított szabályokat „Kezünkben az egészség” című könyvében közreadta. A szerző a mudrákat reflexzóna-kezelésnek nyilvánította, de nagy a valószínűsége annak, hogy itt nem az agyi energiaszabályozó, -felügyelő központ egyes területeinek ingerléséről van szó, hanem energiahidak létrehozásáról. Betegségeink gyakori kiváltó

oka, hogy a meridiánláncban elakad az energia, nem tud kellő mértékben átáramlani az egyik energiapálya végpontjából a másik kezdőpontjába. Ezen segítenek a mudrák azáltal, hogy ujjaink különböző pontokon való összeérintésével létrehozunk egy (szükség esetén több) energiahidat a telített és az energiahányos meridiánok kezdő és végpontjai között. Ez a probléma egyébként a lábon is előállhat, de sajnos a lábujjainkat nem vagyunk képesek hasonló ügyességgel összeérinteni, így ezt a zavart más úton kell korrigálni.

A teljesség kedvéért meg kell még említeni a reflexzóna-kezelések legújabb ágát, a nyelvakupunktúrát. Suh Jieguang kínai orvos akupunktúráról leírásokat tanulmányozva nemrégén rájött arra, hogy a fülhöz hasonlóan a nyelven is található legalább 40 reflexzóna, amelyek a 12 meridiánnal, valamint az egyes szervekkel állnak kapcsolatban. Újabban ezen a módon sikerrel gyógyítottak már bénulásos beszédzavart, agyvérzés okozta mozgásképtelenséget, arcbénulást, sőt gyermekbénulást is. Természetesen a nyelven található reflexzónákat nem nyomkodással, hanem lézersugárral, illetve elektrostimulációval ingerlik. Újabban az akupunktőrök egy része talpreflexológia-kezeléseket is végez ezzel a módszerrel. Érdekessége ennek a fajta kezelésnek, hogy ha a készüléket 10 Hz-es frekvenciára állítják be, akkor a beteg agyfrekvenciája is lecsökken erre az értékre. A megfigyelések szerint az alfa szinten végzett kezelések hatékonysága rendkívül jó. A gyors javuláshoz feltehetően hozzájárul a beteg relaxációja is, ami a kezelés után felszabadulttá, idegileg oldottabbá teszi.



Sajátos ága a reflexológiának az íridológia, amely egy magyar orvos, Péczeli Ignác felfedezésén alapul. Ennek lényege, hogy a szem szivárványhártyáján, az íriszen hasonló reflexpontok találhatók,



mint a fülön, a nyelven, a kézen vagy a lábon. A test minden egyes szerve meghatározott területet foglal el a szivárványhártyán, és betegség esetén jellegzetes elszíneződések jönnek létre ezekben a zónákban. A vizsgálatot speciális lámpával (iridoszkóp vagy réslámpa) végzik, ami teljesen fájdalommentes, és csupán pár percig tart. Az írisz mellett a pupillát, a szemfehérjét és a szem környékét is tanulmányozzák, mert ezek rendellenességéből a szem betegségeire lehet következtetni. Az írisztérképen az úgynevezett szeletek a test egyes részeihez vagy funkcióihoz kapcsolódnak, a zónák pedig szervrendszereket képviselnek, belülről kifelé haladva. Az írisz tanulmányozá-

sa útján történő diagnosztizálás azonban komoly szakmai ismereteket igényel, a laikusok csak súlyos belső elváltozásokat képesek észrevenni a szivárványhártyán. Vannak orvosok, akik a szem reflexzónáit nem csupán diagnosztizálásra használják, de ezen keresztül meg is gyógyítják a betegséget. Ennek módja, hogy egy pontszerű, gyenge fénysugarat irányítanak a szem beteg szervéhez tartozó zónájára. A fókuszált fénysugár aktiválja a beteg szervvel összeköttetésben álló reflexpályát, ami

gyógyító ingert vált ki az agynak abban a tartományában, amely ennek a szervnek a felügyeletéért felelős.

Jellemző az íriszdiagnosztika megbízhatóságára, hogy egy németországi felmérés szerint a gyomor- és bélrendén a páciensek 80%-ánál, a húgyúti megbetegedéseknél több mint 80%-ban, a szív- és érrendszeri panaszoknál 77-78%-ban, az idegrendszeri betegségeknél pedig 70%-ban egyezett az íriszen talált elváltozás a hagyományos módszerekkel felállított diagnózissal. Emellett az íriszdiagnosztika néhány perc alatt lezajlott, míg a hagyományos vizsgálatok órákig tartottak, és a különféle ultrahangos és rétegröntgen berendezések alkalmazása következtében óriási összegbe kerültek. Az írisz nem csak kimutatja a szervezet elváltozásait, hanem az előbb említett módon rajta keresztül meg is lehet gyógyítani a beteget. Ezt az teszi lehetővé, hogy az írisz speciális zónái egyben reflexológiai vezetékek végpontjai is. A láb-, a tenyér-, és a fül reflexvezetékeihez hasonlóan összeköttetésbe állnak az aggyal, és az ingerületet továbbítva képesek pozitív változásokat kiváltani benne.

Nálunk ezt a módszert először az Ormos Intézetben kezdték el alkalmazni, és igen magas fokra fejlesztve szivárványterápiának nevezték el. Az általuk alkalmazott kékeszöld színű, alacsony frekvenciájú fénysugár gyerekeknél 90, felnőtteknél 70-80% arányban képes blokkolni a betegségeket. A 15 másodperctől 3 percig terjedő kezelések után az íriszen eloszlik a megbetegedésre utaló folt, ami egyértelmű jele annak, hogy az agy megkapta az üzenetet, és utasítást adott a betegség megszüntetésére. Egyszerűségén kívül nagy előnye még ennek a módszernek, hogy a gyógyulási idő a hagyományos gyógyszeres terápiához viszonyítva harmadára csökken, és emellett teljesen veszélytelen. Arra azonban ügyelni kell, hogy hetente csak egy kezelést szabad végezni, mert ha az agynak egyszerre több blokkolást kell végrehajtani, az nagyon kifárasztja a szervezetet. Amennyiben a sok színes szakkönyv valamelyike alapján mi magunk kívánjuk tanulmányozni az íriszünket, ügyeljünk arra, hogy a tükör felcseréli a jobb és a bal oldalt. Ennek következtében a tükörben látott kép éppen fordítottja annak, amit a színes fotók mutatnak.

Az írisz- és a nyelvdiagnosztikán kívül egyre nagyobb jelentőségre tesz szert az arcdiagnosztika. Az arc ugyanis nem csak a lélek, hanem a test tükré is. Az alsó és felső ajkak állapotából, az orron, homlokon vagy az állon található jellegzetes vonalakból, a szem alatti táskákból, valamint az arc más részein megfigyelhető elváltozásokból mélyreható következtetések vonhatók le a páciens betegségeivel kapcsolatban. Nem kevésbé megbízható módszer a körömdiagnosztika. A köröm valamint a körömágy elváltozásai a testben rejlő betegségeken (pl. májmérgezés, emésztési zavar) kívül arról is tájékoztatást adnak, hogy a szervezet szenved-e valamilyen vitamin- vagy fontos ásványanyag-hiányban. Ismeretes még a skalpdiagnosztika is, amely a haj állapotából, a hajszálak terjedelméből és alakjából von le fontos következtetéseket egészségi állapotunkat illetően.

Érdekességként megemlíthető még, hogy a reflexológiához hasonló elven működik egy másik természetgyógyászati eljárás, a kiropaktika. A csontkovácsolás azonban nem a szubatomi energiapályák, hanem a gerincvelőből kiinduló idegpályák útján fejti ki hatását testünk különböző szerveire. Jelentősen hozzájárul a háti- és nyaki panaszok megszüntetéséhez az is, hogy a masszírozás hatására kitágulnak hajszálerek, ami elősegíti a beteg testrészen felhalmozódott méreganyagok kimosódását. Mellesleg ezt a hatást mi is elérhetjük, hátunk masszírozásával visszaszoríthatjuk kezdődő lumbágónkat.



Visszatérve a talpreflexológiához, általános tapasztalatok alapján megállapítható, hogy hatásfoka nem éri el az akupunktúra hatékonyságát, sőt gyógyító hatása valamivel alatta marad az akupresszúra hatékonyságának is. A talpreflexológiai kezelések során beszámolnak ugyan olyan különleges betegségekből való tökéletes kigyógyulásokról is, amelyek már szinte csodaszámba mennek, de ezekben a gyógyulásokban valószínűleg nagyobb szerepe volt a hitnek, az eltökéltségnek, mint a reflexpályák ingerlésének. Az önszuggesztió, agyunk tudatos szférájának mélyebb tudatszintekre való alámerülése ugyanis döbbenetes eredményeket produkálhat mind testi, mind lelki betegségeink gyógyításában. Mindenki hallott már a keleti jógikról, akik meditációs gyakorlataikkal képesek önmagukat hipnotizálni, és ebben az állapotban nem jelent nekik nehézséget, hogy energiatartalékai-

kat agyuk segítségével azokra a területekre koncentrálják, ahol erre egészségük helyreállítása érdekében szükség van. Ez a módszer a nyugati világban is egyre nagyobb teret hódít. Előnye, hogy nem kell hozzá tú vagy egyéb segédeszköz, hatékonysága pedig felülmúlja minden más gyógyító eljárás hatásfokát. Az agy ugyanis egészségünk legfőbb őre, képes működésbe hozni a szervezet öngyógyító mechanizmusát; így valóban igaz, hogy mindenki önmagának a legjobb orvosa. Az önszuggesztió, valamint az alsó tudatszinteken végrehajtható gyógyítási mód a nyugati országokban minden misztifikációtól megfosztva „Agykontroll” néven vonult be a köztudatba.

Érdekes megnyilvánulása mind az akupunktúrának, mind pedig az akupresszúrának, hogy ugyanaz a betegség a meridián energiahánya és telítettsége esetén is fennállhat. Ha egy meridiánt bármilyen módszerrel elkezdünk tölteni, akkor az egészség csak az energiaegyensúly létrejötte esetén áll helyre. Ha tovább töltjük az energiapályát, akkor ismételten ugyanazok a betegség tünetek kezdenek mutatkozni. Ez a jelenség egyébként a reflexzóna-kezeléseknél is megfigyelhető. Ily módon tehát nem lehet több életenergiához jutni, és ezzel a teljesítőképességünket megnövelni, vagy az élettartamunkat meghosszabbítani. Ilyen jellegű próbálkozások csak akkor vezetnének eredményre, ha az energiaegyensúly beállta után az összes meridiánunkat párhuzamosan kezdjük el tölteni. A testbe irányuló energia megsokszorozódásának létezik ugyan egy központi irányított természetes módja is, de ennek mechanizmusa még nem ismeretes. Azoknál a healereknél, akik az átlaghoz képest egy nagyságrenddel nagyobb energiát vesznek fel és sugároznak ki az ujjaikon keresztül, ez a jelenség többnyire utólag, és valamilyen külső behatás következtében alakult ki. A fokozott energiafelvétel miatt a healerek szervezete rendkívül ellenálló. Vannak közöttük olyanok is, akik monstre gyógyító körútjaik során naponta tízezer embert képesek kezelni. Ennek ellenére soha nem fáradnak el, és semmilyen betegség nem támadja meg a szervezetüket.

A jövőben talán az orvostudomány legizgalmasabb feladata lesz annak a szervnek a megtalálása, amely testmeridiánjaink energiaszintjének generál szabályozásáért felelős. Amennyiben képesek lennénk arra, hogy ennek a szervnek a működését mesterséges úton befolyásoljuk, akkor nem csak a betegségektől szabadulna meg az emberiség egyszer s mindenkorra, hanem a vitalitásunk, és talán még az élettartamunk is jelentős mértékben megnövekedne. Nem lenne szükség alvásra sem, aminek főleg a munkamániások örülnének. Mint tudjuk az alvás fő szerepe a napközben elhasznált energia pótlása. Alvás közben agyfrekvenciánk lecsökken théta, sőt kisgyermekes esetén delta szintre. Ezek a frekvenciaszinteken nagy mennyiségű energia áramlik be a szervezetünkbe, amittől feltöltődünk, megszűnik a fáradtságunk. Egy harmadik típusú találkozás során a „kis szürkék” egyike megjegyezte, hogy nagyon csodálkoznak azon, hogy mi életünk harmadát alvásra pazaroljuk. Ők minden bizonnyal mesterséges utón pótolják az elhasznált energiát, ezért nincs szükségük alvásra. Ennek módját sajnos nem árulták el.

Ezzel a témával kapcsolatban meg kell még említeni, hogy a természetgyógyászatot divathulálmként felfogó élelmes vállalkozók nemrégiben megjelentették a piacon a reflexológiai papucsot. A talp reflexzónáit leutánzó fröccsöntött műanyag papucs tulajdonképpen nem rossz elgondolás, mert ezek a mintázatok járás közben masszírozzák a talp megfelelő zónáit, mentesítve bennünket a kézzel történő fáradtságos és időrabló kezeléstől. Ennek az ötletnek a kivitelezése azonban nem eléggé átgondolt módon történt, mivel a nálunk kapható papucs mintázatát egy síkban képezték ki, nem követi a láb boltozatát. Ennélfogva van, ahol hozzá sem ér a talphoz, máshol meg nyomja a lábat, kifejezetten kellemetlenné téve a járást benne. Ezen a problémán lehetne ugyan segíteni, de a konstruktőrök figyelme nem terjedt ki arra a jelenségre sem, hogy az akupunktúrás vezetékekhez hasonlóan a reflexzónákat sem szabad túlkezelni, mert ebben az esetben is ugyanazok a betegség tünetek lépnek fel, mint a kezelés előtt. Mivel a laikusok nem tudják megállapítani, hogy ez az időpont mikor következik be, ezért kerüljük ezeknek a papucsoknak az ellenőrzés nélküli rendszeres használatát.

Jól alkalmazható azonban ez a megoldás kúraszerűen, anatómiailag gondosan megtervezett betétként. Ezt a talpreflexológiás segédeszközt azonban csak természetgyógyász javaslatára, az ő rendszeres felügyelete mellett, és meghatározott ideig szabad használni. A klinikailag tesztelt talp-betétek között világszerte elismerést aratott dr. Kazimierz Pietrowich találmánya a POKAL energiastimulátor. Nagy előnye ennek a gyógyászati segédeszköznek, hogy a reflexzónák stimulálá-

sán túlmenően felszabadítja az egyes zónákban lerakódott mérgeket, amelyek fokozott izzadás formájában távoznak a talpból. Emiatt ennek a terméknek a használata során természetes alapanyagú zoknit kell hordani, amit naponta 2-3 alkalommal váltani kell. A felhasználási tapasztalatok szerint ez a betét hatékonyan szabályozza a vérnyomást, a vércukrot és a koleszterinszintet. Jelentősen csökkenti a gerinccel, visszerrel, érszűkülettel és érgyulladásokkal járó panaszokat. Kedvezően hat a szív, máj, vese, gyomor és bélrendszer működésére. Emellett fogyasztó hatást is kivált, kiegyensúlyozottá teszi az idegrendszert, és növeli a szervezet energiaszintjét. Nem egy esetben segített gyógyíthatatlannak hitt betegségekben is. A Lengyelországból importált POKAL talpbetét magyarországi forgalmazója: ANSA Bt. 6753. Szeged, Szék u. 6. Pf. 23, Tel: (06)-62-497 003. A rendelésnél meg kell adni a lábméretet is. Ezenkívül a Herbária Rt. boltjaiban kapható ez a termék.

Kiegészítés

Nem tartozik ugyan szorosan ehhez a témához, de szólni kell a sikeres gyógyulás alapvető zálogáról, az egészséges életmódról is, hiszen e nélkül nincs végleges gyógyulás. Hiába próbálja gyógyítani magát az, aki helytelen életvitelt folytat. Az akupunktúrás kezelés ugyan átmenetileg enyhülést hoz bajainkra, de a természetellenes életmód által beteggé tett test ezt a hatást előbb-utóbb lerontja. Pl. a magas vérnyomás, vagy a reumatikus fájdalom nem véletlenül alakulnak ki a szervezetben, ennek többnyire a helytelen táplálkozás, az egészségtelen életmód az oka. Mindaddig, amíg nem szüntetjük meg a kiváltó okot, és szervezetünket nem szabadítjuk meg a mérgektől, semmi reményünk sincs arra, hogy az akupunktúrával teljes gyógyulást érzünk el.

Az már köztudott, hogy milyen veszélyt jelent egészségünkre az alkohol, a dohányzás és a narkotikaok, köztük a feketekávé is. A szervezetet azonban nem csak ezek a drasztikus mérgek pusztítják, hanem az egészségtelen táplálkozás, a húsevés szokása is. Hús fogyasztás esetén ugyanis olyan toxikus anyagok választódnak ki az emésztés során, amelyek erősen mérgezik a májat, az epét, a vesét a vért, és ezen keresztül az egész testünket. Ennek fő oka, hogy levágás előtt a megrémült állatokban mélyreható biokémiai változások mennek végbe. Amikor az állatot megölik, abban a pillanatban megáll a vérkeringése. Emiatt megszűnik a sejtek oxigénfelvétele, és széndioxid-leadása, így a félelem által felszabadított hormonok, valamint a káros, elhasznált bomlástermékek, amelyek normális esetben a szervezet öntisztító rendszerén át eltávoznának, mind bennrekednek a húsban. A sejtek megfulladása következtében felszaporodott mérgeanyagok azután kicsapódnak a hús hajszálereiben, az izmokban, a nyirokrendszerben és egyúttal önmegsemmisítő enzimek szabadulnak fel. Ezek a rothasztó enzimek az állat elpusztítása után azonnal elkezdik bomlasztó tevékenységüket, ami a hús szállítása és tárolása alatt csak fokozódik.

Az önpusztító enzimek bomlasztó hatása sokak számára csak akkor érzékelhető, amikor a hús már kezd romlani, és kellemetlen hullaszagot áraszt. Nem véletlenül nevezik sokan a húsfogyasztókat dögevőknek. Aki kételkedik ebben, menjen el nyáron, kánikula idején egy húsbolt előtt. Az ajtaján kiáramló hullaszag majd meggyőzi arról, hogy bent feltrancsírozott állati tetemet árulnak. A valerián- és izovaleriansav a friss húsban is benne van, és a szervezetünkbe kerülve tovább folytatja bomlasztó tevékenységét. A húsban levő mérgeanyagok nagy része ugyanis ellenáll a hőkezelésnek, így a főtt és sült húsokban is szinte változatlan mennyiségben megtalálhatók. Ráadásul sütés, füstölés hatására megnő a ciklikus szénhidrogének mennyisége a húsban, ami rákkeltő hatású. Az állati anyagcsere elhalási és rothadási termékeihez csatlakoznak a fehérjeemésztés és az elégségsalakanyagai is. Miután a hús fehérjéi szállítják a húgysavat, a kénsavat, a foszforsavat, ezért ezek a káros salakanyagok az állat leölése után szintén benne maradnak a húsban. Sokan azért esznek húst, mert „nagyon finom”. A gyilkos galócából főzött leves is ízletes, mégis meghal tőle, aki megeszi. A hús szintén tele van halálos mérgekkel. A különbség csak az, hogy lassabban öl.

Mivel az ember élettanilag növényevő és nem húsevő, az emésztőrendszere nem alkalmas a húsételek célszerű feldolgozására. Az elfogyasztott hús nagyon lassan halad át a bélsatornán és ezalatt a bomlástermékei, valamint a húsban lévő salakanyagok hosszú időn át kapcsolatba kerülnek az emésztőszervekkel. Amíg a húsevő állatok egy-két nap alatt megszabadulnak a bélrendszerükben lévő káros bomlástermékektől, addig az emberben a növényevőkre jellemző hosszú emésztési idő

alatt nagymértékben felszívódnak a rothadás során felszaporodó méreganyagok. Ezek a káros anyagok azután a véráramba jutva lassan minden szervünket elárasztják méreggel. A test legfőbb méregtelenítő szervei, a máj és a vesék hősiess küzdelmet folytatnak ugyan a test megtisztításáért, de egy idő után telítődnek és törvényszerűen bekövetkeznek a húsevésre jellemző különböző betegségek. Ezek legismertebbike a húgysav és vegyületei által okozott vesekő, köszvény és idült reumatikus bántalmak. A természet törvényei szerint az élettelen tetemnek el kell rothadnia, hogy megsemmisítse önmagát. Erre a fertőzések megakadályozása érdekében van szükség. Ha a hullát nem ássuk el, hanem megesszük, akkor a szervezetünkben oszlik szét, és az általa keltett méreganyagok felszívódnak a sejtjeinkbe. A dögöt a földbe kell temetni, nem a gyomrunkba.

A húsevő állatok bélrendszere testhosszukhoz viszonyítva meglehetősen rövid, tehát a gyorsan romló húst képesek rövid idő alatt kiüríteni, így a mérgek és a rothasztó baktériumok nem szívódnak fel a szervezetükbe. Ráadásul gyomruk tízszer annyi sósavat termel, mint a növényevő állatoké, ezért jobban meg tudják emészteni a hús szöveteit. Az ember béltraktusának a hossza azonban háromszorosa a testmagasságának. Ebből következik, hogy a hús jóval több időt tölt a bélcsatornában, mint amennyi megengedhető lenne. Növényi étrend esetén a hosszú béltraktus nem okoz gondot, mivel az ember természetes tápláléka, a zöldség és gyümölcs négyszer olyan gyorsan halad át az emésztőrendszeren, mint az alacsony rosttartalmú hús, így az emésztés során keletkező bomlás-termékek nem képesek felszívódni a testünkbe. Érdekes hogy a purinban gazdag zöldségfélék (bab, borsó, gomba, kelbimbó, spenót) nem okoznak köszvényt. Ez is azt bizonyítja, hogy az emberi szervezet növényevésre lett felkészítve, a hús feldolgozására képtelen. Ugyancsak egyértelmű bizonyítéka az ember eredendően vegetáriánus táplálkozásra való beállítódásának, hogy a fogazata megegyezik a növényevő állatokéval. Mint ismeretes, a húsevők tépőfogazatával ellentétben a növényevő állatoknak szorosan egymás mellett álló őrlőfogaik vannak, és az emésztésüket bő, lúgos nyálkaképződés segíti elő.

Amíg fiatal valaki, addig az erős szervezete ellensúlyozni tudja azt a többletterhelést, amit a húsevés ró rá, de később egyre kevésbé képes a méreganyagokkal megbirkózni. Mivel az ember a húsevő állatokkal ellentétben nem rendelkezik húgysavbontó enzimmal, ezt a káros anyagot a vesének kell kiválasztani. Ha a vese már nem tudja a húgysavat maradéktalanul kiválasztani, az testszerte lerakódik, elnyelődik az izmokban, ízületekben és apró kristályokat alkot, amely az idegszálakat dörzsölve egyre nagyobb fájdalmakat okoz. Amennyiben a húgysav az idegekben gyűlik össze, akkor ennek neurózis és ideggyulladás a következménye. Nem véletlen tehát, hogy a húsevők között olyan sok az agresszív, ideges ember. Mellesleg egy 20 éven át végzett vizsgálat szerint hasonló hatást vált ki a nyakló nélküli cukorfogyasztás is.

A különféle húsipari manipulációk tovább fokozzák az egészségromboló hatást. Nemrég derült ki, hogy a vágóhídi állatokat gyakran beinjekciózzák bizonyos gombákkal, mert ettől pikánsabb lesz a húruk íze. Az élve pácolt állatokból készült sonkát, kolbászt fogyasztók viszont allergiát kapnak a húserjesztő gombától. Egyébként sok helyen a narancsot is speciális gombákkal érlelik, hogy könnyebben ki tudják préselni belőle a levét. A gomba spórái és fonalai természetesen belekerülnek a gyümölcslebe is. A gyártók emiatt nem aggódnak, mert a sok belekevert tartósítószer megakadályozza a szaporodásukat, így nem penészedik meg az ital.

Nem szabad elhallgatni azt sem, hogy sok helyen a magasabb húshozam érdekében növekedésserkentő hormonokat adagolnak az állatok takarmányába. Ettől a csont- és izomállományuk deformálódik, az immunrendszerük pedig legyengül. Ennek következtében könnyen megfertőződnek tbc-vírussal. A tuberkulózis veszélye azonban eltöri, amellet, hogy a húrukban felhalmozódott növekedésserkentő hormonok erősen rákkeltő hatásúak, ráadásul megzavarják a felnövekvő nemzedék szexuális érését is. (Görögországban az 1980-as években a növényeket is kezelték növekedésserkentő hormonnal. Ezt csak akkor hagyták abba, amikor a férfihormonnal kezelt paradicsomtól sok nőnek bajusza nőtt.) A legújabb tudományos vizsgálatok szerint többek között a növekedésserkentő hormonok használatának tudható be a fiatal korosztály jelentős (előző nemzedékhez képest 10-15 centiméteres) testmagasság-növekedése is.

Ezt a helyzetet a kereskedelem még tovább súlyosbítja azzal, hogy sok országban az eladásra kínált nyers húsokat rendkívül mérgező nitrité lebomló nitrátokkal kezelik, hogy minél tovább gusz-

tusos, vöröses színük legyen. A növekedésserkentő hormonok mértéktelen adagolása már az él-sportra is kihat. A Portugál Nemzeti Állategészségügyi Intézet megállapítás szerint a malacok húsa oly nagy mennyiségű növekedésserkentő nandrolont tartalmaz, hogy ez komolyan veszélyezteti a sportrendezvények zavartalan lebonyolítását is. Nemrég pl. egy olasz válogatott labdarúgó azért bukott meg a dopingvizsgálaton, hogy előző este malacsültet vacsorázott. Jól érzékelteti a helyzet súlyosságát, hogy a New Scientist szerint az Európai Unió országaiban, valamint az Egyesült Államokban évente több mint 10 ezer tonna növekedésserkentő hormont, és betegségmegelőző antibiotikumot adnak a haszonállatoknak.

Nem kevésbé ártalmas a szervezetre az állati eredetű zsiradékok fogyasztása. A műtrágyák és a különböző rovarirtó szerek az állati sejtekben elraktározódnak, így a növényevő állatok zsírjában egy nagyságrenddel több rákkeltő kemikália található, mint magukban a növényekben. Ezek a mérgek a szervezetünkbe kerülve különféle rákos megbetegedéseket válthatnak ki. Gyakran előfordul az is, hogy „időzített bombaként” működnek. Észrevétlenül beépülnek a zsírsejtjeinkbe, és csak foggyáskor, a lebomló zsírsejtekből kiszabadulva aktiválódnak. Angol kutatók szerint ez az oka annak, hogy sokan a húsevés abbahagyása, a fogyókúra elkezdése után kapnak rákot.

A húsevő állatoktól eltérően az ember nem képes az állati eredetű zsírban levő telített zsírsavak maradéktalan feldolgozására sem. Az el nem bontott zsírsavakból képződő koleszterin fokozottan lerakódik az érfalakra, érlemeszesedést és érszűkületet okozva. Az érelzáródás következménye a magas vérnyomás, a gutaütés és végső esetben a szívtrombózis. Az egyik legkellemetlenebb civilizációs betegség, az epekő kiváltó oka is a fokozott zsírfogyasztás, a felgyülemelő koleszterin lerakódása az epében. Nem véletlen, hogy a Biblia is óvta az embereket az állati zsírok fogyasztásától: **„Az ökörnek, a báránynak és a kecskének semmi kövérjét meg ne egyétek!”** A húsok és az állati eredetű zsiradékok fogyasztásának kísérő jelenségei még a bágyadtság, az erős telítettségérzés, a hányinger és a krónikus székrekedés, amelynek könnyen lehet végbél-kiöblösödés és aranyér a következménye.

A modern „húsgyárakban” összezsúfolt állatok óhatatlanul fertőzik egymást, ezért az elhullás csökkentése érdekében különféle antibiotikumokkal rendszeresen gyógyszerelik őket. (Statisztikai kimutatások szerint a világ antibiotikum-termelésének több mint felét az állatokkal etetik fel. Csupán az Egyesült Államokban 1 év alatt több ezer tonna antibiotikumot használnak erre a célra.) Ez eleinte megvédte az állatokat a tömeges elhullástól, de egy idő után rezisztens baktériumok alakultak ki bennük. Ez a helyzet már nem csak az állatok, hanem a húsfogyasztó emberek életét is veszélyezteti. A Hannoveri Állatorvosi Főiskola kutatói a vágásra szánt csirkék 90%-ában antibiotikumoknak ellenálló csírákat mutattak ki. Ha a hússal együtt antibiotikumoknak ellenálló kórokozót juttatunk a szervezetükbe, védtelenek leszünk. Egy esetleges fertőzés esetén gyógyíthatatlanná válunk. A kórházakban terjedő multirezisztens Staphylococcus aureus (MRSA) eredetileg egy ártalmatlan bőrbaktérium, melynek elszaporodása esetén az orvosok Vankomicin nevű antibiotikumot adnak a betegnek. Ez az egyetlen hatásos szer ellene, de a vankomicinrezisztens enterococcusok (VRE) ennek a hatóanyagának is ellenállnak. A helyzet már olyan súlyos, hogy egyedül az USA-ban évente 23 ezer ember hal meg rezisztens baktériumokkal történő fertőzésben.

A természetellenes környezet, a szűk, sötét kamrákban történő üzemszerű tartás miatt az állatok idegessé válnak, legyengülnek, és megbetegsznek. Ennek az elkerülése érdekében nyugtatószereket is kevernek a tápba. Ezek a kémiai szerek gyakran daganatos megbetegedéseket váltanak ki, elősegítik a rákos sejtek elszaporodását. Ha az orvosi ellenőrzés lazasága folytán ezek a beteg állatok értékesítésre kerülnek, a fertőzött hús elfogyasztása az emberben is rákot okoz. Ezen túlmenően az állandó gyógyszerelés antibiotikum-rezisztens baktériumokat alakít ki az állatokban. Ezek a húsokkal együtt bekerülnek az ember emésztőrendszerébe is, ahol mindenféle gyógyszernek ellenálló fertőzések forrásává válnak. A nagybani állattenyésztés során a fokozódó környezetszennyezés következtében egyre gyakrabban alakulnak ki olyan különleges betegségek is, amelyeket az állatorvosok rutinszerű ellenőrzéssel nem tudnak kiszűrni, ezekre a fertőzésekre sokszor csak tömeges ételmérgezések után derül fény.

Az alapos vizsgálatra szigorú hatósági előírás esetén sem lenne mód, ugyanis még a fejlett nyugati országokban is annyira túlterheltek az állatorvosok, hogy 1 percnél kevesebb idejük jut egy ál-

latra. A szűrőpróbaszerűen végzett laboratóriumi vizsgálatok sem segítenek, mert az újonnan felfedezett kórokozók annyira ellenállóak, hogy semmilyen antibiotikumra sem reagálnak. Példa erre a kergemarhakórt előidéző prion, melynek ellenszere nincs, és az emberi szervezetbe jutva Creutzfeldt-Jakob szindrómát vált ki, ami szintén halált okoz. Ezen a hús főzése sem segít, mert ennek a módosult szerkezetű fehérjének az elpusztításához 20 percig tartó hőkezelésre van szükség 133 °C feletti hőmérséklet és 3 bar nyomás mellett, ami normál konyhatechnikai eszközökkel nem valósítható meg. Súlyosbítja a helyzetet, hogy ennek a kórokozónak a lappangási ideje 10-15 év. Ez azonban csak egyike azoknak a rejtett betegségeknek, amelyekre a jövőben számítani lehet. Jelentős mértékben hozzájárult ennek az állapotnak a kialakulásához, hogy az állatokat természetes takarmány helyett táppal etetik. Ez önmagában nem lenne baj, de felelőtlen gyártók ebbe a mesterséges táplálékba mindent beledarálnak, amihez olcsón hozzájutnak. Ennek legenyhébb következménye, hogy a baromfinak halíze van. Az állatok gyors súlygyarapodását szolgáló tápba azonban nem csak szárított tengeri halat adagolnak, hanem nagyon gyakran kerül bele elhullott állatok teteme is. Ez időről időre súlyos sertés- és baromfipestis-járványt, valamint lépfene-baktériumokkal történő fertőzést okoz, amelyet a hatóságok nem egyszer próbáltak már eltussolni.

Jellemző az állattenyésztésben érdekelt körök lelkiismeretlen üzelmeire, hogy még a közismerten növényevő szarvasmarhákkal is húslisztet etetnek. Ennek következtében alakult ki a kergemarhakór (BSE) is. Az évtized talán legnagyobb sajtóbotránya alapján derült fény arra, hogy Angliában a surlókérdésben elhullott juhokat bedarálták a marhatápra, megfertőzve ezzel az ország 11 milliós szarvasmarha-állományát. Mivel az angol marhahúst több mint 100 országba exportálták, egyelőre felbecsülni sem lehet, hogy a lappangási idő után ez milyen következményekkel jár majd a húsevőkre nézve. Egy angol mikrobiológus kiszámolta, hogy minden brit állampolgár eddig átlag 80 adag fertőzött marhahúst fogyasztott el. Ez a számítás azon a becslésen alapul, mely szerint a szivacsos agy-sorvadás megjelenése, vagyis 1984 óta kb. 800 ezer fertőzött állat került be a táplálékláncba. Egy skót szakorvos nem tartja kizártnak, hogy 2015-re 5 ezer és 500 ezer halálos megbetegedéssel kell számolnunk csupán a szigetországban. 2002-ben már 1144 bejelentett BSE-fertőzést tartottak nyilván Nagy-Britanniában.

Arra már nem is mernek gondolni a tudósok, hogy milyen következményei lesznek ennek a helyzetnek külföldön. Az ENSZ Élelmezési és Mezőgazdasági Szervezetének (FAO) felmérése szerint 1986 és 1996 között legalább 100 ország vásárolt európai készítésű hús és csontlisztet. Ez már érezteti is a hatását. A kontinensen eddig 682 ember halt meg a Creutzfeldt-Jakob kórban, javarészt fiatalok. Bár hivatalos adatok szerint a magyar szarvasmarha-állományban még nem ütötte fel a fejét a BSE kór, 2001-ben és 2002-ben nálunk is 33 Creutzfeldt-Jakob kóros megbetegedést regisztráltak. Közülük 26 ember meg is halt. A szivacsos agyvelőgyulladásban elhunytak vagy szarvasmarhák közelében dolgoztak, vagy az átlagosnál jóval gyakrabban fogyasztottak marhahúst. Ez a helyzet a veszélyt agyonhallgató, a botrányt eltussoló politikusoknak is sok kellemetlenséget fog okozni.

Franciaországban két család egyenként 3 millió frank kártérítésre perli a kormányt gyermekük elvesztése miatt. A vád az, hogy az állami szervek 8 éven át következetesen elhallgatták a BSE kórból eredő, emberre is leselkedő halálos veszélyt. Az esélyeik nem rosszak, mivel a minap egy amerikai bíróság 28 milliárd (nem tévedés 28 000 000 000) dollár (7 000 000 000 000 Ft) kártérítést ítélt meg egy amerikai asszonynak, aki azt állította, hogy azért kapott tüdőrákot, mert a dohánygyárak nem figyelmeztették a dohányzás ártalmaira. Az ítélet hírére a dohánygyárak részvényei 7-9%-ot zuhantak a tőzsdén. Jogi szakértők szerint a megítélt összeg büntetés jellegű, és azt a célt szolgálja, hogy a csődbe kergesse a dohánygyárakat, amelyek emberek millióinak haláláért felelősek. Könnyen lehet, hogy néhány év múlva a húsipart fogják ugyanezen az alapon tönkretenni.

Súlyos gondot okoz a fertőzött marhától való megszabadulás is. Mivel a prion mindennek ellenáll, és a gazdasejtek elpusztulása után sem hal el, a leölt állatokat nem lehet dögtemetőkbe helyezni. Megsemmisítésük egyetlen módja az elégetés. Angliában már 160 ezer marhát hamvasztottak el erre a célra szolgáló hatalmas krematóriumokban, és még min. ennyi van hátra. Hasonló a helyzet a legtöbb nyugat-európai országban is. Németországban eddig 22 ezer tehenet küldtek ily módon a halálba. A folyamat felgyorsítását nem csak a pénzhiány akadályozza, hanem a lakosság

ellenállása is. A krematóriumok környékén élők meglehetősen rosszul viselik az égett hús szagát, pszichikailag erősen megviseli őket ez a tevékenység. Miután a fertőzés tovaterjedését a hatósági intézkedések ellenére sem sikerült megállítani, a botrány hatására lemondott a német egészségügyi-, és az agrárminiszter. Ez tovább fokozta a fogyasztók bizalmatlanságát, melynek következtében a marhahús fogyasztása 80%-kal csökkent, és ezzel egyidejűleg 40 ezer munkahely szűnt meg a húsiiparban. Erre a német kormány elrendelte, hogy minden marhát le kell vágni, és el kell égetni, amely kaphatott a fertőzött tápból. Ez a döntés 400 ezer állat megsemmisítését jelentette.

Hasonló határozatot hozott az Európai Unió brüsszeli bizottsága is. Ők 2 millió kannibalizmusra kényszerített marha leölését rendelték el a kontinens országaiban. Mindezek ellenére a kór tovább terjed. Ezért Németországban a vágóhídi alkalmazottakat egyszer használatos védőruhával látják el. Kiderült ugyanis, hogy a BSE-kór okozója a szem-, a száj- és az orr nyálkahártyáján, valamint bőrsérüléseken keresztül is bejuthat a szervezetbe. Mi pedig nyugodtan megesszük azt a húst, amihez csak védőfelszerelésben lehet hozzáérni.

Ugyancsak ketyegő bombaként hat egy másik szarvasmarhák által terjesztett betegség, amit az *Escherichia coli* baktérium okoz. Az állat bélcsatornájában ártalmatlan lakóként viselkedik. Sütés hatására elpusztul, de a darált húsból készült pogácsákat kevés hő éri, ezért túléli a hőkezelést. Ennélfogva tömegesen fertőzi meg a hamburgerfogyasztókat. A gyorséttermi lánc gyanútlan vendégei hasi fájdalomra, és véres hasmenésre panaszkodnak. Az egészséges felnőtt szervezete egy-másfél hét alatt úrrá lesz a betegségen, de kisgyerekeknél és idős embereknél gyakran hemolitikus uremia -nak nevezett tünetegyüttes alakul ki, ami halállal végződhet. A tragédiát ennek a kórokozónak az O 157-es törzse okozza, amely antibiotikumos kezelés hatására stresszes állapotba kerül, és verocitoxin-t termel. Ez a mérég áthatol a bélrendszer sejtjeinek falán, és megtámadja a vesét. A súlyos veseelégtelenség agyi károsodás is kiválthat. Végző stádiumban már a vérátömlesztés, és a vesedia-lízis sem segít. A kórokozó Argentínából származik, ezért ebben az országban és Chilében minden 100 ezer 5 éven aluli gyerekből 8 vált áldozatává a verocitoxin-mérgezésnek. Miután Argentína a világ fő marhahús-exportálója, már az északi féltekére is áterjedt a fertőzés. Az Egyesült Államokban eddig 70 ezerre tehető a megbetegedések száma. Itt 100 ezer gyerekből 3 szenved hemolitikus uremia -ban. Már halálos áldozatai is vannak ennek a járványnak. 1995-ben pl. Ausztráliában 22, Skóciában pedig 20 ember halt meg verocitoxin mérgezésben. Megjelentek a herpeszes disznók is. Egy magyar gazdaságban herpesz vírussal fertőzött disznókat találtak. A járványügyi hatóság nem csak a fertőzött településeket vette zárlat alá, hanem a házi disznótorokat is megtiltotta.

Főleg a házi disznóvágások következtében terjed a butulizmus is. Ezt a tífuszhoz hasonló megbetegedést a bacilus butulizmus nevű baktérium toxinja okozza. A mérég a bélben keresztül szívódik fel. A baktérium nem megfelelően kezelt sonkában, kolbászban, disznósajtban és fehérjét tartalmazó konzervekben fordul elő. (Kialakulásának fő oka a higiéniai előírások be nem tartása, és a nem elég alapos hőkezelés.) A húsmérgezés blokkolja az idegrendszert, megbénítja az izmokat és látási, nyelési, hangképzési zavart okoz. A kezdeti tünetek: gyomorgörcs, hasmenés és hányás. (Kivéve a csecsemőket. Náluk az első tünet a székrekedés.) A botulotoxin egy grammjának milliomod része is halálos lehet az emberre. Az ellenszert külföldről kell behozni. Egy ampulla 5 millió forintba kerül. Eddig nálunk 27 fertőzés történt. Ha a fertőzés kezeletlen marad, a beteg meghalhat, vagy belerokkanhat. Nem egy emberből csinált a butulizmus rokkantnyugdíjast, amit a piacon vásárolt „jó minőségű házi kolbásztól” kapott. (Ezt a betegséget régen kolbászmérgezésnek hívták. A kolbászt ugyanis is a hurkával ellentétben füstölés előtt nem főzik meg. Így ha nem járja át teljes egészében a füst, akkor a baktériumok nem pusztulnak el benne.)

A sertés- és marhahús veszélyességére való tekintettel sokan átálltak a baromfihús fogyasztására. Újabban azonban már ez sem tanácsos. A Belgiumban nemrég kirobbant mérgezési botrány során kiderült, hogy egy helyi tápszergyártó cég nem csak állati tetemeket kevert a tápba, hanem fáradt étolajat, sőt bizonyos hírek szerint transzformátorolajat is. Az elhasznált étolaj azonban nagy mennyiségű rákkeltő dioxint tartalmaz, ami a takarmánnyal együtt belekerült a szárnyasok húsába. A belga cég nem csak otthon forgalmazta a mérgezett tápszert, hanem számos európai országba (pl. Hollandiába, Németországba) is exportálták, így a világ minden állama megtiltotta a nyugat-európai baromfihús behozatalát. Ezzel egyidejűleg az egészségügyi hatóságok letakarították az élelmiszer-

áruházak és szupermarketek húspolcain, hogy megállapítsák, mely termékek tartalmaznak dioxint. A pánik hatására Belgiumban 8,5 millió egészséges csirkét is levágtak, hiszen senki sem akart „dioxin-gyanús” élelmiszert vásárolni. A kár 400 millió belga frank volt, amit csak tetőzött, hogy a botrány után a belga tojások is eladhatatlanná váltak. Mivel a már eladott hús- és tojásmennyiség egészségügyi következményei beláthatatlanok voltak, a belga kormány azonnali hatállyal lemondott. A fogyasztók megrökönyödésére újabban „világító” csirkék árasztották el a piacot. Az ipari hulladékkal kevert táppal etetés következtében sötétben a csontjaik foszforeszkálnak, világítanak. Ezen már a megrögzött húsevők is elgondolkoztak, és a kereslet csökkenése miatt ismét mélypontra zuhant a baromfi ára.

Emellett számolnunk kell a szárnyasokat sújtó fertőző betegségekkel is. Közülük leggyakoribb a baromfipestis, amely időről időre felüti a fejét, és rövid idő alatt hatalmas állományt képes megfertőzni. Legutóbb 2003 tavaszán jelent meg. Belgiumban emiatt 1 millió szárnyast semmisítettek meg. A kezdeti intézkedések azonban nem bizonyultak elegendőnek, mert a járvány tovább terjedt. Hollandiában 45 millió szárnyast, a teljes állomány egyharmadát irtották ki a gumikesztyűvel és védőmaszkkal felszerelt különítmények. Egy állatorvos meghalt, mert nem tartotta be a biztonsági előírásokat. A kár 500 ezer euróra rúgott. A pusztulásra ítélt szárnyasok között 9 millió tojótyúk volt, ami később komoly tojáshiányt, és áremelkedést okozott a nyugat-európai tojáspiacon. A hatóságok által elrendelt kényszervágások következtében a baromfifarmok egynegyede tönkrement. A baromfivész átterjedt Németországra is, ahol 100 ezer állatot gázosítottak el, illetve öltek meg árammal. Már nálunk is felütötte fejét a fertőző burzitisz. Ez a baromfi AIDS-nek is nevezett betegség legyengíti az állat immunrendszerét, melynek következtében mindenféle társfertőzést szed össze. A rohamosan terjedő súlyosabb változata ellen nincs védőoltás.

Rohamosan terjed a listéria. Legutóbb az Egyesült Államokban tombolt ez a szalmonellafertőzéshez hasonló tüneteket kiváltó járvány. Ellenintézkedésként az amerikai hatóságok 8 millió tonna listériabaktériummal fertőzött pulykahús megsemmisítését rendelték el. Mindezek tetejébe itt van



- Fel a kezekkel! Egy madárinfluenzás csirke van a kezemben!

nyakunkon a vándormadarak által terjesztett madárinfluenza, ami tovább sokkolta a fogyasztókat. Az ellene való védekezés, emberre való áterjedésének megakadályozása, a védőoltáshoz szükséges vakcina tömeges előállítására dollármilliárdokat emésztett fel világszerte. A hatóságok azzal nyugtatják az embereket, hogy a hőkezelés (sütés-főzés) elpusztítja a vírust. Arról azonban hallgatnak, hogy az állatról emberre terjedő H5N1 vírus a nyers hús megfogása, feldolgozása során fertőz. Utána már

teljesen mindegy, hogy a húsfogyasztó mit csinál a szárnyassal. Már biztosan megfertőződik, és ebben a betegségbe minden második ember belehal.

Eddig világszerte 100 ember betegedett meg madárinfluenzában, és 200 millió szárnyast öltek le, gázosítottak el. Már Magyarországot is elérte a járvány. Nálunk eddig 800 ezer pulykát, libát és kacsát pusztított el a közegészségügyi hatóság, ami 20 milliárd forint kárt okozott az országnak. Nem megoldás a háziszárnyasok védőoltással való ellátása sem. Eltekintve a költségektől a beoltott szárnyas nem immunissá, hanem csak tünetmentessé válik. Ez azt jelenti, hogy csirkék, libák, kacsák, pulykák milliói fogják magukban hordozni a vírust anélkül, hogy ez látszana rajtuk. Ez azt eredményezi, hogy előbb-utóbb a világ teljes szárnyasállománya körbefertőződik. Ezt követően minden ember megbetegszik, aki csak hozzáér ezekhez a fertőzött állatokhoz, feldolgozza a nyers húszakat.

Már a vadhúst sem lehet zavartalanul fogyasztani, mert a vadállományt meg fonalféreg-fertőzés sújtja. Ez emberre is átterjed, és súlyos izombénulást, nem egy esetben halált okoz. A disznóhús

fogyasztói sincsenek biztonságban, mert a sertéspestis ugyancsak rendszeres gyakorisággal fertőzi meg egy-egy ország állatállományát. Terjed a sertésborsókór is. A horgasfejű galandféreg sertésekben tenyészik, és a rosszul átsütött hússal kerül az emberi szervezetbe. Ott fejével a bélfalra tapad, és elszívja a táplálékot a szervezetből. Növekedése során átfúrja a bélfalat, és a vérbe jutva elsodródik az izmokba, az agyba, a gerincvelőbe. Ezáltal az epilepsziától kezdve a vakságon át az agyhártyagyulladásig sokféle betegséget okozhat. Mivel itt a kár jóval nagyobb, a gazdák igyekeznek eltitkolni a járványt. A fertőzés ténye sok esetben csak a hús eladása, a fogyasztók megbetegedése esetén derül ki. A húsfogyasztók fokozódó idegessége miatt azonban egyre nehezebb eltitkolni a jelentősebb járványokat. Így derült fény arra, hogy Angliában 20 év után ismét felütötte a fejét a száj- és körömfájás, a patás állatok évezredek óta rendszeresen visszatérő betegsége. A szigetországban való megjelenése most sem a véletlen műve volt, hanem az emberi felelőtlenség következménye. A hatósági vizsgálatok kiderítették, hogy Kínából becsempészett fertőzött húst szolgáltak fel egy étteremben, a maradékot pedig moslékként feletették egy környékbeli gazdaság sertéseivel. A betegség róluk terjedt át a szarvasmarhákra, majd a többi hasított patájú állatra. Az országos méretűvé terebélyesedett járvány következtében 180 ezer állat pusztult el, amelyeket óriási máglyákon égettek el.

A fertőzés átterjedt a vadállományra, valamint a madarakra is. A beteg állatok kilövésére a hadsereget kérték fel. Miután a száj- és körömfájás vírusát a szél is terjeszti, a kormány úgy próbált gátat vetni a további terjedésének, hogy elrendelték 7 millió fertőzésnyűs állat leölését a gócpontok környékén. Ennek ellenére a kór 1880 helység több mint 3000 gazdaságában ütötte fel a fejét. A hatóságok nagyarányú fertőtlenítéssel próbálták a vírust megfékezni. Ennek költsége napi 2 millió font volt, amely hónapokon át terhelte a költségvetést. Összesen 8 milliárd font kár keletkezett. További óvintézkedésként egész Nagy-Britanniában betiltották a sportrendezvényeket, a vadászatokat, és korlátozták a turizmust. Ez önmagában több kárt okozott az országnak, mint az elhullott állatok értéke. Nem is szólva a BSE-kórt feltáró két és fél évig tartó vizsgálat költségeiről, amely 27 millió fontot emésztett fel.

Az állatkereskedelem is a csőd szélére jutott, mert a járvány kontinensre való behurcolásának megakadályozása érdekében az Európai Unió megtiltotta mindenféle élőállat behozatalát a tagországokba. Később más kontinensek országai is hasonló módon jártak el. Ezzel egyidejűleg Franciaországban elrendelték 30 ezer, korábban Angliából importált birka leölését. Ehhez járult még 20 ezer francia birka megsemmisítése azzal az indokkal, hogy érintkezhetnek az angol juhokkal. A járványos fertőzések a húsállattartók korábbi üzelveire is felhívták a figyelmet. Így kezdtek el a szakemberek fokozottan vizsgálni a hizlalás körülményeit. A széles nyilvánosság csak ezeknek a jelentéseknek a révén szerzett tudomást arról, hogy milyen körülmények között „készül” a hús. A Bayer Gyógyszergyár szakértője, Holger Uhlig szerint a fogyasztókra nézve sokkal nagyobb veszélyt jelent a mesterséges vitaminokkal, antibiotikumokkal és hozamfokozó hormonokkal telenyomott „turbódisznók” húsa, mint a BSE-kóros teheneké. A Creutzfeldt-Jakob kórt kiváltó prion ugyanis csak a szarvasmarha agyvelőjében, gerincvelőjében és a zsigereiben van jelen, a futószalagon hizlalt sertéseknek viszont minden porcikájuk mérgezett. Az emberi felelőtlenség és a környezetszennyezés növekedésével ezek a problémák nagy valószínűséggel tovább fokozódnak. Ennyi sok veszély és kár láttán felvetődik az emberben, hogy érdemes-e tovább ragaszkodnunk a húsfogyasztáshoz?

A húsfogyasztás a fő okozója egy másik népbetegségnek, a csontritkulásnak is. A hús ugyanis hússzor annyi foszfort tartalmaz, mint kalciumot, ezért szervezetünk a csontokból vonja el ezt az alapvető testépítő anyagot, hogy helyreállítsa a helyes foszfor-kalcium arányt a táplálékban. A véráram által „kimosott” kalcium azonban már nem képes beépülni csontjainkba, mivel a foszfor lekötöti, és az emésztés befejeződése után a foszforfelesleggel együtt eltávozik a szervezetünkől. A táplálkozástudományi szakemberek úgy említik ezt a jelenséget, hogy a húsfogyasztók szervezete „elsavasodik”. A hús káros hatása elleni védekezés másik módja, hogy a szervezet elraktározza a felesleges savakat. Ez a csontritkulásnál is kellemetlenebb következményekkel jár, mert önmérgezés jön létre, ami számos betegség kiváltója lehet. A test igyekszik az egyensúlyt helyreállítani, de ezt csak úgy tudja megtenni, hogy feláldozza a bázistartalékát. Ez tovább növeli a csontritkulás veszélyét, mert a tartalékot a Ca- és Mg-sók alkotják.

A zsírban gazdag étkezés is elősegíti a csontritkulást, mivel a lipáz enzim által el nem bontott zsírgolyócskák körülveszik a kalciummolekulákat, és megakadályozzák a felszívódását. Ennek a veszélynek a zsírszegény, diétás étrendet követő húsfogyasztók is ki vannak téve, mivel a húspanon nagyon sok a rejtett zsír. Még a színhús is kb. 40%-nyi zsírt tartalmaz, ami észrevétlenül kerül a szervezetükbe. Nem fenyeget ez a veszély olajos magvak fogyasztása esetén. Ezek magas olajtartalmát ugyanis ellensúlyozza a bennük található jelentős mennyiségű kalcium. Így túlzott fogyasztásuk során csupán súlygyarapodással, zsírpárnáink vastagodásával kell számolnunk. A csonttömeg csökkenését fokozza az a hatás is, hogy az állati zsíradékokban levő telített zsírsavak szintén gátolják a kalcium felszívódását. A csontritkulás már gyermekkorban jelentkező következménye a fogszuvasodás, amelyhez jelentős mértékben hozzájárul a répa- és nádcukor fogyasztása is. Ugyancsak a csontritkulásnak tudhatók be a későbbiek során jelentkező csigolya- és hátfájdalmak, valamint a testmagasság fokozatos csökkenése. Statisztikai kimutatások szerint 200 évvel ezelőtt a 60 éven felüli lakosságnak csupán 15%-át érintette ez a betegség. Az időközben többszörösére emelkedett hús- zsír-, cukor- és szénhidrát-fogyasztás következtében ez az arány ma 85%.

Mindezen bajok elkerülésének legcélravezetőbb módja visszatérni az ember természetes táplálkozásmódjához, a vegetarizmushoz. Ez természetesen nem megy nehézségek nélkül, mivel a kétségtelenül ízletes, kellőképpen fűszerezett főtt és sült húsokról nehéz lemondani. Egyik napról a másikra nem is lehet, de a heti húsadag fokozatos csökkentésével egy idő után végleg abbahagyható a húsevés. A legtöbb ember tulajdonképpen nem is az íze miatt idegenkedik a vegetárius étrendtől, hiszen a kirántott zöldségfélét, a gyümölcsöt, vagy a gusztusos salátakészítményeket mindenki szereti. A leggyakoribb kifogás az, hogy ezekkel az ételekkel nem lehet jóllakni. A jóllakás érzete azonban csak egy rossz beidegződés, amelyet kizárólag a húsevés szokása alakított ki, és abból ered, hogy a húst és az állati eredetű zsíradékot a szervezet nehezen tudja feldolgozni, ezért ezek az ételek megülik a gyomrunkat. A szervezet normális működéséhez azonban egyáltalán nem szükséges, hogy a gyomor telítődjön, a könnyen emészthető ételek a jóllakottság érzése nélkül is képesek hiánytalanul ellátni a szervezetet tápanyagokkal. Testünk nem akkor van jól táplálva, ha feszül a gyomor. A szervezetet kizárólag a felszívódó tápanyag képes táplálni. A húsos és zsíros ételek csak panganak a bélrendszerben, és gyakran emésztetlenül kerülnek ki a szervezetből.

A húsmentes receptek számának rohamos bővülésével egyébként sem kell már a vegetáriusoknak éhségérzettel számolniuk. A korszerű szójás ételeknek nem csak az ízük, hanem a laktató képességük is ugyanolyan, mint a húsé. Fehérjetartalmuk pedig jóval meghaladja a húst. A hústermelés a vízgazdálkodásra is rossz hatást gyakorol. 1 kg marhahús előállításához 16 ezer liter, azaz 16 köbméter vízre van szükség. Jelenleg az emberiség 300 millió tonna húst fogyaszt évente. Ebből könnyen kiszámítható, hogy a hústermelés mekkora terhet jelent az ivóvíz-ellátásban. A terhelést tovább fokozza, hogy az előrejelzések szerint 2050-re a húsfogyasztás megduplázódik.

Mellesleg a különböző húsok közül legkevésbé mérgező a halhús, a legtöbb mérgező anyagot pedig a disznó- és marhahús tartalmazza. Ezért ha valaki végképp nem tud lemondani a húsevésről, fogyasszon halat. A hal azonkívül, hogy a legtoxintmentesebb hús, magas fehérjetartalma mellett sok foszfort is tartalmaz, ami a szakirodalom szerint jótékony hatással van az idegrendszerre, de ennek megvannak a hátrányai is. A halak közül is legelőnyösebb a tengeri halak és az édesvízben is tenyésztett növényevő busa fogyasztása, mivel ezeknek a húsa koleszterinbontó enzimeket tartalmaz. (A tengeri halak fogyasztásával járó veszély azáltal is csökken, hogy többnyire nem tartalmaznak szálfát.) A halhúsban általában kevesebb a purin, amely más húsok emésztése során bennreked a szervezetben, s húgysavként rakódik le az izmokban és ízületekben. Meg kell azonban említeni, hogy miután a hal is hús, ezért rendszeres fogyasztása esetén nem mentesülünk a húsevés egyéb ártalmaitól, pl. a székrekedéstől. További hátránya még a halfogyasztásnak, hogy a szervezet által fel nem használt foszfortartalma jelentős mennyiségű kalciumot von el a testünkből. Kalciumhiányos táplálkozás esetén ez még a hagyományos húsoknál is intenzívebb csontritkulást válthat ki. A húsevőket azért sem lehet halfogyasztásra átállítani, mert a világtengerek már most is túl vannak halászva. Ha most mindenki elkezdene halat enni, fél év alatt lerabolnánk az óceánok teljes halállományát.

Megemlíthető még, hogy a húsevésből eredő egészségkárosodás csökkentésének van egy történelmileg kialakult módja is. Ez az eljárás az ókeresztény vallás kötelékébe tartozók körében terjedt el, és még ma is a zsidóság táplálkozási szokásainak alapvető meghatározója. A fenti ismeretek birtokában már érthető, hogy az Úr miért írta elő „választott” népe számára oly szigorúan az állatok leölésének és fogyasztásának módját. Az ókorban ugyanis még nem álltak rendelkezésre a jelenlegi zöldség- és gyümölcsstartósítási módszerek, így az éhínség elkerülése érdekében az Ószövetség a vér elfogyasztásának tilalma mellett megengedte a húsevést. A „kóser” hús előállítására szolgáló rituálé nem öncélú volt, hanem ma már tudományosan is igazolható óvintézkedések sorozatát tartalmazta, hogy a hús minél kevesebb kárt tegyen az ember szervezetében. A méregtartalom csökkentésének első szabálya az volt, hogy az állatot borotvaéles késsel, és egyetlen mozdulattal kellett megölni, hogy egy pillanat alatt „fájdalom nélkül” kimúljon. Jelenlegi ismereteink szerint ez a szabály azt a célt szolgálta, hogy az állat ne kerüljön stresszhelyzetbe, és ne árásszák el a testét a félelem által felszabadított hormonok. A vérben levő káros bomlástermékek eltávolítására úgy rendelkezett a Biblia, hogy leölés során az állatot teljesen ki kell véreztetni, utána a feldarabolt húst alaposan le kell mosni, a benne rekedt vért pedig sós vízben történő többszöri áztatással kell eltávolítani. Az ily módon tisztított hús azonban csak korlátozottan használható. A vízben levő baktériumoktól ugyanis hamar romlásnak indul, ezért hosszabb ideig tárolt töltelékárut (pl. hurka, kolbász) nem lehet belőle készíteni.

A Szentírás szigorúan tiltotta a hús és a tej együttes feldolgozását is. Ez az előírás szintén érthető, hiszen mind a hús, mind a tej könnyen romló nyersanyag, így együttes alkalmazásuk veszélyes baktériumtenyésztet eredményezhet. Miután az akkori embereknek nehéz lett volna elmagyarázni a vírusok és baktériumok szaporodásának mechanizmusát, valamint a különböző kémiai reakciók káros kihatását, ezért ezt a rendelkezést azzal a frappáns magyarázattal indokolta meg az Úr, hogy a tej az életet, a vér pedig a halált szimbolizálja, így a kettő keverése súlyos véték. Érdekességként elmondható, hogy a zsidó vallási közösségbe tartozók annyira komolyan veszik ezt az intelmet, hogy még ma is külön edényeket és étkezészetet használnak a húsos és a tejes ételekhez, holott a jelenlegi hatékony tisztítószeres és hűtési módok mellett erre már nem lenne szükség. Miután ma már szinte minden háztartásban van hűtőszekrény, sokan joghurtban pácolják a húst. A joghurt teljesen feloldja a hús rostjait. Ettől nem csak puhává, omlóssá válik, hanem a joghurt sok mérget kiold belőle. A kóser hús nem tűnik túl ártalmasnak, ennek ellenére nem ajánlott a fogyasztása. A különféle módon kezelt hús ugyanis még mindig jelentős mennyiségű mérget tartalmaz, és a rosthány valamint a telített zsírsavak következtében ebben az esetben sem mentesülünk sem a székrekedéstől, sem a különböző érrendszeri megbetegedésektől.

Számos előnye miatt a vegetárius életmód könnyen megszokható. Egyébként egyáltalán nem szükséges, hogy valaki fundamentalista (vegán) legyen, vagyis a növényeken és magvakon kívül semmiféle táplálékot ne vegyen magához. A fehérje- és vitamindús étrend szempontjából egészségesebb az ovo-laktovegetárius étrend, vagyis a zöldségen, gyümölcsön és olajos magvakon kívül a tejtermékek és kismértékben a tojás fogyasztása is. (Az „ovo” a tojás, a „lakto” a tejtermékek fogyasztására utal.) A teljesség kedvéért megemlíthető még a makrobiotikus étrend, ami nem más, mint a növényi eredetű élelmiszerek előtérbe helyezése. A makrobiotika mellőzi a húsokat, a tejtermékeket, a tojást, a cukrot és a mézet. Édesítőszerként árpamalátát használnak. A makrobiotika hívei néha halat, rákot is fogyasztanak, de ételeik zöme leginkább a vegán táplálkozási módnak felelnek meg. Ezen belül is nagy hangsúlyt fektetnek a különféle gabonák és olajos magvak fogyasztására. Táplálékuk 50-60%-ban gabonafélékből, 20-25%-ban idényzöldségekből, 5-10%-ban hüvelyesekből és 5% miszóból, valamint 5% tengeri algából áll. Desszertjeik teljes kiőrlésű gabonából készülnek, tojás, cukor és zsiradék hozzáadása nélkül. Italként szénsavmentes ásványvizet fogyasztanak.

A tejtermékek és a tojás mellőzésén kívül legnagyobb hátránya ennek a táplálkozási módnak, hogy a friss gyümölcs szinte teljes mértékben hiányzik belőle. Ugyanakkor hetente egy-két alkalommal száraz, fehér húsú halakat vagy rákot esznek. A gyümölcsöket kompót formájában vagy párolva fogyasztják. Mivel a hőkezelés tönkreteszi a gyümölcs C-vitamin- és enzimentartalmát, s csak értéktelen ballasztanyagként pang a belekben, ez sem használ az egészségüknek. Nyers gyümölcs

hiányában vérük lúgossá válását bancha-tea (zsengén leszüretelt zöld tea) fogyasztásával érik el. Étkezéseik során nagy hangsúlyt fektetnek a nyugodt környezetre, és minden falatot legalább 50-szer megrágnak. Ez viszont rendkívül előnyös szabály, mert az emésztés a szájból kezdődik. A nyálban levő amiláz enzim elbontja a szénhidrátokat, így a bélrendszerbe kerülő táplálék jóval kevésbé terheli meg a hasnyálmirigyet. A makrobiotikus táplálkozást folytatók követendő szokása még, hogy az ételeiket maguk szeretik elkészíteni.

A telített zsírsavakat tartalmazó állati zsiradékok káros hatása ellen úgy védekezhetünk, hogy helyette könnyen emészthető növényi eredetű zsiradékot használunk. Bárki könnyen meggyőződhet róla, hogy használhatóságát tekintve az étolaj és a zsír között semmi különbség nincs. Ráadásul az étolajban sült ételek nem szívják magukba a zsiradékot, és hidegen fogyasztva sem dermed meg az olaj rajtuk. Az állati zsiradékokhoz való ragaszkodást az okozza, hogy az íz- és zamatanyagok mind zsírban oldódó molekulák. Ennélfogva a disznó-, liba- és kacsaszírnak az illető állat húására emlékeztető íze van. Íz- és zamatanyagok azonban nem csak az állati, hanem a növényi zsiradékokban is felhalmozódnak. A napraforgó- és olívaolajnak is igen kellemes zamata van, nem is szólva a tökmag-, illetve a szezámmagolajról. Hogy ki mit tart finomnak, az szokás kérdése. Aki születésétől kezdve hozzászokott a növényi olajok aromaanyagaihoz, undorítónak fogja tartani a disznósír tömény, gyomortelítő ízét. Ez olyan, mint a kumisz és a birka-faggyú fogyasztása. A nomád népek szeretik, mert ezt szokták meg, de aki soha nem kóstolta az erjesztett kancatejet, illetve a birka hájában kisütött ételeket, az rosszul lesz tőlük.

Ha valaki nem tud teljes mértékben leszokni a húsevésről, legalább a gyermekei egészsége érdekében álljon át a növényi olajok alkalmazására. A növényi olajok közül is különösen előnyös a napraforgó- és a tökmagolaj használata, mivel igen magas E-vitamin-tartalmuk jelentős mértékben csökkenti a vér koleszterinszintjét, és gátolja a szabadgyökök képződését. Ezáltal véd a szívinfarktus és a rák kialakulása ellen. Német kutatók vizsgálatai szerint napi 400-800 milligramm E-vitamin 80%-kal csökkenti a szívinfarktus veszélyét.

Az ésszerűen szervezett egészséges táplálkozás egyáltalán nem jár akkora áldozatokkal, mint sokan gondolják. Nem jelenti azt, hogy a többi, korábban megkedvelt ételünkről is le kell mondanunk azért, mert egészségtelen. Az élvezeti cikkeken, az állati zsiradékon és a húson kívül a kevésbé egészséges élelmiszerek hatása semlegesíthető. Ha valaki pl. szereti a kalácsszerű fehér kenyeret, erről a továbbiakban sem kell lemondania, ha azokat a nyomelemeket és vitaminokat, amelyek a finomított liszt előállításánál elvesztek, zabkorpa vagy búzacsíra formájában pótlólagosan elfogyasztja. Ennek legcélszerűbb módja, hogy mindennap megesszünk 2 evőkanál zabkorpát illetve búzacsírat ízlés szerint joghurtban, kefirben vagy 0,5 dl tejben elkeverve. Mellesleg, ha a búzacsírat előzőleg megpirított majd megőrölt napraforgómaggal keverjük össze, olyan íze lesz, mint a diónak.

A megrögzött kávéfogyasztóknak sem kell lemondaniuk erről az élvezetről. Egyrészt azért, mert már kapható koffeinmentes babakávé is, másrészt visszaállhatunk a régen oly gyakran fogyasztott cikóriára. A napjainkra csaknem elfeledett cikória nem más, mint pótkávé. A mezei katáng megszártott, pörkölt és porrá őrölt gyökeréből készül. A cikória nem csak azért volt közkedvelt, mert a maláta- és más alapanyagú pótkávék közül ennek íze hasonlít leginkább a babkávéhoz, hanem azért is, mert jelentős gyógyhatása van. Dr. Baglioni¹⁰ és Arullani¹¹ professzorok kutatásai azt bizonyították, hogy a cikória kesernyés anyaga jó hatással van a gyomornedv-elválasztásra, és stimulálja a gyomormozgást. Ennek következtében az erjedést okozó emésztetlen gyomortartalom-maradékok továbbjutnak a vékonybélbe. Különösen előnyös a cikóriával ízesített tejeskávé fogyasztása, mivel négyszer gyorsabban halad át a gyomron, mint a pasztőrözött tej. O. Schmideberg¹² professzor azt is megállapította, hogy a cikória fékezi a kártékony baktériumok szaporodását a vastagbélben. Ezen túlmenően gyorsítja a bélműködést, és megszünteti a székrekedést. A májból is képes eltávolítani a méreganyagokat, és serkenti az epe kiválasztást. Egyes vizsgálatok szerint nagy adagokban fogyasztva még a veseköveket is feloldja, miközben élénkíti a veseműködést. A cikóriát étrendjükbe iktatóknál egy idő után vörösvértest-növekedést is megfigyeltek.

¹⁰ baljoni

¹¹ árulláni

¹² o. smideberg

A gyógyhatásán kívül a cikória használatának nem elhanyagolható előnye még, hogy együtt reggelizhet az egész család, hiszen a feketekávéval ellentétben ez a fajta kávé nem árt, sőt kifejezetten használ a gyerekeknek. Este is fogyasztható, mivel nem okoz álmatlanságot. Nálunk a cikóriakávét a generációk óta jól ismert Franck gyárban készítik, immáron 90 éve. Használatának legcélszerűbb módja, hogy személyenként 2,5 dl nyerstejet felforralunk, és 1 kávéskanál cikóriát belekeverve 3 percig főzzük. 5 perc állás után szűrjük le, és 1 evőkanál mézzel édesítve tálaljuk. Édes péksütemény-nyel (kuglóf, kalács, briós) tálalva finom vacsorát csinálhatunk belőle. Egyébként a zsírdús nyerstejből készített cikóriakáv éze és állaga nagyon hasonlít a közkedvelt olasz cappuccino (kapucsínó)-ra.

Köztudott a különböző édességek, cukorkák, csokoládék káros hatása úgy a fogazatra, mint az egészségre. A túlzott cukorfogyasztás elősegíti a máj elzsírosodását és a hasnyálmirigy túlterhelését. Ennek következménye a kóros elhízás és a cukorbetegség. Nem kis veszélyt jelent a szervezetre, hogy a nehezen felszívódó szacharóz elégetése felemészti a szervezet B-vitamin-tartalékait, ami különböző hiánybetegségeket idéz elő. Csokoládék esetén további veszélyt jelent még a kakaó purintartalma, amely a szervezetben húgysavvá bomlik le, és kövszénnyel okoz. Miután a purinok kakaóban található változatát a teobromint a szervezet nem képes megemészteni, így ez az anyag gyomorfájást, bélpanaszokat, enyhébb esetben fejfájást eredményez. A táplálkozástudomány által már régóta bizonyított tény, hogy szervezetünknek élettani szempontból nincs szüksége nagy szénhidrát-tartalmú üres cukorra, ezt a luxus kalóriát testünk teljes mértékben képes nélkülözni. Az agysejtek táplálása glukózzal történik ugyan, de ezt a naponta megevett zöldség és gyümölcs cukortartalma is képes fedezni.

A különböző cukrok közül is a legártalmasabb a finomított fehér cukor fogyasztása. Ez a biológiailag holt anyag nem csak a hasnyálmirigyre és a fogak kalciumtartalmára hat károsan, hanem rombolja az idegrendszert, gyomorfekélyt, érrendszeri megbetegedéseket okoz, és nem utolsósorban jelentősen hozzájárul a zsírszövetek növekedéséhez, vagyis az elhízáshoz. A finomított fehér cukorként ismert szacharóz ugyanis diszacharidnak nevezett összetett molekulákból épül fel, amit a szervezet a monoszahariddal (szőlő- vagy gyümölcscukorral) ellentétben csak jelentős energia- valamint B-vitamin- és kalcium-felhasználással képes elégetni. A hasnyálmirigy túlterhelésének nagy szerepe van a 2-es számú cukorbetegség kialakulásában. (A diszacharid hirtelen megemeli a vércukorszintet, melynek lebontásához sok inzulinra van szükség.) A magas vércukorszint hatására termelődő nagy mennyiségű inzulintól a sejtek felületén elhelyezkedő inzulinreceptorok idővel érzéketlenné válnak, és nem reagálnak az inzulinra. Ezt az állapotot nevezzük inzulinrezisztenciának.

Mivel a sejtek már alig reagálnak az inzulinra, a vérben állandósul a magas vércukorszint, ami folyamatosan sok inzulintermelésre készíti a hasnyálmirigyet. Az állandó erőltetett iram hatására a hasnyálmirigy kimerül, és működése alábbhagy. Kialakul a 2-es számú cukorbetegség. Ennek a jelenségnek tudható be a B-vitamin hiányára visszavezethető betegségek, és a fogszuvasodás is, mert a szervezet a szacharóz lebontásához szükséges kalciumot a legkönnyebben elérhető helyről, a fogakból vonja el, ami a fogbélállomány megritkulásához, vagyis fogaink kilyukadásához vezet. Miután a fogaink tönkrementek, elkezd leépülni a csontrendszerünk.¹³

A cukorfogyasztás tehát hasonló mértékű csonttritkulást vált ki a szervezetünkben, mint a hús fogyasztás. Ezen túlmenően lustává, kedvtelenné tesz bennünket, mert a cukor, és a többnyire sütemények formájában fogyasztott fehér liszt magasan tartja a vércukorszintet. A cukor lebontásához nagy mennyiségű inzulin kerül a vérbe, melynek hatására nem tudják kifejteni hatásukat az ifjúsághormonok sem: a karcsúsághormonként emlegetett glukagon¹⁴, a férfi nemi hormonként ismert teszto-

¹³ A szacharóz egy glukózmolekula és egy fruktózmolekula glikozidos hidroxilcsoportjának összekapcsolódásával jön létre. Diszacharidnak is nevezik, mert két monoszacharid molekula alkotja. Egyesülésükkel olyan cukormolekula jön létre, melynek édesítő hatása a kettő között van. Előnye, hogy sok növényben megtalálható (pl. cukorrépa, cukornád), ezért könnyen és olcsón kinyerhető. Hátránya, hogy összetett molekulaszervezeténél fogva nehezen bontható le. A vegyi üzemekben is csak savas hidrolízissel, valamint invertáz enzimmal tudják glukóz és fruktóz keverékévé (invertcukor) alakítani. Az invertcukor kereskedelmi forgalomban nem kapható, de a sör- és gyógyszeripar nagy mennyiségben használja.

¹⁴ A másik zsírbontó enzim az ACTH (Adrenocorticotrop) stresszhormon. Ezért gyakori, hogy szerelmi csalódás vagy válás esetén sokan lefognak. (Az ACTH a mellékvesekéreg hormontermelését szabályozó hormon. Az agyalapi mirigy termeli. Feladata a mellékvesekéreg serkentése.) Ezen túlmenően még legalább féltucatnyi hormon befolyásolja az elhí-

szteron, és az örök ifjúság hormonja, az STH. A fogyókúrázóknak sem használ a kristálycukor (porcukor) mert zsírvisszatartó hatása van. Ezenkívül megköti a koleszterint, ami lerakódik az érfalon.

A túlzott cukorfogyasztás köztudott következménye még, hogy gyengíti az immunrendszert. A fehérvérsejtek ugyanis a baktériumok helyett inkább cukrot esznek. Egy cukrot nem fogyasztó személy minden egyes falósejtje 12 baktériumot öl meg. A naponta 12 evőkanál cukrot fogyasztók fehérvérsejtjei már csak 1 baktériumot képesek elpusztítani. Ne higgyük, hogy ez a napi negyed kilogramnyi cukor olyan tetemes mennyiség. Ételeink, italaink ugyanis nagyon sok rejtett cukrot tartalmaznak. Egyetlen példát felhozva: 1 liter kólában 6 evőkanál cukor van. A kristálycukor legújabb előállítási módja még súlyosbítja is ezt a helyzetet. Régen sárga színű volt a kristálycukor, manapság viszont hófehér. A gyártók ugyanis úgy gondolták, hogy tovább finomítva vonzóbbá válik a termékük, ezért a kész cukrot szárítás előtt mésszel kifehérítik. A mész kalciumtartalma azonban nem képes felszívódni a csontokba, hanem rárakódik a felületére. Ezáltal különféle ízületi problémákat vált ki.

Ha már semmiképpen nem tudunk lemondani az édességről, akkor a répa és nádcukor helyett fogyasszunk mézet. A méz a hagyományos édesítőszerekkel ellentétben könnyen felszívódó gyümölcs- és szőlőcukrot, valamint kevesebb szénhidrátot tartalmaz, így fogyasztása nem káros az egészségre. Az alacsony glikémiás értékű gyümölcscukor nagyon lassan emeli a vércukorszintet, ezért nem terheli túl a hasnyálmirigyet. A méz oly módon is segít megőrizni egészségünket, hogy csökkenti a desszertek iránti vágyat. A tapasztalatok szerint, aki kizárólag mézet fogyaszt, annak szervezete egy idő után nem kívánja az édességet. Így mézből is kevesebbet fogyaszt. Ez ráadásul karcsúbbá is teszi, illetve gátolja a későbbi elhízást. Ne felejtjük el azt sem, hogy az élelmiszerek közül a méz az egyetlen, amiben semmilyen mérgező anyag sincs, mert a méhek csak olyan növényekről gyűjtenek virágpórt, amelyek permetmentesek. Ráadásul a méz vírusölő hatással rendelkezik, mivel a virágpórt a vitaminokon és aminosavakon kívül antibiotikumokat is tartalmaz. Ezért a méz nem rongálja a fogakat sem, mert fertőtlenítőanyagai, a benne levő természetes antibiotikumok gátolják a fogszuvasodás megindulását.

Az olajos magvak közül a dió és a mák az, melyekben a legtöbb vitamin és nyomelem van. Összekapcsolva a kellemest a hasznossal, a hagyományos édességek helyett fogyasszunk diót mézzel. Sokan nem is tudják, hogy ez az egyik legkellemesebb ízű csemege. A gyári készítményekhez ragaszkodók vásároljanak gesztenyemasszát. Ez a többnyire csak sütemény-alapanyagként ismert csemege tejszínhab nélkül is finomabb és egészségesebb, mint az agyonvegyszerezett édességek. Miatán a gesztenyemasszát mélyhűtve forgalmazzák, tartósítószerrel sem tartalmaz. (A biztonság kedvéért ellenőrizzük a csomagoláson, hogy rajta van-e az erre utaló felirat.)

Korábban megszokott ételleink egészségkímélő átalakítása sem jelent gondot, mert a kompótok, dzsemek és a legtöbb sütemény mézzel is édesíthető. Mivel a répa- illetve nádcukor és a méz édesítő hatása közel azonos, még az előírt mennyiségen sem kell változtatni. Legideálisabb édesítőanyag azonban a gyümölcscukor. Ez a fajta cukor a csonttrikuláson kívül a cukorbetegségtől is megóvjaa a szervezetet, mert csak kismértékben emeli a vércukorszintet. A gyümölcscukor glikémiás indexe ugyanis csupán egyötöde a szacharóznak, ami azt jelenti, hogy a lebontása szinte egyáltalán nem igényel inzulint. Vigyázzunk azonban a mézhez hasonló állagú édesítőanyagokkal, mert ezek nem gyümölcs- vagy szőlőcukorból, hanem túlnyomórészt diszacharidból állnak. Legismertebb közülük a kukoricaszirup, vagy más néven izocukor. Alapanyaga a kukoricakeményítő, amelyből egyszerűen és olcsón lehet mellékízmentes folyékony cukrot készíteni. Ez az oka annak, hogy a csokoládégyárak igen nagy mennyiségben használják.

Egyre nagyobb népszerűségnek örvend viszont a **xilit**, amit nyírfakéregből vagy kukoricarostból állítanak elő. Kalóriatartalma 40%-kal, szénhidrátartalma pedig 70 %-kal alacsonyabb a répa-, illetve nádcukornál, ezért nem emeli meg hirtelen a vércukorszintet. Nagy előnye még, hogy a kristálycukorral ellentétben nem okoz fogszuvasodást, sőt erősíti a fogzománcot, mert elősegíti az ásványanyagok visszaépülését. (Öt szénatomos szerkezetét a szájban levő baktériumok nem tudják

zást, illetve a fogyást. Erről részletes tájékoztatást találunk az Élet és Tudomány folyóirat 2016 áprilisi számában (468-470. oldalak).

felhasználni, ezért nem tudnak belőle fogszuvasodást kiváltó savakat termelni.) A légúti megbetegedések ellen is véd. Megakadályozza a baktériumok megtapadását az orr- és a torok nyálkahártyáján. Sütni-főzni is lehet vele, de kelt tészták előállítására nem alkalmas, mert az élesztőgombák a xilitet nem bontják el.

Az amerikai kontinensen nagyon népszerű a juharszirup, amely a cukorjuharfa, illetve a feketejuharfa besűrített nedvéből készül. Csupán annyiban különbözik a répacukortól, hogy vitaminok és ásványi anyag (pl. kalcium), valamint aminosav is van benne. Emellett A-, B2-, B5-, B6-vitaminokat és folsavat, valamint biotint tartalmaz. Kanadában elsődleges édesítőszer, mivel nem annyira ártalmas, mint a cukor. Az íze nem túl markáns, de finomabb, mint a kukoricaszirup (izocukor). 1 liter sziruphoz 40 liter lecsapolt folyadék kell, de még így is hígabb a méznél. Egyébként négyféle sűrűségben forgalmazzák. A színe is ettől függ, a világos borostyántól a sötétbarnáig terjed. A legjobb az A-minőségű. Mint mindent, ezt is hamisítják. A hamis juharszirup 90% izocukrot tartalmaz, és a színe világos.

Szintén tartalmaz ásványi anyagokat a répa- és nádcukorgyártás mellékterméke, a melasz. Rendkívül intenzív, kellemetlen mellékíze folytán csak kevés helyen alkalmazzák. Ugyancsak igen erős mellékíze van az árpaszirupnak, vagy közismertebb nevén a malátaszirupnak. Ráadásul az édesítő hatása kisebb, mint a többi diszacharidé. Csak fele annyira édes, mint a nád- vagy répacukor. Nálunk árpiából, a Távolszelelten barna rizsből készül. A malátaszirup is tartalmaz vitaminokat és ásványanyagokat. Kalcium, kálium, magnézium, cink, réz, vas, foszfor, króm, valamint különféle vitaminok és esszenciális aminosavak vannak benne. A malátacukor a malátaszirup szárított, őrölt, kristályos változata. Intenzív karamell íze miatt kevesen kedvelik, pedig ennek a fajta cukornak legalacsonyabb a glikémiás indexe. Fogyasztása a gluténmentes diétára kényszerültek számára is engedélyezett.

Jóval egészségesebb nála a nyírfacukor (xylit vagy xylitol). Nevét onnan kapta, hogy az 1940-es években Finnországban nyírfából állították elő. (Ma már a xylitot kukoricarostból és lombos fák rostjaiból vonják ki.) Ugyanúgy néz ki, mint a kristálycukor, és az édesítő hatása is ugyanolyan. Glikémiás indexe azonban csupán 7 (a répacukoré 90), ezért cukorbeteg is fogyaszthatják. Alacsony energia- és szénhidráttartalma folytán nem hizlal, és nem savasítja a szervezetet. Az elhízást oly módon is akadályozza, hogy élénkíti az anyagcserét. (Nagy mennyiségben fogyasztva hasmenést okoz.) Molekuláris szerkezeténél fogva nem engedi, hogy a szájban elszaporodjanak a fertőző baktériumok. (Antibakteriális hatása miatt kelt tészták készítésére nem alkalmas.) A mesterséges



**SZIGORÚAN CSAK NAPI EGY KOCKA
 CSOKIT EHETEK... DIÉTA VAN!**

édesítőszerekkel ellentétben nincs semmi mellékíze. Bioboltok árusítják, de már egyes szupermarketekben is kapható. Széleskörű használatának fő akadálya, hogy ez a fajta cukor is meglehetősen drága.

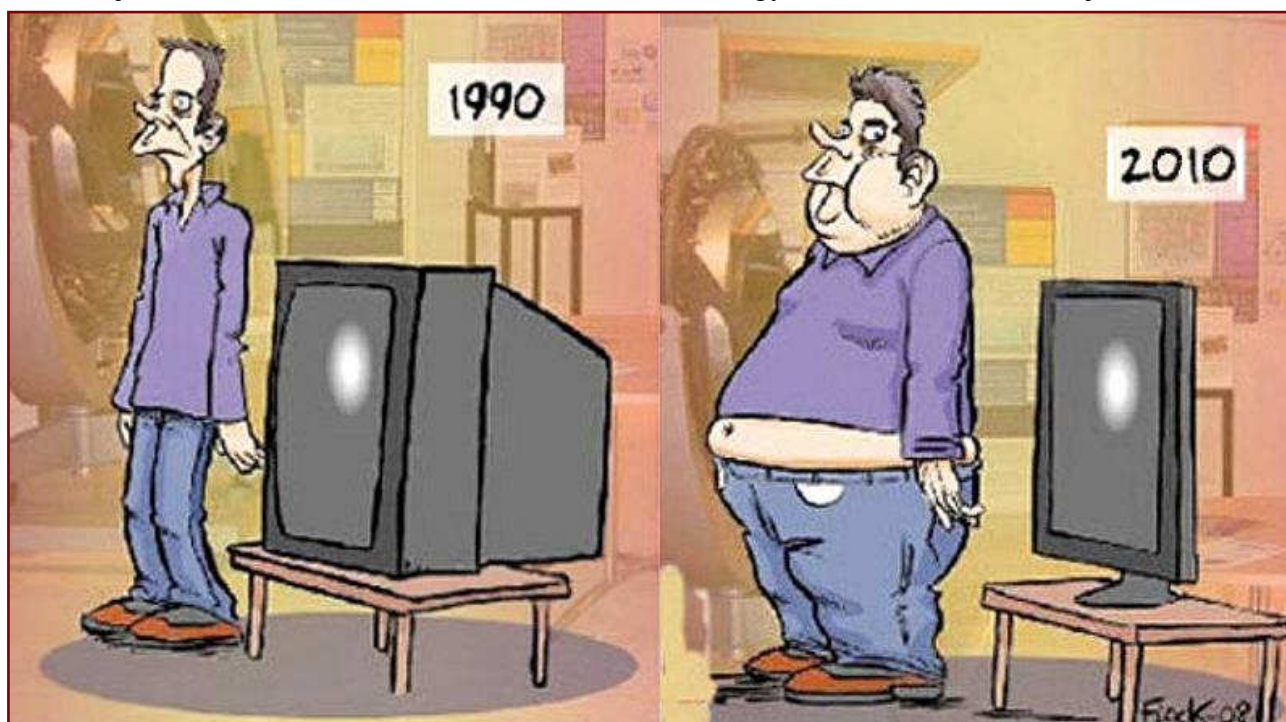
Sajnos a csokoládégyárak termékeik édesítésére ma még szinte kizárólag izocukrot, illetve nádcukrot használnak, ezért tartózkodjunk a túl édes készítmények fogyasztásától. Bizonyos esetekben azonban ez nehezen oldható meg. Ilyen termék a szaloncukor, amely otthon nem állítható elő esztétikailag is megfelelő kivitelben, nálunk pedig a legtöbb helyen elképzelhetetlen a karácsony e nélkül az igen sokféle kivitelben gyártott cukorka nélkül. Miután egy átlagos méretű karácsonyfa feldíszítéséhez 2 kg szaloncukorra is szükség van, az ünnepek elmúltával igen nagy veszélyt jelent ennek a tetemes mennyiségű cukornak az elfogyasztása. Nem szükséges azonban az ezidőtájt egyébként is túlterhelt gyomrunkat még ennek a megpró-

bálatásnak is kitenni, ha csokoládé-bevonat nélküli szaloncukrot vásárolunk. Ez a tömény cukorból préselt olcsó szaloncukor ugyanis évekig elrakható anélkül, hogy megpenészedne, így a hagyományörző családok is mentesülhetnek ettől az évenként ismétlődő egészségromboló kényszerfogyasztástól. Ne együk meg a tömény cukorból készült habkarikákat se, mert kíméletes bánásmód esetén ez a közkedvelt karácsonyfadísz is évekig raktározható. A jövőben valószínűleg nem lesz szükség erre a gyakorlatra, mivel élelmes vállalkozók elkezdnek műanyagból szaloncukrot gyártani, és díszes papírba csomagolva forgalmazzák.

Túlsúllyal küszködők számára a fogyókúrának van egy természetes módja is a megerőltető tornagyakorlatok helyett. Felesleges kilóinktól úgy szabadulhatunk meg a legkíméletesebben, ha lemondunk a vacsoráról, helyette rostos gyümölcslevet vagy kevés gyümölcsöt fogyasztunk. A nehéz laktató ételek lefekvés előtti elhagyása nem csupán testsúlyunkra lesz jótékony hatással, de biztosítja éjszakai álmunk zavartalanságát is. A fogyókúrának ez a módja azonban csak akkor lesz eredményes, ha szakítunk a nassolási szokásainkkal is, mert hiába hagyunk el egy főétkezést, ha az így kieső kalóriamennyiséget „csipegetéssel” pótoljuk. Ha valaki nem tudja megállni, hogy félóránként ne nyissa ki a hűtőszekrény vagy az éléskamra ajtaját valami ízes falat után kutatva, az ne tartson otthon semmi olyan ételt, ami csemegezésre csábítaná.

Sok esetben tehát az elhízás oka a torkosság, amit tovább fokoz, hogy az adalékanyagok egy része igazoltan étváagnövelő hatású. A nemkívánatos testsúlynövekedésnek azonban van egy másik oka is, amire szintén kevesen gondolnak, holott ez még alattomosabb módon járul hozzá az elhízáshoz, mint a nassolás. Evolúciós fejlődésünk során emésztőrendszerünk úgy alakult ki, hogy az éhségérzetet nem befolyásolja a gyomor telítettsége. Ez feltehetően azért van így, mert a szűkös élelemforrások következtében nem lett volna kívánatos, hogy félig telt gyomorral elmenjen az étvágyunk, hiszen az újbóli élelemhez jutás bizonytalan volt. A mozgáshiányból eredő elhízás sem fenyegette az őseinket, mert a rájuk vadászó tigrisek és oroszlánok gondoskodtak a napi testedzésről. A civilizált társadalomban azonban a folyamatos élelemellátás biztosítása már nem jelent gondot, tehát semmi szükségünk arra, hogy minden étkezésnél megtöltsük a gyomrunkat.

A legtöbb ember viszont ma is ezt teszi, arra hivatkozva, hogy éhes. Ennek a túlevési szokásnak azonban könnyen elejét lehet venni, ha tudatosítjuk magunkban, hogy az éhségérzet csak addig tart, amíg a táplálék a gyomorból nem kezd el lejutni a vékonybélbe. A normális ételmennyiség elfogyasztása után tehát ne együnk többet, hanem várjunk 1-2 órát, és biztosan meg fog szűnni az éhségérzetünk. Ne töltsük ezt az időszakot további evéssel, mert a szükségtelenül elfogyasztott kalória zsír formájában elkerülhetetlenül ránk fog rakódn. Ezen a kényszerű mozgás még segíthetne, de vérszomjas vadállatok már csak az állatkertben vannak, így nincs mi elől futni. Sajnos a szervezet



energiaraktározása rendkívül hatékony folyamat. 7000 kalóriából 1 kg zsír képződik, amit ha nem vigyázunk 1 hét alatt is könnyen fel lehet szedni.

A fogyókúra és a vegetárius életmód megkezdése előtt mindenképpen tanácsos a szervezetet egy 3-5 napos léböjt kúrának alávetni. Ez alatt a méregtelenítő kúra alatt csak gyümölcs- vagy zöldséglevet fogyaszthatunk. Nagyon fontos, hogy naponta csak egyféle gyümölcs levét igyuk, **a különféle gyümölcsök nem keverhetők egymással. Az eltérő emésztési idő miatt szigorúan tilos a gyümölcs és zöldséglevelek együttes fogyasztása.** (Ez alól csak az almalé és a sárgarépa ivólé képez kivételt.) Miután eldöntöttük, hogy a kúrát gyümölcs- vagy zöldséglével végezzük, mindvégig tartunk ki választásunk mellett. Egyébként a gyümölcsök közül az alma tisztítja leghatékonyabban a szervezetet. Magas savtartalma fertőtleníti a bélrendszert, ráadásul a bőrt is szépíti. Savanyú, de érett almát használjunk erre a célra, legalkalmasabb fajta a ranet (renet).

A friss zöldségek közül leghatékonyabb a búzafűvel, illetve annak kisajtolt levével végzett böjtkúra. A búza zöld hajtásából készült levét az USA-ban elixírként dicsőítik, és nem minden alap nélkül. A búzafű ugyanis 70% klorofilt, 21% teljes értékű fehérjét, rengeteg vitamint, enzimet, és az összes ismert ásványi anyagot tartalmazza. A búzafű levével való böjtölés során tehát a szervezet minden szükséges tápanyagot megkap. 1 kg búzafűben annyi vitamin, ásványi anyag és antioxidáns van, mint 32 kg gyümölcsben. Egyébként magas biológiai értékének tudható be az is, hogy 10 dg búzafű 2 kg főzelék tápértékének felel meg. Gazdag tápanyagtartalmának köszönhetően a búzafű nem csak roborálja a szervezetet, hanem méregtelenítő, vértisztító, vérnyomáscsökkentő hatást is kivált, és gátolja a vér túlsavasodását. Emellett segíti az emésztést, és a mérgező nehézfémek kiválasztását. A zöld lé az immunrendszert is erősíti, ami P4DI és SOD enzimentartalmára vezethető vissza. Ez utóbbi enzim lassítja az öregedési folyamatot, és stabilizálja az immunrendszert. A búzafű levét a rákterápiában is eredményesen alkalmazzák, sőt sérüléseknél, kiütéseknél, égési sebeknél és rovarcsípés esetén szintén jó eredményeket értek el vele. Még kozmetikai célokra is alkalmazható, mivel feszesé teszi a fáradt bőrt, erősíti a fejbőrt, és megszünteti a korpásodást. Búzafű levével gargalizálva megszűnnek a fogínypanaszok, és eltűnik a torokgyulladás.

Búzafűvet leghatékonyabban bioboltokban beszerezhető csíráztató tálakban hajtathatunk. Ennek módja a mellékelt használati utasításban megtalálható. A kihajtott magokat 10-14 nap után „arathatjuk” le. A levét paradicsompasszírozóval sajtoljuk ki, mert a turmixgép vagy a mixer felaprítja az emészthetetlen rostokat is. A legalkalmasabb azonban erre a célra a speciális búzafűprés, amely az alábbi címen rendelhető meg: Vegetáriusok Baráti Köre, 1165. Budapest, Rezgőfű u. 1. Vízzel 10 : 1 arányban hígítva fogyasszuk. Kezdetben 1-2 kávéskanálnyinál többet ne használjunk egyszerre, mivel intenzív tisztító hatásánál fogva a testben felszabaduló méreganyagok rosszul élethet okozhatnak. Akár gyümölcs- akár zöldséglével végezzük a kúrát, ne lepődjünk meg, ha a kezdetén a vizeletünk elsötétedik, és nyelvünk lepedékessé válik, mert ez a fokozott méregkiválasztás jele. A böjtkúra akkor nevezhető eredményesnek, ha a végén a vizelet teljesen kitisztul, vízszerűvé válik.

A mellékhatások minimumra csökkentése érdekében ajánlatos a böjt megkezdése előtt legalább egy napig nyers táplálékot fogyasztani, hogy a szervezet méregtelenítése ne hirtelen, hanem fokozatosan kezdődjön el. Ugyanilyen fontos, hogy a böjt befejezése után se fogyasszunk egy ideig feldolgozott ételeket, mivel ebben az időszakban a szervezet minden anyagot felszív, ami a gyomorba kerül, és ezekből az anyagokból építi fel, pótolja a böjt során kiselejtezett beteg, megrongált sejteket. A főtt és sült ételek fogyasztására való azonnali visszatérés esetén a szervezet ismét mérgezett anyagokból fog felépülni, ami nagymértékben lerontja a kúra hatékonyságát. A böjt után táplálékunk friss gyümölcsökből, zöldségekből, valamint nyerstejjel, aludttejjel, joghurttal vagy kefirrel elkevert búzacsírából, illetve pörkölést nem igénylő olajos magvakból álljon, és csak egy hét után kezdjük el a hőkezelt ételek fogyasztását. Ezek az ételek természetesen már nem tartalmazhatnak húst, állati zsiradékot és finomított fehér cukrot, mert akkor értelmetlenné válik a böjtölés.

A búza és egyéb gabonák csíráztatásának kezdeti, csíra stádiuma legalább olyan hasznos a szervezet számára, mint a zsenge fű fogyasztása. A csírák tartalmazzák mindazokat az alkotóelemeket, melyek elengedhetetlenek az egészséghez. Jóval több telítetlen zsírsavat, vitamint (A-, B-komplex, C, D, E, G, H, K, U) és ásványi anyagot vehetünk általuk magunkhoz, mint a belőlük kifejlődő gyümölcsök, zöldségek fogyasztásával – mondhatni a kifejlett növény esszenciáját tartalmazzák. A

kalciumtól és a magnéziumtól kezdve, a szeléne át a jódig az összes ásványi anyagot természetes, a szervezet számára legkönnyebben hasznosítható formában tartalmazzák. A szervezetet méregtelenítik, az immunrendszert erősítik, a gyulladásokat csökkentik, vértisztító, csonterősítő hatásúak. Energiatartalmuk meghaladja a húsokét, mégsem hizlalnak, mert könnyen felszabadítható energiát tartalmaznak. A beleket nem terhelik, és száz százalékban emészthetők. Lúgosító hatásúak, az érvédő koleszterin képződését serkentik. Egyre több kutatás erősíti meg gyógyító hatásukat. A növény teljes fejlődés ciklusa során a csírástádium tartalmazza a legtöbb enzimet. A gazdag enzimentartalom a csírákat elfogyasztó ember szervezetében is fokozza az enzintermelést, ezáltal javítja a vérkeringést. A csírák teljes értékű fehérjéket az úgynevezett előemésztett – a szervezet számára legjobban hasznosítható – formában tárolják. A búzafűvel ellentétben a csírák rostjai emészthetők, ezért nem kell kipréselni a levüket. Nyersen, különféle saláták formájában célszerű fogyasztani őket.

Ha végleg átállunk a rostokban gazdag élelmiszerek (zöldség, gyümölcs, korpás kenyér) fogyasztására, a székrekedés, a végbélkiöblösödés és az aranyér sem fog többé kínozni bennünket. A növényi rostok ugyanis saját tömegükhöz mérten négyszer annyi vizet képesek magukba szívni, ami megakadályozza a széklet végbélben történő kiszáradását, megkeményedését, és ezáltal a székrekedés kialakulását. Ennek előfeltétele azonban a megfelelő mennyiségű (napi 2-2,5 liternyi) vízfogyasztás. (Ellenkező esetben a rostok a bélrendszerből vonják el a táplálék által bevitt folyadékot, ami még súlyosabb helyzetet, teljes bélelzáródást idézhet elő.) A rostok nem csak a vizet lépesek megkötni, hanem az emésztés során képződő ártalmas termékeket, pl. a fehérjék feldolgozásakor előálló nitrozo-vegyületeket. Ezek károsíthatják a bélfalat, és megterhelhetik a kiválasztó szerveket. Rostdús táplálkozás esetén azonban a lebontási termékeket a ballasztanyag felszívja. Mivel a rost emészthetetlen, így nem kerülnek ki belőlük a méreganyagok, a szervezet a széklettel együtt eltávolítja őket. Ezáltal elkerülhető a vastagbél nyálkahártyájának gyulladása, ami daganatot eredményezhet. Túlságosan zsíros táplálkozás esetén az epesavak a vastagbélben káros, karcinogén anyagokká alakulhatnak a bélflóra tevékenysége által. A vastagbélrák másik kiváltó oka a mioglobín, amely legnagyobb mennyiségben a vörös hússal kerül a szervezetbe. A rostok ezeket a méreganyagokat is képesek megkötni, és eltávolítani. Igen áldásos a koleszterin-megkötő képességük. A rostanyagok nem engedik a koleszterint felszívódni a bélrendszerbe, ami csökkenti az érrendszeri megbetegedések valószínűségét.

A rostok nem csak a végbélben, hanem már a gyomorban is sok vizet szívnak magukba, amitől megdagadnak. Ezáltal jóllakottságérzetet keltenek, és mint tudjuk az elfogyasztott ételmennyiség csökkentése segíti elő legintenzívebben a fogyást. A rostok két csoportra oszthatók. A vízoldhatókra (pektin) és a vízben oldhatatlanokra (cellulóz). A pektintartalmú élelmiszerek (pl. alma, banán, narancs, zabkorpa, zabpehely, lenmag) kevésbé terheli az emésztőrendszert. A cellulóztartalmú búzakorpa, nyers zöldségfélék viszont mechanikai hatást gyakorolnak a bélfalra, ezért fokozhatják a már meglévő gyulladást, fekélyt. A túl sok rost fogyasztása is káros lehet. Sokan önmagában eszik a búzakorpat, ami megzavarja a tápanyag felszívódását, és rossz közérzetet teremt. Fokozott megkötő tevékenysége során ugyanis a káros anyagok mellett létfontosságú ásványanyagokat (kalcium, vas) is magába szív, és eltávolítja a szervezetből. Tartózkodjunk tehát a szélsőségektől, a természetellenes táplálkozástól. Amennyiben teljes kiőrlés lisztből készült kenyeret, sok zöldséget és gyümölcsöt fogyasztunk, a szervezetnek nincs szüksége pótlólagos rostbevitelre.

A derék körül megmaradó zsírpárnákat étrendi kiegészítőkkel (krómvegyületekkel és konjugált linolsavval) lehet eltüntetni. A króm egyensúlyba hozza a szervezet vércukorszintjét, és csökkenti az édességek iránti vágyat. Az édesség- és a sütemények formájában hozzá kapcsolódó szénhidrát fogyasztásának mérséklődése kíméli a hasnyálmirigyünket is. A CLA-nak nevezett konjugált linolsav pedig a később ismertető módon meggátolja a zsír beépülését a zsírsejtekbe. Mivel a kúra végzése során a fizikai erő átmeneti csökkenésével kell számolnunk, ebben az időszakban tartózkodjunk a nehéz testi munkától. A legjobb, ha a böjtölés időtartamára szabadságot veszünk ki, és naponta csak egy hosszabb séta erejéig hagyjuk el a lakásunkat. A szellemi erőnk viszont jelentős mértékben növekedni fog, kitisztul az agyunk, és szinte szárnyakat kapnak gondolataink. Testünk tisztulásával megváltozik a tudatállapotunk is. A testmérgek eltávolításával nyíltabbá, könnyedebbé válunk, nyugodtabban kezeljük a mindennapi életünkben felmerülő problémákat.

A böjtkúrával kapcsolatban meg kell még említeni, hogy a szabályok betartása esetén a böjt teljesen ártalmatlan, és jelentősen növeli a szervezet ellenálló képességét. A böjt során ugyanis a szervezetből fokozott mértékben távoznak el az anyagcsere bomlástermékei: a húgysav, a lerakódott zsír, és az önmérgezés során vérünkbe került káros anyagok. A salakanyagok eltávolítását igazán intenzívvé csak akkor tehetjük, ha a böjt alatt naponta egyszer 42 °C-ra felmelegített vízzel beöntést végzünk. Az ehhez szükséges irrigátor-felszerelés gyógyszertárakban szerezhető be. A kb. 1,5 literes víztartályba az előírt hőfokra melegített víz betöltése előtt célszerű 4-5 csepp eukaliptuszolajat önteni. Érdemes a vízhez 0,5 literenként 1 evőkanál citromlevet vagy almaecetet is adni, mivel az erjedés enyhén lúgos közegben zajlik. A savanyú közeg megfékezi ezt a folyamatot, gátolja a kórokozó mikrobák szaporodását, és stimulálja a hasznos mikroflóra tevékenységét. Az első nap 0,5 liter vízzel kezdjük a kezelést, és naponta fél literrel növeljük a mennyiséget. Még hatékonyabbá válik a tisztítás, ha víz helyett kamillateát használunk a beöntéshez, néhány csepp citromlével elkeverve.

A művelet legegyszerűbben úgy végezhető el, hogy a teával töltött edényt egy magasan elhelyezett szegre akasztjuk, majd műanyag fóliával letakarjuk az ágyat, és az hasra fekvé elhelyezkedünk rajta. Az irrigátorcső végébe helyezését jelentősen megkönnyíti, ha előzőleg növényi olajjal bekenjük. Mélyeket lélegezve a tea bejutása jelentősen gyorsítható. Ürítés előtt ajánlatos a teát legalább 10 percig a végbélben tartani, és közben különböző mozgásokat végezni, vagy a hasat masszírozni, hogy a falán levő kemény lerakódásokat is kimozdítsuk. Krónikus székrekedés esetén a beöntéseket addig kell folytatni, amíg a léböjtkúra ellenére darabos széklet távozik tőlünk. Ha a mérgezés olyan fokú, hogy haspuffadás lép fel, akkor a vér fokozottabb tisztulása érdekében a gyümölcs- és zöldséglevelek helyett ízesítés nélküli gyógyteákat fogyasszunk.

Beöntést nem csak böjtkúra esetén célszerű végezni. A helytelen táplálkozás miatt elsavasodott szervezet kitisztításának leghatékonyabb módja szintén a beöntés. Béltisztításra legjobb az almaecetes vagy citromos beöntés. Ehhez 2 liter langyos vízbe keverjük 3 evőkanál almaecetet vagy citromlevet. Az első héten minden nap, a második héten minden második nap, a harmadik héten pedig minden harmadik nap végezzünk béltisztítást; lehetőleg reggel 5 és 7 óra között, amikor a vastagbél meridián a legaktívabb. Beleink tisztaságának fenntartására már elegendő a havi egy alkalommal végzett beöntés.

Aki nem képes arra, hogy ezt a házilag kivitelezhető módszert alkalmazza, vagy a körülményei nem teszik lehetővé a lebonyolítását, klinikai segítséget is igénybe vehet. Nálunk is terjedőben van ugyanis egy új eljárás, a kolon hidroterápia. Ez az USA-ban kifejlesztett, gépesített beöntésnek is nevezhető módszer egy műszerrel szabályozható készüléken alapul, amelyet a betegágy mellé, a falra szerelnek fel. Legfőbb jellegzetessége, hogy közvetlenül kapcsolódik a hideg- és melegvízhálózathoz, valamint a lefolyórendszerhez. A készülék egy speciális, egyszer használatos műanyag csövön keresztül érintkezik a pácienssel. A csőrendszerbe oxigén is vezethető, amely a vastagbél nyálkahártyájának regenerálódását segíti elő. A jól kiképzett kezelőszemélyzet a csőrendszerben áramló víz irányát és hőmérsékletét a műszerfal állításával szabályozza. A zárt rendszer következtében ez a világszerte szabadalmaztatott eljárás igen higiénikus, és a meleg valamint hideg víz alkalmazásának váltogatása a Kneipp-kúrához hasonló edző hatást fejt ki a bélfalon. Egy-egy kezelés során 10-15 alkalommal különböző hőmérsékletű vizet engednek be a vastagbélbe. A 38-41 °C-os meleg víz hatására a bélizomzat görcse oldódik, javul a véráramlás, és fellazulnak a kiöblösödésekben levő felrakódások. A 20-21 °C-os hideg víz hatására a bélizomzat összehúzódik, amely reflexes erősszehúzódást vált ki. Ennek következtében a széklettrögök útra kelnek.

Ez a módszer nem csak egészségmegőrzési céllal alkalmazható, hanem 8-15 kezelésből álló kúra esetén hatékonyan gyógyítható vele a krónikus székrekedés, aranyér, krónikus puffadás, vastagbélgyulladás, reuma, sokízületi gyulladás, allergiás betegségek, tüdőasztma, felsőlégúti-, húgyúti- és kismedence-gyulladások, májbetegségek, valamint a fejfájás és a migrén. Ezen túlmenően alkalmas egyes bőrbetegségek: akné, pszoriázis, ekcéma gyógyítására, valamint a bélférgesség, a fáradékony-ság, kimerültség, depresszió felszámolására, de jelentős mértékben tehermentesíthető vele az immunrendszer is. Ez a hatás főleg annak tudható be, hogy a kezelést a bélbaktériumflóra vissza-telepítése zárja le. Nem alkalmazható a kolon hidroterápia súlyos szívbetegeknél, érfaltágulat, gyomor- és bélrendszeri vérzések, valamint előrehaladott terhesség esetén.

Nálunk ez a kezelés többek között a Biovital – Melissa Egészség- és Wellnessközpontban vehető igénybe. Címük: 1024. Budapest, Lövház u. 1-5. Tel: 315 2069. E-mail: biovital@biovital.hu Honlap: <http://www.biovital.hu> Vállalkozó szellemű természetgyógyászok már itthon is beszerezhetik ezt a berendezést. Kizárólagos hazai forgalmazója: Naturmed Kft, Budapest, Szentkirályi u. 8. Tel: 317 1680. A magyarországi bevezetése után némi tökéletesítésen is átesett ez a készülék. Erre azért volt szükség, mert egyes esetekben a beáramló víz hirtelen nyomásnövekedése következtében a bél-fal megsérült. Ez a probléma azonban kiküszöbölhető egy magyar orvos-kutató, dr. Gajdos Gábor találmányával. A Nyugat-Európában is nagy sikert aratott védőszelep segítségével a vastagbélben uralkodó nyomás folyamatosan ellenőrizhető. A Légmentes Colon Hidroterápia fő alkalmazója a Holistic Medical Egészségközpont. Cím: <http://www.holisticmedical.hu/landind-page-1-1/?gclid=COUgqKmPos0CFUSVGwodoY4FSw> Videó: <https://www.youtube.com/watch?v=aVpcbbLH6TA>

Sokan puffadás, fokozott szélképződés miatt veszik igénybe a colon hidroterápiát. A kúra befejeződése és a bélflóra újratelepítése után ez a panasz többnyire megszűnik. Néha azonban előfordul, hogy nem múlik el, sőt intenzívebbé válik. Ennek oka, hogy a vastagbél meridiánban kevés az energia. A hiányzó Yang energiát legegyszerűbben magnetopresszúrás kezeléssel pótolhatjuk. A mágnesrúd Yin (fekete) végével kezeljük a vastagbél meridián tonizáló (LI 11) pontját a könyökhajlatban. (Ha nem rendelkezünk akupunktúrás szakkönyvvel, az Ezoterikus körkép mellékletében több száz akupunktúrás térkép található. Cím: <https://kunlibrary.net>) Ezt a problémát csak mi tudjuk megoldani. Hiába veszünk igénybe még egy béltisztító kúrát, ettől nem fog feltöltődni a vastagbél meridiánunk. Orvoshoz is hiába megyünk, mert az orvostudomány nem tud mit kezdeni a bioenergiázavarokból eredő betegségekkel. Mivel még azt sem ismerik el, hogy a testünket egy összetett meridiánrendszer szövi át és látja el energiával, gyógyítani sem tudják az energetikai zavarokat. Felírnak egy gyógyszert, ami csillapítja a fájdalmunkat, és mellékhatásként tíz másik betegséget vált ki.

Krónikus székrekedés esetén a vastagbél hajlataiban, redőiben kemény lerakódások alakulnak ki, melyek eltávolítása nagy fájdalommal jár. Ennek elkerülése érdekében a besült székletet fel kell puhítani. Erre legalkalmasabb a természetgyógyászok által is ajánlott Moxalole por. A Moxalole nem hashajtó, hanem egy komplex sóoldat, amely megköti a vastagbél víztartalmát. Ezáltal a bélsár nem tud beszáradni, a bélfalra rakódva nem károsodik meg. A korábbi kéreglerakódásokat pedig felpuhítja, eltávolítja a bélfalról. Fő összetevője a makrogol 3350 a víz megkötése révén megnöveli a széklet térfogatát, és ezáltal normalizálja a vastagbél mozgását. Átlagos adagja napi 2 zacskó. A zacskó tartalmát egy kis pohár ásványvízbe kell keverni. (Ha egy adagot elfelejtettünk meginni, a következő alkalommal ne használjunk egyszerre két zacskót. Folytassuk tovább a normál kúrát.) A kezelés időtartama max. 2 hét. A maradék port tegyük el, és ha ismét székrekedésünk lenne, használjuk tovább. (Szavatossági ideje 2,5-3 év.) Mivel ez a szer nem hashajtó, nem kell gyakorta WC-re szaladgálnunk. A kúra alatt zavartalanul végezhetjük napi teendőnket, és nyugodtan elmehetünk hazulról. Nem kell attól tartani, hogy útközben „baleset” ér bennünket. A széklet felpuhulása következtében megszűnnek a székrekedésből eredő aranyeres panaszok is. A Moxalole gyógyszertárakban szerezhető be 20 zacskós kiszerezésben. Ára: 2000 Ft.

Hasonló hatást érhetünk el egy jóval olcsóbb házilagos módszerrel. Ez nem más, mint a glaubersós gyógyvizek. Magyarország nagyon gazdag ásványvizekben és gyógyvizekben. Gyógyvizeink sok panaszt, betegséget képesek gyógyítani. Ezeket nem csak helyileg, fürdők formájában vehetjük igénybe. Többségüket palackozzák is. A székrekedés megszüntetésére legalkalmasabb a Hunyadi János és a Ferenc József gyógyvíz. A nagy koncentrációjú keserűsón és glaubersón kívül sok élettanilag fontos makro- és mikroelemet tartalmaznak. Reggel éhgyomorral igyunk meg belőle 1 deciliter 1 deciliter vízzel hígítva. Ilyen kis mennyiségben nem kell hasmenéstől tartanunk, ezért nyugodtan elmehetünk hazulról. Pár nap múlva rendeződni fog a székletünk. Glaubersós gyógyvizeink az ér-, epe-, vese- és májbetegségeket is gyógyítják. Hólyaghurut, cukorbetegség esetén is hatásosak, és gátolják az elhízást. Ezek a gyógyvizek a Spar szupermarketekben és az Interparban kaphatók, 0,5 literes kiszerezésben. Áruk 350 Ft. Bioboltokban is kaphatók ezek a gyógyvizek. Ott is ennyibe kerülnek. **A vegyszeres béltisztítás nem ajánlott, mert a hashajtók a végbélen kívül az egész béltraktusra hatással vannak, ami a bélflóra pusztulását okozhatja.**

A böjtölő ember egyébként csak az első két napon érez farkaséhséget. A harmadik napon még nyomott lehet a hangulat, miközben emlékezetünkbe idéződik régen elfelejtett ételek íze és illata, de már kialakul a szervezetben a Saddington nevű fehérje, ami elmulasztja az éhségérzetet. Ez a Knoll József magyar biokémikus által felfedezett fehérje a továbbiakban megvéd bennünket attól, hogy az éhségérzetünk tovább fokozódjon, sőt a böjt előrehaladtával egyre jobb lesz a közérzetünk, és a kúra végén azt fogjuk tapasztalni, hogy egy nyomasztó tehertől szabadultunk meg hirtelen. A megtisztulásnak ez a felemelő érzése azonban csak akkor következik be, ha a szervezetben tökéletes méregtelenítést végeztünk. Ennek előfeltétele, hogy naponta 2-3 liter folyadékot kell elfogyasztanunk, mivel a mérgek szervezetből való kimosása csak alapos átöblítéssel lehetséges.

Mellesleg a szervezet méregtelenítésének van egy lassúbb, de kíméletesebb módja is. Ez nem más, mint a friss gyümölccsel való fokozatos méregtelenítés. A szervezet „kimosásának” ez a módszere már több mint fél évszázada ismert, de csak most kezd tömeges méretekben elterjedni. Nagy előnye, hogy nem kell éhezni, ennek ellenére nagyon hatásos. A friss gyümölccsel történő tisztító kúra max. 12 napig végezhető, mert a mérgekkel együtt olyan tápanyagok is kimosódnak a szervezetből, amelyeket ha nem pótolunk, különböző hiánybetegségek léphetnek fel. Az eredményes kúra lefolytatásához naponta minimum 2 kg friss gyümölcsre van szükség. Ennél kevesebb gyümölcs olyan kevés folyadékot tartalmaz, amely nem képes a szervezetet kellő mértékben átöblíteni. Az elfogyasztandó mennyiség azonban függ a gyümölcs fajtájától is. Citromból elegendő naponta 1 kg, görögdióból viszont naponta legalább 3 kilogrammot kell megenni. A citromlevet kevés ásványvízzel hígítsuk fel, és a fogak kímélése érdekében szívószállal kortyolgassuk. Aki nem irtózik a savanyú gyümölcsöktől, az nyugodtan elfogyaszthatja a visszamaradt rostját is, mivel a citrom nem növeli a gyomorsavat. Ha sikerül permetmentes citromhoz hozzájutnunk, akkor vékonyan lereszelve a héját is keverjük bele, mert a citromhéj olyan különleges anyagokat tartalmaz, amelyek a májban lévő méreglerakódásokat rendkívül hatékonyan tisztítják. Amennyiben almával végezzük a kúrát, reszeljük le, mivel így könnyebben és gyorsabban emészthető. (Az almamagot ne együk meg, mert cianidot tartalmaz.)

A gyümölcs testünk kúraszerű kitisztításán kívül a mérgeanyagok felhalmozódásának megakadályozására, szervezetünk állandó karbantartására is alkalmas. Ennek a folyamatosan alkalmazandó eljárásnak a hatékonysága azon a megfigyelésen alapul, hogy a szervezet az elfogyasztott étel feldolgozását három fázisban végzi. A harmadik szakasz, a salakanyagok kiválasztása és eltávolítása hajnali 4 órától délig tart. Ebben az időintervallumban tehát tartózkodnunk kell a táplálékfelvételtől, vagy csak olyan táplálékot vehetünk magunkhoz, amely könnyen emészthető, és gyorsan felszívódik, tehát nem von el jelentős energiát a salaktalanítást végző szervezettől. Ilyen nagy víztartalmú és maximum fél óra alatt megemészthető méregmentes élelmiszer a friss gyümölcs vagy annak kifesztett leve.

Ha ily módon kívánjuk szervezetünket méregteleníteni, akkor reggelire kizárólag gyümölcsöt, illetve friss gyümölcsből készült gyümölcslevet fogyasszunk. Feldolgozott ételt csak délután szabad enni, azt is csak este 8 óráig. A gyümölccsel történő méregtelenítés előnye még, hogy kellő mértékben ellátja a szervezetet vitaminokkal és fontos ásványi anyagokkal. Ezen túlmenően megszabadít bennünket a helytelen táplálkozás következtében ránk rakódott többletsúlytól, mivel a méregtelenítés időszakában a szervezet nem csupán a salakanyagokat választja ki, hanem eltávolítja a szervezetből a fel nem használt energiautánpótló anyagokat, vagyis a felesleges kalóriát is. Ez a hatás azonban csak akkor jön létre, ha a gyümölccsel nem fogyasztunk együtt más, hosszabb emésztési időt igénylő ételleket, mert ebben az esetben a gyümölcs megreked a gyomorban, és erjedésnek indul. Ennek következtében nem tudja „átmosni” a szervezetet, nem tudja magával vinni a felesleges anyagokat, sőt az erjedés más ételre gyakorolt rothasztó hatása miatt tovább fokozódik a szervezet mérgeződése. Ezt a helyzetet még az is súlyosbítja, hogy a megterhelt gyomor tartalmának megemésztéséhez rengeteg energiára van szükség, és a méregtelenítés fázisában levő szervezet ezt az energiát a salakanyag-kiválasztástól vonja el. **A nyers gyümölcsöt tehát mindig éhgyomorra kell fogyasztani, és semmi mást nem ehetünk hozzá.** Egyébként ezt a szabályt napközben is célszerű

betartani. **A gyümölcseléssel kapcsolatos gyakori gyomorpanaszok könnyen elkerülhetők, ha más ételek fogyasztása előtt és után három órán keresztül nem eszünk nyers gyümölcsöt.**

A gyümölcskúra elkezdésekor előfordulhatnak kisebb gyomorpanaszok (pl. puffadás, gázképződés, hasmenés) de ez átmeneti jelenség, a bélrendszer méregtelenítése után ezek a kellemetlenségek megszűnnek. Ha túl sok mérgező üledék található az emésztőrendszerben, akkor lehet, hogy a felfúvódás elviselhetetlen mértéket ölt. Ebben az esetben hámozzunk meg egy zellert, daraboljuk vékony hasábokra, és rágcsáljuk el gyümölcsfogyasztás után. Az erősen lúgos kémhatású nyers zeller semlegesíti a mérgezett szervezet által termelt savakat, és megakadályozza a felfúvódást. Banán alkalmazása esetén székrekedés is előfordulhat. Ennek feltehetően az az oka, hogy a radiestéziái megfigyelések szerint a banán jelentős mennyiségű földugrázást képes magába gyűjteni. A geopatológusok szerint ennek szervezetünkbe kerülését úgy tudjuk megakadályozni, hogy keresztben magunk elé fektetjük, és acélkéssel szeletelve fogyasztjuk. Valószínűleg ez a jelenség is közrejátszott abban, hogy a természetgyógyászok az almát tartják legalkalmasabbnak gyümölcskúra végzésére. A mérések szerint ugyanis közkedvelt gyümölcsünk közül az alma és a narancs hajlamos legkevésbé mágneses töltések befogadására. Egyes gyümölcsök nem csak béltisztításra alkalmasak, hanem fogyasztó hatásuk is van. A grépfrütlé, illetve a friss grépfrút főleg hasi típusú elhízás esetén csökkentti a testsúlyt. A grépfrút az inzulinszint csökkentése, az éhség csillapítása révén segíti elő a fogyást.

Tehát intenzív, egészségünket veszélyeztető tornagyakorlatok nélkül is le lehet fogyni, de a helyes táplálkozáson kívül az egészséges életmódhoz hozzátartozik a mozgás is. Egy minimális mozgásgyakorlat elengedhetetlen ahhoz, hogy testünk ne csak a súlyfeleslegtől szabaduljon meg, de rugalmas is legyen. Ezt a leghatékonyabban úgy biztosíthatjuk, hogy a kora reggeli gyümölcslé elfogyasztása után egy 10 perces összetett, minden tagunkat megmozgató tornagyakorlatot végzünk. Ha idősebb korunkra nem akarunk hajlott háttal járni, akkor a teshajlító gyakorlatok után kapaszkodjunk fel lakásunk legmasszívabb ajtószármányára, és húzassuk ki a derekunkat is. Ez a kissé szokatlan tünő gyakorlat főleg az ülő foglalkozást űzőknél igen hasznos. A gyakorlatot felhúzott lábakkal, elernyesztett testtel, és csak addig végezzük, ameddig jólesik. Ne erőltessük túl az ízületeinket. Mint minden téren, itt is kövessük a fokozatosság és a mérsékletesség jól bevált elvét. (Akinek gerincsérülése vagy lumbágója van, kerülje ezt a gyakorlatot.)

Az aranyérrel küszködők végezzenek néhány törzshajlítást is vízszintes testhelyzetben. Ennek módja, hogy lábunkat támasszuk a falnak, és kezünkkel nyomjuk ki magunkat, mintha fekvőtámaszt végeznénk. Ebben a testhelyzetben néhányszor hajlítsuk a csípőnket körkörösén jobbra, majd balra. A szervezet előzetes méregtelenítése esetén ez a gyakorlat nem csak ettől a kellemetlen betegségtől szabadít meg bennünket, hanem a közérzetünket is jelentősen javítja. Ugyancsak hasznos gyakorlat az aranyér ellen, ha karjainkat magasba nyújtva lábujjhegyre állunk, miközben a has- és farizmunkat megfeszítjük. Könnyen megőrizhetjük izmaink acélosságát és teherbíró-képességünket, ha a reggeli tornát kibővítjük néhány perces súlyzógyakorlattal. Ehhez két kisméretű (max. 3 kilogrammos) súlyzót használjunk.¹⁵ (A szívpanaszokkal küszködők csak néhány karmozdulat erejéig végezzék ezt a gyakorlatot, és közben ne tartsák vissza a lélegzetüket.) A rendszeres testgyakorlat azért is hasznos, mert a csontritkulás és az ízületi panaszok megelőzésének leghatékonyabb módja a mozgás. Egyébként a sport a fogyás legtokéletesebb módja. Fogyókúra esetén ugyanis nem csak a háj olvad le rólunk, hanem izomszöveteink egy része is. Intenzív mozgás esetén azonban csupán a zsírszövetektől szabadulunk meg. Izomállományunk nem csökken, sőt gyarapodik. Ha a mozgást izzadásig fokozzuk, még tisztul is a szervezetünk, a szaunázáshoz hasonlóan sok mérgeanyag távozik a sejtjeinkből.

Jelentősen elősegíti a mérgezett test tisztulását és egészségünk megőrzését, ha a reggeli tornát jógaléggel fejezzük be. Ennek a gyakorlatnak a lényege, hogy nyitott ablak elé állva lassan szívjuk magunkba a levegőt, amíg a tüdőnk teljesen megtelik. Ezt oly módon érhetjük el, hogy a rekeszizmot leengedve csukott szájjal, orrunkon át annyi levegőt lélegzünk be, hogy a hasunk kidomborodjon. Ezután néhány másodpercig hagyjuk a levegőt a tüdőben, majd ugyanolyan lassan ahogy

¹⁵ A legolcsóbb súlyzó az élelmiszerboltokban kapható. Vegyünk 2 palack 1,5 literes ásványvizet. (Olyat válasszunk, amelynek a műanyag palackja közepén bekeskenyedik, és viszonylag vastag falú. Ha ilyet nem találunk, buborékos ásványvizet vásároljunk, mert ebben a szén-dioxid gáz nyomása kimerevíti a vékony PET palackot.)

beszívjuk, engedjük ki úgy, hogy a hasunk behorpadjon. Szívbetegék vagy magas vérnyomásban szenvedők csak módjával végezzék ezt a gyakorlatot is, mert a nagy mennyiségű friss levegő jelentősen serkenti a vérkeringést, ami a beteg szívet túlerölteti. Nagymértékben növelhetjük a jógalézés hatékonyságát, ha váltólégzést alkalmazunk. Ennek lényege, hogy először a bal orrlyukon szívjuk be a levegőt, miközben négyig számolunk, majd nyolcig számolva a tüdőnkben tartjuk. A kilégzést négyig számolva a jobb orrlyukon át végezzük úgy, hogy most a hüvelykujjunkkal a bal orrlyukunkat zárjuk el. Ezután a jobb orrlyukon át szívjuk be a levegőt, és a balon engedjük ki. Ezt alkalmanként háromszor-négyszer ismételjük. A rendszeresen végzett jógalézés egyébként nem csupán a méreganyagok tüdön keresztül történő távozását segíti elő, hanem idővel kiszélesedik tőle a vállunk, és kiegyenesedik a hátunk. Hasonlóan jótékony hatást gyakorol szervezetünkre a pajzsmirigy stimulálása. Ennek legegyszerűbb módja, hogy nyakunk elülső felületét a kulcscsonttól az állig, mindkét oldalon megnyomkodjuk. Különösen jó eredményt érhetünk el, ha fürdés közben, ökölbe szorított kézzel végezzük ezt a gyakorlatot.

Érdekességként megemlíthető még, hogy szervezetünk méregtelenítésének van egy sajátos módja is. Tegyük reggelente 1 evőkanál hidegen sajtolt napraforgóolajat a nyelvünk alá, és fogainkon átszűrve negyedórát forgassuk a szánkban. Eközben a sűrű olaj felhígul, fehér habbá válik, és rengeteg baktériumot valamint salakanyagot szív magába. Ezt követően köpjük ki, majd meleg vízzel kétszer öblítsük át a szánkat. Ha fokozni akarjuk a hatást, akkor ezt a műveletet minden étkezés előtt ismételjük meg. Még hatékonyabbá válik az eljárás, ha az olajhoz egy csepp teaolajat is adunk, mert ez az adalék elpusztítja a baktériumokat. Az olajragás hatásmechanizmusa egyelőre nem tisztázott. A táplálkozástudományi szakemberek szerint az olaj feltehetően a nyirokkeringést aktiválja, ami a nyáleválasztást fokozva serkenti a méregtelenítést. Más vélemények szerint a nyálkahártyák megtisztítása és aktiválása révén fejt ki hatását. Nem zárható ki az a feltételezés sem, hogy ez a pepszintartalmú zsíros folyadék a nyelvre rakódó lepedékből távolítja el a mérgeket. Azt viszont már sikerült kideríteni, hogy a szájban megtelepülő kórokozók (pl. a trichomonas) kedveli a liponsavat, ezért napraforgóolajjal lehet a leghatékonyabban előcsalogatni a rejtekhelyéről. A trichomonas anyagcseretermékei zsírban oldódnak, így az olaj megköti őket, tehát ezzel a módszerrel igen hatékonyan távolíthatjuk el a szájüregből.

Az „olajragásnak” is nevezett módszer elsősorban a fej területén fellépő betegségek ellen hatásos, de segít a bőrproblémák, az emésztési zavarok, reumatikus panaszok, a vérképzéssel és az erekkel kapcsolatos bajok leküzdésében is. A garatban levő nyirokcsomók szöveteinek is javul az anyagcseréjük, ezáltal hatékonyabban képesek védekezni a kórokozók támadásával szemben. Egy holland vizsgálat szerint 30 olajragással gyógyított páciens közül 24-nél jelentős javulás lépett fel. Mellesleg ez a különös kúra a szervezet méregtelenítésén kívül a fogakat is kifehérfíti. A szürcsöléses technika megszünteti még a fogínyvérzést, és megszilárdítja a laza fogakat.

Amennyiben jelentős mennyiségű lepedék található a nyelvünkön, azt ajánlatos időnként egy kiskanállal lekapargatni. Azért is célszerű ezt megtenni, mert mechanikus tisztítás nélkül a lepedék, és annak méreganyag-tartalma a napi táplálkozás során rendszeresen visszakerül a tápcsatornába. Ezáltal az éjszakai méregtelenítés során kiválasztott toxinanyag visszamérgezi a szervezetet. Erre a célra kaphatók műanyagból készült kaparókések is, melyek élének mikrobarázdái biztonságosan és alaposan eltávolítják a nyelvfelszíni felrakódásokat. A Michigan Állami Egyetem által készített tanulmány szerint a nyelv naponkénti tisztítása nagymértékben gátolja a szájszag kialakulását. Még akkor is, amikor más szerek csődöt mondtak. A nyelv ily módon történő tisztítása azonban csak tüneti kezelés. Ez a látványként sem éppen kellemes jelenség csak akkor szűnik meg véglegesen, ha abbahagyjuk szervezetünk szisztematikus mérgezését.

Ennek tünetei sokak számára csak akkor válnak nyilvánvalóvá, amikor kialakultak a helytelen táplálkozásból eredő betegségek. Nem szükséges azonban ezt kivárni, mert szervezetünk elsalakosodásának számos előjele van, amelyek öndiagnosztikával könnyen felfedezhetők. A természetgyógyászok által javasolt módszerek egyike az előzőekben említett nyelvdiagnosztika. Mint tudjuk a nyelv formája, színe, a rajta található lerakódások és egyenetlenségek hűen tükrözik szinte valamennyi szervünk állapotát. Ennél is szélesebb körű tájékoztatást nyújt kezdődő betegségeinkről az íriszdiagnosztika. A szemünk azonban ezen túlmenően is képes előre jelezni a rendellenességeket.

A Béky László természetgyógyász által javasolt eljárás során hunyjuk le a szemhéjunkat, és két ujjunkkal gyakoroljunk gyenge nyomást a szemgolyónkra. Ha a tapintáskor a szemgolyót lágynak, rugalmasnak találjuk, és a nyomás nem vált ki kellemetlen érzést, akkor szervezetünk mentes a mérgezőanyagoktól. Amennyiben a szemgolyónk kemény, feszes és telt, a nyomás pedig fájdalmat okoz, akkor a testünk elsalagosodott. Ideje elkezdeni a tisztítókúrát a betegségek megelőzése végett. (Erősen nem szabad megnyomni a szemgolyót, mert ez mind a látószervünket, mind a szívet károsítja.)

Egy másik módszere segítségével az is kideríthető, hogy milyen jellegű táplálék okozza a fő bajt. Vegyünk szagmintát a lábujjaink tövéről, mindkét lábon. Ha ammóniaszagú, akkor fehérjéből van túl sok a szervezetben, ami egyértelmű jele a mértéktelen húsevésnek. Savanyú szag esetén a szénhidrát van túlsúlyban a szervezetben, ami főleg tészta, sütemények, édességek túlzott fogyasztására utal. A következő öndiagnosztikai módszer a vastagbél állapotáról árulkodik. Amennyiben a reggeli torna közben a sarkunkra ülve azt érezzük, hogy a térdünk nem hajlik kellőképpen (feszül, húzódik), akkor baj van az emésztőrendszerünkkel. Sürgősen szükség van egy böjtkúrára vagy egy alapos béltisztításra, különben betegségek egész sora fog kialakulni a testünkben. Ezt követően változtassuk meg a táplálkozásunkat, mert a korábbi étrend követésével újra szembe kell néznünk az elsalagosodásból eredő problémákkal.

Az egészséges életmód kialakításánál semmiképpen ne hagyjuk ki étrendünkben a vitaminok leggazdagabb tárházát, az élesztőt. Visszautalva az akupunktúrára, a hajhullásnak nem mindig energiazavar az oka. Sokszor a B5 vitamin (pantoténsav) hiánya okozza az idő előtti kopaszodást. Ilyen esetekben is legcélszerűbb élesztőt fogyasztani. Napi 5 dg élesztő csodákat tehet nem csak a hajhagymák regenerálása, hanem akut ízületi gyulladások esetén is. Az intenzív széndioxid-felszabadulással járó kellemetlen bőfőgés könnyen elkerülhető, ha napi élesztőadagunkat részletekben fogyasztjuk el. Sok országban külön erre a célra szárított étkezési élesztőt is gyártanak. Teljes mértékben megszabadulunk ettől a kellemetlen jelenségtől élesztőtabletta fogyasztásával. Ezt az új terméket inaktivált élesztőből készítik szárítással, és formára préssel. Mivel az élesztő a B-vitaminok egész skáláját tartalmazza, kiválóan alkalmas neuraszténia, ideggyulladás, étvágytalanság és vérszegénység gyógyítására is. Nagy előnye, hogy B12 vitamint is tartalmaz. Ez a vészes vérszegénységet megakadályozó vitamin csak a húsookban, a sajtokban és a tojássárgájában található meg jelentős mennyiségben, így a vegán életmódot folytatók sem betegszenek meg, ha rendszeresen esznek élesztőt. Az alga élelmiszer-alapanyagként való elterjedése azonban teljes mértékben meg fogja oldani ezt a problémát, mivel a kékeszöld tengeri algában kétszer-háromszor annyi B12 vitamin van, mint a marhamájban.

Hasonlóan univerzális hatást gyakorol a szervezetre a zöldárpa. A búzafűnél leírtak alapján tudjuk, hogy a zsege hajtások, csírák igen gazdagok vitaminokban és ásványi anyagokban. A búzafű és a zöldárpa 66-szor több klorofillt tartalmaz, mint a spenót. A zöldárpa esetében sikerült ezt a gazdag beltartalmat megőrizni szárított állapotban is. A 25 éves kutatómunka eredményeként, különleges technológiával előállított zöldárpapor dr. Hagiwara professzor szabadalma, és Európában először nálunk került forgalomba. Ez a bioboltokban 200 grammos csomagolásban árusított termék annak köszönheti rendkívüli népszerűségét, hogy mind a 18 aminosavat tartalmazza, amelyre a szervezetünknek szüksége van. A zöldárpában ezek polipeptidek formájában vannak jelen, ezért könnyen és gyorsan felszívódnak, elősegítik az anyagcserét, és semlegesítik az emésztést gátló káros anyagokat. Ezenkívül 19 vitamin jelenlétét mutatták ki benne, köztük a B12-t. A zöldárpában megtalálható az összes fontos ásványi só és nyomelem is. Klorofillt is tartalmaz, ami a laboratóriumi vizsgálatok szerint csökkenti a rákkeltő anyagok felszívódását. Alkalizáló hatásánál fogva segít helyreállítani a helytelen táplálkozás következtében kibillent pH-értéket. A legújabb kutatási eredmények szerint a zöldárpa koleszterincsökkentő, fekélymegelőző, gyulladáscsökkentő és antioxidáns hatást is kivált. A legáltalánosabb hatása azonban az, hogy megtisztítja a szervezetet, így mentesít bennünket mindazon tünetektől, amelyek az egészségtelen táplálkozásból és életvitelből erednek. Nagykereskedelmi forgalmazását a Vital-Club Kft. végzi. Címük: 1054. Budapest Hold u. 29. Tel: 302 4277. Fax: 302 4379. A kisfogyasztók a zöldárpaport illetve -tablettát a bioboltokban keressék.

A továbbiakban nincs értelme kitérni minden egyes növényi eredetű táplálék egészségre gyakorolt hasznosságának taglalására. Ez a reformétrenddel foglalkozó szakácskönyvekben részletesen megtalálható. Ezzel kapcsolatban csupán annyit érdemes megemlíteni, hogy ezek a készítmények ízben és külső megjelenésben semmivel sem maradnak el a hagyományos ételektől. A szójaból vagy gombából előállított húspótló készítmények segítségével pedig a legtöbb húsos étel hasonló minőségben elkészíthető, így nem kell lemondanunk a korábban megszokott ételeink fogyasztásáról sem. Egyébként a szója nem a modern kor divatja. Már száz évvel ezelőtt is használták. Az amerikai autógyáros, Henry Ford a szójabab megszállottja volt. Egy idő után szójaalapanyagból készített ruhát és nyakkendőt viselt. 16 fogásos ebédet szolgáltat fel kizárólag szójaból készítve, sőt az autóihoz is nagyon sok szója alapanyagú műanyag alkatrészt használt.

A legújabb tudományos vizsgálatok alapján a szója nem csak a húsevés következményeitől szabadít meg bennünket, hanem jelentős gyógyhatása is van. A londoni King's College kutatócsoportja szerint a szójafehérje olyan kémiai anyagot tartalmaz, amely egy emlőrák elleni hathatós gyógyszerben, a tamoxifenben található. A szójafehérje további építőanyagai az isoflavonoidok, melyek korai szakaszban képesek feltartóztatni az emlődaganat fejlődését. A szójának ezt a jótékony hatását az is bizonyítja, hogy Kínában és Japánban, ahol a legtöbb szójakészítményt fogyasztják, ez a sok szenvedést okozó betegség jóval ritkábban fordul elő, mint a világ más országaiban. A kínai és japán nők mentesek a menopauzával járó hőhullámoktól is. Ennek oka, hogy a szójában, de főleg a tofuban jelentős mennyiségű progeszteron- és ösztrogén hormon található, amely átsegíti a nőket ezen a nehéz életszakaszon. Amíg a nyugati orvosok pótlólagos hormonadagolással próbálják a nőket a hőhullámok okozta kellemetlenségektől megóvni, a távol-keleti országokban oly annyira ismeretlen ez a jelenség, hogy nyelvi fogalmat sem alkottak rá. A szójának jelentős a fito-ösztrogéntartalma is, amit a bélbaktériumok olyan anyaggá alakítanak át, ami fontos szerepet játszik a hormonális eredetű rákos megbetegedések megelőzésében.

A szója B11 vitamint is tartalmaz, ami csökkenti a vér homocisztein-szintjét. Ez az aminosav károsítja a véredényfalakat, és az artériák megvastagodásához vezet. A szakértők szerint a B11 vitamin hiánya felelős a szívinfarktuszok és agyvérzések 30-40 százalékáért. A B11 vitamin előnyös hatása még, hogy terhes nőknél védi a magzatot a fejlődési rendellenességektől. A szója különféle ásványi anyagokat (kálium, magnézium, kalcium, vas, cink, nátrium) is tartalmaz. Emellett öregedésgátló E- és A-provitamin is van benne. A szója táplálkozásban betöltött fontos szerepét az a megállapítás is alátámasztja, hogy az egyetlen növény, amelynek aminosav- és fehérje-összetétele minden fontos alkotóelemet tartalmaz. Nem véletlen tehát, hogy a táplálkozástudományi szakemberek a szóját teljes tápértékű élelmiszernek tekintik.

A szójafehérjében mind a 10 esszenciális aminosav megtalálható, így jól pótolja a húst. Az egészségre gyakorolt jótékony hatását fokozza, hogy a hússal ellentétben 3-4 százaléknyi rost is található benne, zsírtartalma pedig rendkívül alacsony: kb. 2%. Ez a 2%-nyi szójalecitin azonban jelentősen csökkenti az elhízás veszélyét, és fokozza a fizikai- és szellemi teljesítőképeséget. Különösen a koncentrálo- és emlékezőtehetségre gyakorol jó hatást. A testi-lelki fáradtság enyhítésén kívül növeli az ellenálló képességet, és oldja a stresszhelyzetekből adódó feszültséget. Nem elhanyagolható előnye még ennek a különleges alkotóelemnek, hogy 60%-a életfontosságú linol- és linolén zsírsav, melyek a szervezetben csökkentik a vér koleszterinszintjét. Ráadásul a szójalecitinnek kozmetikai hatása is van, mivel késlelteti a bőr ráncosodását, lassítja az öregedést. A szóján kívül a gomba is teljes értékű fehérjéket tartalmaz. Tápértéküket tekintve a kettő együtt már nem csak pótolja, hanem felülmúlja a húst. (Egyébként a húsevők nagyon meglepődnének, ha tudnák, hogy mennyi szóját esznek. Ma már a húskészítmények 60%-ában van szója. Az élelmiszergyárak nem azért kevernek szóját a termékeikbe, mert aggódnak a fogyasztók egészségéért, hanem ezzel hamisítják a húst. Ezen túlmenően a külföldi húsipari készítmények jelentős része génkezelt szóját tartalmaz, mert ezt olcsóbban be lehet szerezni.)

Sokan azzal indokolják a húsfogyasztás szükségességét, hogy e nélkül a szervezet nem jut elegendő fehérjéhez. A modern táplálkozástudomány azonban megállapította, hogy a szervezetnek jóval kevesebb fehérjére van szüksége, mint azt korábban hittük. Napi fehérjeszükségletünket bőven fedezhetjük tejtermékekkel is. A szójas készítményekkel viszont bőven pótolni tudjuk a húsfo-

gyasztás miatt kiesett fehérjevesztéséget. Kevesen tudják, hogy az élelmiszerek közül a szójában van a legtöbb fehérje. 10 dg szójában 35 gramm, míg ugyanannyi húsban 28 gramm fehérje található. Ezen a téren a tejtermékek sem képesek vetekedni a szójával, mert 10 dg szója annyi fehérjét tartalmaz, mint 1,2 liter tej. Az élelmiszervegyészek szerint a szénhidrogénnel kezelt szójakészítmények kesernyős íze úgy szüntethető meg, hogy az előző este ráöntött áztatóvizet reggel leöntjük róla, kissé leöblítjük, és friss vízzel újra felengedjük. A fűszereket ekkor adjuk hozzá, és hagyjuk tovább ázni a felhasználásig. Ma már azonban a legtöbb gyártó nemesszóját állít elő. Ennél a korszerű technológiai eljárásnál a szójabab szaponin- (ízrontó keserűanyag) és tripszinhitor- (emésztésgátló enzim) tartalmát nem szénhidrogénnel, hanem enzimekkel távolítják el, így az áztatóvíz leöntésére nincs szükség.

Nem csak húspótlóként, hanem tésztaként használva is előnyös a szója fogyasztása. A szójaliszt ugyanis feleannyi szénhidrátot sem tartalmaz, mint a búzaliszt. Ráadásul a szójalisztból készített tészta kevésbé szívja fel az olajat. A cukorbetegek számára további előny, hogy a szója jelentős rosttartalma lassítja a szénhidrát felszívódását, ami egyenletessé teszi a vércukorszintet. Jelentős mértékben hozzájárul a felszívódás mérséklődéséhez az a biokémiai okokra visszavezethető tény is, hogy a gabonák és a különféle hüvelyesek szénhidrát-tartalmát a szervezet nem képes közvetlenül hasznosítani. A belőlük készített liszt ugyanis összetett szénhidrátot tartalmaz, amit a szervezetnek előbb le kell bontania egyszerű szénhidráttá (cukorrá) és csak ezt követően kezdődhet el a felszívódása. Mellesleg egészséges emberek esetében sem jár következmények nélkül a túlzott szénhidrát-fogyasztás, mivel a szervezet a fel nem használt cukrot zsírrá alakítja, ami elhízáshoz vezet.

Húspótló alapanyagként jól használható a tönkölybúza is. Amíg a hagyományos búzából készült liszt fehérjetartalma 10-14%, és csupán 30%-a emészthető, addig a tönkölybúzaliszt fehérjetartalma 17-20%, és 100%-ban emészthető. Ennélfogva a tönkölylisztből sokoldalúan használható „tésztahúst” állíthatunk elő. A tésztahús valójában nem más, mint a tönkölyliszt meglehetősen magas síkértartalma, amihez úgy lehet hozzájutni, hogy összegyúrva és beáztatva kimossuk belőle a keményítőt. A visszamaradt gyurmaszerű anyag állaga mind főzve, mind sütvé nagyon hasonlít a húshoz. Sajnos a tönkölyliszt magas ára miatt a szejtán-nak is nevezett tésztahús háromszor annyiba kerül, mint a szójahús. A házilag előállítás is sok időt vesz igénybe. Ettől függetlenül rohamosan terjed, mivel sokoldalúbbá teszi a vegetáriusok étkezését. Biotáplálkozásban betöltött szerepét fokozza, hogy a tönkölybúzát nem kell műtrágyázni. Termesztésénél vegyszeres gyomirtásra sincs szükség. Zárt pelyvéje megvédi a gombafertőzésektől, és a környezetszennyezés káros hatásaitól. Járulékos előnye még, hogy a szójaallergiások is fogyaszthatják.

Szerencsére az egészséges táplálkozás szükségességét ma már egyre szélesebb néptömegek ismerik fel. Sajnos, mint minden kampánynak, ennek is vannak negatív megnyilvánulásai. Újabban ugyanis olyan reform szakácskönyvek is megjelennek, amelyek már túlzásba viszik az egészséges táplálkozás propagálását. Receptjeikben sorra tiltják meg azoknak a nyersanyagoknak a használatát, amelyek



korábbi ételünket ízletessé tették, arra hivatkozva, hogy nem elég vitamindúsak. Megszokott ételünk ízét egymással nem harmonizáló adalékanyagokkal teszik tönkre csak azért, hogy önmagában véve minden egyes alkotóelem teljes tápértékű legyen. Ezzel a legtöbbször azt érik el, hogy aki kézbe vesz egy ilyen szakácskönyvet, annak már a belelapozáskor elmegy a kedve a reformtáplálkozástól. Ez a túlbuzgóság többet árt, mint hasznal. Nem az a fontos, hogy minden gramm étel amit elfogyasztunk, tökéletesen megfeleljen a reformkönyh előírásainak, hanem hogy amit meg-

eszünk, azt jóízűen együk, és ne érezzünk büntudatot azért, mert az elkészítés során valamelyik nyersanyag több vitamint veszített a kelleténél. A húson, állati zsiradékon, finomított cukron és a káros élvezeti cikkeken kívül fogyasszuk továbbra is azokat az ételeket, amelyeket szeretünk, és úgy elkészítve, ahogyan szeretjük. Az ily módon elvesztett vitaminokat friss saláták, nyers gyümölcsök és különféle magvak fogyasztásával pótoljuk.

A nyers zöldségek, gyümölcsök és olajos magvak fogyasztására azonban nem csupán a szervezet vitamin-, ásványi só- és nyomelem-igényének kielégítése érdekében van szükség, hanem nélkülözhetetlen szerepük van testünk enzimekkel való ellátásában is. A biokatalizátorként működő enzimek olyan aminosavakból felépülő bonyolult szerves vegyületek, amelyek elősegítik a szervezet tökéletes működését, beszabályozzák és összhangba hozzák az egyes szervek munkáját. Megtisztítják a vért, irányítják a belső elválasztású mirigyek hormontermelését, és behatolnak a sejtekbe is, ahol kijavítják az egészségtelen életmód következtében kialakult károsodásokat, gyorsítva ezzel a természetes sejtmegújulást. Ezek a természet csodáinak is nevezhető, igen sokféle variációban létező enzim-molekulák a friss zöldségen és gyümölcsön kívül a nyerstejben is megtalálhatók. Ezért a nyerstej szintén képes arra, hogy semlegesítse a szervezetben a káros savakat, mentesítse a bélrendszert a rothadást okozó baktériumoktól, és a felszívódó enzimek által tisztítsa az egész testet. A nyerstej probiotikus baktériumtartalma védelmet biztosít az allergia és az asztma ellen is.

Sajnos ugyanez nem mondható el a pasztörözött, illetve forralt tejről, valamint a feldolgozott zöldségről és gyümölcscről. Ezek a több száz, aminosavból felépülő, az élet hordozóinak tekintett speciális fehérjék ugyanis rendkívül érzékenyek a hőhatásra, melegítés esetén felépítésük megváltozik, holt anyaggá válnak. Ezzel együtt elpusztul a hőkezelt élelmiszerek vitamintartalmának túlnyomó része is. Az ásványi sók és nyomelemek megmaradnak ugyan a feldolgozott élelmiszerekben, de nem képesek a szervezet számára hasznosulni, mivel ezeknek az anyagoknak a felszívódásához enzimekre van szükség. Ezért fordul elő gyakran, hogy aki nem fogyaszt nyers táplálékot, annál különböző hiánybetegségek lépnek fel annak ellenére, hogy bőségesen és sokrétűen étkezik. Ez a helyzet különösen gyermekek esetén kritikus, mivel a növésben levő szervezetnek alapvetően szüksége lenne az optimális működésre. Éppen ezért kifejezetten káros gyerekek forralt vagy pasztörözött tejet adni a vitamin- és mészszükséglet fedezésére. Enzimek hiányában ugyanis ezek az anyagok nem tudnak felszívódni, ezért hiába szorgalmazzuk a tejfogyasztást, a forralt tej csak erjeszti, rothasztja a gyomor tartalmát, így többet árt, mint használ.

A rothadásból eredő mérgezésen kívül igen kellemetlen következménye még a pasztörözött tej fogyasztásának, hogy kalciumtartalma enzimek hiányában nem a csontokba szívódik fel, hanem ráakódik a csontokra és az érfalakra, elősegítve ezzel az ízületek elmeszesedését, a test fokozatos merevedését. A pasztörözött tej vitaminokban is igen szegény. A vitaminok többsége ugyanis zsírban oldódó, és miután a tejgyárak az általuk forgalmazott tej zsírtartalmának jelentős részét kiszeparálják, vele együtt kivonják a vitaminokat is. A hiányt mesterséges vitaminokkal próbálják pótolni. Ezek azonban nem képesek pótolni a természetes vitaminokat, sőt éppen ellenkező hatást váltanak ki. A legújabb kutatások szerint pl. a szintetikus D-vitaminnal kiegészített tej megfosztja a szervezetet a magnéziumtól. Teljes mértékben hiányoznak az enzimek és a vitaminok a műtejből. Ezek a tartós tejek savóból, némi tejporból, csontlisztből, vízből és „E-adalékokból” állnak. Messzemenően tartózkodjunk a „reggeli ital”-nak nevezett tejimitátumtól. Ez a papírdobozban forgalmazott „tejes-alapú készítmény” nem más, mint tejpor magas hőfokon kezelt, vagyis enzimmentesített savóval keverve. Vitamin- és ásványianyagtartalma csekély, és a fehérjetartalma is alacsony. Mindezek ellenére nem sokkal olcsóbb a valódi tejnél.

A történelem során az emberiség hozzászokott a főzött és sült táplálékhoz, ezeknek az ételeknek az elkészítési módja beépült a kultúránkba, így nem lehet az embereket egyik napról a másikra visszaszoktatni a nyers kosztra. Egészségünk védelmében azonban igyekezzünk a feldolgozott ételek mellett minél több nyers táplálékot fogyasztani. A beszerzett zöldség és gyümölcs frissességén és vegyszermentességén kívül vigyázzunk arra is, hogy nyerstejet csak olyan helyről vásároljunk, ahol állandó állatorvosi felügyelet van, ezért csekély az esetleges fertőzés valószínűsége. Az élő tejsavbaktériumok folytán a nyerstej emésztése is jóval könnyebb, mint a forralt, pasztörözött tejé. Egy-magában azonban lehetőleg ne igyuk, mert a gyomorsavval összekeveredve kicsapódik, és ez a cso-

mós massa már meglehetősen nehezen emészthető. Ezt a káros hatást legegyszerűbben úgy előzhetjük meg, hogy leszedjük az egyébként elég jelentős mennyiségű fölét, rákenjük egy szelet korpás kenyérré, és azzal együtt fogyasztjuk a tejet.

Újabban kezd ismét divatba jönni a kecsketej, mivel esszenciális aminosavakban, valamint vitaminokban és ásványi anyagokban jóval gazdagabb, mint a tehéntej. A- vitaminból háromszor, D- vitaminból négyszer, míg B5 vitaminból hatszor többet tartalmaz, mint a tehéntej. Orotsav és karbonsav is található benne, ami sokféle betegség megelőzésében közreműködik. Magas kalciumtartalma segít megelőzni a fogszuvasodást, és a csonttrikulást. Nem tartalmaz viszont tejallergiát kiváltó ASI-kazeint, ezért tejfehérje-érzékenyek is fogyaszthatják. Emellett baktériumölő hatása is van. Nem véletlen, hogy a kecsketej savója sok kiváló kozmetikum alapanyaga. Csecsemők táplálására is előnyösen használható, mert az összes tej közül a kecsketej összetétele hasonlít leginkább az anyatejhez. A kecsketej még a pollenallergia ellen is hatásos lehet. A homoktövises készítményeiről híres Dr. Guoth János szerint, ha a kecskével parlagfüvet etetnek, ők is allergiások lesznek, de csak pár percre. Utána gyorsan ellenanyagot termel a szervezetük, ami bekerül a tejbe is. Ha valaki ezt a tejet hőkezeletlenül naponta issza, vagy a belőle készített kefirt fogyasztja, nagymértékben enyhül az allergiája.

Miután szénhidrátartalma kisebb, mint a tehéntejé, kevésbé hizlal. Forgalmazása, tárolása is kevesebb gonddal jár, mivel kisebb tejszírgolyócskákat tartalmaz, mint a tehéntej, így nem kell homogenizálni. A finomabb eloszlású tejszírgolyócskák következtében az emészthetősége is jobb, mint a tehéntejé. Pár nap után tejszínszerűen besűrűsödik, de ez nem rontja az élvezeti értékét. Természetesen a kecsketejet is hűtőszekrényben kell tárolni. Felmelegíteni nem szabad, mert ettől „kecskeízű” lesz. Sajnos az ára több mint kétszerese a tehéntejnek, de nyersen fogyasztva igen egészséges, így ne sajnáljuk rá a pénzt. (Semmilyen mellékíze sincs. Olyan, mint egy sűrű, zsírdús tehéntej. Megbízható helyről vásároljuk, mert magas ára és az alacsony hozam miatt előszeretettel vizezik.) Ugyancsak nagyon finom és tápláló a juhtej. Különleges zamata következtében egyre több helyen készítenek joghurtot és kefirt is belőle.

A különféle tejtermékek összetett biológiai hatóanyag-tartalmuk következtében még a nyerstejnél is fokozottabb gyógyító hatást gyakorolnak a szervezetre. A savanyított tejtermékek nagy előnye, hogy a laktóz-intoleranciában szenvedők is fogyaszthatják, így nem kell nélkülözniük a tej jelentős kalcium- és vitamintartalmának szervezetre gyakorolt jótékony befolyását. Savanyítás hatására ugyanis a tejcukor lebomlik. A belőle képződő oligoszacharidok, a laktulóz és a laktinok (vízben oldódó diétás rostok) elősegítik a bélmozgást, és elpusztítják a vastagbélben felhalmozódott káros, rothasztó baktériumokat. A savanyítás során a tej aminonitrogén-tartalma közel háromszorosára, a nem fehérje nitrogén pedig 50%-kal növekedik, mely által 90%-kal nő az elfogyasztott tejfehérje hasznosulása is. A kialakult savanyú közegben az ásványi anyagok ionos állapotba kerülnek, ami azt eredményezi, hogy 6-15%-kal javul a csontépítő kalcium, a magnézium, a foszfor és a rákellenes szelén felszívódása.

Mindemellett a savanyított tejtermékekben biológiailag aktív anyagok keletkeznek. 2 dl aludttejben 100 millió élő tejsavbaktérium van, míg a probiotikus eljárással készült tejtermékek fogyasztása során 30 milliárd tejsavbaktérium kerül a szervezetbe, és fejt ki áldásos tevékenységét. Ezek egyike, hogy átalakítják az epesavakat, miáltal csökken a vér koleszterinszintje, vele együtt az érlemezés veszélye. Másrészt megszűnik az epesavaknak a bél nyálkahártyájára gyakorolt izgató, maró hatása, ami a vastagbélrák megelőzésének fontos feltétele. A savanyú közegben a vitaminok is jobban megőrződnek. Ráadásul a tejsavas erjesztés alatt egyes vízben oldódó B-vitaminok (nikotinsav, folsav) valamint a biotin fel is dúsulnak. A tejsavas erjesztés során bekövetkező fehérjebontás következtében megnő az egészségvédő bioaktív anyagok mennyisége is. Közülük a peptidek az egész szervezetet védik a rák kialakulásától. Emellett csökkentik a vérnyomást, és elősegítik a jó alvást. Ennyi sok pozitív hatás láttán már érthető, hogy a sok kefirt fogyasztó kaukázusi népek között miért olyan gyakori a száz éves kort megért ember.

A csecsemők egy része allergiás az állati eredetű tejre, ami bőrpanaszokban, légzési nehézségekben és székrekedésben nyilvánul meg. Ennek oka a laktóz-intolerancia, vagyis az a felnőtt korban is megmaradó probléma, hogy a szervezetük nem tudja megemészteni a tej cukortartalmát. A kis-

gyermek számára azonban létfontosságú a tejfogyasztás. Ilyenkor adjunk a babának kecsketejet, vagy ha ehhez nem tudunk hozzájutni, akkor itassunk vele szójatejet. Ez a növényi eredetű tej igen gazdag vitaminokban és ásványi anyagokban, de nem tartalmaz tejcukrot, így az allergiás tünetek maradéktalanul megszűnnek. A szójatej bioboltokban szerezhető be, de szójababból házilag is előállítható. Ennek módja a vegetárius szakácskönyvekben részletesen le van írva. Egyébként a szójatejből rendkívül egészséges túró is készíthető. A szójatúró (ismertebb nevén a tofu) azonban a szójakockához hasonlóan semleges ízű, emiatt csak fűszerezve használható. Élvezeti értéke még így sem éri el a valódi tejből készült túróét (ráadásul drága is), ezért aki nem szenved laktóz-intoleranciában, fogyasszon továbbra is állati eredetű tejet és tejterméket. Mellesleg ma már az allergiások is fogyaszthatnak tejet, mivel újabban elkezdtek mesterségesen előállítani azt az enzimet, amely a laktóz-intoleranciában szenvedők szervezetéből hiányzik. Ebből a szakorvos által felírt és térítésmentesen kiváltható tejcukorbontó szerből 1 kávéskanálnyit kell beletenni 1 pohár tejbe. Érdemes megragadni ezt a lehetőséget, mert a legújabb kutatások fényt derítettek arra, hogy a tejben 2000 összetevő található, így szinte pótolhatatlan a szervezet számára.

Amennyiben a lakásunk közelében nincs piac, és kénytelenek vagyunk pasztörözött tejet vásárolni, akkor az UHT márkanéven forgalmazott papírdobozos tejet keressük. Ez a jelenleg legkorszerűbb technológiai eljárással tartósított tej abban különbözik a hagyományos pasztörözött változattól, hogy itt nem tartósan forralják 70 °C-on a nyerstejet, hanem néhány másodpercre 140 °C-ra hevítik, majd hirtelen lehűtik. Ezáltal ennek a tejnek is megsemmisül a teljes enzimtartalma, de a C-vitamin 90%-a megmarad, és ugyancsak kevésbé károsodik az A- és B-vitamin-tartalma. A gyors hőkezelésből adódóan az ultrapasztörözött tej jobban megőrzi a nyerstej eredeti ízét is, így fogyasztása nem vált ki kellemetlen ingert azokban sem, akik undorodnak a forralt tej ízétől. Mellesleg az ultra steril körülmények között történő töltés, és az aseptikus Tetra Brik csomagolás következtében az UHT tej három hónapig is eltartható hűtés nélkül, szobahőmérsékleten. Felbontás után természetesen ez a tej is csak hűtőben tárolható, és a maradékot két-három nap alatt el kell fogyasztani. Ultrapasztörözött tejet már sok cég gyárt nálunk. A legjobbak közül legolcsóbbak a WÉS Tejipari Rt. és a Hercegtej Kft. termékei.

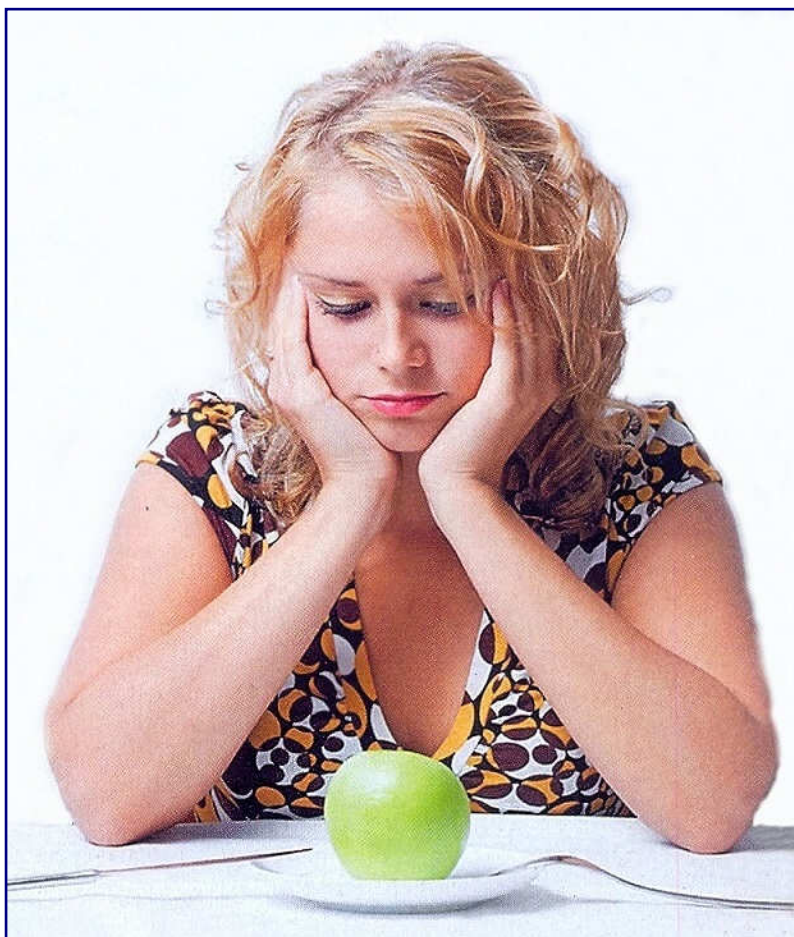
Érdekességként megemlíthető, hogy a kíméletes tartósításnak és a nyersanyagok károsodás nélküli főzésének van még egy ennél is különlegesebb módja. Iskolai tanulmányainkból tudjuk, hogy a víz forráspontja függ a külső nyomástól. Ezért a nagyobb hegyekben már 70-80 °C-on elkezd forni a víz, ami azt jelenti, hogy egy bizonyos tengerszint feletti magasságot meghaladva már nem lehet normál edényben főzni. Ez a fizikai jelenség azonban ellenkező irányban is érvényesül, vagyis a környezeti nyomás növelésével csökkenthető a főzési hőmérséklet. Ezt használták ki a japán tudósok, amikor szerkesztettek egy közel 1 tonna súlyú berendezést, amellyel 8000 bar nyomást állítottak elő. Ezen a nyomáson már szobahőmérsékleten is megfőzhető a nyers táplálék, így sem a vitamin- sem pedig az enzimtartalma nem károsodik. Annak ellenére, hogy ez a nyomás tízszerese a legmélyebb tengerek fenekén uralkodó nyomásnak, még tojás is főzhető benne. A roppant nagy nyomás alá helyezett nyers tojásnak azért nem törik össze a héja, mert a víz átjut a pórusain, így a külső és belső nyomás kiegyenlíti egymást. Ez az eljárás a nyers táplálék ízének maradéktalan megőrzésén túlmenően alkalmas ételeink károsodás nélküli tartósítására is, mivel a nagy nyomás hatására elpusztulnak a baktériumok, ami tökéletes sterilitást eredményez. Egyetlen hátránya ennek a berendezésnek, hogy nagyon drága és meglehetősen nagy helyet foglal el, így a háztartásokban való alkalmazása nem várható.

Egyébként a Kiotói Mezőgazdasági Egyetemen folytatott hidegfőzési kísérletek egy másik meglepő jelenséget is eredményeztek, a melegegfagyást. Rihamoro Hajasi professzor elmondása szerint ezt akkor tapasztalták, amikor kíváncsiságból tovább növelték a nyomást. 10 ezer bar felett elkezdett a víz fagyáspontja növekedni, és elérte a szobahőmérsékletet. Ennek következtében a nagy nedvességtartalmú élelmiszerek nem fűttek meg, hanem éppen ellenkezőleg, megfagytak. Ily módon felfedeztek egy új tartósítási eljárást. Még nagyobb volt az örömük, amikor a vizsgálatok kimutatták, hogy az így „fagyasztott” élelmiszerek aromája és vitamintartalma kevésbé károsodik, mint a mélyhűtött mirelit termékeké. A különleges fagyasztóeljárásokkal kapcsolatban érdemes szót ejteni a fagyasztva szárításról is. Az eljárás kifejlesztését az amerikai kormány rendelte meg úrhajósok

számára. Lényege, hogy az élelmiszereket gyorsfagyasztással tartósítják, majd kivonják belőle a teljes nedvességtartalmát. Ez úgy történik, hogy a fagyasztás légmentes kamrában történik. Amikor a zöldség-gyümölcs már keményre fagyott, a hideg hűtőfolyadék helyett gázt nyomnak be a kamrába. Ennek hatására az élelmiszerben levő jég gőzzé alakul anélkül, hogy felolvadna. Ezt követi a légmentes lezárás, hogy se levegőt, se párákat ne tudjon magába szívni az étel. Az ily módon tartósított élelmiszer friss súlyának csak egynegyedét nyomja. A dupla tartósításnak (fagyasztás + szárítás) köszönhetően évekig megőrzi az ízt, és az elkészítéséhez csupán forrásban levő vízre van szükség.

Visszatérve az előző témára, ha hagyományos módon fogyókúrázunk, akkor se kínozzuk ma-

gunkat olyan ételekkel, melyek undort keltenek bennünk, csupán azért, mert csekély a kalóriatartalmuk. Ne méricskéljük a nyersanyagokat patikamérlegesen, és ne bújjuk a kalóriatáblázatokat. Ne feledjük, hogy csak attól hízunk, amit megeszünk. A kövér embereknek maximum 2%-a szenved hormonzavarban, a túlnyomó többség tehát azért kövér, mert sokat eszik. Egy ismert magyar táplálkozástudományi professzor ezzel a drasztikus kijelentéssel zárt le egy tudományos vitát: „*A náci koncentrációs táborokban nem akadt egyetlen túlsúlyos, vagy kórosan elhízott ember sem.*” A kövéreknek tehát nem azt kell kérdezniük, hogy: Mit egyek, hogy lefogyjak? A fogyáshoz nem enni kell, hanem koplalni. Egyébként is groteszk dolog ilyen problémával előhozakodni egy olyan világban, ahol több mint 1 milliárd ember éhez, és évente 30 millióan halnak éhen, köztük 10 millió gyerek. A helytelen táplálkozás okozta beteg-

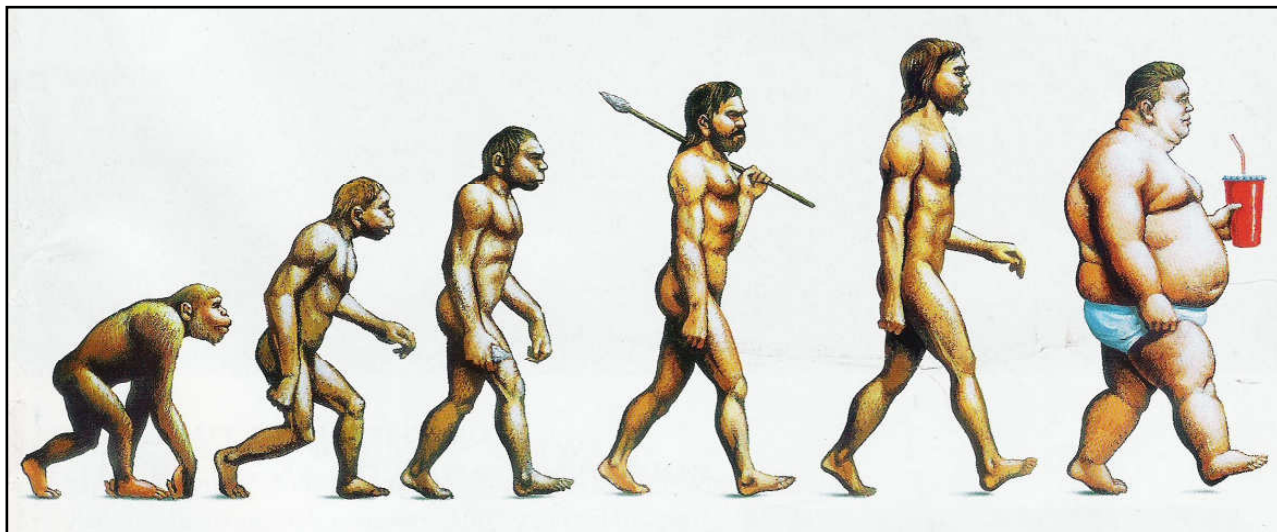


segekre is megvan a legegyszerűbb és legolcsóbb gyógymód. Amikor az ausztrál bennszülöttek megismerkedtek a jóléti társadalom vívmányaival, elkényelmesedtek, és meghíztak. Valakinek az az ötlete támadt, hogy egy önként vállalkozó kisebb csoport térjen vissza az ősi életformához. A kísérletben részt vevők ismét halásztak, vadásztak, gyűjtögettek. Néhány hónap alatt szépen lefogytak, rendeződött a vércukorszintjük, normalizálódott a magas vérnyomásuk.

Mellesleg a szegény emberek nem az élelem világméretű hiánya következtében éheznek és szenvednek különböző hiánybetegségekben, hanem az egyenlőtlen elosztás miatt. Soha ennyi élelmiszerfelesleg nem képződött a világban, mint manapság. Az Európai Unió hűtőházaiban évtizedek óta eladhatatlan vajhegyek, és több millió tonnányi lefagyasztott hús vár vevőre. Más élelmiszer-alapanyagokból is hatalmas készletek halmozódtak fel a raktárakban. Összességében a Föld minden lakosára napi 1,25 kg gabona és hüvelyes termés; 0,5 kg hús, tojás és tej; valamint 0,5 kg gyümölcs és zöldség jut. Ha ezt az adagot naponta meg kellene enniük az éhezőknek, elhíznának tőle. Helyettük a nyugati országokban élők eszik meg a felesleget. Észak-Amerikában már minden harmadik ember olyan kövér, hogy szinte gurul. Ők meg a zabálásba betegednek bele. Világszerte 1 milliárd fölé emelkedett a túlsúlyos (kövér) emberek száma. Közöttük mind több az elhízott gyerek.

Ha valaki túlsúlyos, egyen kevesebbet. Aki a vacsora elhagyása után is hízik, az mondjon le a tízóráiról és az uzsonnáról is. Mindaddig csökkentsük a napi ételadagunkat, amíg normális tempóban

nem csökken a testsúlyunk. Az a kevés étel viszont amit magunkhoz veszünk, legyen ízletes, mivel a nemkívánatos étel pszichésen könnyebben idézhet elő gyomorbajt, mint a helytelen táplálkozás. Különböző is csak azok az ételek válnak igazán a hasznunkra, amelyeknek az elfogyasztása élvezetet jelent. A csökkentett ételmennyiségből származó éhségérzetet könnyen elűzhetjük búzacsíra vagy korpás kekszek fogyasztásával, mert ezek az anyagok annyi vizet képesek magukba szívni, hogy háromszorosára dagadnak a gyomorban, tompítva ezzel éhségérzetünket. Akinek kevés a gyomorsava az is alkalmazhatja ezt a módszert, mivel valódi citromléből készített cukormentes limonádéval ellensúlyozni tudjuk a keksz gyomorsavfelszívó hatását. Az éhségérzet oka azonban a legtöbbször nem más, mint folyadékhiány. Így ha két étkezés között éhesek vagyunk, igyunk 1-2 pohár vizet. A fogyókúrának ez a módja csak az első napokban nehéz, 3-4 hét után gyomrunk átáll az új étkezési módra, és akkor végleg megszűnik kínzó éhségérzetünk.



Nem jó megoldás a csökkentett zsírtartalmú ételek fogyasztása sem. A sovány tejből pl. nem csak a zsír túlnyomó részét vonják ki, hanem vele együtt eltávolítják a teljes A-, D- és E-vitamin-tartalmát. Hasonló a helyzet a többi preparált élelmiszernél is. Aki ily módon fogyókúrázik, annak minden esélye megvan rá, hogy egy idő után a karcsúsága hiánybetegségekkel fog párosulni. Időközben az is kiderült, hogy a „light”os termék csapda. Vásárlói nem fogynak, hanem inkább híznak. Ennek oka, hogy amikor a nyelvünk édes ízt érzékel, kalóriát vár. Ezért beindul a szervezet szénhidrátlebontást elősegítő folyamata, az inzulintermelés. A mesterséges édesítőszerrel ízesített ételek azonban nem tartalmaznak kalóriát, így nincs mit lebontani. A sok inzulin azonban már a vérben van, ami jelzést küld az agynak, hogy kalória-utánpótlást vár. Ez éhségérzetünk fokozódásában nyilvánul meg, melynek eredményeként rögtön nassolnivaló után nézünk. Az utólag elfogyasztott édességekkel együtt már sokkal több kalória jut a szervezetünkbe, mintha hagyományosan édesített ételt ettünk volna. A felesleg aztán híz formájában ránk rakódik.

Arról nem is szólva, hogy a „light” és egyéb agyonsoványított szörnyűségek ízetlenek. Nem váltanak ki gasztronómiai élvezetet, e nélkül pedig a táplálkozásunk vegetálássá válik. Az ember nem csak azért eszik, hogy életben maradjon. Étkezési kultúránk fontos része az ízek élvezete. Ez boldogságunk egyik forrása. Ne mondjunk le tehát a finom ételek fogyasztása által nyújtott örömről. Az elhízás ellen nem a lesilányított, értéktelen, denaturált táplálékra való átállással kell védekezni, hanem az adagok, illetve az étkezések számának csökkentésével. Már egy vicc is született a célszerű eljárásról: „Mi a leghatékonyabb fogyókúra? Egy rendkívül egyszerű tornagyakorlat. Forgassuk a fejünket jobbra-balra, valahányszor étellel kínálnak.” A minden áron való fogyni akarás mosolyra fakasztó kúrát is eredményez. A hollywoodi színésznők legújabb diétája, hogy: „Mindent ehetsz, amit csak kívánsz, de mindenből csak egy falatot.” A gazdagok, a tehetősek feltalálták a szegénységet. Eszükbe sem jut, hogy a szegény ember is ezt teszi. Nyomorúságos helyzete folytán jó, ha egy falat étel jut neki naponta. Így természetes, hogy nem hízik meg. Innen már csak egy lépés, hogy szétosszák a pénzüket, vagyionukat a szegények között. Így az éhezők néha jól is lakhatnának.

Amerikában a mérsékelt táplálkozás hívei mozgalommá fejlesztették a korlátozott táplálékfelvételi módszerét. Steven Hawks által hirdetett „intuitív evés” fogyókúra lényege, hogy bármit ehetünk, de csak akkor, ha valóban éhesek vagyunk, és ahogy megtelt a gyomrunk, azonnal abba kell hagyni. (Mellesleg ez a módszer az évezredek óta ismert önkorlátozó, civilizált emberhez méltó táplálkozás felelevenítése. 80 évvel ezelőtt Bicsérdy Béla, a vegetarizmus magyarországi megteremtője is így táplálkozott. Amikor érezte, hogy megtelt a gyomra, felállt az asztaltól, és otthagyta az ételt. A feltehetően vénuszi származású Saint-Germain gróf is így táplálkozott. Kizárólag zöldséget, gyümölcsöt és olajos magvakat fogyasztott, és a csak addig, amíg az éhségérzete el nem múlt. Egy falattal sem evett többet.)

Ha valaki továbbra is ragaszkodik a kalóriatáblázatok alapján összeállított hagyományos diétához, az mindenképpen kerülje a drasztikus módszereket. A hosszú távon folytatott éhezés nem csak a fölös kalóriától szabadítja meg a szervezetet, hanem megfosztja a létfontosságú vitaminoktól, valamint a makro- és mikroelemektől is. Ennek elkerülhetetlen következménye az immunrendszer leromlása, és különböző betegségek kialakulása. A táplálkozástudományi kutatások szerint az egészségre a mérsékelt energiaszegény, napi 1500 kcal-os (6300 kJ) étrend bizonyult a legkevésbé veszélyesnek. Ez ugyan havi 3-4 kilogrammnyi fogyást eredményez csupán, de mentes minden mellékhatástól, és nem jár semmilyen szenvedéssel. Az alacsony- vagy nullkalóriás diéta további hátránya még, hogy a súlycsökkenés jelentős részben izomszövetünk megfogyatkozása révén jön létre. Ennek következtében nem csak karcsúak, hanem soványak leszünk, ami egészségünk kockáztatásán kívül újabb pszichés zavarokhoz vezet. Az eredményes fogyókúra alapvető feltétele tehát a türelem, ami egy járulékos szempont miatt is fontos.



Sokan nem tudják, hogy a testszerte lerakódó zsírréteg csak akkor kezd el csökkenni, amikor a szervezet a májban lerakódott zsírt már elégette. Krónikus elhízás esetén egy hónap is kell, amíg a májban és a zsigerek között (vese, máj, gyomor körül) felhalmozott zsírmennyiség elbomlik. Legyünk tehát türelmesek, a testsúlycsökkenés előbb-utóbb megindul. A fogyás elkezdődését a vizelet színe jelzi. Minél sötétebb, annál intenzívebb a súlycsökkenés. A szervezet ugyanis az emésztésnél felszabadult energiát a szervezet méregtelenítésére fordítja. Ennek alapján szinte azonnali visszajelzést kapunk arról, hogy ha túlettük magunkat. A túl sok táplálék feldolgozása oly sok terhet ró a szervezetre, hogy abbamarad a méregtelenítése, melynek látható következménye, hogy a vizeletünk kivilágososodik, vízszínűvé válik. (Ez a jelenség egy alapos böjtkúra, a szervezet teljes méregtelenítése után is bekövetkezik, de ez azért történik meg, mert a szervezetünk méregmentessé vált. Állandósulhat is ez az állapot, de csak addig tart, amíg nem kezdünk el megint egészségtelen, vegyszerekkel mérgezett ételeket fogyasztani.)

A sikeres fogyókúra másik buktatója a jójó-effektus fellépése. Amennyiben a jól táplált szervezet azt veszi észre, hogy a megszokottnál kevesebb tápanyagot kap, takarékoskodni kezd. Ezért szokott a látványos fogyással induló kúra néhány hét múlva megtorpanni. Ha ilyenkor feladjuk, akkor a szervezetünk a bevitt tápanyagból jóval többet raktároz el, mint korábban. Ennek következtében zsírpárnáink a zsinóron rángatott jójó pörgéséhez hasonló gyorsasággal fognak visszatérni, sőt még többletsúly is rakódik ránk, hiszen az előzőleg takarékra állított szervezet még nagyobb hatásfokkal dolgozza fel a táplálékot. Ráadásul az újabb fogyókúra sokkal keservesebb lesz, mert a hatékony anyagcsere lassabban reagál a csökkentett energiataralmú étrendre. Széleskörű tapasztalatok szerint ez az effektus napi 1200 kalóriás étrend, vagyis drasztikus fogyókúra esetén mindig fellép. (Ez valószínűleg kcal. A fogyókúrák szakkönyvekben az egyszerűsítés érdekében elhagyják a „kilo” előtagot. Az új szabvány szerint a kJoule-t kell használni. 1 kcal kb. 4,2 kJ-nak felel meg.) Nagy probléma még ennél az effektusnál, hogy a fogyás során nem csak zsírszövetet, hanem fehérjét is veszítünk,

visszahízaskor azonban csak a zsírszövetek szaporodnak, izmaink nem. Egy átlagos (1-2 hetes) böjtkúránál ettől nem kell tartanunk, mert a fehérjelebontás csak 2 hét után indul meg. Addig a szervezet a májban felhalmozódott glikogén, majd a testszerte lerakódott zsírok elbontásából fedezi a glukózsükségletét. A jojóeffektus járulékos következménye, hogy károsítja az immunrendszert. Amerikai kutatók vizsgálata szerint, aki 5 éven át váltakozva fogy majd hízik, annál 30%-kal csökken az élő sejtek száma, így gyakrabban betegszik meg.

Az alacsony vagy nullkalóriás diéta azok számára sem ajánlott, akik azért böjtölnek, hogy megszabadítsák a szervezetüket a felhalmozódott mérgektől. A sovány testalkatúak a tisztító kúrát gyümölcslel végezzék. A léböjtkúra előnye, hogy a gyümölcs cukortartalma biztosítja az agy táplálását. Az agynak ugyanis naponta 130 gramm szőlőcukorra van szüksége a zavartalan működéshez. A böjt idején azonban a szervezet nem jut hozzá cukorhoz, ezért olyan aminosavakból állítja elő, amelyek a testfehérjék lebontása révén keletkeznek. Ez a biokémiai folyamat szintén az izomszövet csökkenéséhez vezet. Kellemetlen velejárója még ennek a jelenségnek, hogy az ily módon előállított cukor mellett ketonok is keletkeznek, amelyek mérgezően hatnak a szervezetre. Ennek tünetei: ingerlékenység, apátia, fáradtság.

Másik lehetőség a tejsavóval végzett böjtkúra. A tejsavó literenként 30 grammnyi fehérjetartalma ugyancsak képes megakadályozni a szervezet fehérjeegyensúlyának megbomlását. Arra azonban ügyeljünk, hogy a savó nyerstejből származzon, mert enzimek hiányában értékes hatóanyagai nem képesek felszívódni. Izomszöveteik védelme érdekében érdemes ezt a módszert alkalmazniuk a kisebb súlyproblémák miatt böjtölőknek is. A savóban levő aminosavak és egyszerű felépítésű fehérjék (albumin, globulin) valamint az orotsav segítik a máj méregtelenítő funkcióját is.

Fogyókúrát újhold idején ajánlatos tartani, mivel a súlycsökkenés ilyenkor a leghatékonyabb. (Az amerikai Georgiai Egyetem kutatói szerint holdtöltekor 8%-kal növekszik a tápanyagfelvétel.) Ebben az időszakban célszerű elkezdeni a dohányzásról, kávézásról és az alkoholoról való leszokást is. Ha regeneráló kúrára is szükségünk van, ezt növekvő hold idején tartsuk. Ekkor duplán hatásos minden, ami erősít, tehát a vitaminok, az ásványi anyagok és roboráló készítmények. A tornagyakorlatok és masszázskok jótékony hatásai is ilyenkor a legintenzívebbek. Lokális fogyasztás esetén jó hatást lehet elérni borókrémes masszázzsal. A krémmel naponta 20 percig kell masszírozni a karcsúsítani kívánt testrészt.

A fogyni vágyók ne tévesszék össze a böjtölést a koplalással. Az éhezés nem szabadítja meg a szervezetet a mérgektől. A böjtkúra elengedhetetlen része a béltisztítás, a naponként végzett beöntés. Még kevésbé nevezhető böjtölésnek a pénteki hústilalom, mert ez csak lemondás. Ezzel csupán annyit érünk el, hogy valamivel később telítődik a szervezetünk a húspanban található mérgekkel. Ezzel nem előzzük meg, hanem csak elodázzuk a húsevés okozta betegségeket. Többet árt, mint használnál a dohányzás és a szeszfogyasztás mellett végzett böjtölés. A káros szenvedélyek kielégítése melletti éhezés azt eredményezi, hogy nagyobb határfokkal szívódik fel a szervezetbe nikotin és az alkohol. A böjtkúra eredményességének záloga a sok mozgás. E nélkül a kielégtetett test egyre bágyadtabb lesz, teljesen elernyed. A sok mozgás, a rendszeres és intenzív tornagyakorlatok azonban fokozzák a szervezetben a bioenergia áramlását, ami növeli a vitalitásunkat, az életkedvünket. Így a böjtkúra végén nem csak karcsúbbak, hanem erősebbek, aktívabbak is leszünk, és megtisztított szervezetünk következtében sokkal jobb lesz a közérzetünk.

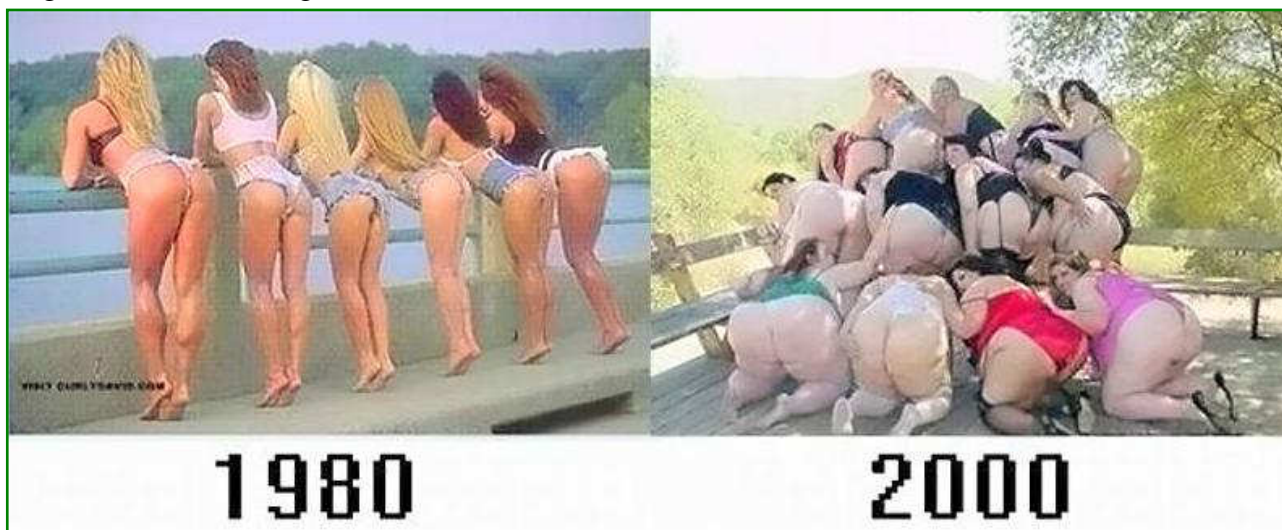
A legújabb táplálkozástudományi kutatások szerint tekintélyes túlsúllyal rendelkezők hamarabb is megszabadulhatnak zsírpárnáiktól. Ennek a kiegészítésként alkalmazandó módszernek a lényege az ételek szétválasztásában rejlik. (Az ételszétválasztás lényege, hogy bizonyos fajta ételek, pl. a zsírok és a szénhidrátok nem fogyaszthatók egyszerre.) A diétás étrend összeállításával foglalkozó szakemberek már régóta gyanítják, hogy a zsírszövetek kialakulásához egyes ételeknek (a zsíroknak és a szénhidrátoknak, illetve a fehérjéknek és a szénhidrátoknak) össze kell kapcsolódnuk a szervezetünkben. Az elfogyasztott ételeknek a zsírtartalmát leginkább a kenyér és a burgonya köti meg, így aki lemond ezeknek az élelmiszereknek más, főleg nagy zsíradéktartalmú ételekkel való együtfogyasztásáról, az még intenzívebb testsúlycsökkenésre számíthat. Egy zacskónyi (25 dg chips) 1350 kalóriát tartalmaz. Annyit, mint egy kétfogásos ebéd. Ezzel szemben 25 dg szamócában csak 75 kalória van. Ez is magyarázatot ad arra, hogy a vegetáriusok miért nem híznak el. Nem azért so-

ványak, mert éheznek. Az érett gyümölcs ugyanúgy csillapítja az éhséget, mint a zsiradékban sült krumpli vagy a hús. A kalóriatartalma azonban több mint egy nagyságrenddel kisebb.

Egy új keletű táplálkozástudományi felismerés szerint ennél is veszélyesebb kombináció, ha cukrot és zsírt fogyasztunk együtt. Ha zsíros fogásaink egyben cukrot is tartalmaznak, a zsírok beépülése akár 60%-kal is megnövekedhet. A szervezet ugyanis egy időben csak szénhidrátot vagy zsírt tud elégetni. Mivel a szénhidrát könnyebben hasznosítható, ezzel kezdi a lebontást. Ilyenkor a vércukorszint hirtelen megemelkedik, melynek hatására a hasnyálmirigy nagy mennyiségű inzulint termel. Az inzulin viszont gátolja a zsír lebontását elősegítő glukagon hormon érvényesülését, melynek következtében a zsír lerakódik az energiaraktárakba, a derékra és a csípőtájjra. A zsírégetés csak a szénhidrátok lebontása után kezdődik el, de mivel az elfogyasztott étel szénhidrát-tartalma többnyire bőven fedezi a szervezet energiaigényét, erre már nem kerül sor. A zsírpárnák megmaradnak, sőt vastagodnak. Az elhízás fő oka tehát a túlevés, testünk táplálására fele annyi élelem is elegendő lenne. A legtöbb ember viszont ragaszkodik a jóllakottság érzéséhez, ezért az elhízás csak úgy akadályozható meg, hogy tartózkodunk a zsírok és a szénhidrátok együttes fogyasztásától. A legjobb és legradikálisabb eredményt azonban a három módszer, vagyis a diéta, a gyümölcskúra, és a dr. Hay kutatásain alapuló „Testkontroll” néven ismert ételszétválasztás együttes alkalmazásával érhetjük el.

Egyre nagyobb népszerűségnek örvend az ételszétválasztás egy sajátos módja, a négynaponként eltérő táplálkozás. Ennél a 90 napig tartó fogyókúránál naponta más-más ételfajtát kell enni, majd a negyedik nap után ismétlődik a ciklus. A diéta a fehérjenappal kezdődik. Ekkor ebédre csak fehérjetartalmú ételeket (pl. szóját, tojást, tejtermékeket) szabad enni. A második nap a keményítőnap. Ekkor a zöldség bármely fajtája (bab, borsó, lencse, krumpli) fogyasztható, de más nem. A harmadik, szénhidrátnapon főtt tésztát (pl. spagetti) vagy sült tésztát (pl. pizza) illetve kelt tésztás készítményeket (kalács, sütemények) kell enni. A negyedik nap a gyümölcsnap. Ekkor bármilyen nyers gyümölcs fogyasztható, korlátlan mennyiségben, de ezen kívül semmi más. A vacsora mind a négy napon ugyanaz, mint az ebéd, csak fele mennyiségben. Utána ismétlődik a négynapos ciklus, három hónapon keresztül. A reggeli az egész kúra alatt csupán 2 szem friss gyümölcs (alma, körte) vagy ennek megfelelő mennyiségű apró gyümölcs lehet. Inni kizárólag cukormentes teát vagy ásványvizet szabad. 30 nap után a kúrába be kell iktatni egy víznapot a gyümölcsnap után. Ekkor böjtölni kell. A szervezet tisztulása érdekében egész nap csak ásványvíz fogyasztható.

Bár a napok sorrendjét feltétlenül be kell tartani, a szelektív ételfogyasztással történő fogyókúra nem jár éhezéssel, sőt egyhangúnak sem mondható. Az egyes ételféleségeken belül a receptek szabadon változtathatók. Ha előzőleg sajtos pizzát készítettünk, nem kell négy nap múlva is azt enni. Csinálhatunk helyette bármilyen ízesítésű pizzát, vagy más sült tésztát. Ennek ellenére ezzel a fajta diétával 18-25 kiló súlyfelesleget is le lehet adni 3 hónap alatt, és a leadott kilók nem jönnek vissza. Ha mégis súlygyarapodást észlelünk, újabb 90 napig csak friss gyümölcsöt ehetünk reggelire, vagy meg kell ismételni az egész kúrát.



Ennek a fogyókúrának a növekvő sikere is azt bizonyítja, hogy nem csak azért híznak, mert sokat eszünk, hanem azért mert mindenfélét összeeszünk. A húsos feltétet főtt tésztára rakva fo-

gyasztjuk, majd utána jóízűen bekebelezünk egy nagy szelet tortát. Végül jöhet a friss gyümölcs. Szegény gyomrunk azt sem tudja mit csináljon ezzel az egyveleggel. Még rendesen megemésztetni sem tudja, mert közben megerjed benne a nyers gyümölcs, és megbuggyan a tartalma. A vékonybél sem tudja, hogy mit válaszol ki, mert egyszerre zúdul rá a fehérje, a keményítő és a szénhidrát. Ráadásul ott a desszert, a magas cukortartalmával. Ez a fajta mindenevés a hasnyálmirigyet is túlterheli. A tortában, és egyéb süteményekben levő összetett cukor (diszacharid) lebontásához sok inzulin kellene, a nagy mennyiségű inzulin viszont gátolja a máj zsírbontó tevékenységét. Így végül semmi sem tud rendesen megemésztődni és felszívódni. Ilyen körülmények között csak a hájréteg vastagodik meg rajtunk, mivel a felesleges zsír nem képes távozni a szervezetből. Ezt követi a cukorbetegség, mert a kifáradt hasnyálmirigy nem tudja a sok répa- és nádcukrot könnyen felszívódó szőlőcukorrá alakítani. A lebontatlan cukrot a sejtek képtelenek felvenni, így pang a vérben, előidézve korunk népbetegségét, a 2-es számú cukorbetegséget.

A vegyes étkezést folytatók már akkor is elkerülhetik ezeket a kellemetlenségeket, ha a különféle összetételű ebédet két részletben fogyasztják el. Ebédre a fő fogást (valamilyen egytálélt), vacsorára pedig a levest, vagy a desszertet. Így az eltérő alapanyagok nem keverednek egymással, és zavartalanul végbemegy az emésztés. Marad idő az elfogyasztott cukor lebontására, sejtekbe szállításra, a májban felhalmozott zsírok kiürítésére. A sejtek jóllakásával megszűnik az éhségérzet is, pedig csak fele annyit eszünk, mint korábban.

A hollywoodi sztárok kedvenc fogyókúrák módszere az Atkins-diéta. A lényege, hogy bármit lehet enni, csak szénhidrátot nem. Korlátlan mennyiségben engedi fogyasztani a húst és zsírokat, de szigorúan tiltja a kenyeret, a tésztákat és a süteményt. Az ily módon történő fogyás biokémiai magyarázata nagyon egyszerű. Ha nem fogyasztunk cukrot vagy cukorra alakítható szénhidrátokat, szervezetünk azt hiszi, hogy nem kap elegendő táplálékot. Ezért elkezd lebontani az elraktározott tartalékokat, vagyis a ránk rakódott hájréteget. Ily módon látványos súlycsökkenés indul meg. A húsfogyasztás ártalmaitól azonban így nem szabadulhatunk meg, ezért jobb, ha a fehérjét szójakészítmények formájában fogyasztjuk. Azért is célszerű áttérni a húsról a szójára, mert a hús LDL-koleszterin-tartalma szívtrombózist okoz. Amerikában az 53 éves Jody Gorran kártérítési pert indított az Atkins-birodalom ellen, mert miután az általuk előírt módon kezdett el táplálkozni, koleszterinszintje 50%-kal megugrott. Kétévi fogyókúra után az artériái úgy eltömődtek, hogy életmentő műtétet kellett rajta végrehajtani. Az Atkins-diéta hívei azonban továbbra is kitartanak amellett, hogy a zsírok és húsok korlátlan fogyasztása biztonságos, és egészséges. Mindenesetre sokat ront ennek a diétának a hitelén, hogy kidolgozója, Atkins doktor túlsúlyos volt, és 2003-ban szívrohamban halt meg. Ironikus hangzik, hogy halálakor 115 kilót nyomott. (Az utóbbi években a fogyókúrázás évi 50 milliárd dolláros üzletággá vált az Egyesült Államokban, és ennek köszönhető az Atkins vállalat hálózata is a kiépülését.)

A fiaskó ellenére ezt a módszert érdemes továbbra is alkalmazni, mivel az Atkins-diéta szójával is végezhető. A szójában sokkal több a fehérje, mint a húsban; de nem tartalmaz LDL-koleszterint, valamint purint és egyéb mérgeket. Az Atkins-diéta továbbfejlesztett változata a Dukan diéta. A dr. Dukan által 1978-ban bevezetett diéta nem engedi a korlátlan zsírfogyasztást, mert ez árt a szívnek és az érrendszernek. A Dukan diéta lényege, hogy azokat az ételeket kell fogyasztani, amit vadászó, gyűjtögető őseink: fehérjét és zöldséget. Az amerikai filmszínészek közül már sokan lefogytak ezzel a módszerrel. Jelenleg ez a legdivatosabb karcsúsító eljárás a sztárok világában. Népszerűségéhez nagyban hozzájárul, hogy nem tiltja a húsevést. Nagy előnye még ennek a módszernek, hogy tartós fogyást ígér, és kiküszöböli a jojóeffektust.¹⁶

Az Atkins-diétához hasonlóan erősen megosztó diétás módszer a paleo-ketogén étrend is. Kidolgozója egy magyar orvos, dr. Tóth Csaba. Véleménye szerint az embernek nem kell ahhoz szénhidrátot enni, hogy egészséges legyen. Szerinte az állati zsírok fogyasztása nem vezet elhízáshoz, és nem okoz betegségeket. Meggyőződése, hogy a táplálkozástudomány legnagyobb tévedése az, hogy az embert vegyes táplálkozási fajtént tartja számon. „Komoly tudományos bizonyítékok vannak arra vonatkozóan, hogy az ember az elmúlt 3 millió évben húsevővé vált. A gabona fogyasztásának

¹⁶ Az egyes diéták rövid ismertetése és élettani hatása a Természetgyógyász Magazin 2016 áprilisi számában található (36-37. oldalak).

szokása körülbelül 10-12 ezer évre tehető. A zöldség és gyümölcs nagyobb mennyiségben történő termesztése mindössze 300-400 éves. A vegetárius táplálkozásnak manapság nagy divatja van, de nincsenek egyértelmű tudományos bizonyítékok a növények szervezetre gyakorolt pozitív hatására. Semmi olyan valóban szükséges tápanyag nincs a növényekben, ami ne lenne benne az állati élelmiszerekben.¹⁷ Ellenben számos olyan anyagot tartalmaznak, melyek civilizáció betegségek kialakulásához vezetnek.”

Ezt követően kifejtette, hogy a szervezet kétféleképpen nyerhet energiát: „Szénhidrát alapú anyagcserével és zsír alapú anyagcserével. A kettő merőben különbözik egymástól. Az ember evolúciós programja a húsevés és a ketogén energianyerés. A cukor alapú anyagcsere túlélő üzemmód. Túlzásba vitele egy idő után heves reakciót vált ki a szervezetben. Ennek egyik következménye az elhízás. A szénhidrátúterhelés súlyosabb következménye a szervszintű gyulladás, ami különböző fizikai és biokémiai folyamatokat indít el. Ilyen pl. az allergia és az autoimmun betegségek. Ha a gyulladás tartósan fennáll, akkor a szervezet folyamatos kompenzálásra kényszerül, ami egy idő után annyira túlterheli, hogy feladja a küzdelmet. Az immunrendszer működését nagymértékben nehezíti a gyári élelmiszerekben található sokféle adalékanyag, és a túlfinomítás is. Ezzel szemben a húsevés és az állati zsiradékok fogyasztása során megszűnik a szervezetszintű gyulladás, és beindul a fogyás.

Ennek oka, hogy a szervezet nem szénhidrátokból, hanem zsírokból állít elő energiát. Mivel ez sokkal hatékonyabb, mint a glükózból történő energiaelőállítás, csupán harmadannyi ételt kell ennünk. Szénhidrát alapú táplálkozásnál a szervezet glükózt állít elő, hogy legyen energiaforrásunk. Amennyiben az ember nem fogyaszt szénhidrátot, a szervezet zsírból fedezi az energiaigényét. A máj a zsírokat zsírsavakká bontja, majd ketonokká, vagyis oxigéntartalmú szerves vegyületekké alakítja. Egységnyi zsírból háromszor annyi energia (ATP molekula) termelődik, mint egységnyi glükózból. Ha közben a szervezet szénhidrátokhoz jut, akkor visszakapcsol a jóval könnyebb szénhidrát alapú zsírraktározásra. A tisztán húsevő- és állati zsiradékfogyasztó étrend további előnye, hogy a hús magas fehérjetartalma megakadályozza izmaink leépülését.”

Az interjú végén a riporter felelte azt a kérdést, hogy mi a helyzet a húsevés okozta bizonyítottan magas koleszterinszinttel és a különböző ízületi betegségekkel (pl. köszvény). A válasz az volt, hogy a húsból valóban képződik húgysav, de a köszvény kialakulásához nem elég magas a húgysavszint. „Egyetlen betegnél sem tapasztaltunk sem mi, sem külföldi kollégáink, hogy köszvény alakult volna ki a zsír és a hús fogyasztása mellett.” Lehet, egyelőre. A húsból kioldódó mérgek azonban kumulálódnak és évek, évtizedek múlva a félrevezetett húsevők sorba fognak állni a rák-kórházak előtt. A reumasok, köszvényesek és egyéb ízületi gyulladásban szenvedők száma is ugrásszerűen megnő. Ezen aggodalmak miatt a magyar orvostársadalom hallani sem akar erről az étrendről. Könnyen lehet, hogy a paleo-ketogén étrend követői ugyanúgy járnak, mint az Atkins diéta hívei. Különösen veszélyes az állati zsiradék fogyasztása. A hús méregtartalma ugyanis a zsírtartalmában koncentrálódik.¹⁸

Az interjú végén dr. Tóth Csaba elmondta, hogy: „A paleo-ketogén étrend képes fokozni az inzulintermelést az 1-es típusú cukorbetegségeknel. Az elmúlt kilenc évben több mint tízezer páciensünk volt, és csaknem mind meggyógyult. Aki következetesen betartotta ezt az étrendet, azoknál nem csak a tünetek szűntek meg, hanem kikerültek az egészségügyi ellátásból. Köztük sok a 2-es típusú cukorbetegségben, a daganatos betegségben szenvedő beteg, a Crohn beteg és a szklerózis multiplexes. Módszerét már több nyugati ország is átvette. Lehet, hogy rosszul tették. A sok ellentmondás miatt nem zárható ki, hogy ez a diéta egy körmönfont sátáni manipuláció. A démonvilág minden lehetőséget megragad, hogy ártson nekünk. Ennek egyik módja, hogy dezinformációk tömegét zúdítják ránk. Mire rájövünk, hogy jól megvezettek bennünket, évtizedek telnek el. Ez alatt

¹⁷ Ez a kijelentés szakmailag nem állja meg a helyét. C-vitamint egyáltalán nem tartalmaz a hús. Egyes állatok képesek a C-vitamin szintetizálására, az ember viszont nem. C-vitamin hiányában pedig a szervezetet több betegség is megtámadhatja. (Pl. influenza, skorbut, depresszió, fogínygyulladás, húgyúti fertőzés, szürke hályog, vesekőképződési hajlam, csonttritkulási hajlam, stb.)

¹⁸ A tej- és tejtermékfogyasztóknak emiatt nem kell aggódniuk, mert a tudományos vizsgálatok szerint ezek a mérgek nem jutnak át a tejbe, a tejszírből nem találhatók meg.

százmilliók válnak áldozatává ennek a módszernek. Egyszerre zúdul rájuk a húst hússal evés összes következménye.

Természetvédelmi szempontból is kártékony lenne a húsfogyasztás ugrásszerű megemelkedése. Csupán egy adat: Amíg egy kilogramm saláta, paradicsom, burgonya és búza megtermelése nagyjából 200 liter vizet igényel, addig egy kilogramm marhahús előállításához több mint 43 000 liter víz kell. A környezetszennyezésről nem is szólva. Kalifornia egyetlen óriás sertéstelepe több szennyvizet állít elő, mint New York teljes lakossága. Dániában már nem tudnak mit kezdeni a sertésenyésztésből származó hígtrágyával. Ezért beleengedik a Balti-tengerbe. Emiatt elalgásodtak a partmenti vizek. A lebomló algák sok foszfort bocsátanak ki, amely visszaáramlik a felszíni vízrétegekbe, ahol cianobaktériumokat hoz létre. A cianobaktériumok kipusztítják a tenger élővilágát. Ráadásul nitrogént vesznek fel a légkörből, ami kiszorítja az oxigént a vízből. A globális felmelegedés is csökkenti a tengerek oxigénmegtartó képességét. Mindez további halpusztulást vált ki. Az oxigénhiány miatt a Finnország és Svédország közötti partvidék tengeri régiója gyakorlatilag kihaltnak tekinthető. A kutatások szerint a Balti-tenger területének tíz százalékában egyáltalán nincs oxigén.

Mindezen problémák elkerülése érdekében világszerte folynak fejlesztések a hús kiváltására, helyettesítésére. Ezeknek a próbálkozásoknak kiugróan sikeres eredménye a Beyond Meat. Zöldborsófehérjéből készül. Nem tartalmaz sem glutént, sem szóját, ezért liszt- és szójaallergiások is fogyaszthatják. A szójához hasonlóan van némi szénhidrátartalma, de ez nem túl magas. Olyan az állaga, mint a lágy húspogácsának. A Tesco már fogalmazza a londoni szupermarketjeiben. Remélhetőleg hamarosan eljut hozzánk is. Az ára nem túl magas, megfizethető. A befektetők nagy reményt fűznek ennek műhúsának a világméretű karrierjéhez. Ezt a bizalmat támasztja alá, hogy az előállítását végző Beyond meat Inc részvényei a kezdeti 19 dollárról 70 dollárra emelkedtek. A forgalom is rohamosan nő. Amerikában már 17 ezer élelmiszer-áruházat és 12 ezer éttermet látnak el műhússal. Távlati céljuk a műhús egész világon történő forgalmazása. Ambíciózus tervek. A globális húspiac éves forgalma jelenleg 1400 milliárd dollár.

A Beyond Meat hazai forgalmazása még várat magára. Két versenytársa azonban már kapható nálunk is. Az egyik az Aldi áruház által forgalmazott The Wonder Burger. A Másik a Lidl áruházban kapható Next Level Burger. Mindkét termék 2 db műhúsogácsát tartalmaz, és összsúlyuk 227 gramm. Az Aldi áruházban 1200 forintot, míg a Lidl áruházban 850 forintot kell fizetni érte. (Kilogrammonkénti árak 5200, illetve 3700 Ft. Mellékesen megjegyezve a marhahúsból készült húspogácsák kilogrammonkénti átlagára 1300 Ft.) A Wonder Burger szójafehérje alapú vegán húspogácsa. Alapanyaga szójaizolátum. (Ebből készül a szójavirslis.) Fűszerezése karakteres, de nem hús, hanem zöltséges ízű. Olyan, mint egy jól fűszerezett zöltségfasírt. Külsőre azonban a húspogácsa benyomását kelti. Élénk hússzínét a céklakivonatnak köszönheti.

A Next Level Burger szója-, búza- és zöldborsófehérje alapú. Íze jellegtelen. Gyártója a látványra és az állagra koncentrált. Ezért ez a fajta úgy néz ki, mintha marhahúsból készült volna. Textúrája is húshoz hasonló. A hasonlóság ára, hogy szinte semmi hússíze sincs. Egy próbát azért megér. (Grillrácon vagy serpenyőben, kevés olajon, többször átfogatva max. 10 percig kell sütni őket. Azért is kell forgatni, mert hajlamos a leragadásra.) Mellesleg hidegen finomabb, mint melegen. Hűtőből kivéve némi hússíze is van, az állaga pedig ugyanolyan, mint a marhahúsé. A Lidl áruház darált hús és kész hamburger formájában is forgalmazza ezt a terméket. (A Next Level Darált ára és súlya megegyezik a burgerpogácsával.) A kész hamburgert azonban jó, ha elkerüljük. Egyrészt az ára miatt. Annak ellenére, hogy csak egy műhúsogácsát tartalmaz, 1200 forintba kerül. Az íze pedig csapnivalóan rossz. (A műhúsogácsát sütés nélkül, adalékanyagokkal dúsított hófehér lisztből készített, ízetlen zsemlebe rakták bele. Csupán néhány vékony szelet ecetes uborka van rajta. A sajtot is kispórolták belőle. Helyette egy vékony szelet növényi olajból készült sajt jellegű hamisítványt tettek bele. Annak érdekében, hogy legyen valami íze, telenyomták ketchuppal.) Mellékesen megjegyezve a McDonald's-ban egy marhahúsból készült sajtburger ára 360 Ft.

A Beyond Meat gyártója egyelőre csak Amerikát tudja ellátni műhússal. Az igény azonban Európában is megvan a növényi alapú hamburgerekre. Ezért több gyártó is ráállt a borsófehérje alapú műhúsogácsák fejlesztésére, előállítására. Ezek egyike a német WeggieMeat GmbH. Az általuk

gyártott borsófehérje alapú műhús lényegében ugyanolyan összetételű, mint a Beyond Meat hamburgerpogácsa. Textúrája sem különbözik tőle. Mind nyersen, mind sütve megtévesztésig hasonlít a marhahúsból készült pogácsára. Az íze azonban már mesze elmarad tőle. Sokan dicsérik ugyan a színét, az állagát, de egyöntetű vélemény, hogy gyenge húsíze van. Sokak szerint az íze olyan, mint egy nagyon rossz húsogácsaé.

Az árát is sokallják. A Just Veg! Burger az Aldi áruházban kapható 140 grammos kiszerelésben. A 2 db vékony műhúsogácsa ára 1000 Ft. (Kilogramma 7100 Ft.) Aki kíváncsi a Beyond Meat ízére, a kelenföldi Barázda utcai gyorsétteremben már megkóstolhatja. Ennek íze sem éri el a kívánt szintet. Az egyetlen műhúsogácsát tartalmazó Magic Burger ára 3000 Ft. Hamburgerként fogyasztva azonban a gyenge húíz nem tűnik ki. A hamburger ízét ugyanis a különböző ízesítőanyagok adják. (Ketchup, majonéz, sajt, lila hagyma, csemegeuborka, csalamádé, jégsaláta, paradicsomszelet, stb.) A húsogácsa csupán mellékszereplő. Fő feladata, hogy a húsfogyasztás érzetét keltse. Textúrájánál és színénél fogva ezt a feladatot a műhúsogácsa is képes ellátni. Ezért fogyasztói a növényi alapú hamburgereket ehetőnek minősítik. Magas árát azonban mindenki kifogásolja. A teszteredmények alapján úgy tűnik, hogy a műhús még alapos továbbfejlesztésre szorul. Az árát is legalább harmadára le kellene csökkenteni, hogy piacképes legyen. Egyébként a földönkívüli civilizációk is műhúst esznek. Az általuk kifejlesztett változat már ízben és állagban is tökéletesen kiváltja a valódi húst. Ők erkölcsi okokból nem ölik meg az állataikat, és nem falják fel a húsuikat.

Mindent egybevetve a paleo-ketogén módszer nem rossz ötlet. Csupán a kivitelezés módján kellene változtatni. A zsírok energiává történő kényszerű lebontása, vagyis ketontestekké alakítása valóban hatékony fogyasztó módszer. Hús helyett azonban szóját, szójás készítményeket (pl. Szója-pörkölt, Gombás szójafasírt, pirított szókokaból készített Brassói aprópecsenye, Tejfölös szójatókány, Rántott szója, Rántott szójaszelet, Szójás székelykáposzta) kellene használni. A szójában jóval több fehérje van, mint a húsban, és nem mérgezi a szervezetet. Ha a szójás ételek készítése során alkalmazott étolaj problémát okoz, akkor vajot kell használni helyette. Ettől még finomabbak lesznek. (A közepes láncú kókuszpálmaolaj is megfelel erre a célra.) Energiatakarékossági szempontból is előnyösebb lenne a hús szójával történő kiváltása. Amíg szójából csupán 2 kalória fosszilis energia kell 1 kalória fehérje létrehozásához, addig marhahúsból 54 kalória kőolaj szükséges 1 kalória fehérje előállításához.

A ketogén diéta lényege a cukor- és szénhidrát-fogyasztás mellőzése, a szervezet energiatermelésének átalakítása. Rá kell kényszeríteni ketontestek előállítására. Az agy normál esetben glükózt használ, és a zsírsavak nem jutnak át a vér-agy gáton. A máj azonban a zsírsavakból ketontesteket alkot, amelyek viszont átjutnak. A ketontestek tehát ugyanúgy képesek táplálni a legtöbb energiát felhasználó agyat, mint a glükóz. A többi szervünknek se okoz gondot a ketontestekkel történő energiátáplálás. Az átállás során csupán átmeneti zavarokkal kell számolnunk. (Fejfájás, fáradtság, acetonos szájszag.) Ezek azonban néhány hét után megszűnnek. Ezt követően sokkal jobbá válik a közérzetünk, energikusabbá válunk. Mindezek ismeretében a természetgyógyászok már nyíltan hirdetik, hogy a cukor csendes gyilkos. Nem azonnal öl, hanem évtizedek alatt örli fel egészségünket, teszi tönkre a szervezetünket. Így már azzal is sokat tehetünk egészségünk megőrzése érdekében, ha mellőzzük a cukorfogyasztást, az agyoncukrozott gyári termékek vásárlását.

A testsúly karbantartásának van egy szervezet által irányított természetes módja is, a kiegyensúlyozott hormonháztartás. Az elhízást a pajzsmirigy jódtartalmú hormonja akadályozza meg. Túlműködése esetén a pajzsmirigy által termelt trijód-tironin hormon kóros soványságot is kiválthat. Alapvetően ennek a zsírégető hormonnak a mennyisége szabja meg zsírpárnáink vastagságát. A trijód-tironin eltérő szintje az oka annak, hogy egyesek folyton „zabálnak” mégsem híznak egy grammot sem, mások pedig már attól is híznak, ha csak „ránéznek” az ételre. A pajzsmirigy hormonjainak zsírbontó hatása nem új keletű ismeret. Már az 1920-as években felfedezték, és mesterséges hormonokat használtak a pótlására. Való igaz, hogy gyorsan lehetett tőle fogyni, de igen kockázatos volt az alkalmazása. Sok esetben süketiséget, vakságot, sőt halált okozott. Ezért pár év után betiltották a használatát. Korunk narkós nemzedéke felfedezett egy anfetamin származékot, amely amellettt hogy élénkíti, az anyagcserét is felpörgeti. Ez a szer Gracidin néven vált ismertté. Ezzel

szintén gyorsan lehet fogyni, de aki rászakott, a kábítószer rabjává vált. Abbahagyni se lehetett a szedését, mert ennek következménye gyors visszahízás volt. Ezért világszerte betiltották a gyártását.

A klinikákon azonban továbbra is kezelik a hormonzavarral küszködőket, de a testsúlycsökkenés szigorú orvosi felügyelet mellett zajlik. A fogyókúra ugyanis hormonpótlással sem garantált, mert a pajzsmirigy hormonja rendkívüli mértékben megnöveli az étvágyat. Aki ezt nem tudja leküzdeni, még többet eszik, amitől még jobban elhízik. Nem csak a pajzsmirigy alulműködése, hanem a mellékvesék túlzott működése is okozhat elhízást. Ennek a fajta elhízásnak az a jellegzetessége, hogy a nőknek csak a hasuk növekszik, a combjuk elvékonyodik. Ez azért szokatlan, mert a legtöbb nő ha hízik nem csak pocakot ereszt, hanem a csípője, a combjai is megvastagodnak.

A jódiány különösen nálunk okoz gondot, mert Magyarországon meglehetősen jódiányos a talaj. Ez jelentősen hozzájárult ahhoz, hogy az alacsony átlagjövedelem ellenére nálunk még a nyugati országokban regisztrálnál is több a túlsúlyos ember. Aki pajzsmirigy-alulműködésben szenved, napi 800 kcal táplálék bevitele mellett sem tudja csökkenteni a testsúlyát. Ha valaki ennél is kevesebb energiátartalmú táplálékot vesz magához, az sem segít rajta, mert ettől krónikus székrekedése lesz. A szervezet ugyanis igyekszik a rendelkezésére álló kevés táplálékból kivonni az igényelt tápanyag- és folyadékmenyiséget, melynek következtében nem engedi az ürüléket távozni. A végbélben megrekedt bélsár beszárad, a korábban naponkénti széklet heti két, majd egy alkalomra csökken. Ennek látható jele az állati ürüléknél tapasztalható bogyósodás. A végbélből történő kivonás ennél is veszélyesebb következménye, hogy a maradék nedvesség- és tápanyagtartalommal együtt rengeteg mérgező anyag is felszívódik a székletből. A szervezet által kiürítésre szánt mérgező anyagok nem távoznak el, hanem újra felszívódnak. (Ennek elkerülése érdekében írják elő szigorúan a böjtúrát folytatónak a naponként beöntést, végbélmosást.)

Ráadásul a táplálék mennyiségének radikális csökkentése nagyfokú vitamin- és nyomelemhiányt okoz a szervezetben, ami számos betegség kiváltója lehet. Súlyosítja a helyzetet, hogy a jódiány még mintegy 100 másik tünetet produkál: Pl. nehéz a reggeli felkelés, a betegnek nincs kedve semmihez, motiválatlan. Ezen túlmenően ízületi- és izomproblémát, depressziót, bőr-, haj- és körömrendellenességet, memóriazavart, dekoncentrátságot, szívizom- és keringési tüneteket, potenciazavart és libidócsökkenést okoz. Jódiányos gyerekeknél az elhízás mellett gyakori jelenség a lustaság, a tanulási nehézségek és a koncentrációképtelenség. Az UNICEF felmérése szerint a jódiányos gyerekek IQ-ja 14 ponttal alacsonyabb a többiekénél. Ezen az évtizedek óta ismert helyzeten az élelmiszer-felügyeleti hatóságok jódozott só forgalomba hozatalával próbáltak segíteni. A szervezetlen jódián azonban nehezen, rossz hatásfokkal szívódik fel.

Ezt a gondot oldja meg egy magyar találmány, a könnyen felszívódó szerves jódiánpótló készítményből álló METABOL. Ez a szer a pajzsmirigy alulműködését nem az általa termelt hormon pótlásával, hanem a rendellenességet kiváltó jódiány megszüntetésével orvosolja. A biojódián alapú készítmény L-Karnitint, biokrómot és barna algakivonatot is tartalmaz, ami fokozza a testsúlycsökkenést. Az L-Karnitin részt vesz a szervezet energiaellátásában. A sejtekbe bejutott zsírokat a sejtek erőműveibe, a mitokondriumokba szállítja, ahol azok közvetlenül energiává alakulnak. A króm-élesztő szerves kötésű krómot tartalmaz, melynek hasznosulása jobb, mint a szervetlen krómvegyületeké. A króm a szervezetben az inzulin hatásának elősegítésén keresztül befolyásolhatja a szénhidrát-, fehérje- és zsír-anyagcserét. A barna alga-kivonat természetes eredetű szerves kötésű jódiánforrás. A jódián feltétlenül szükséges a pajzsmirigy hormonok termeléséhez. A pajzsmirigy-hormonok fontos szerepet töltenek be a szervezet anyagcsere és energiatermelő folyamataiban.

A tapasztalatok szerint 1 hónap alatt 3 kilót lehet fogyni ezzel a veszélytelen szerrel. 3 hónapra van szükség ahhoz, hogy az anyagcsere átálljon a normális szintre, és a jódiányból eredő egyéb betegségek is megszűnjenek. A jódián pótlása sok esetben megszünteti a hajhullást, lassítja a kopaszodást, enyhíti a memóriazavart, és nyugodttá, kiegyensúlyozottá teszi a fogyókúrázókat. (A fogyást közvetlenül az váltja ki, hogy a jódiánpótlóból a pajzsmirigy által készített tiroxin élénkíti az anyagcserét.) Mivel a világ lakosságának egyharmada szintén jódiányban szenved, nagy érdeklődés mutatkozik a METABOL iránt külföldön is. Forgalmazója: Avalon Team Kft, 1148. Budapest, Vezér u. 134. Tel: 460 0684 és 460 0685, Fax: 470 0010. A forgalmazó honlapja és onlinerendelés: <http://www.avalonteam.hu> Bioboltokban és gyógyszertárakban egyaránt kapható. Érdekes több

helyen is érdeklődni, mert a beszerzett mennyiségtől függően jelentős árkülönbséggel árusítják. Jellemző a METABOL népszerűségére, hogy másfél év alatt 1 millió dobozzal adtak el belőle. A Metabol új változata a Forte a korábinál nagyobb mennyiségben tartalmazza a hatóanyagokat. Ezen túlmenően belekerült egy új elem is, az Indiában őshonos *Garcinia cambogia* kivonata, a hidroxci-citromsav. A HCA elősegíti a zsírok energiává való átalakítását a szervezetben, növeli a mozgással kombinált diéták eredményességét.

Szinte biztos, hogy a pajzsmirigy elégtelen működése az oka az elhízásnak, ha a fogyókúra hatástalansága fokozott hajhullással, kopaszodással és ősüléssel párosul. A hajhullás gyakori oka ugyanis a jódiány. Aki napi 1000 kalóriás koszt mellett sem képes lefogyni, és egyre jobban kopaszodik vagy ősül, vizsgáltsa meg a pajzsmirigyét, majd szedjen jódtablettát. Mellesleg a pajzsmirigy fokozott működése is okozhat hajhullást, ezért nem árt felkeresni egy hajgyógyászt, aki műszeres mintavételezéssel, és vegyelemzéssel megállapítja fejbőrünk, hajunk összetételét, kimutatja a hiányzó anyagokat. Ezek a többnyire magánrendelők gyakran alkalmaznak Voll-féle számítógépes diagnózist is, ami kideríti a hajhullás esetleges szervi eredetét. A probléma bonyolultságára jellemző, hogy a stressz is okozhat hirtelen hajhullást és ősülést, mert összeszűkíti a hajhagymákat vérrel ellátó hajszálereket, ami vitamin- és ásványanyaghiányhoz vezet.

A kóros elhízás gyakori oka még, hogy a kövérek szervezete nem termel elég PYY3-36 hormont, melynek feladata tudatni az aggyal, hogy a gyomor megtelt. Brit vizsgálatok szerint a túlsúlyos emberek szervezetében egyharmaddal kevesebb található ebből a figyelmeztető hormonból, ezért addig esznek, amíg már feszül a gyomruk, nem fér bele több étel. Nagy-Britanniában már dolgoznak a PYY3-36 hormon szintetikus előállításán. A napi adagja 20 fontba fog kerülni. Angliában azonban a társadalombiztosítás hajlandó ezt a költséget magára vállalni, mert az elhízottságból eredő betegségek kezelése többbe kerül. Emellett 54 ezer haláleset történik évente a kóros túlsúly miatt.

A kialvatlanság is hozzájárul zaklatott korunk emberének elhízásához. Az általa előidézett stressz növeli a mellékvesében termelődő kortizol szintjét. Ez a hormon nagy szerepet játszik a cukor-, a fehérje-, az ásványanyag- és zsírsanyagcsere szabályozásában. A magas kortizolszint növeli a szénhidrát- és zsírsanyagcserét befolyásoló inzulin mennyiségét. A magas inzulinszint pedig gátolja a zsírraktárak lebontását, mivel a sok inzulin lecsökkenti a vércukorszintet. Az álmatlanság azáltal is fokozza az elhízás veszélyét, hogy a kialvatlan személy állandóan fáradt, gyengeséggel küzd. Energiahiányát gyakori táplálékfelvétellel próbálja pótolni. Az emésztéssel nyerhető többletenergia azonban nem pótolja a hiányzó bioenergiát, hanem zsírsejtek formájában elraktározódik. Ráadásul az energiahiányt sokan nassolással (sütemények, édességek, csokoládé) fogyasztásával próbálják megszüntetni, amitől gyakran felszökik az inzulinszintjük. A tartósan magas inzulinszint pedig rezisztenciát okoz.

Az aromás fűszerek (édeskömény, ánizs, kardamommag, fahéj, szegfűszeg, citromfű) szintén rendelkeznek fogyasztó hatással, sőt mint már szó volt róla a fogyókúra sikerét a Hold állása is befolyásolja. Különösen az édeskömény gyorsítja a zsírégetést. Ezért sokan tea helyett édeskömény kifőzött levével mossák át a szervezetüket, és a kúrát fogyó holdkor kezdik. (2 evőkanál édesköményt forrázunk le 1 liter vízzel, és lefedve 10 percig áztassuk, majd szűrjük le.) Ez a zsírégető tea böjt nélkül is fogyaszt, és az íze sem rossz. (Nem szabad ízesíteni se cukorral, se citrommal.) A fűszerek mellett a zöldségek is fogyasztó hatásúak. Ide tartozik a csípős paprika is. Nem egy túlsúllyal küszködőre csodás hatást gyakorolt a káposztaleves-kúra. (Káposzta alatt nem csak a fejes káposztát kell érteni. A káposztafélék közé tartozik a kelkáposzta, a kínai kel és a kelbimbó is.) Néhány hónap alatt éhezés nélkül 15-20 kilogrammot is leadhatunk vele. Azért hogy ne legyen olyan egyhangú, a fehér káposzta fele mennyiségben más idényszöldségekkel is keverhető. A káposztán kívül zsírlebontó hatású még a brokkoli, a karfiol, a sárgarépa, a cékla, az articsóka és a vöröshagyma. A belőlük főzött levesektől akkor sem fogunk elhízni, ha bőven mérjük az adagot.

A zöldséglevesek fogyasztó hatása főként annak tudható be, hogy nagyon kevés kalóriát tartalmaznak. A káposzta megemésztése pedig nagy energiáfordítást igényel, és csak kevés tápanyagot tartalmaz. Nagy előnye ennek a kúrának, hogy a káposzta megtisztítja és regenerálja a vastagbelet, sőt a kezdeti daganatok lebontásra is alkalmas. Ha puffadást, görcsöt tapasztalunk, váltsunk át egyik káposztafajtáról a másikra. A szervezet nem mindegyik káposztafélére reagál azonosan. Egyébként

a puffasztó hatás krumplival csökkenthető. A káposztafélék kicentrifugázott leve is hasonló hatást vált ki. Rostok hiányában a káposztás léböjtkúra nem okoz puffadást. Igen alkalmas fogyasztó- és tisztítószer még a savanyú káposzta leve. A káposztaleves egyébként nem csak azért fogyaszt, mert kevés a kalóriatartalma. Tudományos kutatások szerint a levesek tovább maradnak a gyomorban, mint szilárd ételek, ezért hosszú ideig jóllakottság érzetet okoznak. Aki tehát fogyni akar, a rejtett zsírtartalmú húsok és különféle szénhidrátok helyett fogyasszon leveseket.

A teljesség kedvéért meg kell említeni, hogy van egy olyan módszer is, amely pszichikai úton befolyásolja a szervezet anyagcseréjét, illetve étvágyunk intenzitását, de ennek alkalmazásához Agykontroll ismeretekre van szükség. Nincs viszont szükség különleges képességekre az akupunktúrás fogyasztásnál. Ennek az eljárásnak a lényege, hogy a fülön van egy pont, amelynek ingerlésével nagymértékben csökken az étvágy, a vastagbél meridián köldök melletti vészpontjainak a kezelésével pedig fokozódik a szervezet anyagcseréje. A felkaron, a deltaizom tapadási pontjánál is van egy-egy éhségérzet-csökkentő pont.

Messzemenően kerüljük azonban az olyan módszereket, amelyek különböző vegyszerek szervezetbe juttatásával segítik elő a fogyást. A különféle fogyasztó csodaszerek, a hipp-hopp diéták kótyvalékaiba kevert vegyületek felhalmozódnak a májban, és egy idő után komoly mérgezést okozhatnak. Ez alól csupán a krómtabletta a kivétel. A króm ugyanis az esszenciális, vagyis a szervezet számára alapvetően fontos nyomelemek közé tartozik. Nélkülözhetetlen szerepe van a sejtek anyagcseré-folyamatában, a felesleges zsírszövetek elégetésében. A különböző vegyszerekkel ellentétben káros mellékhatások nélkül segíti elő a fogyást. Előnye még, hogy a zsírpárnák onnan tűnnek el, ahol a legtöbb ember számára gondot okoznak: a hasukról és a combjukról. Ráadásul a zsír helyére izom kerül, így a testalkat is előnyösen változik. Ezen túlmenően közrejátszik a vér koleszterinszintjének ellenőrzésében, csökkenti a vér zsírszintjét, és gátolja az érlemezésedet, valamint a koszorúérmegbetegedést. A fentiekén kívül serkenti a fehérjeszintézist, segít eljuttatni a fehérjéket oda, ahol a szervezetnek szüksége van rájuk, és növeli a fertőzésekkel szembeni ellenállást. Ráadásul megfelelő adagokban szedve lassítja az öregedést.

A króm elősegíti a szervezet vércukorszintjének egyensúlyban tartását is, ami megszünteti az állandó édességfogyasztási kényszert. Ezt azáltal éri le, hogy serkenti a szervezetben levő GTF (glukóz tolerancia faktor) molekula működését. Ha ez a cukornak a véráramból a sejtekbe szállításáért felelős molekula nem elég aktív, a vércukorszint ingadozik. Süllyedése esetén ellenállhatatlan vágyat érzünk az édességek iránt, amelyek aztán zsírrá alakulva testszerte ránk rakódik. A kevesebb édesség tehát szintén elősegíti a fogyást. A krómtabletta szedésével elmúlik a fáradtság, az ingerlékenység, a remegés és a fejfájás is. Növeli a króm hatását a CLA (Conjugated Linoleic Acid)-val való kombinálása. A linolsav egy különleges zsírsav, ami meggátolja a zsírsejtek zsírfelvételét. Helyette átirányítja a zsírmolekulákat az izomsejtekbe, ahol azok közvetlenül energiává alakulnak át. A hár egy idő után kemény izomköteggé válik. A CLA megakadályozza a jójó-effektus gyakori kísérő jelenségét, az izomszövetek csökkenését is.

A szervezet napi krómszükséglete min. 50 mikrogramm. Mivel a vegytiszta króm a legtöbb nyomelemhez hasonlóan önmagában nem képes felszívódni a szervezetbe, a gyártók krómpikolát formájában állítják elő. Ez a három vegyértékű krómvegyület azonban csak max. egyharmad részben tartalmaz tiszta krómot, így ebből min. 160 mikrogrammra van szükség naponta. Ez a biológiailag hasznosuló krómtabletta 120 darabos csomagolásban EURO CHROMIX néven szerezhető be a gyógyszerárakban. Mellesleg ez a nyomelem nagyobb dózisban sem mérgező, a túladagolása veszélytelen. A krómpikolátnál már van egy háromszor hatékonyabb krómvegyület is, a króm-polinikotinat. Ezt a floridai kutatók által kifejlesztett vegyületet különböző fogyasztószer adalékanyagaként használják. A krómtabletta szedésénél se számítsunk azonnali fogyásra. A lassú súlycsökkenés csak egy-két hét után indul meg.

Sokan úgy próbálják elősegíteni a fogyásukat, hogy cukor helyett alacsony szénhidráttartalmú mesterséges édesítőanyagokat használnak. Ez azonban nem vezet eredményre. Egy 80 ezer nőn végzett amerikai felmérés szerint az édesítőszer-használóknál nagyobb mértékű volt a súlygyarapodás, mint a cukrot fogyasztóknál. Ezt a meglepő eredményt a mesterséges édesítőszer étvágynövelő hatása okozza. Eppen ezért a disznók tápjába édesítőszeret kevernek étvágygerjesztés céljára.

ból. Emellett egészségügyi szempontból is kockázatos a használatuk. Néhány darabtól még semmi bajunk sem lesz, de rendszeres fogyasztásuk esetén ezek a vegyi anyagok is feldúsulnak a szervezetben. Ez azért veszélyes, mert az állatkísérletek során kiderült, hogy az édesítőszer nagy adagokban történő alkalmazása különféle szervi elváltozásokat, és daganatos megbetegedéseket okoz. A legtöbbször meglehetősen vegyszerizű mesterséges édesítőanyagok helyett tehát érdemes áttérni a természetes fogyasztószerre. Ezeknek az íze nem kellemetlen, mivel többnyire növényi alapanyagokból készülnek.

A természetesség jegyében a skótok kifejlesztettek egy pálma- és zabolajból álló keveréket, ami joghurthoz keverve a vékonybélben peptideket szabadít fel. Hatására a páciens nem érzi éhesnek magát. Hasonló hatást vált ki egy új gyári készítmény is. A BASF cég által kifejlesztett Reductil megemeli a szerotonin- és noradrenalin-szintet. Ezzel mesterséges telítettségérzetet kelt, azaz megszünteti az étvágyat. A tesztek alapján az emberek 2-3 hónap alatt átlagosan testsúlyuk 10%-át adták le a legcsekélyebb megerőltetés és szenvedés nélkül. Kozmetikai célokra, a narancsbőr eltávolítására is használják a Body Line ananásztablettát. Az ananász torzsájának kivonata hidrokloridsavat képez a gyomorban, ami azonnal megkezd a felesleges zsírok elégetését, és megakadályozza az újabbak beépülését. Egyetlen tabletta 300 kalóriát éget el.

Egyébként már természetes alapú édesítőszeret is gyártanak. Ezek közül legnépszerűbb a stevia¹⁹, ami egy Paraguayban őshonos növény kipréselt levéből készül. A növény levelének nedve hússzor, szárított és porrá tört levele pedig harmincszor édesebb, mint a répacukor, és egyetlen kalóriát sem tartalmaz. Ebből a porból egy pohár teába 0,1 dg is elegendő. 1 kg gyümölcsből készített lekvárt 1 dg stevia is megédesít. Hatóanyaga a stevisoid háromszázszor édesebb, mint a répa- vagy nádcukor. A nem cukor alapú vegyületek közül ez a legédesebb. Természetes eredeténél fogva a mézlevélkivonat a legcsekélyebb mértékben sem károsítja az egészséget. Sőt jelentős gyógyhatása van, és erősíti az immunrendszert. Fogyasztása azonban kissé kesernyés utóízű és enyhén összehúzó hatást kelt a szájban. Ez a medvecukorra emlékeztető íz azonban korántsem olyan undorító, mint a mesterségesen előállított édesítőszer gyógyszerekre emlékeztető mellékíze.

Főleg cukorbeteg, magas vérnyomás és bőrbetegségek esetén használják. Gyógyszert is készítenek belőle az emésztés serkentésére, a vérnyomás normalizálására, fáradtság és kimerültség ellen, a túlsúly csökkentésére, valamint a gombás fertőzések megszüntetésére. Magas cinktartalmánál fogva ekcéma, akné, pikkelysömör és más bőrproblémák esetén is hatásos. A fogápolásban szintén alkalmazzák, mert gátolja a szuvasodás, fogkőlerakódás, az ínygyulladás és az ínyvérzés kialakulását. Magas C-vitamin-tartalma is hozzájárul ahhoz, hogy csillapítja a náthát, a torokfájást, az asztmát, az arc- és homloküreg-gyulladást és a különféle allergiákat. Mindemellett semmilyen mellékhatása sincs. Egyetlen hátránya, hogy rendszeres használoinál termékenység-csökkentő hatást figyeltek meg. A mézlevél Japánban az édesítőszer piacának már 50%-át teszi ki. A jégkrémtől kezdve a diétás kekszekig, -süteményekig, -italokig sok mindenbe használják. Igen népszerű az Egyesült Államokban, és Izraelben is. Nálunk szintén kapható.

Érdekes fogyasztó eljárás a gyomorba helyezett feltölthető gumiballon. Egy szilikonból készült labdát a nyelőcsövön keresztül a gyomorba helyeznek, és annyi fiziológiai sóoldatot töltenek bele, hogy a gyomor felét kitöltse. Így fele annyi táplálék esetén is kialakul a teltségérzet. Ezzel a módszerrel 30 kilogramm súlyfeleslegtől is könnyedén meg lehet szabadulni. Ez az eszköz nem akadályozza a pácienseket a szokásos életvitelükben. Egyetlen kényelmetlensége, hogy fél év után ki kell cserélni, mivel a gyomorsav erős maró hatásának a szilikon sem képes tovább ellenállni. Ennél radikálisabb eljárás a gyomorszűkítő gyűrű alkalmazása. Műtéti beavatkozással feltárják a beteg gyomrát, és annak egy részét fémgyűrűvel elzárják. A lecsökkentett méretű gyomor jóval kevesebb táplálékot tud befogadni, így a páciens rákényszerül az éhezésre, a fogyásra. (Az Egyesült Államokban évente 100 ezer gyomorszűkítő műtetet végeznek, annak ellenére, hogy az operáció 40 ezer dollárba kerül.)

Régen, amikor a műtéti technika még nem volt olyan fejlett, a radikális fogyást nem gyomorszűkítő gyűrűvel, hanem egy meglehetősen kártékony módszerrel oldották meg. Az 1920-as években

¹⁹ Kiejtése: sztívia

jött divatba a bélféregpetét tartalmazó pasztilla használata. A fogyni vágyók ezzel fertőzték meg magukat. A féregpeték a bélrendszer falára tapadva féreggé fejlődtek. Növekedni és szaporodni kezdtek, és eleették gazdájuk elől a táplálékot. Maria Callas, a híres operaénekesnő is ezzel a módszerrel fogott le 28 kilogrammot. Nem számolt azonban az egészségre gyakorolt káros mellékhatásaival. Nála ez abban nyilvánult meg, hogy a kilóival együtt eltűnt a hangja is. Voltak, akik rosszabbul jártak. Mivel a megtelepedett férget nem lehetett eltávolítani, közel 50 ember halt meg a mértéktelen szaporodásuk okozta betegségekben. A férgek után a vegyszerek jöttek divatba. A különféle hashajtók azonban szintén nem váltak be. Egyrészt hamar hozzászokott a szervezet, másrészt ennek is számos mellékhatása volt. Ennek ellenére ma is sokan használják, tönkretéve vele a bélflórájukat és az immunrendszerüket.

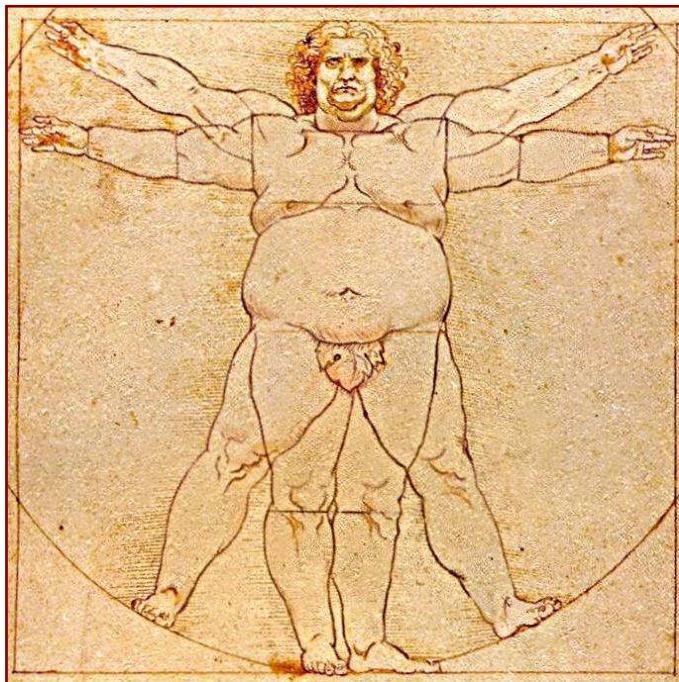
Legkellemebb módja a fogyókúrának az illatdiéta. Ennél a kúránál apró alma-, banán-, borsmenta-, citromfű- és gerániumillatú tégelyeket szagoltatnak a páciensekkel. A résztvevők átlagosan 200 kalóriával kevesebbet esznek naponta, és nem nassolnak, mivel az illatanyag telítettségérzést okoz náluk. Japán kutatók felfedezték, hogy bizonyos illatok zsírégető anyagok termelésének elindítására serkentik az agyat. Vizsgálataik során különösen hatékonyak találták a grépfrútot, a borsot, a köményt és a tárkonyt. Illóolajuknak szagoltatásával a tesztelésben részt vett hölgyek 1 hónap alatt átlagosan 1,1 kg -ot adtak le testsúlyukból. A fogyás elsősorban a különösen fontos csípő- és deréktájon következett be. Ugyancsak különleges megoldás a vaníliatapasz. A Londoni St. George's Hospital kutatási eredményei szerint a vanília édeskés illata csökkenti a vágyat a csokoládé és a magas kalóriatartalmú sütemények iránt. A tapasztalást a kézfejre kell felhelyezni, és 1 hónap után lényegesen csökken a nassolási vágy. Az ősrégi tibeti módszer szerint az étvágy csillapításának legjobb módja, hogy 1 kávéskanál mézet elkeverünk egy pohár vízben, és reggel, éhgyomorral megiszuk. Ez a kevés méz jelentős kalóriát nem tartalmaz, viszont telíti a gyomrot.

Az iparilag fejlett országokban az elhízásnak van egy rejtett oka is, a feldolgozott élelmiszerektől való függőség. Sokan nem is gondolnak rá, hogy mértéktelen étvágyuk alapvetően arra vezethető vissza, hogy természetes táplálék helyett mesterségesen előállított élelmiszereket fogyasztanak. Az élelmiszer-feldolgozó ipar ugyanis elárasztotta az üzleteket tetszetős csomagolású értéktelen termékekkel, amelyek idővel táplálkozási szenvedélyt váltanak ki a fogyasztókban. Ezeket az élelmiszereket már a gyártás kezdetén tönkreteszik azzal, hogy az alapanyagot először hevítik, főzik, majd hűtik, szárítják, aprítják, végül porrá őrlik, vagyis különböző fizikai módszerekkel úgy lesilányítják, hogy már nem is emlékeztet hajdani természetes állapotára. Ezt követően különféle vegyszereket (színezőanyagokat, tartósítószerket, kondicionálókat, stabilizátorokat, emulgeátorokat, permeátumokat, fényezőket, habosítókat, zselésítőket, hidrokolloidokat, fehérítőket, alapozókat, viaszos bevonást eredményező tapadásgátlókat, pelyhesítőket, csomósodásgátló anyagokat, volumennövelőket, ízfokozókat, antioxidánsokat, savfokbeállítókat, textúrajavítókat, alginátokat, kelátképzőket, héjszerkezet-optimalizálókat, telítőanyagokat, mellékíz-semlegesítőket, lesülésgátló anyagokat, és hajtógázokat, valamint csomagológázokat) adnak hozzájuk, amelyeket laboratóriumokban, többnyire kátrányból állítanak elő. Utána ugyancsak kátrányból kivont észterekkel, és mesterséges édesítőszerrel ízesítik. Végül szintetikus vitaminokkal és különböző tápszerekkel próbálják pótolni bennük azokat az anyagokat, amelyeket a feldolgozás során kiöltek belőlük.

A kótyvasztásnál olyan rafinált vegyszerek is belekerülnek a feldolgozott élelmiszerbe, amelyek tartós kötődést hoznak létre a termék iránt, hogy ezzel a gyártók magukhoz láncolják a fogyasztót. Ezt a narkotikumokra emlékeztető függőséget sokszor csak egy illat okozza, amelyet olyan adalékanyag alakít ki, ami nem jellemző az eredeti alapanyagra. Mi sem bizonyítja jobban az élelmiszer-gyártók lelkiismeretlenségét, hogy újabban már a csokoládéba is vért, illetve olcsón beszerezhető állati vérből készült fehérjét akarnak keverni, hogy még több haszonra tegyenek szert. Most éppen arra várnak, hogy az egészségügyi hatóságoktól megkapják erre az engedélyt. A lelkiismeret nem szab határt ezeknek az üzelmeknek, mert a különféle „ízű” szörpöket már most is gumiarábikummal és cellulózzal dúsítják. A különféle manipulációk következtében az ipari élelmiszerek gyártástechnológiája valóságos horrorregény. Ezt bizonyítja a legártalmatlanabbnak tűnő készítmény, a fagyalt előállításának leírása. Aki kíváncsi rá mi minden történik kedvenc csemegéjével mielőtt a tölcsérbe

kerül, olvassa el Jelinek Márta „Miből készül a fagyalt” című cikkét a Népszabadságban. 2002. szeptember 5. (25. oldal.)

A legnagyobb baj azonban az, hogy ezekkel a feldolgozóipar által tönkretett élelmiszerekkel nem lehet jóllakni, fogyasztásuk nem csillapítja az éhséget. Aki ezen a „műtáplálékon” él, az egész nap enivaló után kutat, mivel kielégíthetetlen éhségérzet kínozza. A mesterséges táplálékban ugyanis nincsenek meg azok az anyagok (pl. enzimek, tápsók, nyomelemek) amelyek a véráramba jutva megszüntetnék az éhségérzetet, így „kényszerevés” alakul ki. Hiába van tele a gyomor, az agyba nem érkeznek meg a véráram útján azok az ingerek, amelyek azt jeleznék, hogy a szervezet megkapta a számára szükséges anyagokat, mert ezeket eltávolították a mesterséges táplálékból. Annál több azonban ezekben a korszerű élelmiszer álcájába bújtatott készítményekben a szénhidrát és egyéb értéktelen töltékanyag. Az agyon-



finomított élelmiszerek fogyasztása még növeli is az étvágyat. Rostok hiányában a szénhidrát-tartalmuk gyorsan átalakul, és hihetetlen mértékben megnöveli a vércukorszintet. A hirtelen emelkedést azonnali zuhanás követi, ami farkaséhséget vált ki. Ez a fajta éhség ingerlékennyé, idegessé is teszi a helytelenül táplálkozót, amit mértéktelen evéssel próbál elűzni. Ennek törvényszerű következménye a kalória-túltengés, ami kóros elhízáshoz vezet. Nem jobb a helyzet az amerikai mintára létrehozott „tömegetakarmány-előállító” gyorsétkezdék által készített ételek esetében sem. Ebből az élelmiszeripari konszernek által kialakított csapdából csak egy módon szabadulhatunk, ha visszatérünk a természetes táplálék fogyasztásához. Amíg ezt nem tesszük meg, addig ne is reméljük, hogy bármelyik testsúlycsökkentő módszerrel tartós fogyást érünk el.

Nem járunk jobban akkor sem, ha olyan gyári terméket vásárolunk, amelyet „természetes” aromával ízesítettek. Az eperízű gyümölcsjoghurtban pl. nem valamilyen olcsó zöldség vagy eperre emlékeztető aromájú bogyó leve van, hanem faforgácslé. Egy Ausztráliában honos fafajta forgácsát vízzel felfőzik, majd alkohollal kezelik, és adalékanyagokat kevernek hozzá. Az eredmény tökéletes eperaroma lesz. Miután nem kátrányból készült, hanem növényi alapanyagból, így „természetazonos”-nak minősül. Hasonló módon csinálnak növényi olajból almaaromát, ricinusolajból őszibarackízt, egy bizonyos gombafajtából pedig kókuszaromát. Nem véletlen, hogy az Európa Tanács listája a 2176 közismert aromából csupán 391-et minősít veszélytelennek; 180 aromáról pedig megállapították, hogy nagy valószínűséggel rákkeltő.

Aki részleteiben is szeretne tájékozódni az egyes adalékanyagok és E-származékok káros hatásáról, töltsse le dr. Kalas György: Élelmiszer-adalékanyagok című összeállítását a Magyar Elektronikus Könyvtárból. Cím: <http://mek.oszk.hu> Az E-származékok részletes listája az Országos Fogyasztásvédelmi Egyesület honlapjáról is letölthető: <http://www.ofe.hu> Kiadó: Ökológiai Stúdió Alapítvány – 1997. (Ennek a 26 oldalas anyagnak Word-ben kisserkesztett változata megtalálható a **Kun Elektronikus Könyvtárban** is az ökoélelmiszereknél alkalmazható E-számokkal kiegészítve. Cím: <https://kunlibrary.net>) Az E-számrendszer meglehetősen összetett, már több mint 1500 nehezen érthető, többnyire latin eredetű elnevezést tartalmaz. Annyit azonban mindenkinek célszerű megjegyezni, hogy a 100-as sorozatba a természetes és mesterséges színezékek, a 200-asba a tartósítószer-ek, a 300-asba az antioxidánsok, emulgeátorok, savanyító szerek, a 400-asba a sűrítőanyagok, zselésítőszer-ek, emulgeálószer-ek, az 500-asba a térfogatnövelők, állagjavítók, csomósodást gátló anyagok, a 600-asba pedig az ízfokozók tartoznak. A 900-as sorozatban az egyéb anyagok vannak, míg az 1000 és 1500 közötti sorozatban a kiegészítő vegyületek találhatók. Érdekes még tudni, hogy a

gyártóknak csökkenő sorrendben kell felsorolniuk az adalékanyagokat, vagyis a lista legelején levőből van a legtöbb a megvásárolt termékekben.

Átfogó képet kaphatunk a XX. század élelmiszeriparának „fejlődéséről”, az aromák, ízfokozók, ízfeltárók, adalékanyagok, ételimitátumok szörnyű világáról Hans-Ulrich Grimm: A leves hazudik – Az ételek szép világa című könyvében. Ebből kiderül, hogy a valódinak látszó adalékanyagoknál sem jobb a helyzet. Ne örüljünk, ha a joghurtban gyümölcsdarabokat vélünk felfedezni, mert ez a gyümölcs előzőleg már átment egy szörpüzemen, ahol mindent kicentrifugáztak belőle, ami ízessé és értékesé tette. A visszamaradt gyümölcshús-vázdarabokba azután a joghurtgyártók különféle vegyszerekkel (aromákkal, mesterséges édesítőkkal, savakkal) lehelnek életet. Az ipar még a kész-ételekbe rakott rizst is hamisítja. A töltött, rakott ételekbe pl. nem egész rizsszemeket főznek, hanem a barna rizs koportatásánál visszamaradt rizsport. Ezt egy gondosan titkolt vegyszerrel összekeverik, és formára préselik. Ez a hulladékból ragasztott rizsutánzat jóval olcsóbb, mint a valódi rizs.

Hivatalos vizsgálatok szerint az Európai Unió piacain kapható termékek több mint százezer különféle vegyi anyagot tartalmaznak. Az EU kémiai bizottságának jelentése szerint a tömegesen használt vegyszerek 80%-át sohasem vizsgálták meg egészségügyi szempontból, 85%-ukról nem tudjuk, hogy felhalmozódnak-e a táplálékláncban, és 70%-uk lebomlási folyamatát sem ismerik. Az alkalmazott vegyszerek hatásáról csak a lakosság gyógyszerfogyasztásának emelkedéséből, és a halálozási ráta növekedéséből kapunk visszajelzést. Ezek az adatok igen meggyőzően bizonyítják, hogy nagy baj van az élelmiszerellátásunkkal, ha nem térünk vissza a természetés táplálkozásra, a vegyszermentes élelemelőállításra, előbb-utóbb mindenki beteggé válik.

Aki készételeken él, az egy átlagos vacsora során 20-25-féle E-származékot csúsztat le a torkán. Ha utána elrágcsál egy rágógumit is, további 11 E-származék kerül a szervezetébe. Jellemző az adalékanyagok sokféleségére, hogy a lista már az E-1521-nél tart. Ennyi veszélyes vegyszert etetnek meg velünk nap mint nap. Nemsokára úgy járunk mi is, mint az üvegházban nevelt virágok. Tele-nyomják őket műtrágyával és növekedésserkentő hormonokkal, hogy minél hamarabb megnőjenek, és piacképesé váljanak. A sok vegyszertől azonban elvesztik a tartásukat, a saját súlyuk alatt összeroskadnak. Ezért drótot csavarnak a szára köré. Belénk is annyi vegyszert pumpálnak az élelmiszer-és gyógyszergyárak, hogy lassan megrokkanunk, ágyunk esünk. Csak úgy tudunk talpra állni, ha mankót dugnak a hónunk alá.

Aki nem tud megválni a gyári termékektől, vagy nincs rá ideje, hogy a táplálékát maga készítse el természetes alapanyagokból, válassza a kistermelők által előállított árut. Ők ugyanis jóval kevesebb tartósítószerrel és helyettesítő adalékanyagot használnak, mint a gyáróriások. Ennek oka, hogy kis mennyiséget termelnek, ezért nem éri meg a vegyszeti manipulációkhoz szükséges költséges eszközöket beszerezni; és csak rövid távolságokra utazzatják az árut, így kisebb a romlásveszély is. A multinacionális konszernnek azonban szinte a világ minden országába szállítanak, és gyakran hónapokig, sőt évekig áll az áru a raktárban. Emiatt telerakják tartósítószerekkel meg mindenféle rafinált vegyszerekkel, hogy még véletlenül se romoljon meg. A márkavédelem is arra ösztönzi őket, hogy ilyesmi ne forduljon elő. A sok esetben évszázadok óta őrzött hírnév elvesztése katasztrofális hatást gyakorolna a termékeik iránti keresletre, ami a hatalmas apparátus fenntartásából eredő terheik következtében nagyon hamar csődhelyzetet teremtene. A nagy élelmiszer-előállító trösztök azért sem kockáztatnak, mert ha valamely termékük megromlik, akkor a hatóságok a teljes mennyiséget bevonják a boltok polcairól, ami egyetlen ország esetében is sok ezer tonnát tesz ki, világviszonylatban pedig több milliárd dollárra tehető a kár. A kisvállalkozó viszont még országos terítés esetén is csupán 1-2 tonnányi árut kockáztat, amelynek elvesztése még nem teszi tönkre. Ennek a helyzetnek tudható be, hogy a kisiparos terméke nem csak veszélytelenebb, hanem többnyire finomabb is, mivel a sok vegyszer nem teszi tönkre az alapanyagok ízét.

Az egészséges táplálkozásra való átállás során ne csak az ételünk, hanem az italunk megválasztásában is legyünk körültekintőek. Az ásványvízen kívül kizárólag természetes alapanyagú, lehetőleg rostos, vagyis emésztést elősegítő gyümölcsleveket igyunk. Kerüljük a szénsavval dúsított, festékkel színezett és észterekkel ízesített üdítőitalokat. Ezek a cukrozott lónyálnak is nevezett italok különféle rákkeltő anyagokat tartalmaznak, és legtöbbször még az áruk sem alacsonyabb, mint a valódi gyümölcsleveké. Ráadásul az üdítőitalok mesterséges gyümölcssavtartalma csökkenteni a vér

lúgos kémhatását, ami további betegségek kiváltója lehet. Amerikai kutatók vizsgálata szerint a szén-dioxid nem csak a bélbolyhokat teszi tönkre, hanem csonttrikulást is okoz. Főleg kisgyermeknél ártalmas a szénsavas üdítőitalok fogyasztása, mivel kikezdi a fogzománcot, és gátolja csontrendszerük kialakulását.

Különösen nagy kárt okoz ezen a téren a kóla, mert magas koffein- és foszfortartalma valósággal kimossa a szervezetből a kalciumot. A felmérések szerint a sok kólát fogyasztó fiataloknál ötszörte nagyobb a csonttörés kockázata, mint a többiekénél. Nem is szólva a károsanyag-tartalmáról. Az indiai földművesek Coca Cola-permettel védik a gyapot- rizs és csiliültetvényeket a kártevőktől. Az állott, maradék kóla pedig annyira maró hatású, hogy sokan a vécékagyló és egyéb lefolyók tisztítására használják. Az USA néhány államában az autópálya-felügyelők két gallon Coca-Colát hordanak magukkal, amivel a balesetek során az úttestre került vért tüntetik el. A Coke-ban található citromsav hatásosan eltünteti a koszt a porcelánokról. A krómozott fémtárgyokról (pl. lökhárító) könnyen eltávolítható a rozsdá, ha kólába mártogatott alufóliával dörzsöljük. Az autó akkumulátorának csatlakozói-ról is el lehet tüntetni a korróziót. Öntsünk rá egy kis Coca-Colát, és az lemarja az oxidált réteget. Kiválóan alkalmas a berozsdásodott csavarok meglazítása. Rakjunk kólával átitatott ruhát a csavarra néhány percig, és már tekerhetjük is ki. Eltávolítja a zsírfoltokat a ruhából, és eltünteti a bogárpiszkot a szélvédőről. A Coke fő összetevője a foszforsav, aminek pH értéke 2.8. Ez a vegyszernek is tekinthető folyadék egy szeget 4 nap alatt old fel. Nem véletlen, hogy a Coca-Cola koncentrátumot szállító tartálykocsikra kötelező kitenni a veszélyes anyagokat szállító járművek megkülönböztető jelzését.

Az agyoncukrozott üdítőitalok fogazatunk épségét is nagymértékben veszélyeztetik, jelentős szénsavtartalmuk pedig órákig tartó erjedést okoz az emésztőrendszerben. Ennek csupán kellemetlen tüneti jelensége a lenyelt szén-dioxid felbőgése; a nagyobb kárt az okozza, hogy a megerjedt táplálék méreggá válik, ami felszívódik a szervezetbe. A Southamptoni Egyetem kutatói megállapították, hogy egyes ételszínezékek, amelyek főként üdítőitalokban és édességekben fordulnak elő, a nátrium-benzoát tartósítószerrel együtt hiperaktivitást okoznak, és kihatnak a gyerekek tanulási és koncentrációképességére is.

Sokan nem törődnek az üdítőitalok fogyasztásából eredő veszéllyel, de az egészségügyi hatóságok már aggódnak, hogy a világ egy újabb mérgezési botránynak néz elébe. A nyugtalanságra az adott okot, hogy Belgiumban és Luxemburgban több száz gyerek lett rosszul különféle palackozott üdítőitaloktól, és közülük ötvenet kórházba szállítottak. A vizsgálatok kiderítették, hogy a Coca Cola cég „Cola” és „Fanta”, valamint „Sprite” márkanevű üdítőitalaiban a megengedettnél jóval nagyobb mennyiségű rákkeltő dioxin található. A hír hallatán a francia hatóságok 50 millió doboz kólát vontak ki azonnali hatállyal a forgalomból. Mivel a többi üdítőitalt is mesterséges úton, kátrányból és egyéb vegyszerekből állítják elő, ezek fogyasztása is hasonló veszélyeket rejt magában. Ezt támasztja alá az a két évvel később született egészségügyi jelentés, mely szerint a dioxinmérgezés bizonyíthatóan 5000 rákos megbetegedést okozott Belgiumban. A rostos gyümölcslevek egyáltalán nem tartalmaznak tartósítószeret, konzerválásuk hőkezelés útján történik. A legjobb azonban, ha frissen facsart gyümölcslevet fogyasztunk, mert a gyárilag előállított rostos levek enzimatartalma a hőkezelés következtében tönkremegy.

Aki továbbra is ragaszkodik a készen megvásárolható gyümölcslevekhez, a korszerű módszerekkel előállított változatokat keresse. A rostos gyümölcslevek közül jelenleg az izraeli Gat Food Canning cég Grand Gold márkajelzésű sűrítvényei a legjobbak. A kíméletes gyártástechnológiának köszönhetően a frissen facsart gyümölcs minden értékes tulajdonságát megőrzi, és tartósítószerrel, cukorral, színezőanyagokkal mentes. Nem elhanyagolható előnye még ennek a terméknek, hogy vákuumos párologtatással besűrítették, így az 1 liter gyümölcslével együtt nem kell 8 liter vizet is hazacipelni. Ez a 8 : 1 arányban hígítható gyümölcskoncentrátum az izraeli piacon 60%-os részesedést ért el, és eddig a világ 20 országában nyilvánították legjobb minőségűnek a természetes gyümölcslevek kategóriájában. Nálunk pléhdobozos kivitelben kapható, grépfrút-, ananász-, őszibarack- és narancssűrítvény formájában.

Az észterekkel ízesített, szintetikus festékekkel színezett, és vegyszerekkel tartósított üdítőitalok a fiatal korosztálynak ártanak legtöbbször. Valóságos pánikot keltett a szülők körében, amikor kiderült, hogy a szénsavas üdítőitaloktól gyermekeik fogá be barnul, és hirtelen töredezni kezd. Végül a

fogak helyén már csak csonkok maradnak. A fogorvosok a fogzománc eróziójaként emlegetik a jelenséget. Az ok a citromsav maró hatása. Ezt az E 330-nak nevezett adalékanyagot igen nagy mennyiségben tartalmazzák a különféle üdítőitalok. Így azoknál a gyerekeknél, akik rendszeresen isszák ezeket a gyümölcsléutánzatokat, elkerülhetetlenül bekövetkezik a teljes fogpusztulás. Ez esetben még a rendszeres fogmosás sem segít, mert a fogkefe sörtéje beledörzsöli a fogzománcba a savat. Ráadásul a lekvártól kezdve, a zacskós levesen át, a különféle szószalapig minden gyárilag előállított élelmiszer tartalmaz citromsavat, vagy annak vegyileg töményebb változatát, a borkősavat, ami súlyosbítja a helyzetet. A legkisebbek is veszélyben vannak, mert a gyerekek gyártott „gyümölcsízű” teákban is van citromsav. Az Európai Unió szakembereinek felmérése szerint a nyugat-európai gyerekek a különféle mesterséges adalékanyagokból a megengedett érték tizenkétszeresét eszik meg. Ennek tudható be a mind gyakoribb allergiás roham is.

Szintén sok gondot okoz az E 223-nak nevezett nátriumsulfid. A zacskós, porított élelmiszer-alapanyagok mindegyike tartalmazza ezt az adalékanyagot. Egyébként a nátriumsulfid nem káros az egészségre, amíg nem kerül belőle testsúlykilogrammonként 0,7 grammnál több a szervezetbe. Sok gyerek azonban a megengedett érték tizenkétszeresét fogyasztja el a különböző gyári készítményekkel. Az E 220 és E 227 közötti adalékanyagok még a gyárilag tartósított szárított gyümölcsökben, sőt a gyorsételmezési láncok hamburgereiben is megtalálhatók. Egy 40 kilós gyereknél a napi megengedhető szulfid értéke 3,8 milligramm. Egyetlen hamburger ennek kétszeresét, 56 milligrammot tartalmaz. A 61-féle élelmiszer-csoportban megtalálható szulfidok elősegítik egy agresszív baktériumfajta megtelepedését a szervezetben, ami súlyos bélbetegséghez vezet. Egyes gyártók mostanában úgy próbálják palástolni az össznépi mérgezésben történő buzgólkodásukat, hogy az E-számok helyett csak annyit írnak a termékükre, hogy: „egyéb kémiai hatóanyagok”.

Mindent egybevetve a szervezet számára a legegészségesebb szomjoltó ital továbbra is a víz. Ezt a profitérdekelt forgalmazók is kezdik felismerni, ezért ezen a téren sem problémamentes a helyzet. Ahogy nő a vízfogyasztók száma, úgy szaporodik a palackozott vizekkel történő visszaélés. (Csupán az Egyesült Államokban hetente 500 millió palackozott ásványvizet adnak el.) Könnyebben védekezhetünk a hamisítók ellen, ha figyelembe vesszük az alábbi osztályozást.

1. Asztali víz: Csapvíz és ásványvíz keveréke. Közegészségügyi szempontból tisztának mondható ugyan, de jellegénél fogva nem mentes a klórtól.

2. Forrásvíz: Föld alatti vízforrásból származik. Viszonylag kevés ásványi só és nyomelemet tartalmaz. Miután nem a felszín alatt, hanem a mélyebb rétegekből tör fel, többnyire tiszta, klórozást nem igénylő víz kerül a palackokba. Nem minden forrásvíz tör a felszínre. Vidéken a mélyebb talajrétegekből fúrással felhozott vizet artézi víznek nevezik. (Az artézi víz az egykori francia Artois megyéről kapta a nevét, ahol az első ilyen kutat fúrták.) Az artézi kutak vize két vízzáró réteg közötti vízáteresztő rétegben rejtőzik. A hidrosztatikus nyomás hatására gyakran magától a felszínre tör, nem kell szivattyúzni. Sajnos már ez a víz sem fogyasztható vizsgálat nélkül, mert a felszín alatti vizeket összegyűjtő ásott kutakhoz hasonlóan a mélyfúrású artézi kutakat is veszélyezteti az elnitrátosodás.

3. Ásványvíz: Föld alatti forrásokból származó legalább 1000 mg/liter ásványi anyagot tartalmazó víz. Általában természetes szénsavval telített. Nagyon szigorú hatósági előírások vonatkoznak rá. Közvetlenül a helyszínen kell palackozni. Tilos vegyileg kezelni, klórozni. Ránézésre is kristálytisztának kell lennie, ezért ha olyan ásványi anyag van benne (pl. vas, mangán) amely utólag zavarossá teheti, azt bonyolult technológiai műveletekkel el kell távolítani belőle. Mivel ez az eljárás meglehetősen költséges, az ilyen vizet nem szokták palackozni, hanem szabadon használható forrássá nyilvánítva a környéken lakók rendelkezésére bocsátják. A túlzott ásványianyag-tartalom nem káros az egészségre, de egy idő után ráakódik a vízhardásra használt üvegekre. A barna elszíneződés ecetes áztatással távolítható el belőlük. A barnulás azonban meg is akadályozható. Ha literenként 2-3 csepp citromlevet teszünk a friss vízbe, nem fog kicsapódni belőle a vas és a mangán. (Ennek az eljárásnak az alkalmazása esetén tiszta palackokat használjunk, mert a citromsav lemarja a falán levő lerakódásokat is, amiktől fémízű lesz a víz.)

Egyébként a világ legjobb ásványvize Magyarországon, a Kecskemét melletti Szentkirály forrásból fakad. Az ózondús illatú, édes ízű szénsavmentes Szentkirályi ásványvíz a párizsi Aqua Expón aranyérmert nyert 2004-ben. Maguk a franciák nyilvánították az eviani ásványvíznél is finomabbnak

a buborékmentes kategóriában. A Lufthansa és a SAS légitársaság is ezt az ásványvizet szolgálja fel a járatain. 2005 elején a Szentkirályi ásványvíz ízesített kategóriában is elnyerte az Oskar-díjat a párizsi Aqua Expón. A Legkiválóbb Íz díját nyerte el Brüsszelben nemrég a magyar Veritas Gold szénsavmentes és szénsavas ásványvíz. Pedig a mezőny ugyancsak erős volt. Az eseményen számos ország ételeit és italaikat vizsgálták a nemzetközi élvonalba tartozó szakértők: séfek, sommelier-k²⁰. A szabályok szerint most is vakon értékelték a vizeket, vagyis csak az élvezet intenzitását figyelték a zsűri tagjai. A Veritas Gold egyébként összetétele, tisztasága és pH-értéke miatt ajánlott csecsemőknek, kismamáknak a folyadék pótlására, sőt a nátriumdiétára szorulók is bátran ihatják, hiszen nátriumtartalma mindössze 7,4 mg/l. A kimerülés veszélye sem fenyeget, mert a világ ásványvízkészletének 70%-a a Kárpát-medence alatt található.

4. Gyógyvíz: Igen nagy ásványianyag-tartalmú víz. Szomjoltásra nem alkalmas. Az íze sokszor kellemetlen. A gyógyvizet és a minőségi ásványvizet üvegbe töltik, és nem műanyag palackba. A műanyag szervesanyag-tartalma ugyanis elősegíti a baktériumok szaporodását. Ráadásul vegyszerek oldódnak ki belőle, ami rontja a víz ízét. A gyógyvíz speciális változata a **termálvíz**, mely azáltal jön létre, hogy a rendkívül mély rétegekből feltörő gyógyvíz a magma közelsége folytán felmelegszik. A termálvizet külsőleg, fürdőkúrák formájában használják, ahol a víz ásványianyag-tartalma a bőrön keresztül szívódik fel.

Egy kis ösztönzés a vízivásra:

- Az amerikaiak 75%-a krónikusan vízhiányos (ez vonatkozik az emberiség felére is).
- Az amerikaiak 37%-ánál a szomjúságérzet annyira gyenge, hogy gyakran összetévesztik az éhségérzettel.
- Már csekély vízhiány is 3%-kal csökkenti az anyagcserét.
- A Washingtoni Egyetem felmérése szerint egy pohár víz maradandóan csökkentette a diétázók 100%-ának éhségérzetét.
- A nappali fáradtság elsősorban okozója a vízhiány.
- Folyamatban lévő tanulmányok kimutatták, hogy a hát- és ízületi fájdalmakban szenvedők 80%-ánál naponta 8-10 pohár víz csökkenti a fájdalmakat.
- Már 2% folyadékvesztés megzavarhatja a rövid távú emlékezetet, nehézségeket okozhat az alapműveletek elvégzésénél, és összpontosítási zavarokat idéz elő egy képernyő vagy egy kinyomtatott oldal felfogásánál.
- Naponta 5 pohár víz elfogyasztása 45%-kal csökkenti a vastagbélrák és a 79%-kal a mellrák veszélyét, s 50% -kal kisebb a hólyagrák kialakulásának rizikója.
- Tényleg annyi vizet iszik, mint amennyi szükséges lenne?

Bizonyított tény, hogy ételünk és italunk gondos megválasztásának kiváló élettani hatása van. A vegetáriusok nem csak egészségesebbek, hanem szívósabbak, nyugodtabbak, jobb a közérzetük, és magasabb kort is érnek meg, mint húsevő társaik. A hús- és cukorfogyasztás abbahagyásának előnyös mellékhatása még, hogy nagymértékben megőrizzük vele fogazatunk épségét, mivel a kalciumelvonáson kívül a fogszuvasodás leggyakoribb kiváltó oka, hogy a hús szövetei és a cukormaradványok beragadnak a fogak közé, és tökéletes eltávolításuk alapos fogmosás útján sem lehetséges. Ennek következtében a fogak között rekedt cukor megerjed, és az ily módon keletkező savak megtámadják a fogzománcot, amelyet az el nem távolított húsmaradványok bomlasztó hatása tovább gerjeszt. A kutatók szerint a szánkban több mint 500-féle baktérium található, és ezek közül legalább 20 savat képez a cukorból. Fő táplálékuk a cukor, a fogak közé szorult húsban pedig intenzív szaporodásnak indulnak. Az eredmény ugyanaz: nagy mennyiségű sav, amely folyamatosan marja, vékonyítja a fogzománcot. Már IV. Henrik udvari orvosa is tudta, hogy a cukor árt a fogaknak. 600 évvel ezelőtt ezt írta róla: „A cukor megfeketíti a fogakat, és édes íze mögött keserűség lappang.”

Az egészséges életmód, a zöldség- és gyümölcsfogyasztásra való átállás járulékos hatása még, hogy szervezetünk öregedési folyamata lelassul. Ennek következtében testünk egyre ruganyosabbá,

²⁰ szomelié = borszakértő, vendéglői italajánló

bőrünk pedig feszessé, rugalmassá, pattanásoktól mentessé válik. A böjtkúrák hatására ízlelőbimbóink regenerálódnak, és újra érezni fogjuk a rég elfelejtett ízeket. Emellett finomodik a szaglásunk, ami lehetővé teszi, hogy ismét észleljük az ételek finom illatát. Nem elhanyagolható előnye a vegetarizmusnak az sem, hogy a növényevő emberek testének kipárolgása sohasem olyan kellemetlen, mint a húsevőké, és ez a közérzetünk javításán kívül megkönnyíti az embertársainkkal való kapcsolattartást is. A történelem során az emberiség legnagyobb bölcsei és a nagy vallásalapítók mind vegetáriusok voltak. Jézus a következőképpen óvta az embereket a húsevéstől: **„Az állat húsa az emberben saját sírja lesz. Bizony mondom néktek, aki agyonvert állat húsát eszi, az a halál húsát eszi.”**

Ezzel egyidejűleg a táplálkozás helyes módjáról is felvilágosított bennünket: **„Egyetek mindig Isten asztaláról: a fák gyümölcseiből, a mezők magvaiból és füveiből; Állataitoknak az ő tejükből, és méheiteknek az ő mézükből. Mert mindaz, ami ezeken kívül vagon, a Sátántól jó, és a bűnök a betegségek útjain a halálba vezet. Azok az eledeltek viszont amelyeket Isten dúsán terített asztaláról esztek, erőt és ifjúságot öntenek a ti testetekbe, és soha betegséget nem láttok.”** Ezek az intelmek közel 2000 éven át segítették a természetes táplálkozási szokások megőrzését. Az iparosítás előretörésével azonban ugrásszerűen megnövekedett az egészségtelen, és a feldolgozás következtében testidegen élelmiszerek fogyasztása. Németországi adatok szerint az emberek húsfogyasztása 1816 és 1934 között évi 14-ről 54 kg-ra emelkedett. Ezen belül a sertéshúsé 4 kg-ról 35-re nőtt. Ugyanakkor a kenyérfogyasztás évi 250-ről 115 kg-ra csökkent. Ez önmagában még nem lenne baj, de amíg a korpás- és a finomlisztből készült kenyerek aránya 1816-ban 90 : 10 százalék volt, 1954-ben pontosan a fordítottja.²¹ A cukorfogyasztás is 2 kg-ról 24-re, a zsír 3,5 kg-ról 36-ra emelkedett.

Tovább fokozta az egészségrombolást az élelmiszeradalékok és a tartósítószeres használatának nagyságrendnyi növekedése. Az Egyesült Államokban készült legújabb felmérés szerint tartósítószerből tízszer, cukros üdítőitalokból pedig 27-szer többet fogyasztunk, mint 100 évvel ezelőtt. Búzából, hüvelyesekből azonban csak fele annyit; kukoricából, rozsból, árpából csupán az egyötödét; zöldségből és gyümölcsből pedig a harmadát. Ezek a kedvezőtlen arányok napjainkra tovább romlottak, és nem csak Németországra, valamint Amerikára, hanem a magas életszínvonalú, rendelkező államok mindegyikére jellemzők. Ehhez járul még az alkoholfogyasztás és a dohányzás mértéktelen növekedése, valamint újkori jelenségként a kábítószer-élvezet. Ma is igaz tehát Seneca 2000 évvel ezelőtti megállapítása, hogy: **„Az emberek nem meghalnak, hanem megölik magukat.”**

Ebből az öngyilkossággal is felérő életmódból csak tudati felvilágosítással, és táplálkozási szokásaink radikális megváltoztatásával szabadulhatunk ki. Ennek leghatékonyabb formája a vegetarizmus. Iktassuk ki az étrendünkből az egészségkárosító-, valamint az iparilag feldolgozott élelmiszereket, italokat, és térjünk vissza a természetes táplálék fogyasztására. Ezt azért is célszerű megtenni, mert a WHO jelentése szerint a tíz leggyakoribb halált okozó egészségügyi kockázati tényező közül hét az evésből és az ivásból származik. A vegetárius életmód végső célja, hogy felszabadítsuk a szervezetünkben rejlő öngyógyító erőt, a vitalitást. Ha ez sikerül, akkor egyre kevésbé szorulunk rá az akupunktúrára és egyéb gyógymódokra. Az akupunktúra lényege ugyanis, hogy többletenergia-bevitellel, illetve az energiaegyensúly helyreállításával növeli a sejtek ellenálló képességét, és ezzel a szervezet vitalitását. A vitalitást azonban nem pótolni kell, hanem megőrizni. Az akupunktúrának csupán a gyógyulási folyamat elindításában lehet átmeneti szerepe, egészségünket hosszú távon csak a szervezet öngyógyító mechanizmusa képes fenntartani.

A mérsékletes táplálkozás egészségmegőrző hatása már az ókorban is köztudott volt. Egy perzsa orvos jól fizető állásra vágyott, Ezért felkereste Musztafa kalifát, és megkérdezte, hogyan étkeznek. Nagy megrökönyödésére ezt a választ kapta:

- Csak akkor eszünk, ha éhesek vagyunk, s étvágyunkat akkor sem elégítjük ki teljesen.
- Akkor hát itt semmi keresnivalóm sincs – mondta az orvos, és továbbállt.

Később két sivatagi vándor betért a kalifátus egyik kocsmájába. Amikor már pukkadásig jóllaktak megütközve látták, hogy a szomszéd asztalnál a helyi vendégek csak beszélgetnek, nevetgélnek, és

²¹ Régen csak kötő- és sűrítőanyagként használták a finomlisztet. Sem kenyeret, sem süteményt nem sütöttek belőle. Nagyanyáink csupán rántáshoz, főzelék sűrítésére tartották alkalmasnak, illetve krémekeket sűrítettek vele. Csiriz készítésére is jó, mert kiváló ragasztó. Ez a jelenség fehér kenyér fogyasztása esetén is megnyilvánul. A csiriz akadályozza a belek természetes, perisztaltikus mozgását, ami székrekedést vált ki.

alig fogyasztanak valamit. Erre az egyik vándor odaszól a cimborájának: Te ismered a nyelvüket, kérdezd már meg, miért nem esznek-isznak? A másik felállt, odalépett a társasághoz, majd néhány perc múlva elképedve tért vissza.

– Na, mit mondtak?

– Képzeld, ezek olyanok, mint az állatok. Azt mondták, hogy ők csak akkor esznek-isznak, ha éhesek és szomjasak.

Ehhez a megállapításhoz kapcsolódik az a székelly adoma is, melynek csattanója így szól: „Az ember nem tudja mennyi az elég, az állat viszont igen.”

Végezetül a mérsékletesség mellé még egy jó tanács. Amikor csak lehet, tartózkodjunk a szintetikus gyógyszerek szedésétől. A vegyi úton előállított gyógyszerek legtöbbször kigyógyítanak ugyan eredeti betegségünkől, de mellékhatásuknál fogva újabbakat hoznak létre helyette. A betegek majdnem fele csak azért kénytelen szedni egy másik gyógyszert is, hogy az előző mellékhatásait semlegesítse. Ennek persze szintén vannak mellékhatásai, mely sokszor oda vezet, hogy a páciens vegyszermérgezésben hal meg. A legfrissebb kutatási eredmények szerint nem csak a gyógyszerek hatóanyagai váltanak ki mellékhatást a szervezetben, hanem azok az adalékanyagok is, amelyeket a gyártás megkönnyítése érdekében kevernek az orvosságokba. Ilyen pl. a titán-oxid, a vas-oxid, a magnézium-sztearát, de a tejcukor is. A hivatalos statisztika szerint csupán az Egyesült Államokban évente 106 ezer ember veszíti életét különféle gyógyszerek mellékhatásai következtében. További 2,5 milliónál egészségkárosodás, sok esetben helyreállíthatatlan egészségrombolás alakult ki. Ez azt jelenti, hogy emiatt több ember hal meg, mint ahány áldozatot a közlekedési balesetek követelnek. Egy gyógyszer-gyár önkritikus fejlesztési igazgatója szerint: „Az egészség legfőbb akadálya a gyógyszeripar.”

A Földön minden betegségnek megvan a természetes gyógyszere, csak meg kell keresni. A Biblia szerint: „**A gyógyszereket a földből adja az Úr, és az okos ember nem veti meg.**” Ma már a gyógynövények termesztése és forgalmazása annyira kiterjedt, hogy szinte minden betegségre találunk valamilyen természetes alapanyagú, mellékhatásmentes készítményt vagy gyógynövénykeveréket. A gyógynövénykúra előnye még, hogy alkalmazása nem függ a kortól, anyagilag mindenki számára elérhető, és keresztülvitele semmilyen szakismeretet sem igényel. Az akupunktúrás kezelés viszonylag drága, a házilag végezhető elektrostimulációs kezelés kivitelezésére nem mindenki alkalmas, de a gyógyteák fogyasztására, a gyógynövényfőzetből készült fürdők igénybevételére mindenki képes, aki él és mozog. Az ismert gyógynövények közül legintenzívebb és legsokoldalúbb hatást a csalán és a zsurló főzetével érhetjük el. Ha az emberiség a természetes gyógymódokra való áttérés során semmi mást nem tenne, mint rendszeresen igénybe venné ennek a két gyógynövénynek egészségmegőrző és gyógyító erejét, akkor a különböző megbetegedésekben szenvedők száma egyik évről a másikra minimum 10%-kal csökkenne. Ez nem csak az egyén szempontjából lenne előnyös, hanem járulékos hatásként, óriási mértékben csökkentené az egyes országok kormányainak egészségügyi kiadásait is.

Az alkalmazás legcélszerűbb módja, hogy az egyenlő arányban összekevert csalán és zsurlószáritmányból 1 kávéskanálnyi mennyiséget minden reggel 3 dl vízzel forrázzunk le, és lehetőleg ízesítés nélkül, éhgyomorral igyuk meg. Ezenkívül hetente egyszer alkalmazzunk gyógyfürdőt oly módon, hogy előző este ebből a gyógynövénykeverékből 5 dekagrammot áztassunk be 5 liter vízbe, másnap melegítsük fel forrásig, majd szűrjük bele a fürdővízbe. Vigyázat! Tartósan forralni, megfőzni nem szabad, mert akkor a hatóanyagai lebomlanak. A magas vastartalmú csalánból készített főzet mellesleg a hajhagymákra is kitűnő hatást gyakorol; megállítja a kopaszodást, serkenti a hajnövekedését, és hozzájárul a korpásodás megszűnéséhez. Még intenzívebb hatást érhetünk el, ha friss növényeket alkalmazzunk. Ebben az esetben az előírt mennyiség négyszeresét használjuk. Amennyiben magunk kívánjuk begyűjteni a számunkra szükséges gyógynövényeket, **nagyon ügyeljünk arra, hogy a gyógyászati célra alkalmas mezei zsurló rendkívüli módon hasonlít a mérgező mocsári zsurlóra.**

Ugyancsak intenzív gyógyhatás érhető el főleg nőknél a cickafark tea és -fürdő alkalmazásával. Feltétlenül meg kell még említeni a zsálya és a jól ismert kamilla széleskörű hatékonyságát is, amelyek a többi gyógynövényvel összehasonlítva szintén kimagasló gyógyerővel rendelkeznek. Intenzív íze és magas illóolaj-tartalma miatt sokan kerülnek a zsályatea fogyasztását. Ez a kellemetlenség azon-

ban a helytelen készítési módnak tudható be. A zsályát ugyanis a csalánnal és a kamillával ellentétben nem forrázni kell, hanem főzni. 3 percnél hosszabb főzés után a zsályában lévő éterolaj elpárolog, és kioldódik belőle egy olyan enzim, amely az összes mirigy, porckorong és a gerincvelő számára létfontosságú. A csalánteáról el kell mondani, hogy citrommal és mézzel ízesítve igen kellemes íze van, ezért egyre többen fogyasztják élvezeti céllal is. A csalántea egyébként nem csupán a mérgező anyagokat oldja ki a szervezetből, hanem gazdag ásványianyag-tartalma következtében segít leküzdeni a fertőző betegségeket, és enyhíti az ízületi és reumatikus fájdalmakat. Jelentős vas-, kalcium- és A-vitamin-tartalma pedig a hajunkra gyakorolt jótékony hatáson kívül rendbe hozza a körmeinket is. Ezen túlmenően ismert még a menstruációs szabályozó szerepe, ami szintén magas vastartalmának köszönhető.

A kombinált gyógynövénykivonatok összetett hatást fejtenek ki a szervezetre, és ennek következtében egyszerre több betegséget is képesek meggyógyítani. Ezen csodálatos hatású szerek közül különösen nagy gyógyereje van a svédceppeknek. Dr. Samst svéd orvosprofesszor 18-féle gyógynövényből állította elő ezt a főzetet, és igen sok betegséget képes meggyógyítani ez a nemzetközileg elismert készítmény. A fitoterápia mellett ne feledkezzünk meg a szaunázás, valamint a gyógyvizek előnyös hatásáról sem, úgy fürdő-, mint ivókúra formájában. Utoljára, de nem utolsósorban említsük meg, hogy testünk regenerálódásának fontos feltétele még a sok mozgás, a szabad levegőn való kiadós séták, a napozás, az úszás, a jó kedélyállapot és a lelki kiegyensúlyozottság. Emellett a testmozgás a leghatékonyabb és legolcsóbb fogyasztó módszer, de nem használ minden esetben. Ahhoz hogy hatékony legyen, legalább 1 órán át kell tartania. A sportolás csak akkor jár fogyással, ha egyenletes megterhelést okoz.

A kiegyensúlyozott testmozgás során a szervezet az első 20 percben szénhidrátból nyer energiát. A glukózt és az izomszövetekben elraktározott glikogént bontja le oxigén segítségével. 20 perc múlva, miután az izmokat átszövő vérerek már kellően kitágultak, vagyis az izom megfelelő mennyiségű oxigénhez és tápanyaghoz jut, beindul a zsírégetési mechanizmus. A zsírsavakat a mellékvese velőállománya által termelt adrenalin hormon mobilizálja. Elsőként azoktól a zsírsavaktól szabadulunk meg, melyekben megtalálható az adrenalin hormon béta receptora. Ez a has bőre alatti zsírszövet, és az izomszövetekben raktározott zsírtömeg. Ezután következik a comb- és fartájék, majd a hasüregi zsírszövet. Ha a mozgásból eredő terhelés nem egyenletes, hanem hirtelen megnő, akkor tovább folytatódik a glukózból történő energiakinyerés, és a zsírsavak oxidációja elmarad. Ezért szoktak a élsportolók szőlőcukrot vagy csokoládét fogyasztani verseny után, mert a rendkívüli erőki-fejtés következtében nagyon lecsökken a vércukorszintjük. A növekvő megterheléshez sok energia kell, és a szervezet energiát csak cukorból tud gyorsan előállítani. A zsírlebontás lassú folyamat, ezért ezt átmenetileg felfüggeszti. A zsírlebontáshoz nem impulzusszerű, hanem sokáig tartó, egyenletes megterhelésre van szükség. Ezért olyan hatékony a kocogás, vagy a lendületes séta. A testmozgás azért is tanácsos, mivel a csonttritkulás lelassításának leghatékonyabb módszere, a csontok megterhelése.

A testmozgás igen kellemes módja a nevetés és a tánc. Nevetés közben összehúzódnak a mellkas és a has izmai, és finoman átmasszírozzák belső szerveinket. A gyomor és a bélrendszer megdolgozásával javul az emésztés. Ezen túlmenően erősödik a szívműködés, testszerte élénkül a vérkeringés. Kitágulnak az erek, és rövid idő alatt normalizálódik a vérnyomás. Mivel nevetéskor felgyorsul a légzés, a szövetek oxigén-, és tápanyagellátása is javul. A nevetéssel felszabaduló boldogsághormonok fájdalomcsillapító hatást váltanak ki, így testünket a fájdalom helyett kellemes bizsergés járja át. A nevetés segít megőrizni egészségünket, és leküzdeni a betegségeket. Leginkább az ízületi eredetű panaszokat gyógyítja. A szervezetben felszabaduló stresszhormonok ugyanis gyengítik az immunrendszert, mely által növelik sok betegség kockázatát, és a szervezet idő előtti előregedéshez vezetnek. A nevetés tehát fiatalít, energetizál, nyugtat és méregtelenít. A rendszeres kacagással fogyhatunk is, mert az intenzív nevetés, sőt röhögés sok kalóriát éget el.

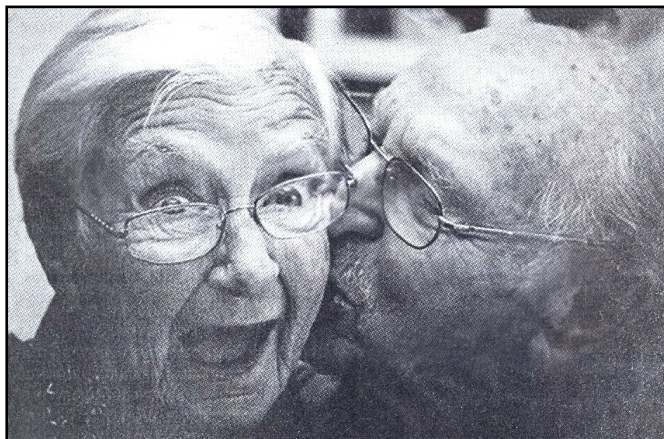
A nevetés jótékony hatását fokozza a ritmikus mozgás, vagyis a tánc. A tánc nem csak az öröm, a jókedv egyik kifejezési módja, hanem ősidők óta egyfajta terápia. Felszabadító, feszültségoldó, hangulatjavító, önbecsülés-növelő hatása van. Mint minden testmozgás, a tánc is feldobja az embert, és egészségmegőrző hatást gyakorol a szervezetre. Nő az energiaszintünk, fejlődik a kreativitásunk. Oldja a depressziót, könnyedséget vált ki, öröm- és felszabadultság-érzéssel tölt el bennünket. Ha táncol-

lunk, gátlásainkat is könnyebben vetközzük le. Lelkünk mélyéről felhossa azokat a félelmeket, frusztrációkat, skrupulusokat, amelyek nyomasztanak bennünket, de szavakkal nem tudjuk kifejezni őket. A feszengés, a távolságtartás észrevétlenül oldódik, így közelebb kerülhetünk másokhoz. Ezáltal javulnak társas kapcsolataink. Ha csoportban táncolunk, megtapasztalhatjuk az együvé tartozás érzését, az összetartozás támogató erejét. A ritmikus mozgás megnyugtatja, lecsendesíti az elmét, és oldja a blokkokat. Az érzelmi problémák ugyanis a testben izomfeszültséget formájában tárolódnak. Amikor kiláznak az izmaink, oldódnak érzelmi blokkjaink, ami pozitívan hat viselkedésünkre, lelkiállapotunkra.

A tánc fiziológiai hatása is igen jelentős. Mivel tánc közben izmaink a megszokottól eltérő módon mozognak, ellazulnak. A meridiánok blokkjai oldódnak, melynek következtében javul az egész test energia-, vér- és nyirokkeringése, anyagcseréje, beindul a tisztulása, az öngyógyulása. Táncalatt javítható a mozgáskoordináció, az állóképesség, a ritmus- és egyensúlyérzék, valamint a testtartás is. Erősödnek a csontok, és az izmok, ruganyossá válnak az ízületek. A nevetéshez hasonlóan a tánc fokozza a vérkeringést, melynek következtében nő a szív véráteresztő képessége, és javul az erek állapota. Fokozódik a légzés, így több oxigén és tápanyag jut testszövetekbe, az agyba, ami lassítja elménk leépülését. Egy széleskörű felmérés szerint, akik gyakran táncolnak 73%-kal kevesebb fogyatékos-sággal rendelkeznek. Nem utolsó sorban a tánc fogyasztó hatást gyakorol szervezetünkre. Intenzív táncalatt több súlyfeleslegtől válhatunk meg, mint egy párnapos fogyókúrával.

Azért a csekély gasztronómiai örömeért, amelyet a húsevés és a nagy szénhidráttartalmú édességek nyújtanak nekünk, kár feláldoznunk az egészségünket. A testi örömök csökkenéséért

bőségesen kárpótolnak minket azok a lelki örömök, amelyek a betegségeinktől való megszabadulás, és az akadálytalan önmegvalósítás tudatából erednek. A természetes táplálkozás szabályainak következetes alkalmazása során egyre jobban kitisztul a szervezetünk, ami jelentős mértékben növeli a vitalitásunkat, és ezáltal az életkedvünket. Az eltávozó mérgek következtében nem csak a testünk lesz ruganyosabb, hanem a gondolataink is kitisztulnak, és az átlagosnál jóval hosszabb élettartamra számíthatunk. Tovább fokozhatjuk ezt a hatást, ha a testünk regenerálásán kívül a lelkünk megfiatalítására is gondot fordítunk. Nem törvényszerű ugyanis, hogy az ifjúság hamvával együtt lekopjon az öröm is az arcunkról. Vegyük figyelembe azt az örök érvényű tapasztalatot, hogy a derű, a megértés, a humor és az élményekre való fogékonyság olyan lelki smink, amely belülről késlelteti az öregedést. Ne szégyelljük tehát az érzéseinket; legyünk lelkileg nyitottak, és tegyük túl magunkat azon az előítéleten, amely az idősebb korosztály szerelmi életét övezi. Életünk alkonyán ugyanis a szerelem finomítja a magatartást, elsimítja az öregkor torzulásait, karbantartja a testi-lelki kondíciót, és megajándékoz a fiatalság érzésével.



A szerelemnek hódolva azonban ne feledkezzünk el teljesen a korunkról, különben könnyen úgy járhatunk, mint Goethe. A lélek ugyanis nem öregszik együtt a testtel, ami sok bajjal járhat. Ennek legismertebb esete, amikor a 74 éves Goethe Marienbadban halálosan beleszeretett a 17 éves Ulrike von Lewetzow nevű csitribé. Egyik sétájuk alkalmával a leányzó a bohó szerelmesek szokása szerint kergetőzni kívánt, és eliramodott egy hegyi ösvényen. Az öreg költő utána, de megbotlott, és elhasalt. A lélek kortalanságának érzete eredményezte azt a jelenetet, amelyben a világ költőfejedelme porban fetreng, míg a buta liba trillázva eltűnik a fák között.

Szeretetünk megnyilvánulását a hozzánk legközelebb álló személyeken kívül terjesszük ki legalább egy mosoly erejéig minden emberre, aki körülvesz bennünket. Amerikában az ismert „keep smiling” szlogen nem azért vált olyan népszerűvé, mert elősegíti karrierünk alakulását, hanem mert a fejlettebb társadalmak már tudják, hogy a mosoly a természet legjobb orvossága a bajok ellen. Ezen túlmenően a mosoly olyan, mint a szeretet; senki sem olyan gazdag, hogy meglehetne nélküle, és senki sem olyan szegény, hogy ne lenne gazdagabb általa. Szeretetünk önzetlen megnyilvánulása

során gondoljunk arra is, hogy **senkinek sincs nagyobb szüksége a mosolyra, mint annak, aki már nem tud mosolyogni.**

Budapest, 1990. március



III. fejezet

KEZELÉSI TANÁCSADÓ AZ ELEKTROSTIMULÁCIÓS KÉSZÜLÉKEKHEZ; PSZICHOORIENTÁCIÓS GYÓGYÍTÁS

Az előző két fejezetben az akupunktúra házi használatra szánt változatának, az elektrostimulációs kezelésnek a szabályait vettük sorra, kiegészítve az egészséges táplálkozásra vonatkozó ajánlásokkal. Mielőtt belevágnánk az ezotéria sűrűjébe, maradjunk még egy kicsit ennél a témánál.

A felhasználási mód kiszélesítése

Aki az I. és II. fejezetekben közölt kezelési szabályokat maradéktalanul elsajátította, az mind a készülék használatában, mind meridiánjai energiaszintjének kiismerésében már olyan tapasztalatra tett szert, hogy a legtöbb betegségén képes úrrá lenni. Ebben a stádiumban gondot már csak a kezelés időigényessége jelent. Amíg a hagyományos akupunktúrás gyógyításnál az orvos több tűt is használ egyszerre, nekünk az egyes meridiánpontokat egyenként, egymás után kell kezelésbe vennünk. Ez a probléma is megoldható azonban egy kis átalakítással. Mivel tartós kezeléseknél a kombinált elektródás kábelt a fokozott áramterhelés miatt szinte már nem is használjuk, forrasszuk le róla az elektródafejét, és szereljük a kétrészes kábel földelő elektródájának helyére. Így egy olyan „öszvér” kábelt kapunk, amelynek mindkét végén tűs elektróda van. Ezután kapcsoljuk a készüléket kezelőáramra, és az egyik elektróda hegyét érintsük a bal oldali meridiánunk, míg a másik elektróda hegyét a jobb oldali meridiánunk megfelelő pontjához. Most mindkét elektróda kettős feladatot lát el, egyrészt fő elektródaaként, másrészt a másik elektróda segédelektrodájaként funkcionál. Ezzel a módszerrel egyszerre vehetjük kezelésbe a szimmetrikus meridiánpontjainkat, felére csökkentve ezáltal a kezelési időt. Ily módon a szimmetrikus meridiánpontokon kívül két egymástól független akupunktúrás pont is kezelhető.

Az eddigiek közül ez az eljárás biztosítja a leggyorsabb és leghatékonyabb kezelést, és egyéb testrészeink is itt vannak legkevésbé kitéve felesleges áramterhelésnek. Ennek a típusú kezelésnek a hátránya viszont, hogy alkalmazása komoly gyakorlatot igényel, így csak azok folyamodjanak ehhez a módszerhez, akik már nagy rutinra tettek szert az elektrostimulációs készülékek használatában. További hátrányt jelent még ennél a módszernél, hogy csak nagyon körülményesen valósítható meg a pontkeresés, de ez nem is olyan nagy baj, mert ezt a technikát többnyire azok fogják alkalmazni, akik behunyt szemmel is megtalálják már a meridiánpontjaikat. Ha a kezelőáram utánállítására lenne szükség, nyugodtan engedjük el az egyik elektródát, mert a tű által hátrahagyott mélyedésbe könnyen visszatalálunk. Természetesen ezzel a módszerrel csak a lábainkat, a törzsünket és fejünket tudjuk kezelni. Két kezünk és hátunk meridiánjainak kezelésénél segítséget kell igénybe vennünk. Akár magunk, akár segítséggel végezzük a kezelést, az elektródákat úgy kell irányítani, hogy mindkét akupunktúrás pontnál érezzük a csípést, ellenkező esetben féloldalas lesz a hatás.

Aszimmetrikus meridiánjaink kezelésénél hagyományos módon is használhatjuk az átalakított vezetékeket úgy, hogy az egyik elektródát lehelyezzük a padlóra, és sarkunkkal finoman rálépünk a hegyére. Mivel itt a földelő elektróda mérete kisebb, mint az eredeti gyári kivitelé, megfelelő intenzitású áramot csak új elemmel tudunk beállítani. Egy kis átalakítással azonban ez a hátrány is megszüntethető. Ha a csatlakozó dugó földpólusa mellé beferrasztunk egy pótvezetékot, és annak a végére szereljük a segédelektrodát, akkor készülékünket egyenértékűen használhatjuk mind szimmetrikus, mind pedig aszimmetrikus kezeléseknél. Az összecserélhetőség elkerülése érdekében a tűs elektródákat lássuk el egyértelmű jelzésekkel. Erre azért van szükség, mert aszimmetrikus kezelés-

nél áram csak az aktív elektróda és a földpólus között folyik. (A két egyforma tús elektróda közül az az aktív, amely a készülék pontkereső állásában a földelő elektródához érintve sípoló hangot vált ki.)

Kiegészítő természetgyógyászati módszerek

A természetes gyógymódok közül a betegségek gyógyításának csak egyik módja az akupunktúra. A vitalitás visszaszerzésének több természetes útja is van, melyek közül a leghatékonyabbak a II. fejezetben is említésre kerültek. A helyes táplálkozás nagyon fontos szerepet tölt be egészségünk megőrzésében, de sajnos betegségek így is előfordulhatnak. A történelem során az ember életfeltételeinek fennmaradásán túlmenően egészségének fenntartásáért is örök harcot folytatott. A betegségek leküzdésének legősibb módszere a böjtölés volt. Sajnos ezt az egyébként nagyon eredményes módszert a civilizált társadalom szinte teljesen elfelejtette. Az állatvilágban még ma is ez a leghatékonyabb módja a betegségek legyőzésének, de az ember már méltóságán alulinak tartja, hogy ilyen primitív módszerekkel gyógyítsa magát. Betegségeink gyógyulását pedig nagymértékben elősegíti a szervezet tehermentesítése. Egészséges táplálkozással, a luxuskalória-fogyasztás megszüntetésével a szervezet jelentős energiataralékokat képes felszabadítani és a beteg helyre irányítani, elősegítve ezzel a gyors gyógyulást. Sokan azonban agyonetetik hozzátartozóikat, féltve őket a betegség alatti legyengüléstől. Ezzel viszont éppen ellenkező hatást érnek el, mert a gyógyuláshoz szükséges energia nagy részét az emésztés munkája köti le. Néhány napos böjtöléstől még senki sem halt éhen, a kondíció helyreállítását akkor is ráérünk elkezdni, amikor a beteg már meggyógyult. Mellesleg a böjtölés nem csupán a beteg embereknek használ. Mindenki számára ajánlatos hetente legalább egy böjtnapot tartani. Ezen a napon csak gyümölcslevet és kevés friss gyümölcsöt fogyaszthatunk. A böjtöt zöldséglével és frissen fogyasztott nyers zöldséggel is végezhetjük, de semmiképpen ne alkalmazzunk zöldséget és gyümölcsöt vegyesen, mivel az eltérő emésztési idő következtében megerjedő gyomortartalom sejtmérgezést okoz. Ez az életmód főleg a túltáplált emberek egészségét befolyásolja rendkívül előnyös módon.

A természetes életmódon kívül **az egészség megőrzésének nagyon fontos követelménye még a mérsékletesség.** Az ember kizárólag akkor képes megőrizni az egészségét, ha harmóniában él a természettel. A természet nem tűri a túlzásokat, a kilengéseket, az egyensúly felborítását. Testünk és lelkünk harmóniáját csak akkor tarthatjuk fenn, ha mérsékletesen élünk. Amennyiben életünket nem hozzuk összhangba a világgal, a teremtés rendjével, akkor kiteszük magunkat mindazon veszélynek, amely az egyensúly törvényének megsértéséből ered. A természetes életmódtól való eltávolodás, és a helytelen életvitel törvényszerűen vezet a különböző betegségek kialakulásához. Sokan akkor döbbennek rá, hogy az emberi létnek nem elválaszthatatlan velejárója az egészség, amikor váratlanul beteggé válnak. Ekkor hajlamosak vagyunk arra, hogy a sorsot hibáztassuk szerencsétlen állapotunkért, és várjuk a csodát, amely megszabadít bennünket a kínjainktól. Erre azonban hiába várunk. **Aki a természet törvényeinek megsértése következtében megbetegszik, az ne várja az isteni csodát, mert Isten egy esetleges beavatkozással nem fogja szentesíteni az egészségtelen életmód bűnét.** Amit mi rontottunk el, azt nekünk kell helyrehozni. Isten egyébként sem segít olyan dolgokban, amelyet némi akaraterővel az ember is képes végrehajtani. Nem elég tehát elvárni a gyógyulást, valamit tenni is kell érte. Aki felhagy korábbi önpusztító életmódjával, és tudatosan keresi a gyógyulás legmegfelelőbb módját, az előbb-utóbb visszaszerzi korábbi egészségét.

A mérsékletes táplálkozás egyébként nem csak betegség idején, hanem a normál életvitel során is tanácsos. János apokrif evangéliumában a következő intelmekkel próbálta Jézus rávezetni az embereket a helyes táplálkozási rendre: *„Ne zavarjátok gyakori étkezésekkel az angyalok munkáját testetekben, mert bizony mondom néktek, aki több mint kétszer eszik naponta, az a Sátánnak munkáját cselekszi az ő belsejében. Csak akkor egyetek, amikor a nap a legmagasabban áll az égen, és akkor, amikor leáldozik, és soha betegséget nem fogtok látni. Ha pedig azt akarjátok, hogy Istennek angyalai hangosan vigadjanak testetekben, a Sátán pedig jó messzire elkerüljön benneteket, akkor naponta csak egyszer üljétek az Úr asztalához, és hosszú életetek lesz a Földön.”* Egyébként Jézus tanításai ezen a ponton szervesen beilleszthetők a tudományos kutatások legújabb eredményeibe is. A táplálkozástudománnyal foglalkozó szakemberek ugyanis rájöttek arra,

hogy a szervezet az élelem feldolgozását három fázisban végzi. Az első, a táplálékfelvétel fázisa, déltől este 8 óráig tart. Ezt követi a felszívódás fázisa, este 8-tól hajnali 4 óráig, majd a napi ciklust a salaktalanítás fázisa zárja hajnali 4-től délig. Ezért nem tanácsos reggel és délelőtt jelentős feldolgozást igénylő táplálékot magunkhoz venni, mivel ezzel lehetetlenné tennénk a szervezet salaktalanítását. Ugyancsak nem tanácsos este 8 óra, vagyis napnyugta után étkezni, mert ezáltal felborítjuk a táplálék-feldolgozás rendjét, eltoljuk, összezavarjuk az egyes fázisokat.



Az energetikai úton történő gyógyítással kapcsolatban feltétlenül meg kell még említeni, hogy egyes anyagok nem csak belülről, de kívülről is képesek hatni a testmeridiánjainkra, megszüntetve ezzel számos betegségünket. Ennek egy konkrét példáját a svédcseppek alkalmazási módja szolgáltatja. Mária Treben -nek az „Egészség Isten patikájából” című könyv írójának a javaslata alapján ez a II. fejezetben említett gyógynövényfőzet a belső használaton túlmenően a testen kívül elhelyezve is képes befolyásolni a szervezetet. Ennek bizonyítására több olyan eset is szolgál, amikor a beteg éjszakára svédcseppekbe mártott vattát dugott az olajjal bekent fülébe, és reggelre megszűnt az évek óta tartó – orvosok által gyógyíthatatlannak nyilvánított – süketsége. Egyes természetgyógyászok egyre nagyobb meggyőződéssel állítják, hogy a gyógynövények nem leszakítva, kisajtolva, vagy megszártva fejtik ki maradéktalanul a hatásukat, hanem élő állapotban. Ha valaki belefekszik abba a gyógynövénybe, amelynek az energiakisugárzása leginkább képes hatni a beteg szerv aurájára, vagy párnáját illetve matracát ezekkel a növényekkel tölti meg, akkor jóval intenzívebb hatást ér el, mintha azt a gyógynövényt megszártva, és apróra zúzva a testébe juttatná. Ennek alapján ma már olyan szabadalmi bejelentésekről is hallani, ahol a feltaláló egy különleges technológiai eljárással gondoskodik arról, hogy a felhasznált gyógynövények aurája a lehető legkisebb mértékben sérüljön meg a feldolgozás során.

A gyógynövények meridiánokra gyakorolt hatását támasztja alá az a tapasztalat, hogy nem mindegyik gyógynövény használ mindenkinek. A legtöbb fűvészkönyv egyáltalán nem említi, hogy az egyes betegségekre javasolt gyógynövények nem csak javíthatnak, de ronthatnak is a beteg állapotán. Ebben az esetben valószínűleg az történik, hogy a javasolt növények hatást gyakorolnak ugyan a szervezetre, de közülük némelyik éppen ellenkezőleg befolyásolja a betegségért felelős meridián állapotát. Előfordulhat, hogy az ajánlott gyógynövény tovább csökkenti az energiahányos meridiánunk töltöttségi szintjét, vagy közvetett hatásánál fogva rátölt a betegséget kiváltó telített meridiánunkra. Ezért a fitoterápia alkalmazása során az ajánlott gyógynövényeket akár tea, akár fürdő formájában egyenként próbáljuk ki, és kizárólag akkor alkalmazzuk tartósan, ha egyértelmű és jelentős javulást tapasztaltunk egészségi állapotunkban. Ennek a kellemetlen hatásnak az elkerülése érdekében soha ne használjunk kellő szakértelem nélkül összeállított gyógynövénykeveréket. Különböző növények főzetét csak abban az esetben keverjük össze, ha külön-külön meggyőződünk mindegyik összetevő hatásosságáról. Mivel könnyen előfordulhat az is, hogy a szervezetünkben az egyes gyógynövények lerontják vagy csökkentik egymás hatását, ezért a legtöbb természetgyógyász nem ajánlja, hogy 2-3-féle gyógynövénynél többet alkalmazzunk egyszerre.

Az sem szerencsés dolog, ha túl sokáig használjuk valamely gyógynövény főzetét. A csalántea pl. kiválóan alkalmas a vashiány megszüntetésére, de ha éveken át folyamatosan isszuk, akkor fokozott vizelet-kiválasztást vált ki a szervezetben. Ennek ellenére ne mondjunk le a herbatea rendszeres fogyasztásáról, de az általunk kedvelt gyógynövények főzetét felváltva igyuk. Egyik nap csalánból, a másik nap bodzavirágból, hársfavirágból, kamillavirágból, csipkebogyóból stb. készült teát. Minél szélesebb a választék, annál kisebb a hatóanyagok felhalmozódásának, a szervezet túlterhelődésének veszélye. Ezen a téren szinte korlátlanok a lehetőségeink, 620 ezer növény, bokor és faféle él a Földön. Közülük mindössze 150-et használunk a napi gyakorlatban gyógynövényként. További 150-et esetenként. Ez a 300 faj csupán 0,5 ezreléke a teljes növényállománynak.

Kitűnő alternatív megoldás a zöld tea fogyasztása. Jóval több vitamint és ásványanyagot tartalmaz, mint a szárított teafű, és kevesebb koffein van benne. Zsírolgó hatása is van, ezért hatékony fogyaszto szer. Különösen előnyös a dohányosoknak, mert a legújabb vizsgálatok szerint segít megelőzni a szájrákot. A benne található polifenolok megindítják a rákos sejtek önmegsemmisítő me-

chanizmusát. Nálunk kevesen ismerik a vörös teát. Nem a zöld, illetve a fekete teafű félig érlelt változatáról van szó. A rooibos egy dél-afrikai cserje zsenge hajtásaiból készül. Az ottani lakosság évszázadok óta issza. Finom, édeskés íze kedvező élettani hatással párosul. A vörös tea koffeinmentes, ásványi anyagokban (kalcium, mangán, fluor, cink, magnézium, réz) gazdag. Cserzőanyag-tartalma alacsony, ezért nem keserű, mint a zöld tea. Antioxidánstartalma lassítja az öregedést. Reggel élénkítő, nappal szomjoltó, este nyugtató hatású. A legújabb kutatások szerint a zöld teánál is jóval nagyobb az antioxidánstartalma a zöld kávénak. Klorogénsav-tartalma folytán a nyers kávé védőhatása tízszer nagyobb, mint a zöld teáé.

Hasonló a helyzet más gyógyító eljárások esetén is. Egy nem mindennapi módszert kiragadva még a teleterápia sem használ mindenkinek. 1988-ban Kaspirovskij a kijevi televízióban távgyógyítást végzett eunézisben (ágybavizelésben) szenvedő gyerekek számára. A stúdióba érkezett levelekből ítélve a telekommunikációs úton szervezett szeánsz meglehetősen sikeresnek bizonyult, másnap reggel 300 ezer kis beteg ébredt száraz lepedővel. Ha egy orvos ennyi beteget hagyományos úton akart volna meggyógyítani, akkor 100 éven át rendelhetett volna reggeltől estig. Ennek ellenére ez a gyógy mód sem bizonyult mindenhatónak, voltak akikre károsan hatott. A nagy nyilvánosság előtt zajló pszichoterápia alatt pl. több ezer teljesen egészséges férfi egyszer csak elkezdett futkosni a vécére, pedig nem volt rá szükségük. Azok a távhipnózis útján küldött energiasugarak, amelyek a beteg gyerekeket meggyógyították, az egészséges embereknél éppen ellenkező hatást váltottak ki. Szerencsére a vizeleti ingeren kívül nem történt komoly bajuk, nem úgy mint annak az asszonynak, aki a világhírű parafenomén fájdalommentes szüléssel kapcsolatos előadását nézve hirtelen nyilalást érzett a hasában, és a „méhe lecsúszott”. Másnap az orvosok megállapították, hogy méhsüllyedése van. Előtte teljesen egészséges volt. Vigyázni kell tehát a bioenergián alapuló gyógyító technikákkal, mert ami az egyik embernek jó, az nem biztos, hogy a másoknak is használ.

Sokan nem is gondolnák, hogy a különböző anyagok aura-helyreállító hatását ma már tudományos alapossággal felmérték, és a gyakorlatban is alkalmazzák. Egy angol mérnök pl. több ezer különböző anyagot gyűjtött össze a laboratóriumában erre a célra. Először megvizsgálja a beteg auráját, majd egy varázssvesszővel kiválasztja a polrendszerben elhelyezett anyagok közül azt, amely képes a beteg meridiánjainak energiaegyensúlyát helyreállítani. A kiválasztott nagy tisztaságú anyagot utána behelyezi egy saját maga által konstruált berendezésbe, ami tudományos alapossággal összehasonlítja az anyagból kiáramló energiasugárzás spektrumát a beteg aurájával. Ha a két görbe harmonizál egymással, akkor már semmi mást nem kell tenni, mint kiválasztani azt az ételt, gyógynövényt vagy gyógyvizet, amely nagy mennyiségben tartalmazza az aura regenerálásához, és ezzel az egészség helyreállításához szükséges anyagot. Ilyen gyógyvizet azonban ma már mesterséges úton is állítanak elő úgy, hogy desztillált vizet különböző jellegű és rezgésszámú szubatomi energiával sugároznak be. Amennyiben a beteggel olyan jellegű vizet nyeletnek le, amelynek a ki-sugárzása harmonizál a beteg szerv aurájának energiasugárzásával, akkor ez az elektromágnessel kezelt víz képes arra, hogy helyreállítsa a betegségért felelős meridiánok energiaegyensúlyát, és ezzel megszüntesse a betegséget.

Ennek a gyógy módnak egy speciális változata a Bach-féle virágterápia, melynek alapjait egy angol tudós, Edward Bach dolgozta ki az 1930-as évek elején. Ennél a módszernél különböző vadvirágok műszerekkel is kimutatható energiakisugárzását használják gyógyításra oly módon, hogy a páciens elé kirakják a jelentősebb vadvirágokról készült színes fotókat, és ezekből a beteg kiválasztja a számára legszimpatikusabbakat. A diagnózist követően a kiválasztott virágokból készült kivonatokkal végzik a gyógyítást. Ez a módszer ma már annyira kifinomult, hogy a kellő szakismerettel rendelkező természetgyógyászok a megnevezett virágok alapján meglehetősen pontos képet tudnak kialakítani a beteg szellemi, pszichikai és fizikai állapotáról. A Bach által kiválasztott 38 virág színes fotója, és hatásuk leírása a Természetgyógyász Magazin 2003. májusi számában található (24-29. oldalak. Csak színes fénymásoló géppel érdemes kimásolni, mert fekete-fehérben használhatatlanná válnak.) A Bach-féle virágterápiával rokon gyógy mód az aromaterápia, ami tulajdonképpen nem más, mint a természetes esszenciákkal történő gyógyítás kiterjesztése az összes növényre. Ebben az esetben tehát az alkoholban tartósított kivonat készítése nem csupán a virágokra korlátozódik.

Ezek után már az sem lenne meglepő, hogyha kiderülne, hogy a baktérium- és vírusölő, valamint a hiányzó anyagokat pótló gyógyszereken kívül a legtöbb szintetikus készítmény szintén energetikai úton gyógyít, és nem pedig vegyi úton, mint ahogy azt jelenleg hisszük. Ebben az esetben az a komikus helyzet állna elő, hogy a hivatásos orvosok gyógyeljárása a legtöbb esetben ugyanolyan hatást fejt ki a szervezetre, mint a gyógynövények, eltekintve a szintetikus előállítás következtében fellépő mellékhatásoktól. Könnyen meglehet tehát, hogy a hivatalosan elismert orvostudomány ugyanazt az eljárást nyilvánítja kuruzslásnak, amit kerülő úton, modern tudományos eszközökkel kivitelezve ők is alkalmaznak.



Említést kell még tenni a természetes gyógyítás egy különleges módjáról, a homeopátiáról. Ennek az egyre divatosabbá váló tudományágnak azonban ma még nem eléggé tisztázott a hatásmechanizmusa. Sokak szerint lehetetlen, hogy azok a gyógynövénykivonatok és vegyszerek, amelyeket a homeopátiával gyógyító orvosok sokszor egymilliomodnyi hígításban nyeletnek le a beteggel, képesek legyenek bármilyen gyógyító hatást kifejteni a szervezetre. Nem zárható ki az a feltételezés, hogy ennél a Samuel Hahnemann német gyógyszerész által közel 200 évvel ezelőtt kidolgozott eljárásnál az autoszugesztio váltja ki a gyógyító hatást, és nem az a néhány molekulányi idegen anyag, amelyet a testbe juttatnak. Ezt az állítást látszik alátámasztani az a körülmény is, hogy a homeopátiával kezelő orvosok a gyógyítás megkezdése előtt kb. 150 kérdést tesznek fel a páciensnek betegségével kapcsolatban, és ezzel szinte átprogramozzák az agyát. Ily módon akaratlanul is egy gyógyulást elősegítő pozitív programot ültetnek el a tudatalattijában. A homeopátiás szerek azonban az állatokra is hatnak, és ez egyértelműen cáfolja, hogy az önszugesztiónak szerepe lenne ebben a gyógyzómodban. Az állat ugyanis nem tud arról, hogy neki ettől a szertől meg kell gyógyulni, mégis látványos és gyors javulás áll be az állapotában.

Egy másik, a valóságot jobban megközelítő magyarázat szerint a gyógyulás oka az, hogy a hatóanyag energianyomokat hagy a hígításhoz használt alkoholban, és tulajdonképpen ez az energiasugárzás gyógyítja áttételesen a beteg szöveteket. A természetgyógyászok szerint a lépcsőzetes hígítás, valamint az összerázás következtében fokozatosan leválik az étertest a hatóanyagról, és hozzákötődik a hígító anyaghoz, tehát a továbbiakban az alkohol lesz ennek a szubatomi energiaképletnek a hordozója. Ebből következik, hogy a homeopátiás gyógyszer nem is a fizikai testre gyakorol hatást, hanem az étertestet befolyásolja. Speciális sugárzásával az ember éteri vázán javítja ki azt a hibát, amely a fizikai testre áttevődve létrehozta a betegséget. Az étertest korrigálása maga után vonja a fizikai test gyógyulását is, a homeopátia tehát nem a testi tüneteket, hanem az okot gyógyítja, közvetlenül a forrásnál hat.

Még ennél is kézenfekvőbb az a magyarázat, hogy a homeopátia tulajdonképpen nem tesz mást, mint aktiválja a szervezet öngyógyító mechanizmusát, mivel a homeopátiás gyógyítás során legtöbbször ugyanazt az anyagot használják speciális hígításban, amely az egészséges szervezet megbetegedését okozta, illetve olyan tüneteket vált ki, amelyek leginkább hasonlítanak a beteg panaszaihoz. A betegség gyógyításának, az immunitás kialakításának ezt a módját a hagyományos gyógyítás is elterjedten alkalmazza, hiszen a védőoltások jelentős része ugyanezen az elven fejt ki a hatását a szervezetben. Különbség csak a hígítás mértékében van, és ez okozza a bizonytalanságot, amely ennek a gyógyító módszernek a megítélése terén tapasztalható. A gyógyszervegyészek szerint ugyanis a homeopátiában alkalmazott egymilliomodnyi vagy annál is kisebb hígítású szerek képtelenek mozgásba hozni a szervezet immunrendszerét, így a gyógyító erő inkább az előző magyarázatban keresendő.

Ezt a feltételezést támasztja alá az a tapasztalat is, hogy minél nagyobb hígításban állítjuk elő a homeopátiás gyógyszereket, annál erősebbek. Tehát minél kevesebb bennük az eredeti hatóanyag, annál intenzívebben gyógyítanak, amiből az a következtetés vonható le, hogy a homeopátiás szerek hatásmechanizmusában a kiindulási anyagnak, mint vegyületnek semmi szerepe sincs. Ezt bizonyítja az a tény is, hogy Hahnemann és követői a kúrák során szinte kizárólag a D 30-as hatványt alkalmazták, márpedig kémiai tanulmányainkból tudjuk, hogy a 23. hatvány után már egyetlen molekula sem marad az eredeti anyagból az alkoholban. Sőt a legtöbb homeoterapeuta azért alkalmaz

legalább harmincszor 1 : 10 arányban hígított szert, hogy biztos legyen benne, már nem anyaggal dolgozik. Ennek alapján belátható, hogy a homeopátia lényege nem a hígítás, hanem a hatványozás.

Ennél is nagyobb hígítást alkalmaznak a centizimális rendszerben. A „CH”-val jelölt hígítás úgy készül, hogy az alapszer 1 részéhez 99 rész oldószert adnak, és vibrátorral erősen összerázzák. Ezt a folyamatot dinamizálásnak, vagy potencirozásnak nevezik. Az ily módon energetizált folyadékot 1 CH-val jelölik. Ha ebből elveszünk 1 részt, és újból 99 rész oldószerral keverjük össze, akkor 2 CH erősségű szert kapunk. A gyógyszertárakban 30 CH-nál erősebb homeopátiás szereket nemigen árulnak. Jelen esetben ez az alapanyag latin neve mellett feltüntetett szám azt jelenti, hogy a szert 30-szor hígították 1/100-ra, 30 dinamizálással. Léteznek „M”-el jelölt 1/1000 hígítású homeopátiás szerek is, de ezek olyan erősek, hogy csak kutatási célokra használják. A homeopátiás szerek száma ma már meghaladja a 3000-et. Szinte nincs olyan betegség, amelyre ne készítettek volna homeopátiás gyógyszert. A többségét tablettázva, a hagyományos gyógyszerekhez hasonlóan forgalmazzák.

Nagy előnyük még ezeknek a szereknek, hogy nem váltanak ki allergiát, gyógyszerfüggőséget, elvonási tüneteket. Ennek oka, hogy a homeopátiás kezeléseknél minimális mennyiségű gyógyszert alkalmaznak, melynek hatása célzott; ott hat, ahol kell. Ezzel szemben az allopatia kezeléseknél nagy mennyiségű gyógyszert használnak, amely mindenhol hat; ott is, ahol nem kell. Erre a működési módra vezethetők vissza a mellékhatásai is. Az eredmény is különböző. A homeopátia alkalmazása során a gyógyulás maradandó, és szelíden zajlik le, míg az allopatiaánál a hatás agresszív, és rövid ideig tart. Ráadásul a hagyományos gyógyszerek csökkentik a beteg vitalitását, míg a homeopátiás szerek növelik az életminőséget. A mellékhatás-mentességen kívül a homeopátiás gyógyszerek nagy előnye, hogy gyorsan hatnak. Bevételük után 1 órán belül megmutatkozik a hatásuk, enyhülnek a fájdalmak. Sokszor már néhány perc múlva jobban leszünk tőle. Ha nem, próbálkozzunk másik készítménnyel. Ártani nem tudunk vele, mert a homeopátiás szerek nem mérgezik a szervezetet. Amennyiben nem megfelelő szerrel próbálkozunk, csupán annyi történik, hogy a szervezet nem reagál rá. Sokak számára nem elhanyagolható szempont, hogy a homeopátiás szereket egészséges embereken próbálják ki, a kifejlesztésükhöz nincs szükség állatkísérletekre. Többek között ennek tudható be, hogy az áruk is viszonylag alacsony.

Arra azonban ügyeljünk, hogy a kávé, a mentol-, eukaliptusz- és kámfortartalmú anyagok, valamint a parfümök felfüggesztik a hatásukat. Ezért a kúra időtartama alatt ne együnk mentolos cukorkát, ne igyunk borsmenta- illetve fodormenta-tartalmú teát, és ilyen kenőcsöket, balzsamokat se használjunk. A homeopátiás szert óvjuk a tűző napfénytől, és túl meleg, illetve túl hideg helyre se tegyük. A hagyományos vegyszeres gyógyszerek közé se rakjuk. Speciális előírás, hogy ezt a fajta gyógyszert olyan helyen kell tartani, ahol mágneses vagy elektromágneses sugárzás nem érheti, mert ez megzavarja a benne elnyelődött szubatomi energia struktúráját. Tehát ne tegyük mágnes, mikrohullámú sütő, rádió, televízió vagy számítógép közelébe. Amennyiben tablettá formájában forgalmazzák a szert, ne nyeljük le, hanem a nyelvünk alatt szopogassuk el, mivel a benne elnyelődött specifikus energiahullám a száj nyálkahártyájáról szívódik fel leghatékonyabban. A homeopátiás szerek szedése nincs étkezéshez és napszakhoz kötve, de előtte és utána fél óráig nem tanácsos enni, inni, fogat mosni.

Mint minden gyógyszer, gyógynövény, a homeopátiás szer is túladagolható. Ezért ha meggyógyultunk, vagy káros hatást gyakorol a szervezetünkre, hagyjuk abba a szedését. A hagyományos, vegyi alapú gyógyszerekkel ellentétben a homeopátiás szereket nem lehet mennyiségileg túladagolni. A Szkeptikusok Társasága gyakran szervez nemzetközi kampányokat, ahol önkéntesek fejenként egy-egy doboz homeopátiás szert nyelnek le, majd fennhézva bizonyítgatják, hogy semmi hatást sem gyakorolt rájuk.) Valóban nem, mert a szervezetre egy marék homeopátiás szer ugyanannyi hatást gyakorol, mint egyetlen szem.²² Ha valaki érezhető hatást akar elérni, naponta kell szednie ezt az energiával átitott szert. Túladagolás pedig akkor fordulhat elő, ha sokszor szedjük. A homeopátiás szer ugyanis nem gyógyszer, hanem információ. Aki túl akarja adagolni, az nem sokat vegyen be belőle, hanem sokáig használja. Majd meglátja, hogy ártalmatlan-e. (Túlhasználás esetén többnyire azokat a tüneteket váltja ki, melyeknek gyógyítására szolgál. Olyan, mint az aku-

²² A homeopátia szakértői azt szokták mondani, hogy ha suttozva mondom valamit vagy üvöltve, az ugyanazt jelenti, de minek üvölni, hogy ha akinek szól, az halkan is meghallja.

punktúra vagy a magnetopressúra. Ha egy meridián valamely pontjában energiahány van és feltöltjük, megszűnik a betegség. De ha túltöltjük, visszatérnek a tünetek. Most nem az energiahány, hanem az energiatúltengés miatt.) A szkeptikusok bohóckodása csak azt bizonyítja, hogy fogalmuk sincs a homeopátia működési mechanizmusáról. Az új módszerek ellenzői már számtalanszor tanújelét adták annak, hogy könnyebb valamit nevetségessé tenni, mint elmélyedni benne és megérteni. Ezekkel az akciókkal nem a homeopátiát járatták le, hanem a saját korlátoltságukat bizonyítják.

A természetes gyógymódok működési mechanizmusának megértése csak abban az esetben lehetséges, ha tisztában vagyunk a gyógyítás alapjaival is. A „tudományos” alapokon álló hivatalos gyógyítás szoros értelmezési összefüggésben áll a homeopátiával. Erre utal az allopatia elnevezés is, amelyet Hahnemann vezetett be a vegyileg előállított gyógyszerekkel való gyógyításra. Hahnemann mindkét kifejezést görög eredetű szavakból alkotta meg, hogy a két gyógyítási irányzatot jól elkülönítse egymástól. A homeopátia lényege, hogy a hasonlót a hasonlóval, míg az allopatia szerint az ellentétet az ellentétessel kell gyógyítani. Ez a tömör meghatározás arra utal, hogy az orvostudomány jelenlegi álláspontja szerint az ellentétet kell a gyógyításra felhasználni. Ez a két irányzat tehát merőben különbözik egymástól, csupán a céljaik egyeznek meg. A cél mindkét esetben a betegség legyőzése, az eredmény azonban egyre nyilvánvalóbbá teszi az allopatia kudarcát.

A kórokozót megtámadó, vagyis ellentétes hatású szert használva a kellemetlen tünetek gyorsan megszüntethetők ugyan, de ez a gyógymód nem törődik azzal, hogy mi a tünetek oka. Ellentétes szert alkalmazva megszűnik a tünet, de megmarad az ok. Ha a szer hatása csökken, akkor azonnal újra jelentkeznek a tünetek. Az allopatikus gyógyszert tehát szabályos időközönként újra és újra be kell adni a betegnek, így szervezete beáll az orvos által elrendelt kemikáliákra. Ugyanakkor a figyelmen kívül hagyott ok egyre nagyobb erővel munkálkodik a szervezetben, ezért a beteg gyógyszeradagját folyamatosan növelni kell. Egy idő után már a felemelt gyógyszeradag sem használ, ezért még erősebb hatású szereket kell alkalmazni. Ez a mérgezésnek is beillő szisztematikus vegyszerezés előbb-utóbb legyengíti a szervezetet, és kellemetlen mellékhatások sorozatát váltja ki. Ennek kompenzálására újabb és újabb szereket írnak elő, ami végül krónikussá teszi a páciens állapotát.

Ezzel ellentétben a homeopátia és más természetes gyógymódok nem a tünetek kezelésére, hanem a betegséget kiváltó ok megszüntetésére törekszenek. Ezáltal a beteg nem csak tünetmentessé válik, hanem végleg meggyógyul. A homeopátia holisztikus módszer, mivel a beteget testi, lelki, szellemi egységben vizsgálja. Nem a betegséget kezeli sablonok szerint, hanem a beteget. Az akadémiai orvoslás biológiai lénynek tekinti az embert, és sémákban gondolkodik, a holisztikus gyógyító viszont személyiségnek tartja a páciensét, és individuális, egyéni megoldásokat keres. Ezek a módszerek végleges, és mellékhatásoktól mentes gyógyulást eredményeznek, ennek ellenére az allopatia mint hivatalos gyógymód továbbra is rendíthetetlenül őrzi a szerepét. Ez a helyzet több okra vezethető vissza, és ezek közül a gyógyszergyártó lobbiság profitérdekeltsége csak másodlagos szerepet tölt be.

A hivatalos gyógyítás megingathatatlansága főleg annak tudható be, hogy az allopatias módszer az évezredek során rendkívül kifinomulttá vált, és sikeresen kelti a tudományosság látszatát. Ha egy kezdeti feltevés elméletté válik, akkor már csak a gyakorlati alkalmazhatóságától függ, hogy elvetik, vagy törvény lesz belőle. Az allopatikus gyógymód mint hipotézis a kezdeti látszateredmények alapján teóriává alakult, és a gyakorlattal összhangba hozva törvényté vált. Miután minden tudományág az önmaga által megszabott törvényszerűségek alapján tevékenykedik, ezért egy olyan módszer bevezetése, amely ellenkezik a korábban felállított törvényekkel, forradalmi kihívásnak számít. Ennek megfelelően az új tanok hirdetőit rebellis lázadóknak tekintik, és olyan retorziókban részesítik őket, hogy elvegyék a kedvüket a fennálló rendszer szétzilálásától. Ahhoz, hogy ez a helyzet megváltozzon, fel kellene ismerni, hogy az allopatias kezelés hamis hipotézisen alapul, így nem helytállóak a reá épülő teóriák és törvények sem.

Az allopatia kudarcának másik kiváltó oka, hogy kizárólag a testtel foglalkozik, és nem veszi tekintetbe a lélek egészségre gyakorolt hatását. Manapság a gyógyítás annyira leköti az orvost minden energiáját, hogy a betegre már nem tud figyelni. A test és a lélek kapcsolatának helyreállítása nélkül pedig nincs végleges gyógyulás, nem lehet aktivizálni a szervezet öngyógyító mechanizmusát. A lélek figyelmen kívül hagyásának egyik példája a gyomorfekély jelenlegi gyógyítási módja. Az or-

vostudomány ma már felismerte, hogy a gyomorfekély fő kiváltó oka a stressz. A gyógyításnál tehát azokat a lelki okokat kellene megszüntetni, amelyek a stresszt előidézték, és akkor véglegesen megoldódna a probléma. Ezzel szemben az allopatia nyugtatókat javasol erre a betegségre, amelyek nem szüntetik meg a kiváltó okot, csak elkábítják a szervezetet, csillapítják a fájdalmakat. Sajnos a szervi bajok gyógyítása esetén sem jobb a helyzet. Egy lúdtalppal küszködő betegnek pl. lábboltozatot támasztó betétet ír fel az orvos, amellyel sohasem fog meggyógyulni, csupán a panaszai enyhülnek. Ebben az esetben még a betegség súlyosbodása is várható, mert ha az amúgyis gyenge lábboltozatot betéttel támogatjuk, akkor ez a folyamatban részt vevő izomcsoportok további gyengülését, elsatnyulását fogja előidézni.

Az első problémánál a legcélravezetőbb természetes gyógymód a hipnózis lenne, amely képes arra, hogy közvetlen kapcsolatba lépjen a lélekkel, és kiderítse, hogy a testet állandó nyugtalanságban tartó stressznek mi a kiváltó oka. Ennek a módszernek a széleskörű elterjedését és az orvosi egyetemeken való tanítását azonban meggátolja az a helyzet, hogy a materialista alapokon álló hivatalos orvostudomány ma még mereven elutasítja a lélek létezését. Ami nincs, az pedig nem szorul gyógyításra sem. Az utóbbi esetben célszerű lenne előbb akupunktúrával kezeléssel megerősíteni a lábboltozatot tartó izomzatot, majd a szervezetet egy méregtelenítő kúrának kellene alávetni, hogy a vitalitását visszaszerezhesse, és a továbbiakban az öngyógyító mechanizmus gondoskodhasson a végleges gyógyulásról. Ennek a gyógymódnak az általános bevezetését akadályozza, hogy a hivatalos gyógyászat tagadja a szervezet működését fenntartó meridiánrendszer létét, mert tudományos módszerekkel ma még nem mutatható ki a szubatomi energiáriszecskek létezése.

Az allopatia alacsony hatékonysága tehát a hibás alapokon kívül arra a nagyfokú rugalmatlanságra is visszavezethető, amelyet a művelői tanúsítanak a világot fenntartó és működtető erőkkel szemben. Ez a hitelenség azonban az orvosokon kívül a páciensekre is jellemző, ami szintén az allopatia malmára hajtja a vizet. Az allopatia kezelés fennmaradásának erős támasza még, hogy a beteg számára rendkívül kényelmes. Nem kell fáradoznia azért, hogy a betegsége enyhüljön, csupán néhány tablettát kell lenyelnie, és máris elviselhetővé válnak a fájdalmai. Ráadásul a gyógyítás felelőssége is az orvost terheli, a kúra költségeit pedig a társadalombiztosítás fedezi. Ezzel szemben a természetes gyógymódok esetében a betegnek tevékeny szerepet kell vállalnia a gyógyulás folyamatában, és hivatalos elismerés hiányában a költségek is őt terhelik.



A természetes gyógyítás fizikai módszerekkel művelhető területéhez tartozik még néhány gyógymód, amelyek feltehetően szoros kapcsolatban állnak a reflexzóna-kezeléssel. Mint tudjuk a reflexzónákra nem csupán mechanikus úton, hanem a meridiánok moxás kezeléséhez hasonlóan hővel is lehet hatni. A hővel történő reflexzóna-ingerlés legegyszerűbb módja a vízkúra, melynek az egész világon elismert élharcosa Sebastian Kneipp bajor orvos-pap volt. Kneipp a múlt század közepén élt, és legnagyobb érdeme, hogy a vízgyógyászat Priessnitz által kidolgozott módszereit továbbfejlesztette, és tudományos alapokra helyezte. Tudományos munkásságára az egész világ felfigyelt, módszerei futótűzként terjedtek a világ minden részébe, és tanai mind a mai napig fennmaradtak. Mivel a múlt századi Európában szinte teljesen ismeretlen volt a kínai akupunktúra és a reflexzóna-terápia, ezért Kneipp módszereinek hatásosságát kizárólag élettani alapon értékelte. A hideg és a meleg vizes kezelés általa felismert fő előnye, hogy hatékonyan szabályozza a vérkeringést, élénkíti az anyagcserét, felfrissíti az idegrendszert, és erősíti az egész szervezetet. A hirtelen hőmérsékletváltozások reflexzónákra illetve meridiánvezetékekre gyakorolt stimuláló hatása csupán hozzájárul a gyógyuláshoz, és eredményessége csak hosszabb távon figyelhető meg. Ennek a minden bizonnyal fellépő gyógyhatásnak a mértéke és pontos működési mechanizmusa mind a mai napig ismeretlen, és feldolgozatlan. Létezését azonban azok az esetek támasztják alá, amelyeknél a vízkúra valamint a kezelést követő ledörzsölés huzamosabb alkalmazása ugyanolyan tartós, sőt végleges gyógyulást eredményezett, mint a reflexzóna-kezelések.

A XX. század végére a Kneipp-féle vízkúra visszaszorult, általános alkalmazása ma már csak a német nyelvterületre jellemző. Ennek oka, hogy időközben elterjedt a finn szaunázás módszere, melynek nagy előnye, hogy a sokszerű hőkezelésen kívül megizzasztja a testet, ami lehetővé teszi

a bőrpórusok tisztulását, a testben felhalmozódott méreganyagok bőrön keresztül történő távozását is. A gőzölő kamrák és a hideg vizes medencék építése azonban rendkívül költséges és helyigényes, ezért nem mindenki engedheti meg magának. A Kneipp-féle vízkúra módszerei viszont otthon is alkalmazhatók, így bárki számára nyitva áll a gyógyulásnak és a szervezet edzésének ez a nagyon egyszerű, olcsó és hatékony módja. A Kneipp által különböző betegségekre javasolt hideg és meleg vizes lemosás, borogatás, pakolás, gyógynövényfőzettel való inhalálás (fejgőzölés) valamint fürdő- és zuhanyterápiák nagy előnye még, hogy a gyógyszeres kezeléssel ellentétben nem mérgezik a szervezetet, így nem kell számolnunk semmilyen mellékhatással. A hideg vizes pakolás pl. még ma is a leghatásosabb módja a lázcsillapításnak. Nem okoz szövődményeket, mint a lázcsillapítók használatát, amelyek meggátolják, hogy a szervezet természetes úton, fokozott hőkeléssel pusztítsa el a vírusokat. A hideg vizes pakolás ugyanis csak a test túlhevülését akadályozza meg, és nem állítja le a szervezet önvédelmi mechanizmusának működésbe lépését, a testben rekedt mérgek bőrpórusokon való távozását.

Hatékonyság szempontjából a Kneipp-féle vízkúra legeredményesebben hasznosítható módszere a váltott hőfokú vízzel történő zuhanyozás. Ez a módszer egyébként egyáltalán nem új. Az antik Rómában, egy rabszolga, Antonius Musa már 2000 évvel ezelőtt alkalmazta a váltott hideg és meleg vizes leöblítés módszerét. Utána a terápiát Prisztiz féle borogatással folytatta. A hideg zuhanyt már az Hippokratész is ajánlotta, de az akkori technikai lehetőségek következtében nehézkes volt ennek a módszernek a kivitelezése. Ma már minden fürdőszobában található hideg és meleg vízzel egyaránt üzemeltethető zuhanykar, így semmi akadályt annak, hogy a Kneipp által javasolt váltott hideg-meleg vizes kúrát otthon, bárkinek a segítségével, bármikor alkalmazzuk. A kúrát fokozatosan előrehaladva végezzük, hogy a bőrünk legyőzhesse a nagy hőmérsékletkülönbségből eredő kezdeti viszolygást, és a minél nagyobb hatékonyság érdekében tartsuk be az előírt koreográfiát. Először az alsó lábszáron, illetve a térdén végezzünk zuhanykezelést oly módon, hogy a csaptelep hideg- és melegsabályozó gombjaival állítsunk be olyan hőfokú meleg vizet, amelyet a bőrünk még éppen el tud viselni. A zuhanykARBól kifolyó, legalább 38-40 °C-os vizet a lehető legnagyobb nyomással folyassuk a lábujjainkra, majd lassan irányítsuk a lábfejen és az alsó lábszáron keresztül a térdre, egészen a combunk kezdetéig. Amikor a bőrünk kellően átmelegedett, ugyanezen az útvonalon menjünk vissza. Ezt követően a sarkunkra folyassuk a vizet, majd a vádlin keresztül a térdhajlatig, és vissza. Mindezt többször megismételve kb. 2 percig végezzük. Utána zárjuk el a meleg vizet, nyissuk meg jobban a hidegvizes csapot, és folytassuk a kezelést ugyanúgy kb. fél percig. A váltott hőfokú vízzel előlről és hátulról történő zuhanykezelést összesen 10 percig végezzük mindkét lábon, majd száraz törölközővel erőteljesen dörzsöljük le a vizet a bőrfelületről. Minél jobban kipirul a bőrünk, annál biztosabbak lehetünk a kúra hatékonyságában. (Ha a vízvezeték-hálózat nyomása túl nagy, ajánlatos a kezelést zuhanyzófülkében, elhúzott függönyök mellett végezni, hogy ne fröcsköljük össze a fürdőszobát.)

Amikor szervezetünk megszokta (sőt megkedvelte) a térdzuhanyt, akkor folytassuk a kúrát comb-zuhannyal. Itt azonban célszerű hátulról, a saroknál kezdeni a kezelést. Ebben az esetben a vízszugarat egészen a derekunkig irányítsuk úgy, hogy oldalról is érje a bőrünket a víz. Ezután már végezhetünk egésztest-zuhanyt is. A zuhanykezelést mindig a jobb lábon kell elkezdeni, majd áttérve a bal lábra folytassuk az alhas környékén, végül a bal karon fejezzük be. **Télen, ha 14-16 °C-nál hidegebb a csapvíz, akkor a gerincoszlopra ne irányítsuk rá a hideg zuhanyt, mert ez túl erős ingert vált ki.** Nyáron viszont a kúra megkezdése előtt folyassuk ki a csőhálózatból a felmelegedett vizet, mivel **a langyos víz csak elbágyasztja a testet, és semmilyen gyógyhatást nem vált ki a szervezetből.** Ügyeljünk arra is, hogy a zuhanykezelést mindig hideg vízzel fejezzük be. A megfázástól nem kell tartanunk, mert törölközéskor a bőr erőteljes dörzsölése következtében felélénkül a vérkeringésünk, ami megóv bennünket ettől a veszélytől. A kúra kezdetén viszont mindig meleg vizet kell használni, mert a hideg bőrre hideg víz nem folyatható.

Különösen előnyös ennek a kúrának az alkalmazása reumás és köszvényes megbetegedések esetén, mivel a kitáguló hajszálerekben intenzív véráramlás indul meg az ízületeken át is, ami fokozatosan kimossa a húgysavkristály- és mészkövek lerakódásokat. Nőknél a váltott hideg-meleg vizes kúra alkalmazása azzal a járulékos előnnyel is jár, hogy nyitott ablaknál végzett tornagyakorlatokkal kombinálva megőrzi a bőr és a mellek rugalmasságát. Mellesleg sokat javít a mellek feszségén az

is, ha 1 pohár vízbe belekeverünk 1 evőkanál kovaföldet, és megisszuk. Ezt a kúrát 3 hónapon át, naponta kell folytatni. A Kneipp-féle zuhanykezelést hetente maximum három alkalommal végezzük, mert hamar hozzászokik a szervezet, és ez csökkenti a kúra hatékonyságát. A Kneipp-kúra nem alkalmazható mindenkinél. Ne erőltessük a hideg vizes zuhanyt olyan személyeknél, akiknek a hajszálerezeite beszűkültek, és emiatt borzonganak a hideg víztől. Ennek súlyos megfázás lehet a következménye, de előfordulhat az is, hogy az illető sokkot kap.

A vízgyógyászaton kívül Kneipp igen gyakran alkalmazta betegeinél kiegészítő gyógy módként a talajon való mezítlábjárást, a harmatos fűben való járást, és a hideg vízben taposást. Kneipp ennek a terápiának a hatását szintén élettani alapon értékelte, ma már azonban mindenki számára egyértelmű, hogy ezek a módszerek a talpreflexológia hatásmechanizmusa alapján fejtik ki jótékony hatásukat. Érdekes, hogy annak idején éppen ez a módszer váltotta ki a legnagyobb értetlenséget az orvostársadalomból, ellenségei egyik módszerét sem gúnyolták ki annyira, mint a mezítlábjárást. Később bebizonyosodott ennek a gyógy módnak a hatékonysága, és az utókor már így vélekedett erről: *„Ha Kneipp semmi mást nem adott volna az emberiségnek, mint a mezítlábjárás által kínálandó gyógyulási lehetőséget, már ezzel is elég érdemet szerzett volna magának.”*

Amennyiben a szervezet telítődött a helytelen táplálkozásból eredő mérgekkel, akkor a zuhanykezelés már nem képes olyan erős reakciót kiváltani, ami el tudná indítani az öntisztulás folyamatát. Ebben az esetben drasztikusabb ingerre van szükség, aminek leghatékonyabb módja a hideg ülőfürdő. Ennek lényege, hogy a törzsünket tartósan hideg víz alá merítjük, míg a felső testrészünket és a lábunkat melegen tartjuk. Ennek hatására a felső testrészünkben intenzív véráramlás indul meg a hideg víznek kitett szervek irányába, hogy kompenzálja a lehülést. Ugyanakkor a melegen tartott lábból is megindul a véráram felfelé, amely tovább fokozza a hatást. Az intenzív véráramlás következtében nem csak a hideg víznek kitett testrész kezd el melegedni, hanem fokozódik az emésztőszervek tevékenysége is. A bélrendszer ugyanis az alhasban található, vagyis abban a testrészben, amelyet hideg vízbe merítettünk, így az intenzív véráramlás másodlagos hatásaként a mérgezésért leginkább felelős emésztőrendszerben megindul a bélműködés. Ily módon a helytelen táplálkozásból eredő renyhe bélműködés felfokozódik, ami elősegíti a tisztulást, a szervezet mérgektől való fokozatos megszabadulását. Ha az ülőfürdőt az előírásoknak megfelelően végezzük, jótékony hatása már a kúra kezdetén jelentkezik. Ennek biztos jele, hogy a kezelés után székelési inger lép fel, a fürdővíz tetején pedig zsíros váladék található, amely a bőrpórusokból távozó toxikus anyagok következménye. Az ülőkúra hatékonyságának egyértelmű jellemzője még az étvágy fokozódása és a közérzet javulása, de jó hatással van a vegetatív idegrendszerre és a csontvelőre is, valósággal felfrissül tőle a szervezetünk.

Az ülőfürdő legegyszerűbb kivitelezési módja, hogy egy műanyag mosóteknőbe annyi hideg csapvizet engedünk, hogy beleülve a köldökünkig érjen, eléje pedig egy meleg vízzel töltött lavórt teszünk a lábunknak. Felső testrészünk melegen tartásához elég, ha rajta hagyjuk az inget vagy télen egy pulóvert is, az ujját és a derékrészt pedig feltűrjük, hogy ne érjen bele a vízbe. A lavórban levő víz melegen tartása utántöltéssel biztosítható, ezért gondoskodjunk róla, hogy a kúra időtartama alatt állandóan legyen kéznél forró víz. Ne aggódjunk amiatt, hogy a hideg víztől megbetegszünk, mert ha a lábunkat egész idő alatt melegen tartjuk, akkor nem lesz semmi bajunk. Hatékonyabbá tehetjük a bélmozgást, ha fürdés közben egy puha pamutkendővel dörzsöljük az alhas környékét. A kúrát hetente kétszer végezzük max. 30 percig. Utána a hideg vízbe mártott pamutkendővel dörzsöljük át az egész testünket, majd vastag takaró alá bújva pihenjünk le. Ha nincs módunk rá, hogy a kúra után lefeküdjünk, akkor jól öltözzünk fel, és végezzünk fizikai munkát, hogy a testünk minél előbb felmelegedjen. Közvetlenül a fürdő után ne együnk még akkor se, ha hirtelen megjött az étvágyunk, mert a kellően át nem melegedett emésztőrendszer nem lehet terhelésnek kiténi. Ugyancsak nem szabad közvetlenül étkezés után, a gyomor kiürüléséig elkezdni a kúrát. Akinek a lábai visszereznek, azok ne alkalmazzanak meleg lábfürdőt, hanem tegyenek a talpuk alá forró vízzel töltött gumitömlőt, vagy felmelegített téglát.

Krónikus mérgezés esetén már nem használ az ülőfürdő sem, a gyógyuláshoz még erősebb ingerre van szükség. Ebben az esetben ugyanis a mérge-felhalmozódások következtében a test különböző részei gyulladásba jönnek, ami csak iszappakolással szüntethető meg. Az iszap lelohasztja a gyulladásokat, kiszívja a mérgeket a gennyes gócból, a rothadásnak indult testfelületekből, tisztítja a fekélyeket, tályogokat. Ezáltal a beteg megkönnyebbül, a szervezetéből távozó mérgek és egyéb tisztátalanságok következtében megnő a vitalitása, ami elengedhetetlenül szükséges a teljes gyógyuláshoz. Az iszappakolás fokozott hatása valószínűleg annak tudható be, hogy a föld ugyanazokat az ásványi anyagokat tartalmazza, amelyek az emberi testben is jelentős mennyiségben megtalálhatók, így kisugárzása jótékony hatást gyakorol a szervezetre, elősegíti testszöveteink természetes állagának visszanyerését. Az iszapterápia céljára legalkalmasabb az agyag, de ha nem tudunk tiszta agyaghoz jutni, akkor jó helyette a sár is. Ennek a legegyszerűbb előállítási módja, hogy leásunk a földbe kb. 70 cm mélyen, és a homoktól, sódertől, gyökerektől, üvegcserepektől és egyéb szennyeződésektől mentes talajból kivesszünk annyit, amennyi a teljes kúrához elegendő. A kiszedett földet napos helyen terítsük szét egy nagyobb csomagolópapíron, és ha megszáradt, törjük össze, majd rostáljuk át. Az apró kavicsoktól és más szennyező anyagoktól mentes port töltjük fa- agyag- vagy üvegedényekbe, és felhasználás előtt a szükséges mennyiséget áztassuk be hideg vízbe. A jól összedolgozott masszához annyi vizet adjunk, hogy lágy vajhoz hasonló állagú legyen, és használat után dobjuk ki. A föld, illetve az agyag tárolásához ne alkalmazzunk műanyag vagy fémedényt, és az egyszer már felhasznált sarat frissel összekeverve se rakjuk újra a betegre.

Az iszappakolás felhelyezése előtt borítsunk az ágyra egy műanyag lepedőt (PVC- vagy polietilénfóliát). A műanyag fóliára terítsünk egy kevésbé kényes használt pamutlepedőt, hogy a beteg ne izzadjon meg az ágyvédő műanyag lepedőn. Az ágy derékrészére fektessünk keresztbe egy kb. 40 cm széles és 1,5 m hosszú vastag pamutanyagot (pl. összehajtogatott plédet), ami gondoskodni fog a kezelt testrész hőszigeteléséről. Erre helyezzünk rá 3-4 réteg újságpapírt, hogy megvédje az elsározódástól. Ezután tegyünk az újságpapírra egy akkora pamutvásznat mint a pléd, és kenjük rá kb. 2 cm vastagon az iszapot. Fektessük a beteget az iszaprétegre, rakjuk fel a hasára az előírt vastagságú iszapot, majd tekerjük derekára a vásznat, utána az újságpapírt, végül a plédet. A törzs körületekerése után helyezzünk a beteg talpára egy forró vízzel töltött gumitömlőt, vagy felmelegített téglát. Az iszap nem csak az emésztőrendszer környékére, illetve a derékra tehető, hanem más beteg testrészekre is (pl. lábra, kézre, szemre, fülre, fejre). A fejre helyezett masszát célszerű finom gézbe csomagolni, hogy a hajról könnyebben el tudjuk távolítani. Ugyancsak ajánlatos gézbe csomagolni a sarat, ha nyílt sebre helyezzük. A kezelés időtartama felnőtteknél 3, gyerekeknél 2 óra, naponta ismételve, amíg a betegség el nem múlik. Amennyiben a beteg súlyos állapotban van, akkor az iszappakolást óránként fel kell frissíteni, és a kezelés 6-8 órán át is végezhető. A sár feltapasztására szolgáló pamutkendő csak meleg vízben történő alapos átmosás után használható újra. A terápia végén az iszap kitakarítja a betegből a tisztátalanságokat, behegeszti a sebeket és megnyugtatja az idegrendszert. Az iszapkezelés után zuhany alatt mossuk tisztára testünket, és jól betakarózva pihenjünk le.

Napjainkra az is kiderült, hogy az iszappakolás hatékonysága kétszerese a gyógyvízzel elérhető javulásnak. A Ben Gurion Egyetemen végzett kutatások során térdízületi artrózis gyógyítására használták az iszapot. A betegek egyik részénél holt-tengeri iszappakolást helyeztek a térdükre, míg a másik részüknél csak az iszappal kiszüremelő vizet engedték érintkezni a bőrükkel. Azok a betegek, akik közvetlen iszappakolást kaptak a térdükre, több mint 70%-ban számoltak be jelentős fájdalomcsökkenésről. Az iszap víztartalmával kezelteknél sokkal rosszabb volt a gyógyulási arány. Közülük csupán minden harmadik fájdalmát enyhítette a kezelés.

A pattanásos arc kezelésére is igen hatékony az agyagkúra. Keverjük össze kétharmad rész agyagot egyharmad rész mézzel, s vastagon kenjük az arcunkra. Mindaddig hagyjuk rajta, amíg meg nem szárad. Egyes betegségeknel (pl. ízületi gyulladásnál) apróra vágott vöröshagymát vagy összezúzott faszenet is kevernek a sárba, hogy hatékonyabb legyen a kezelés. Cukorbetegség kezelésénél tiszta faszenes pakolást szoktak alkalmazni. A vöröshagyma-zúzalékból készített pakolás a hörgők tisztítására jó, a tehéntúróból készített pakolással pedig a vizenyőt húzzák ki a végtagokból. Intenzívebbé válik a tisztulás hagymával kevert burgonyapakolással. A végtagokra nagyon hatásos a reszelt almából vagy főtt lenmagból, illetve zöld káposztalevekből készített borogatás is. A nyers

káposztalevélnék a gyulladásokon túlmenően gennyes sebeknél is erős tisztító hatása van. Még intenzívebbé tehetjük az előzőleg megmosott majd szárazra törölt káposztalevél hatékonyságát, ha a belső felületét mézzel megkenjük.

Bizonyos esetekben jó eredményt érhetünk el a Cayce által javasolt mogyoró- és kámforolajos masszázssal is. A végtagok bedörzsölését a lábaktól, illetve a kezeiktől kiindulva a törzs irányába, lehetőleg lefekvés előtt végezzük. A kezelés időtartama: fél óra, naponként váltva a két olajat. Miatán a mogyoróolaj serkenti a szövet fejlődését, ezért nem csupán az izmokra és az ízületekre gyakorol jótékony hatást ez a masszázs, hanem a bőrforradásokat is eltünteti. A tévedhetetlennek bizonyult látnok regeneráló kúrái közül talán a legnagyobb sikert a ricinusolajos borogatással aratta. Ez a naponta néhány órán át alkalmazandó egyszerű és olcsó eljárás igen hatékonyan bizonyult a gyomorhurut, gyomorfekély, vakbélgyulladás, vastagbélgyulladás, epehólyag-gyulladás, és bizonyos esetekben a lábak dagadása, sőt a magas vérnyomás leküzdésében is. A ricinusolajos borogatás az anyajegyek, szemölcsök, ciszták visszafejlesztésében szintén eredményes volt, de sikerrel alkalmazzák pszoriázis, köszvény és vesekövek ellen is. A borogatások után célszerű a betegnek olívaolajat adni, amely belsőleg tisztítja az epehólyagot és serkenti a májat, így jelentős mértékben felgyorsítja a toxikus anyagok kiválasztását.

Ezek a testtisztító terápiák természetesen csak akkor képesek kellő hatást kifejteni, ha abbahagyjuk a szervezet mérgezését, és eltávolítjuk a bélcsatornából a lerakódásokat. Ennek érdekében mind az ülőkúra, mind az agyagpakolás megkezdése előtt beöntéseket kell végeznünk testhőmérsékletű kamillateával, hogy a bélcsatorna belső falára lerakódott salakanyagoktól is maradéktalanul megszabaduljunk. A kezelés teljes időtartama alatt csupán gyümölcsöt, gyümölcslevet; vagy zöldséget, zöldséglevet, gyógyteákat, propoliszt és gabonamagvakat ehetünk csíráztatott, illetve pelyhesített formában. Szigorúan tilos a hús, állati zsiradék, finomított fehér cukor, alkohol és kávé fogyasztása, valamint a dohányzás is. Heveny gyulladások esetén ajánlatos előbb a fájdalmat enyhíteni, és csak utána elkezdni a kúrát, nehogy a hideg víz fokozza a fájdalmat. Erre legalkalmasabbak a különböző gyógyvízkenőcsök, amelyek híres gyógyfürdők vizében található ásványi sókat tartalmaznak, besűrített formában. Nálunk az ilyen jellegű készítmények közül jól bevált a Hemovit termékcsalád, amelyből próbálgatás útján válasszuk ki magunknak a leghatásosabbat.

Végezetül megemlíthető még, hogy a fürdő- és iszapkúrák nagy hatékonyságát az teszi lehetővé, hogy ebben az esetben a testmérgek nem csak a szokásos úton ürülnek ki, hanem jelentős részük a bőrpórusokon keresztül távozik. A legújabb kutatási eredmények szerint a testmérgek bőrpórusokon át történő kiválasztódását nagymértékben fokozza a B3 vitamin (más néven niacin vagy nikotinsavamid). Erre a felismerésre alapul a szaunázásnak az a gyógyterápiaként alkalmazott módja is, ahol a kúraszerű néhány órás szaunafürdőt naponként adagolt B3 vitamin, és félórás tüdőtagító futás egészíti ki. Ez a max. 3 hetes kúra könnyű, rostos táplálék fogyasztása mellett is képes a szervezet teljes megtisztítására. Az izzadás, a salakanyagok távozása után a bőr is szebbé, rugalmasabbá válik.

A finn szauna oly módon fejt ki hatását, hogy a +80 °C-os kamrahőmérsékletet a szervezet csak úgy tudja elviselni, hogy sok vért küld a perifériára, azaz a végtagokba és a bőrbe. A véráramlás fokozásával és az izzadságmirigyek által keltett víz elpárologtatásával próbálja a bőr +42 °C-os hőmérsékletét +37 °C-ra visszacsökkenteni. Eközben szaporábbá válik a pulzus, és erősödik a légzés. Ezáltal fokozódik a vér oxigénellátása. A légzőkapacitás növekedése fokozza az erőnlétet, és tisztítja a légutakat. A hörgők kitágulása jól tesz az asztmának, gyorsítja a hörghurut gyógyulását. A kb. 15 perces felmelegedést követő lehűtés (hidegzuhany, hideg tóba merülés) szintén frissítő és serkentő hatású. A szélsőséges hevítés és lehűtés hatására testünk nem csak megtisztul, hanem fokozódik a hormontermelés is, ami gyorsítja a zsírsanyagcserét, csökkenti az allergiát és fékezi a gyulladással járó folyamatokat. Ezen túlmenően fokozódik a májtevékenység, melynek során a vér zsírtartalma cukorra alakul, ami javítja az izomzat és az agy teljesítőképességét. A vérrellátás fokozódása javítja a szövetek immunitását, mert megnő az antitestek száma. Az immunglobulin szaporodása véd az influenzától is. A véredények regenerálódása következtében a vérnyomás normalizálódik, és csökken az infarktus kockázata.

Szaunázásnál ügyeljünk arra, hogy se előtte, se közben ne igyunk folyadékot. Az izzadás során ugyanis besűrűsödik a vér, amely az elvesztett folyadékot úgy pótolja, hogy „megszívja” a szövet-

ket. Ezáltal nem csak víz, hanem sok salakanyag is bekerül az erekbe, melyek a bőrpórusokon (ve-rejtekmirigyeken és faggyúmirigyeken) át, illetve a vizelettel távoznak. Ha előtte sokat iszunk, a vér felhígul, és sejttisztító hatás elmarad. Utána viszont bőséges folyadékot kell fogyasztani, hogy a test méregtelenítő szervei jobban eltávolíthassák a vér által leadott méreganyagokat. A legjobb, ha ásványvízzel hígított gyümölcslevet iszunk, hogy gondoskodjunk a szervezet átöblítése során eltávozó tápsók és vitaminok pótlásáról.

Viszonylag új keletű méregtelenítő módszer az **Aqua detox**. Angliából indult világhódító útjára az orvosi műszernek minősített méregtelenítő berendezés. A készülék egyszerű lábfürdőre hasonlít, annál azonban sokkal több. A sós vízzel teli tartályba merülő elektródák alacsony áramerősségű áramot áramoltatnak át a vízen. Az egyenáram hatására létrejövő elektrolízis hatással van az elektrolitba mártott lábunkra is. A talp több ezer pórusa kinyílik tőle, és rajtuk keresztül eltávozik a szervezetünkben felhalmozódott mérgek jelentős része. Ettől a víz megbarnul, láthatóan szennyezetté válik. A fájdalommentes kezelés – amelyen bárki bármilyen életkorban részt vehet – mindössze fél óráig tart. Hetente 2-3 alkalommal is végezhető. Egy kúra minimum négy kezeléssel áll. A természetgyógyászok olyan betegségek gyógyításának kiegészítő módszereként ajánlják, melyek fő oka a szervezet salakanyaggal történt telítődése. A kúra mérsékli a magas vérzsír-, koleszterin- és húgysavszintet. Hat-nyolc kezelés után enyhülnek a mozgásszeri panaszok is.

Sámánmasszázs

A gyógyításnak ösidők óta léteznek olyan különleges módszerei is, amelyeknek a hatásmechanizmusát még csak most kezdjük megérteni. A törzsi közösségekben élő sámánok a gyógyfüvek gyűjtésén és alkalmazásán túlmenően egy-egy súlyos betegség esetén szertartásszerű varázslattal űzték ki a „gonoszt” a testből. A civilizált világ sokáig vallási hiedelemnek, primitív népek kuruzslálásának tartotta ezeket a rituálékat. Egyes tudósok azonban felfigyeltek a sámánikus gyógyítások hatásosságára, és ma már több kutatóintézetben is próbálják megfejteni ezeknek a szertartásoknak a lényegét. A sámánmasszázs hatásának tanulmányozása során rájöttek arra, hogy szubjektív eredetű egészségügyi problémáink hosszú ideig megbújhatnak testünk belső rétegeiben, a bőr alatti szövetekbe, izmokba ágyazódva. A legtöbb betegségünk pszichoszomatikus eredetű, így ezek a rejtett pszichikai gócok előbb csak a viselkedésünket, később a vitalitásunkat is veszélyeztetik. A testünkbe zárt érzelmek szövetkeményedéseket hoznak létre, amelyek egy idő után testtartásunkat is deformálják. A legtöbbször ezt észre sem vesszük, mert sokan csak akkor érzik testüket, ha az fáj.

A sámánmasszázs alkalmas arra, hogy a testbe zárt érzelmeket a felszínre hozza, kialakítva ezzel a testérzést. A kezelés után nem csupán a testtartásunk változik meg, válik természetessé, hanem a masszázs mély tudatalatti folyamatokat indít el bennünk, melynek hatásai csak később mutatkoznak meg. A masször által felszabadított energia olyan pozitív változásokat hoz létre a tudatalatti énkünkben, amely életünket szebbé, és jobbá teszi. Érezzük, hogy korábbi vágyaink és céljaink megvalósulása közelít felénk anélkül, hogy különösebb erőfeszítést tennénk érte. Az egész test végigmasszírozása kapcsolatot teremt tudatunk alsóbb régióival, megszabadítva bennünket gátlásainktól, jelentős mértékben megjavítva a kommunikációs készségünket. Személyünknek ez az értéknövekedése szinte kisugárzódik belőlünk, ami értékesebbnél értékesebb embereket vonz körénk. Elfojtott érzelminktől megszabadulva könnyebben tudunk az élet nehézségein is úrrá lenni, eredményesebben tudjuk az élet csapdáit kikerülni. A sámánmasszázs a nyugati világban „deep tissue” néven vált közzismertté. Ez a technika ma már egyre több embernek segít megismerni önmagát, és teszi lehetővé, hogy bárki saját kezébe vehesse sorsa irányítását.

Pszichoorientációs gyógyítás

A deep tissue azonban nem az egyetlen módja annak, hogy testi és lelki betegségeinket tudatunk alsó tartományának bekapcsolásával gyógyítsuk. A pszichikai és mentális gyógyítás legismertebb iskoláját José Silva és munkatársai teremtették meg az 1976-ban „Agykontroll” és az 1986-ban „Gyógyíthatasz” címen megjelent műveikkel. Mindkét könyv a gyógyításra helyezi a fő hangsúlyt,

de az azonos hatásmechanizmus miatt a szerzők más parapszichológiai jelenségekről is említést tesznek. A két mű már megjelenésekor óriási sikert aratott, és azóta több mint 100 országban adták ki a legkülönbözőbb nyelvekre lefordítva. A kezdeti időket is beszámítva ez a módszer 1991-ben ünnepelte pályafutásának negyedszázados évfordulóját. Napjainkig 103 országban szerveztek Agykontroll tanfolyamot 700, magas fokon képzett oktató irányításával. Annak ellenére, hogy a végzett hallgatók száma már a 14 milliót is eléri, az érdeklődés változatlanul olyan nagy, hogy az olvasóknak csak egy része jut el ezekre a tanfolyamokra. A helyzet azonban nem olyan kilátástalan, mert a szerzők szerint ezeket az ismereteket, ha lassabban is, de könyvből is el lehet sajátítani.

A viszonylag nehéz és szokatlan tartalmuk miatt azonban ezeket a műveket minimum kétszer el kell olvasni ahhoz, hogy tökéletesen megértsük és szolgálatunkba állíthassuk az abszolút világ gyógyító képességét. Nagyon sokan vannak viszont, akik többszöri elolvasás után sem tudják elkezdni a gyakorlatokat, és egy idő után kijelentik magukról, hogy képtelenek lejutni alfába. Ez persze nem igaz, mivel mindenki le tud menni alfába, és naponta legalább egyszer le is megy, elalvás után, ál-mában. Erre sokan azt mondják, hogy: „én nem szoktam álmodni”. Ez sem igaz, mert mindenki álmodik, csak legfeljebb nem emlékszik rá. Egyébként ha elalvás előtt rendszeresen koncentrálnunk rá, hogy visszaemlékezzünk vizuális élményeinkre, és rögtön ébredés után rákényszerítjük agyunkat erre, akkor Silva szerint előbb-utóbb egyre hosszabb ideig fogunk emlékezni álmainkra. Eleinte az álmomegőrzés legjobb módszere, hogy ébredés után valamilyen eszközzel azonnal rögzítjük az átélt eseményeket. Ez történhet írásban, vagy diktafonba mondva, kinek-kinek lehetősége szerint.

Az álom azonban nem irányított alfa tevékenység, hanem látszólag össze-vissza csapongó fantáziaképek sorozata. Ezekben a képsorokban sokszor a tudatalatti vágyaink tükröződnek vissza, kontroll nélkül erősen kiszínezve. Többször előfordul, hogy álmainkban is visszamegyünk a múltba, vagy előremegyünk a jövőbe. Mivel ez a tevékenység nincs irányítva, ezért ezek a képsorok többnyire meglehetősen zavarosak, csak álomfejtés útján lehet kibogozni értelmüket. Ugyancsak tudatalatti tevékenység a hipnotikus álom, azzal a különbséggel, hogy ez már irányított. Itt a hipnotizőről függ, hogy miről álmodunk, vagy mit cselekszünk. Ebben az esetben teljesen elveszítjük az irányítást tudatunk felett, a mélyen belénk ivódott erkölcsi tiltásoktól eltekintve teljesen ki vagyunk szolgáltatva a hipnotizőr akarátának. Egyébként a statisztikai felmérések szerint az emberiség 5%-a jobbféleke domináns, ők azok, akik kifejezetten hajlamosak a tudatalatti tartománnyal való kommunikálásra, róluk mondják azt, hogy médium típusúak, vagy a földönkívüliek szóhasználatával élve kozmikus aggyal rendelkeznek. Az emberiség 90%-a átlagosnak mondható ezen a téren, 5%-uk pedig nem hipnotizálható, vagyis nem hipnábilis. Ők azok, akik kizárólag a bal agyféltekéjüket használják a mindennapi tevékenységük során. Jellemző rájuk a befelé forduló alkat, a zárkózott, sokszor ellenséges magatartás, a túlságosan analitikus gondolkodásmód, és a hit teljes hiánya.

Az 5% médiális típusnak nem lesz különösebb problémája. Ők az Agykontroll elolvasása után viszonylag könnyen elsajátíthatják a benne foglalt ismereteket. A nagy többség, a 90% helyzete viszont lényegesen nehezebb, mert tanár nélkül nem sok esélyük van a tudat régióinak gyors birtokbavételére. A helyzet azonban nem teljesen reménytelen. Aki magánúton próbálja elsajátítani ezeket az ismereteket, annak a könyv szerint is több mint egy havi gyakorlásra van szüksége. A gyakorlatok során ne legyünk türelmetlenek, ne akarjunk egyszerre sokat, tartsuk be az előírt fokozatokat. Ha a Silva-féle visszaszámlálási módszerrel nem sikerül alfa tartományba jutnunk, alkalmazzuk előtte a „Gyógyíthatasz” című könyvben ismertetett relaxációs gyakorlatokat. Egy idő után észre fogjuk venni, hogy kellemes bizsergést érzünk azokban az izmainkban, amelyeknek az ellazítására koncentrálnunk, és végül egy meleghullám vonul végig egész testünkön. Ez már egy biztató jel, mivel ez az alfa tartomány megközelítését jelzi. Ha már rutinszerűen megy az ellazulás, koncentrálnunk agyfrekvenciánk csökkenésére, és kezdjük el az alfába jutás Silva-féle módszerének gyakorlását. Tanári segítség nélkül természetesen a relaxációval egybekötött számlálási módszerrel sem tudunk egyik napról a másikra alfába jutni, de szorgalmas gyakorlással ez az összetett módszer egy idő után meghozza a kívánt eredményt.

Ha valaki még így sem tudná beindítani a folyamatot, feküdjön le, nyújtózkodjon el kényelmesen az ágyban, és réveteg tekintettel nézzen előre, szemgolyóját pedig fordítsa az ég, illetve a mennyezet felé, amíg el nem nehezednek a szempillái. Ekkor hunyja le a szemét, és várjon türelmesen, míg

színes foltok, álomszerű víziók nem jelennek meg a szeme előtt. Teljes nyugalomban, ha nem gondolunk a külvilág dolgaira, ez a hallucináció mindig beindul. Könnyen előfordulhat, hogy közben elalszunk, de ez nem baj, ha felébredünk, akkor ott folytassuk, ahol abbahagytuk. A szemünk előtt gyengén villódzó képek megjelenése után kezdjük el a relaxációs gyakorlatot, majd térjünk át a visszaszámlálós módszerre. Megpróbálkozhatunk a Jakobson-módszerrel is. Ennek lényege, hogy fekvő helyzetben, rövid ideig feszítsük meg testünk minden egyes izmát a lábujjaktól a homlokredőig, majd elernyesztve tartsunk egy kis szünetet. Néhány percnyi gyakorlat után bekövetkezik az ellazulás. A gyakorlatok elkezdése előtt ügyeljünk arra, hogy jól takarózzunk be, nehogy megfázzunk. Az agyfrekvencia csökkenésével ugyanis fokozatosan lelassul a légzés, az emésztés és a vérkeringés, ami testünk lehülését eredményezi.

A meditatív állapot elérése nincs meghatározott testhelyezethez kötve, bár a szakemberek szerint erre legalkalmasabb a lóbusz- vagy a törökülés. Aki ezt a pozitúrát kényelmetlennek találja, ne erőltesse. A számunkra legmegfelelőbb gyakorlási mód megtalálásához hasznos útmutatót találhatunk dr. Ian Gawler: A lélek csendje című könyvében. Ez a mű részletesen ismerteti az agyfrekvencia-csökkentés szabályait, és az egyes meditációs szintek jellemzőit. A sok hasznos tanács egyike: Az agyfrekvencia csökkenését nem lehet akarattal beindítani. A jelenlegi generáció abban a tudatban nőtt fel, hogy minél nagyobb erőfeszítést teszünk valamiért, annál nagyobb sikert érünk el. Nos, ez nem igaz a pszichoorientációs gyakorlatoknál. Az abszolút világgal nem lehet tudatosan, akarattal érintkezésbe lépni. Nem akarni kell a meditációs állapot létrejöttét, hanem hagyni kell a megtörténtét. Lazítsunk, engedjük el magunkat, és tápláljunk pozitív elvárást a siker iránt. A helyes hozzáállás tehát erőlködésmentes, de céltudatos, tele van várakozással. A megfeszült akarat a legnemesebb cél esetén is akadályozó erő. Próbáljunk felülemelkedni a problémáinkon, és kellő könnyedséggel, nagyvonalúsággal keressük a megoldást. Viselkedjünk úgy, mintha egy érdekes filmet néznénk, feledkezzünk bele az eseményekbe, és akkor szinte észrevétlenül lecsökken az agyfrekvenciánk.

Ha már jelentős haladást értünk el a meditatív állapot elérése terén, térjünk át az állapotstabilizáló gyakorlatokra. Ennek legegyszerűbb módja, hogy lakásunk kényelmes, zárt tere helyett próbáljunk meg zajos, forgalmas helyen meditálni. Eleinte rendkívül zavaróan hat ránk a zaj, de ne reagáljunk rá. Engedjük be a tudatunkba, majd engedjük ki onnan. Ne harcoljunk ellene, ne próbáljuk kikereszteni. Hagyjuk, hogy ott legyen. Mellesleg ugyanezt kell tenni a zavaró gondolatokkal is. Engedjük őket tovalebegni, mint a báránnyelűket az égen. Ne reagáljunk rá, mert akkor kizökkenünk a meditatív állapotból, illetve le sem jutunk oda. Ez a gyakorlat azért hasznos, mert ha megszokjuk a lármát, nem veszünk róla tudomást, akkor bárhol, bármilyen körülmények között lecsökkenthetjük az agyfrekvenciánkat, nem fog zavarni bennünket a háttérzaj. Az „elengedés” rendkívül hatékony módszer a külső és belső zavaró tényezők kiküszöbölésére. Ha nem reagálunk rájuk, elveszítik fontosságukat, egyszerűen eltűnnek. Egy idő után ez a folyamat automatikusan, tudatos erőfeszítés nélkül fog végbemenni.

Ennek a képességünknek a mindennapi tevékenységünk során is hasznát vesszük, mert egészségünket, lelki egyensúlyunkat úgy tudjuk leghatékonyabban megőrizni, ha a lehető leglazább állapotban vagyunk. Egyébként környezetünk egyre intenzívebb zajszennyezése ellen is így védekezhetünk a legeredményesebben. A fülünket nem tudjuk becsukni, mint a szemünket, de ha nem reagálunk a zajokra, az inger nem fog tudatosulni az agyunkban. A meditatív állapoton kívül a zajok kikeresztésének igen eredményes módja még a munkánkban, egyéb tevékenységünkben való elmerülés. Minél nagyobb koncentrációt igényel az elfoglaltságunk, agyunk annál kevésbé képes törődni a kívülről jövő ingerekkel. A korábban idegesítő kutyaugatást is háttérzajnak fogjuk tekinteni.

Előkészítő gyakorlatok

A pszichoorientációs gyógyító technika szokatlansága miatt nem minden esetben tanácsos a tanulást mindjárt a fő gyakorlattal kezdeni. Sokkal előnyösebb, ha előbb megbarátkozunk ezzel a gyógyítási móddal. Erre kitűnő lehetőséget kínálnak a szuggesztiós és önbizalom-erősítő gyakorlatok. Ezen a téren érhetünk el legkönnyebben látványos eredményeket, és az így szerzett sikerélmény nagy hajtóerőt biztosít a továbbiak során. Az alfa tartomány bétában való programozását az

teszi lehetővé, hogy agyunk két másodpercenként néhány ezred másodpercre lemerül alfába, tudatalattink tehát mintavételezés útján tartja a kapcsolatot tudati világunkkal. A letapogatási idő viszonylagos rövidege miatt ez a kapcsolat lazának tűnik, de a sűrű ismétlődés következtében mégis alkalmas arra, hogy tudatunk jelentős mértékben befolyásolja a tudatalatti tartományt. Tulajdonképpen ez a mechanizmus alakítja ki a szuggesztiót, ennek tudható be, hogy negatív vagy pozitív gondolataink, érzéseink előbb-utóbb eljutnak a tudatalatti tartományba is, és ott programként rögzülnek.

Bal agyféltekénk a hatás szintjén működik, és tetteinket irányítja. Jobb agyféltekénk viszont az ok szintjén tevékenykedik, és tetteink indítékáért felelős. Ha tehát egy rossz behatás következtében beleragadunk egy negatív programba, akkor hiába próbálunk tudati szinten, vagyis tetteink megváltoztatásával kiszakadni ebből a rögzült állapotból, nem fog sikerülni. Silvát idézve, egy idő után visszatérünk korábbi viselkedésünkhöz, mert tudatunk negatív irányítása nem szűnik meg, emléképeink negatív módon hatnak. A negatív módon programozott agy további káros következménye még, hogy szinte magához vonzza a romboló erőket, boldogtalanságot, sikertelenséget és betegséget szül. Amíg ezt a mélyen belénk vésődött káros beidegződést, vagyis a negatív programot nem változtatjuk meg, addig semmi reményünk arra, hogy megváltozzon az életünk. A negatív programot csak pozitív programozással lehet megváltoztatni. Agyunk átprogramozása alfa szinten viszonylag egyszerű és gyors. Azonban a mintavételezéses kapcsolattartás következtében az átprogramozás béta szinten, önszuggesztió formájában is végrehajtható. Ez a módszer lassabb ugyan, de előnye, hogy a kezdők is jelentős eredményeket érhetnek el vele, és azok is haszonnal alkalmazhatják, akik nem tudnak, vagy valamilyen megfontolásból nem akarnak alfa szinten tevékenykedni.

Parapszichológiai kísérletek kimutatták, hogy a 12 és 17 év közötti gyerekek képesek a legkönnyebben kapcsolatot teremteni tudatuk alsóbb tartományaival. Ezért ezt a technikát elsősorban gyermekeinknél alkalmazhatjuk igen jó hatásfokkal. Szükség esetén Emil Coué²³ híressé vált mondatát, hogy: *„Napról napra minden szempontból egyre jobban és jobban érzem magam”* kiegészíthetjük más mondatokkal is. Pl. ha nem megfelelőek az érdemjegyek, akkor nagyon hasznos lehet az alábbi mondat begyakorlása: *„Napról napra jobban megy a tanulás”* vagy *„Napról napra jobban értem a matematikát”*. Emellett persze nem árt, ha a gyerek valamit tanul is, mivel az agy csak olyan dolgot hisz el, csak olyan dolgot lehet beleprogramozni, amelynek valóságalapja van. Ezek az önszuggesztiós mondatok a kisebbrendűségi érzés vagy egyéb negatív rögzülések megváltoztatását segítik elő. Gyakori probléma gyermekeinknél a mindentől való félelem. Ebben az esetben gyakoroltassuk velük az alábbi mondatot: *„Napról napra bátrabb vagyok.”*

Más jellegű problémák esetén természetesen más mondatokat kell kitalálnunk. Arra azonban ügyeljünk, hogy ezek a mondatok ne kezdődjenek tagadással, vagyis a „nem” szócskával. Ennek szükségessége könnyen belátható. Ha pl. egy beteg azt szuggerálja magának, hogy nem vagyok asztmás, mi jelenik meg a képzeletében? Egy asztmás roham képe. Hiába mondta elé a „nem” szócskát, a tudatalatti nagyobb jelentőséget tulajdonít a képnek, mint a hangnak, így azt fogadja el. Ezért mondjuk helyette azt, hogy: könnyen, szabályos ritmus szerint lélegzem. Hasonló okok miatt kerüljük a negatív tartalmú kifejezések használatát is. Tehát ne azt mondjuk, hogy: a depresszióm elmúlt, hanem azt, hogy: vidám és jókedvű vagyok, kitűnő a hangulatom. Ezeknek a hangosan kimondott önbizalom-erősítő, tudatformáló mondatoknak a megfogalmazásánál nagyon fontos még, hogy ne azt tartalmazza, hogy mit szeretnénk, hanem egy határozott kijelentés legyen az értelme. Úgy állítsuk be a dolgot, mintha a kívánt eredmény már be is következett volna, mert programozni csak kijelentéssel lehet, kéréssel, kívánsággal nem.

Az önszuggesztió során felejtjük el a „remélhetőleg” fogalmát is. Aki azt programozza be magának, hogy: remélhetőleg holnap nem lesz migrénem! – biztosan rá fog törni a fejfájás, az előbb említettek alapján, három okból is. Ebben az esetben is fogalmazzunk precízen, és határozottan: Holnap harmonikus lesz az agyműködésem! Azért mert holnap vizsgáznom kell, és a siker előfeltétele a nyugalom, a testi-lelki kiegyensúlyozottság. Meg kell tanulnunk kétségek nélkül gondolkodni, és határozottan fogalmazni.

²³ Emil Coué francia gyógyszerész. Kiejtése: emil küé

Ennek a gyakorlatnak az eredményessége érdekében kapcsoljuk ki a folyamatból az akaratot is. A lámpalázzal küszködők közül sokan tapasztalták már, hogy amikor elhatározták, hogy most nyugodtak lesznek, éppen ellenkező hatást gyakoroltak önmagukra. Mindenki előtt ismert szituáció: az izgulós beosztottat hívhatja a főnöke. Elhatározza, hogy folyékonyan fog beszélni, de legnagyobb bánatára még akadozottabban fejezi ki magát, mint általában. Egy értelmes mondatot sem tud ki-nyögni, minél jobban erőlteti a nyugalmat, annál jobban dadog. Kabarétréfákból is ismert kép: a nagymama rosszul hall. A családtagok szinte kiabálva szólnak hozzá, de mégsem érti. Később a szülők egymás között beszélgetnek, halkán. Hirtelen közbeszól a nagymama. Kritikus megjegyzését ily módon kommentálja a lánya: „Érdekes, amit meg akarsz hallani, azt meghallod, amit azonban nem, azt nem érted.” A gyanúsítás azonban alaptalan, mert ez esetben nem jellemgyengeségről van szó. A nagyothalló az akaratával próbálja magát arra kényszeríteni, hogy jobban halljon. Az eredmény: rosszabbul hall, így a hozzátartozói kénytelenek még hangosabban szólni hozzá. A családtagok egymás közötti beszélgetésekor viszont már nem érvényesül ez a kényszer, sőt többnyire nem is érdeklí, hogy miről folyik a diskurzus. Ennek ellenére hallja, mert az akarat már nem bénítja ezt az érzékszervét.

Amennyiben valamit nagyon szeretnénk elérni, ne akaratot próbáljunk megvalósítani. Higgyünk benne, hogy ez a képességünk megvan. A későbbiekben ismertetendő módon képzeljük el, hogy



gördülékenyen beszélünk, vagy jól hallunk. A hit ugyanis jóval erősebb, mint az akarat. Jellemző a hit erejére, hogy kárt is tudunk okozni vele. Biztosan megesett már velünk is, hogy amikor kerékpározni tanultunk, hirtelen feltűnt előttünk egy kő. Megpróbáltuk kikerülni, de nem ment. Felborultunk, és jól összezártuk magunkat. Hiába akartuk a kormányt elfordítani, nem tudtuk. A kő szinte mágnesként magához vonzott minket. Az ok: azt hittük, hogy a baleset elkerülhetetlen. Megpróbáltunk ugyan tenni ellene, de a hit erősebb, mint az akarat, így bekövetkezett, amiben hittünk. Ez esetben a félelem még táplálta is a kárt okozó hitet bennünk. A félelem a rosszban való hitet jelenti, és a hit minden irányban teremtő erő. Mellesleg hasonló módon hat az akarat is,

ha erőltetjük. Ha nagyon akarunk valamit, ezt azért tesszük, mert nem hiszünk valamilyen képességünkben. Az akarat tovább erősíti a negatív hitet, és az eredmény teljes kudarc lesz. A hit viszont nyugodttá teszi az embert. Nincs félelem, nincs akarat. Helyette bizonyosság van. Tudom, képes vagyok rá, és miután a hitem szilárd, így nincs miért izgulni. Ezzel a hozzáállással természetes, hogy sikerrel fogunk járni, hiszen a józan ész keretein belül mindent képesek vagyunk megtenni, amiben nagyon hiszünk.

Agyunknak ez a tulajdonsága annyira erős, hogy a javunkra is fordítható. Ha pl. valaki beszédhibás, átmenetileg megszüntetheti ezt a problémát, ha arra kényszeríti magát, hogy dadogjon. Az akarat megnyilvánulását az agy ebben az esetben is negatív hitként kezeli, és nem engedi, hogy érvé-

nyesüljön a szándékunk. Az eredmény paradox módon az lesz, hogy nem fogunk dadogni, bármennyire erőltetjük. Általános értelemben ennek a sajátos terápiának a lényege, hogy azt kell akarunk, amitől a legjobban félünk. Kitartó és következetes alkalmazása esetén ez a módszer meg is szüntetheti a főbiánkat, mert egy idő után annak tudatában, hogy nincs mitől tartanunk, megszűnik a félelmünk, és nem jelentkezik tovább a problémánk.

Félelmeinkkel a gonosz erőket is magunkhoz vonzzuk. Erre utal, hogy egy nő hosszú időn át lángoló szemű rémséges alakokkal álmodott. Aztán egyik éjjel minden bátorságát összeszedve megkérdezte őket, hogy mit keresnek itt, mit akarnak tőle. Erre a szörnyek csodálkozva néztek rá, és azt válaszolták: „Hogyhogy? Hiszen te rendeltél ide bennünket. A te félelmednek van szüksége ránk.” A fiatalasszony nagyon elcsodálkozott, és miután közölte, hogy nem ragaszkodik a jelenlétükhöz, egy pillanat alatt eltűntek. A félelmeink tehát csak addig vannak jelen az életünkben, amíg ragaszkodunk hozzájuk. Ha nem tartunk rájuk igényt, könnyen kiadhatjuk az útjukat. Félelmeink tárgya nem valós lény, ezért nem jelent veszélyt számunkra. Ezt erősíti meg az is, hogy a hölgy megkérdezte a fenyegető alak nevét, mire azt a választ kapta, hogy: „Honnan tudjam, te álmodsz engem!” A félelmeink tehát belőlünk származnak, mi tartjuk fenn őket, és mi határozzuk meg, hogy mi legyen velük.

A szavak teremtő erejét bizonyítja a nagy feltaláló, Edison története is. A kis Thomas egyszer iskolából hazajövet édesanyjának egy zárt levelet nyújtott át, amelyet a tanítója írt. Az asszony szeméből könnyek csordultak ki, mialatt olvasta, de hátat fordított a fiának. A kis Thomas megkérdezte, mit írt a tanító bácsi. Anyukája felolvasta neki a levelet: „Az ön fia egy zseni. Ez az iskola nem tud mit kezdeni vele, taníttatását ezentúl önre bízuk.” így is történt. Thomast otthon oktatta az édesanyja, aki mindvégig hitt a fiában. Világhírű feltaláló lett, 1093 találmánya közül többek közt a villanykörtét és a közvilágítást köszönhetjük neki. Amikor az édesanyja elhunyt, hagyatékában a tudós egy régi, elsárgult levelet talált. Az iskolai levél volt, melyben ez állt: „Az ön fia mentálisan visszamaradott. Ez az iskola nem tud mit kezdeni vele, ezért többet nem jöhet ide.” Edison sírt, és ezt jegyezte a naplójába: „Thomas Alva Edison egy zavart kisgyerek volt, aki egy csodálatos, bölcs anyának köszönhetően vált zsenivé.” Az édesanyja tudta, vagy inkább szerető szívével megérezte a szavak teremtő erejét.

A hatékony alkalmazás érdekében nem szabad elhallgatni, hogy a pozitív gondolkodás nem mindig váltja ki a remélt hatást. Coué módszerének közel egy évszázados alkalmazása fényt derített arra is, hogy a jól bevált mondatok ismételtetése egyeseknél negatív reakciót vált ki. Egy asszonyban az „Egyre jobban és jobban vagyok” mondat gyakori hajtogatása nem megkönnyebbülést, hanem fokozódó feszültséget keltett. Kiderült, hogy az „egyre jobban” szlogen őt a hajdani tornatanárára emlékeztette, aki ezzel a biztatással ösztökélte diákjait teljesítményük fokozására. Az erőltetett tempó fiatal korában megutáltatta vele a tornatanárát és a tornaórákat is. Nála az „egyre jobban” szavak negatív érzelmeket váltottak ki, így nem csoda, hogy ismételtetésük a betegség irányába kormányozta az életét. A szeretet szó mindenkiben pozitív képzeteket kelt, de akadt, akiben izomfeszültséget váltott ki, és egész lénye ellenállt a szeretet elfogadásának. Kiderült, hogy gyerekkorában gyakran megbüntették. A következetes nevelés közben szülei folyton ezt hajtogatták: „Azért büntetünk fiam, mert szeretünk!”. Az időközben felnőtt férfi már nem is emlékezett az egészre, csak csodálkozott, hogy nála miért nem segít a: „Szeretettel nézek a világra” mondat ismételtetése.

Ha a gyakran ismételt kulcsszavak, mentális képek nem váltanak ki bennünk pozitív képzetet vagy hatástalanok maradnak, akkor ellenkező hatást eredményeznek. Sajnos csak hónapok, sőt egyes esetekben évek múlva derül ki, hogy a programozás kudarchoz vezetett. A gyötrő emlékeket ugyanis tudat alá nyomja az elfojtás. Az agy elrejtí a korábbi fájó emlékeket, hogy ne zavarja a jelenlegi életünket. Ettől azonban nem szűnnek meg, tudat alatt ott munkálnak bennünk, és az önszuggesztió során előjönnek. A pszichológusok „koporsószegeknek” nevezik ezeket az emlékeket, mert sok ember fejében időzített bombaként működnek. Ha tehát az öröm, a boldogság, a gazdagság mögött csúf emlékek bújnak meg, akkor az emlégetésük lelki sebeket tép fel, és a várakozással ellentétben nem tesz bennünket boldoggá. Nem válik gazdaggá az sem, akinek a gazdagság szóról a „mocskos pénz” vagy a „csalás, lopás, élősködés” jut az eszébe. Sőt azok sem érnek el anyagi gya-

rapodást, akiket valójában hidegen hagy a pénz, nem villanyozza fel őket a gazdagság gondolata. Mindebből arra a következtetésre juthatunk, hogy nem csak az Agykontrollban, hanem már az önszugesztio során is döntő a képzettársítás. Nem az a fontos, hogy mit mondunk, hanem hogy a ki-mondott, gyakran ismételt szavak milyen képzetet keltenek bennünk. Aki minden áron meg akar gazdagodni, de a „pénz”, a „gazdagság”, a „vagyon” szavak negatív tartalommal társultak az elméjében, alkalmazza a „gyarapodás”, vagy a „bőség” szavakat. Ekkor az is előfordulhat, hogy nem anyagilag gyarapodik, hanem egészségügyileg, vagy szellemileg, amivel többre megy, mint a sok pénzzel.

Simonfalvy Tamás pszichotrénér arra is felhívta a figyelmünket, hogy az agy könnyebben azonosul a jelen idővel, mint a múlttal. Ezért mondanivalónkat mindig jelen időben fogalmazzuk. A múlt időben elhangzott kijelentéseket az agy lezártnak tekinti, és azt gondolja, hogy a jelenre már nem sok hatást gyakorol. A jövő időben fogalmazott kijelentések pedig nem mások, mint vágyak. A majd megvalósuló „szeretném ha” típusú programozás az Agykontrollban is hatástalan. A tudatalatti csak olyan dolgot hisz el, amit a tudat határozottan állít. A múltbeli megállapítások, a jövőre vetített vágyak nem elég meggyőzőek. Nagyon fontos a kulcsszavak, programozó mondatok ismétlési tempója is. A motyogás, pusmogás, hadarás hatástalan marad. Csak a tisztán, érthetően, lassan és hangsúlyozottan ismételt szavak, mondatok épülnek be a tudatalattiba. A gondolatban végzett programozásra is ugyanez érvényes. Mondandónkat nem szükséges szóban kifejezésre juttatni, gondolatokkal is célt érünk. A gondolatban ismételt mondatoknak azonban ugyanolyan érthetőnek, tagoltnak és határozottnak kell lennie, mintha szóban hangzana el. Fogalmazás közben ne alkossunk litániát. Néhány kellemes érzetet keltő kulcsszó jóval hatásosabb, mint a szép, kerek mondatokba foglalt ömlengés. Ne töltsük az időnkét szavalással, szónoklatokkal. Mire a végére érünk, a logikus gondolkodásra képtelen tudatalatti már elfelejti az elejét. Ha több célt is el akarunk érni, válasszuk szét őket. Alkossunk mindegyikre egy-egy programozó mondatot, és felváltva, különböző időszakokban mondogassuk őket. Háromnál több programot azonban ne alkalmazzunk egy időben, mert ez szétforgácsolja az agyat. Gondoljunk arra, hogy mi sem tudunk egyszerre több dologgal foglalkozni kellő hatékonysággal.



Végül arra is időt kell hagyni az agynak, hogy a programozó mondatok tartalmát feldolgozza. Az agy ugyanis nem magnószalag, az elhangzott mondatok nem rögzülnek rajta azonnal. Agyunk gondolkodik, szelektál, értelmez; és csak az tapad meg benne, amit hasznosnak tart. A többi információt kiselejtezi. Hiába programozunk jól, ha utána nem hagyjuk az agyunkat dolgozni, a halottakat helyükre rakni. Ezért önszugesztio után teremtünk csendet magunkban. Legalább fél óráig tartózkodjunk a figyelemelterelő tevékenységtől, a lármás szórakozástól. Csak a jó hírek, a kellemes meglepetések gyógyítanak viharos sebességgel. Az általunk fogalmazott állítások lassan hatnak. Sok idő kell ahhoz, hogy a jobb agyfélteke elhiggye, amit szugerálunk neki. Ezért nagyon

fontos még a türelem, a kulcsszó kijelentés gyakori hajtogatása, ismétlése. Ezen a téren a jó értelemben vett megszállottság kifejezetten előny.

A másik igen előnyös előkészítő gyakorlat a meditáció. Az irányított, vagyis a dinamikus meditáció érzése leginkább a passzív meditációs tevékenységgel hasonlítható össze. A passzív meditáció során egy olyan megváltozott tudatállapotba jutunk, amely az intenzív imádság során is kialakul. Az imádságnak az a lényege, hogy ha mély átérzéssel, hittel kérjük azt, amire szükségünk van, akkor olyan pozitív erők gyűlnek körénk, amelyek segítenek bennünket terveink megvalósításában. Minél jobban hiszünk kérésünk teljesítésében, annál több segítő erő koncentrálódik körénk, annál nagyobb a megvalósulás valószínűsége. A hit, vagyis az imádság Isten által való meghallgatásának vágya, és a siker elvárása olyan pozitív programként hat az agyunkra, amely szinte a szárnyára vesz bennünket. A passzív meditációnak, vagyis a befelé fordulásnak és a mély hitnek tehát majdnem olyan erős megvalósító ereje van, mint a célorientált dinamikus meditációnak.

Az imádság egyébként a túlvilági erőkkel való kapcsolatteremtésnek a legősibb módja. A különböző vallásokban az imádság kivitelezési formája is a minél sikeresebb kapcsolatfelvételt segíti elő. Annak idején a hozzánk látogató istenek sem véletlenül tanítottak meg bennünket arra, hogy milyen módon imádkozzunk, hogyan juttathatjuk el kéréseinket hozzájuk a leghatékonyabban. A mohamedán vallásban Allah szigorúan megparancsolta híveinek, hogy imádságaikat mindig kelet felé fordulva kell végrehajtani. A keresztény egyházakban ez a követelmény külön felhívás nélkül valósult meg, mivel az imaházakhoz kötött gyülekezetek templomaikat kelet-nyugati irányba tájolva építették. Ennek következtében az oltárra tekintő hívek automatikusan kelet felé néztek.

Tudományos szempontból vizsgálva ennek az iránynak a kijelölése egyáltalán nem tekinthető véletlennek. Tudjuk, hogy a Föld mágneses erővonalai észak-déli irányban haladnak, ami azt jelenti, hogy észak vagy dél felé fordulva az erővonalak merőlegesen metszik az auránkat. Ezek az erővonalak gyengék ugyan, de elég erősek ahhoz, hogy ebben a testhelyzetben már számottevő zavart keltsenek meridiánjaink energiaegyensúlyában. Annak is megvan az oka, hogy nem nyugat, hanem kelet felé kell fordulni. Az indiai jógik szerint a jobb tüdők a Yang, míg a bal tüdők a Yin energia uralma alatt áll, így a jógalézés során a felesleges Yang energia a jobb, míg a Yin energia a bal orrlyukon keresztül távozik a testünkből. Miután a Föld északi pólusa Yin, a déli pólusa pedig Yang energiával telített, így ebben a pozícióban testünknek közvetlenül azt a felét éri a két különböző jellegű energiakisugárzás, amelynek uralma alatt áll. Ennek elsősorban fizikai állapotunk szempontjából van nagy jelentősége. Agykontroll tanulmányaink alapján tudjuk, hogy az agyfrekvencia csökkentése, vagyis az abszolút világgal létesített kommunikáció csak tökéletes testi ellazulás és szellemi összpontosítás esetén lehetséges. Az imádságnak ez a formája éppen azt a célt szolgálja, hogy minél alacsonyabb szintre szorítsa le az egészségünket befolyásoló zavaró hatásokat, amelyek gátolják a testi ellazulást, és a belső nyugalom kialakulását. Egészségünk és közérzetünk ily módon való átmeneti javulása tehát jelentősen megkönnyíti a meditatív állapot elérését, még akkor is, ha ez nem tudatosul bennünk.

Nagy valószínűséggel ugyanezt a célt szolgálja a római-katolikus vallásban is az imádkozás rituális módja. Ebben az esetben a két tenyér összeillesztésekor az azonos jellegű ujjak egymáshoz érintésével lezárjuk az energiaköreinket, így az energia nem tud kisugárzódni a szervezetünkből. A bioenergia eltávozásának megakadályozása fokozza a testi ellazulás lehetőségét, amely egy idő után szellemi ellazuláshoz, a meditatív állapot kialakulásához vezet. Tovább növeli az ellazulás lehetőségét a katolikus templomok kör alakú kupolája is, mert a tudományos mérések szerint ez a mértani alakzat a gúlában fellépő „piramis effektus”-hoz hasonló hatást gyakorol az épületben tartózkodókra. Ez a hatás igen sokrétű, de a templomépítők főleg azt használják ki, hogy a kupolás és hajós oszlopcsarnokok a piramisokkal megegyező módon kioltják az alattuk levő Hartmann-ingersávokat, ami a bent levő emberekben a végtelen nyugalom érzetét kelti. Az aranymetszés szabályai szerint kialakított belső tér, a boltívek összefutó bordái, valamint a kupolát tartó oszlopok ideális száma és egymástól való távolsága is növeli ezt a hatást.

Bizonyára nem tekinthető véletlennek az sem, hogy a legtöbb keresztény templomban az oltárt jóval a normál szemmagasság felett helyezik el. Imádkozás előtt az oltárra vetett tekintet ugyanis ön-

kéntelenül is abba a szöghelyzetbe állítja a szemet, amely elengedhetetlen feltétele az agyfrekvencia csökkenésének. Ez a hatás egyébként még kisebb templomokban is kialakul, mivel a kötelező letérdelés során olyan testhelyzetbe kerül az imádkozó, hogy az oltárra tekintés óhatatlanul előidézze a szemgolyó felfelé fordulását. A szemhéjak lezárásának is fontos szerepe van az imádkozásban, mert kirekeszti mindazokat a külső zavaró hatásokat, amelyek gátolják a meditatív állapot létrejöttét.

Sokan vannak azonban, akik imádkozás közben nem az oltárra vetik a tekintetüket, hanem lehajtják a fejüket, és így érik el a meditatív állapotot. Ez azt a feltételezést látszik igazolni, hogy az agyfrekvencia csökkenése nem függ a fejtartástól. Lehajtott fejjel is el lehet érni a meditatív állapotot, ha kissé felfelé fordítjuk a szemgolyónkat. Saját bevallása szerint José Silva, az Agykontroll megalkotója is ezt a módszert alkalmazza. Vizualizálásai során lehajtja fejét mintha imádkozna, így mindig jobb eredményt ér el, mint a klasszikus módszerrel.

Visszatérve a templomi szertartások hatékonyabbá tételéhez, ma már azt is értjük, miért égetnek gyertyát az oltár, és a csodavárásra szolgáló kegytárgyak előtt. Tudományos vizsgálatok egyértelműen igazolják, hogy a lobogó gyertya lángjának hipnotikus hatása van. Az ájtatosságot, az Istennek szentelt figyelmet jelentős mértékben növeli a harangzúgás is. Ezen túlmenően a harangszó több száz méter sugarú körben semlegesíti a Hartmann-hálót. A „tisztánlátók” megfigyelései szerint a föld felszínén elfektetett energiaháló csak a harangozás után pár perccel nyeri vissza eredeti alakját. Mellesleg a keleti vallásokban a mantrázás is hasonló hatást gyakorol a Hartmann-hálóra, mint a harangszó. A legújabb vizsgálatok alapján ugyanezt eredményezi az orgonamuzsika, és a csoporténekedés. A zsidó vallásban sem véletlenül jelent meg a Dávid-csillag, mert tudományos mérések szerint a drótból hajlított hatágú csillag szintén deformálja, eltéríti a földszugárzásokat.

Az újkori kutatások fényt derítettek arra is, hogy a templomok helyét ősidők óta úgy választották meg, hogy a főoltár kettő vagy három vízér kereszteződésére essen. Ez a körültekintő eljárás arra a ma már feledésbe merült tapasztalatra vezethető vissza, hogy a vizezekből kisugárzó energia jelentősen javítja a helyiség akusztikáját. Ennek következtében az oltár előtt prédikáló pap hangját az utolsó padosorban is tisztán lehetett érteni, még akkor is, ha suttogva beszélt. Mivel ilyen kitüntetett hely az egyes településeken belül másutt nemigen adódott, bizonyára nem véletlen, hogy a legtöbb templom alatt régi templomok romjai nyugszanak. Hiába terjeszkedett a falu vagy város ellenkező irányba, a templomot nem telepítették át, hanem maradt ott, ahová a természet törvényeit nálunk sokkal jobban ismerő őseink helyezték. Az ősi templomokban az erőtér fokozására drágaköveket is raktak az oltárköbe. A több ezer éves indiai templomokban látható kristályok elsődleges szerepe nem a díszítés volt, hanem a hely pozitív energiákkal való megtöltése.

Miután őseink radiesztfizikai ismeretei a múlt kódébe veszttek, napjainkban már csak használhatatlan imahelyek épülnek. A modern kor templomai nem mások, mint rideg csarnokok, amelyek elvesztették a kapcsolatot a kozmikus és a földi erővel. Emiatt az emberek öntudatlanul is kerülnek őket. Ráadásul rossz az akusztikájuk, és alkalmatlanok a meditálásra, nem segítik elő a szellem nyugalmát. Nem véletlen, hogy folyton zárva vannak.

Egyes esetekben az ősi templomok alatti erőtér annyira intenzív, hogy gyógyító hatást is kiválthat. Az észak-kambodzsai Angkorban van egy hatalmas, rengeteg domborművel ékesített templom, amelyet még II. Szurjavarman uralkodása idején építettek. Ez a háromszintes szentély arról nevezetes, hogy az alatta levő földből „gyógyító energia” sugárzik ki. A sugárzás néha olyan erős, hogy furcsa jelenségek (pl. rejtélyes fényeffektusok) kísérik. Egy 26 éves khmer asszony csontrákban szenvedett. Miután az orvosok lemondtak róla, rokonai hordágyon elvitték ebbe a templomba. A beteg három nap és három éjen át a kövezeten feküdt, majd felállt a hordágyról, és járni kezdett. Az intenzív szubatomi sugárzás hatására teljesen kigyógyult a betegségéből. Sajnos csak a jobbra forduló víz vált ki gyógyító hatást a szervezetben. A balra forduló vizek, valamint a Hartmann- és Curry-háló szinte mindig betegséget okoz. Ennek helye attól függ, hogy testünknek mely részét éri káros sugárzás, a kór jellegét pedig nagy valószínűséggel a mágneses hullámok frekvenciája szabja meg. Régen a beavatottak képesek voltak átpolarizálni a kártékony vizeket. Ehhez bizonyos köveket használtak, amelyeket a vízfolyásokba helyeztek. Ez a tudás napjainkra teljesen feledésbe merült, így ennek a szakterületnek a feltárását is jóformán előlről kell kezdenünk.

A Föld mágneses erővonalainak egészségre gyakorolt előnyös, illetve előnytelen hatását a modern tudomány még tagadja, de mind többen vannak, akik hisznek benne, és komolyan kutatják. Az eddig összegyűlt tapasztalatok alapján javasolják a természetgyógyász-szakkönyvek, hogy ágyunkat lehetőleg észak-déli irányban helyezzük el, mivel fekvő helyzetben így metszi testünket a legkevesebb erővonal. A kínai akupunktúra szerint a Yang energia a fejtetőn, a Yin energia pedig a gyökércsakrán át áramlik a testünkbe. Ezért úgy célszerű az ágyon elhelyezkedni, hogy fejünk déli irányba essen, mert az éjszakai alvás során a Föld déli pólusából kisugárzó Yang energia, és az északi pólusból kiáramló Yin energia így áramlik legnagyobb hatásfokkal a testünkbe. Sajnos jelenleg ez még nem minden esetben kivitelezhető, mivel helykihasználási és esztétikai szempontból a bútorokat kénytelenek vagyunk a fal mellé állítani. Ezért is lenne célszerű a jövőben új települések létrehozása esetén az utcákat úgy kijelölni, hogy a házak kelet-nyugati irányba álljanak. Ennek egyik előnye az lenne, hogy a lakások ablakai dél felé néznének, így a lehető legtöbb éltető napfény érne bennünket, másrészt az ágyak észak-déli tájolása sem jelentene megoldhatatlan gondot.

Mellékesen megjegyezve a Föld mágneses erővonalai nem csupán az emberre, hanem a növényvilágra is hatnak. Emiatt ajánlják az energiakisugárzások tanulmányozásával foglalkozó szakemberek a kiskerttulajdonosoknak is az észak-déli tájolási módot az ágyások kialakítása során. A növényeket azonban a napsugarak maximális kihasználása érdekében itt is kelet-nyugati irányba kell sorba ültetni. Így minden egyes növény maximális napfényt kap, nem árnyékolják le egymást, ami ugyancsak előfeltétele a növekedés gyorsításának, valamint a beltartalmi érték és a termés hozam növelésének.

Alkalmazási aggályok

Sokan vannak, akiknél a technikai nehézségeken kívül egyéb akadályok is hátráltatják ennek a gyógyító eljárásnak az elfogadását. A legfőbb ok a minden újtól való idegenkedés, márpedig ez a módszer újdonságát illetően forradalminak minősül. A hagyományos orvoslást mindenki ismeri, az akupunktúráról már sokan hallottak, de a legtöbben elképzelni sem tudják, hogy valaki csupán a gondolataival, az akaraterejével gyógyítson. Vannak olyanok is, akiket vallási megfontolások tartanak vissza ettől a gyógymódtól, azt mondván, hogy Istennek vagy Jézusnak van csak joga ily módon gyógyítani, hogy jön ahhoz egy földi halandó, hogy beleavatkozzon a világ Isten által elrendelt menetébe. Elhangzanak olyan aggodalmak is, hogy ez a módszer a tanulástól, az élet leckéjének elsajátításától fosztja meg az embert. A tapasztalat azonban az, hogy akit Isten így akar tanítani, azt meg is tanítja, nem engedi idő előtt sem meggyógyulni, sem meggyógyítani. Olyan szélsőséges véleményeket is lehet hallani, hogy elménknek ez a felhasználási módja az ördögtől származik. Ha ez az erő valóban az ördögtől származna, akkor ártani is lehetne vele. Márpedig a tudat alsó tartományában ezzel a módszerrel még soha senkinek sem sikerült ártani. Alfa, théta vagy delta szinten a Magasabb Intelligencia közreműködésével kárt okozni egyszerűen lehetetlen.

A civilizált világ feladata nem a rombolás, hanem a teremtés. A technikai fejlődés jelenlegi szintjén olyan veszélyes önpusztító eszközök kerültek egyes társadalmak birtokába, amelyek felett az egyén hagyományos módon már nem képes ellenőrzést gyakorolni. A rohamosan növekvő bűnözés megállítására, a bűnesetek felderítésére sem alkalmasak már a meglévő eszközeink, fennmaradásunk érdekében szükség van új védekező módszerek megismerésére. Az emberiség fejlődése olyan stádiumba érkezett, amikor a továbbhaladás érdekében is feltétlenül szükséges ezeknek az ismereteknek az elsajátítása. Ha Isten nem akarná, hogy beleavatkozzunk a dolgába, akkor nem adta volna ezt a túlélést és továbbfejlődést elősegítő módszert a kezünkbe. Egyre bonyolultabbá váló világunkban elengedhetetlenül szükséges, hogy közelebb kerüljünk Istenhez, mert erről a lépcsőfokról már csak az ő útbaigazítása alapján tudunk eredményesen továbbhaladni.

Vallási alapon magyarázva a Paradicsomból való kiűzetésünk óta eltelt évezredek alatt az emberiség megszenvedett bűneiért, és Isten elérkezettnek látta az időt, hogy visszaadja az embernek azon képességeit, amelyeket korábban elveszített. Ezeknek az ismereteknek a birtokában az emberiség képes lesz arra, hogy ismét megteremtse magának a földi Paradicsomot, ahol csak a Jó uralkodik, a primitív szinten megnyilvánuló Rossz pedig egyszer s mindenkorra kiűzetik ebből a világból. A

jövönket illetően nagy a tét, az idő sürget bennünket. Nem fecsérelhetjük tovább erőnket állandó viszálykodásra, egymás értelmetlen pusztítására. Fel kell készülnünk arra, hogy más Földön kívüli civilizációkkal összefogva hozzájáruljunk mi is az univerzum távoli világának felfedezéséhez, és kivegyük részünket a fejletlenebb civilizációk irányításában. Ehhez pedig az szükséges, hogy a Földön tökéletes béke uralkodjon, hogy minden erőnket az eljövendő, magasabb rendű céljaink szolgálatába állíthassuk.

Hatásmechanizmus

Az Agykontroll tudományos elfogadásának és hivatalos terjesztésének legnagyobb gátja az, hogy nem ismerjük a hatásmechanizmusát. Ezzel kapcsolatban a módszer kidolgozói is csak találgatásokkal szolgálnak. A legkézenfekvőbbnek tűnő működési mód azon a feltételezésen alapul, hogy az egész univerzum egy intelligenciaközpont felügyelete alatt áll, ahol minden létező tárgynak és élőlénynek megvan a tökéletes mása, az a kép, amilyen lehetne, ha a valós környezetében semmilyen romboló erő nem hatna rá. Így agyunk tudatalatti tartományában tulajdonképpen semmi mást nem kell tennünk, mint a jobb agyféltekénk révén összeköttetésbe lépni a Magasabb Intelligenciával. A saját vagy a gyógyítandó személy adatait megadva lehívjuk ennek a végtelen kapacitású agynak a memóriájából a kívánt képet, és gondolatok útján közöljük a számítógéppel, hogy milyen változtatást kérünk. Ezt követően a Mindenható engedélye alapján az egyetemes számítógép összehasonlítja a valós helyzetet a tárolt képpel, és energiamoduláció útján a szükséges korrekciókat elvégzi.

Ily módon olyan fantasztikus változások, olyan csodaszerű gyógyulások is megtörténhetnek, amelyekre csak a Bibliában találunk példát. Ezen az úton nem csak a jelenleg gyógyíthatatlannak tartott betegségek bármelyike szüntethető meg, de olyan hiányosságok is, amelyek földi viszonylatban a béta világ eszközeivel elméletileg is kivitelezhetetlenek. Ilyen változások lehetnek pl. az ortopédiai korrekciók, végtagok kívánatos lerövidítése vagy meghosszabbítása. Ennek kapcsán felmerül bennünk a kérdés, hogy hová lettek a felesleges szövetdarabok, vagy miből keletkeztek a hiányzó testrészek. Erre sajnos a tudomány nem tud választ adni. A legvalószínűbb magyarázat az, hogy a hiányzó molekulák energiából keletkeztek, a leválasztott részek atomjai pedig energiává alakulnak át. Itt tehát egy sajátos pszichikai úton végbemenő materializáció és dematerializáció jön létre, amely nem más, mint energiából való anyagteremtés, illetve az anyag energiává való lebontása egy magasabb értelem által irányított módon.

Ez esetben már nem érvényesül az energiamegmaradás elve, mely szerint: „Energia semmilyen folyamatnál nem keletkezik, és nem semmisül meg, hanem csak átalakul egyik energiafajtaból a másikba.” Az univerzum törvénye sokkal tágabb ennél. Eszerint minden energiából keletkezik. Még az anyag is, és dematerializálás után energiává alakul vissza. Itt azonban energia alatt nem az atomi világban ismert energiafajtákat (hő, fény stb.) kell érteni, hanem szubatomi energiát. A világegyetem viszonylatában tehát módosul az energiamegmaradás törvénye, mivel az energia anyaggá válva látszólag megsemmisülhet, és új energia jöhet létre az anyagból. Az energiából történő anyagteremtés leglátványosabb bizonyítéka éppen a Bibliában olvasható, amikor Jézus az éhező zsidó népet néhány darab kenyérral és füstölt hallal lakatta jól. Csak a lakoma befejezése után derült fény erre a ritka materializációs csodára, amikor látták, hogy az összeszedett maradék is tízszer annyi, mint amennyi az eredeti ételmennyiség volt.

Itt célszerű megemlíteni, hogy a Fülöp-szigeteki gyógyítók által végzett operációk során tapasztalható egy értelmetlennek látszó folyamat is. A healerek jelentős része ugyanis a test megnyitása után nem tisztítja meg a beteg szerveket, hanem még a műtét előtt kívülről irányított sugárzással dematerializálja az elhalt szöveteket. A dematerializált sejteket azután újramaterializálja és felhossa a bőr alá. Ezt követően felnyitja a bőrt és kiemeli a materializált tárgyat, amely a csirkebélből kezdve a pénzérméig bármi lehet. Van olyan gyógyító is, aki fel sem nyitja a bőrt, hanem teleportációval kihossa a materializált tárgyat a bőr külső felszínére, és onnan távolítja el. Az elhalt vagy beteg szövetek dematerializálásakor felszabaduló szubatomi méretű energiarészecskék valószínűleg akadálytalanul eltávozhatnak a testből, mint ahogy ez a spontán remisszióval gyógyuló rákos betegeknél tapasztalható. Akkor miért van szükség erre az újramaterializálási folyamatra? Talán így

akarja a Mindenható felhívni az emberek figyelmét arra, hogy itt egy másfajta alapokon álló operációval állunk szemben? Vagy csupán a beteg bizalmának az elnyeréséről van szó, aki látván a vérző szövetdarabot megnyugszik, hogy valóban megoperálták, így most már biztosan meg fog gyógyulni. Az antikohéziós erőter egyébként a fertőtlenítésen és a fájdalomcsillapításon kívül képes a véráramlás csillapítására, sőt megállítására is. Így vastagabb erek szétválasztása esetén sem kell komolyabb vérvesztéssel számolnunk. Ennél a típusú műtétnél tehát nincs szükség vérátömlesztésre, így nem fenyeget a fertőző betegségek vérrrel történő terjesztésének veszélye. Mivel a koncentrált energiasugárzás eltorlaszolja a véráram útját, illetve beteg szövetek eltávolítása esetén lehegeszti az ereket, elmarad a vizenyőképződés is, így nem jelentkezik a műtét utáni fájdalom sem.

Visszatérve az Agykontroll hatásmechanizmusára, ennek a minden eddigi elképzelést felülmúló gyógyítási módnak is vannak határai. Éppen az összehasonlításos alapon való gyógyítás miatt nem kérhetünk olyan változtatásokat, amelyek túllépik a születésünk pillanatában nekünk rendelt adottságokat. Pl. senki sem kérheti, hogy ezentúl úgy nézzen ki, mint kedvenc filmszínésze, és olyan agykapacitása legyen, mint egy Nobel-díjas tudós. Mindenki csak annyit kérhet, amennyit a Mindenható földi küldetésének idejére neki útravalóul adott. A lélek fejlődésének lépcsőfokai vannak, és még ily módon sem lehet emeleteket ugrálni. Sőt még azt sem lehet kérni, hogy a Magasabb Intelligencia egyik pillanatról a másikra előre kezünkbe adja testi, szellemi és lelki fejlődésünknek azokat az eredményeit, amelyeket ebben az életünkben érhetünk el. Az életben mindenért meg kell küzdeni, ingyen semmit sem kapunk, még ez a szuperintelligens agy sem ajándékoz meg minket olyan dolgokkal, amelyek nem illetnek meg bennünket. Csak azoknak a veszteségeknek a korrigálását kérhetjük tőle, amelyeket földi életünk harcai során elszenvedtünk. Ezen túlmenően kérésünk csak akkor talál meghallgatásra, ha az nem ütközik mások érdekével, és ha az az egyetemes világ fejlődését szolgálja. Egy-egy fejlődési fokozat átugrása azért sem lehetséges, mert vannak olyan ismeretek, amelyekre fent már nem lehet szert tenni. A tudás, a tapasztalat minden építőköve csak a maga idejében, és megfelelő szinten szerezhető be. Ha csak egyetlen egy leckét is elmulasztunk megtanulni, kénytelenek leszünk visszatérni, mert e nélkül nincs továbblépés.

A kozmikus alkotmány minden ember számára lehetőséget biztosít ahhoz, hogy részt vehessen a világegyetem alakításában. Az univerzum törvényei mindenki számára megadják a jogot, hogy képességeit maximálisan kibontakoztassa, és akarát szabadon érvényre juttathassa. A képességek maradéktalan kiteljesedésének, az akarat béklyómentes megnyilvánulásának fontos előfeltétele az egészség, így ez a kérés törvényszerűen meghallgatásra talál. Senkinek az egészsége nem ütközik ugyanis az egyetemes törvénnyel. Elvértve lehetnek ugyan karmikus betegségek, amelyeket előző életünkben elkövetett bűneink miatt rótt ki ránk a sors, de ezek legtöbbször imádsággal, az Úrhoz való fohászkodással előbb-utóbb feloldható. Persze adódhatnak olyan bűnök is, amelyek levezekléséhez egy egész élet végigszenvedése sem elegendő, de az ilyen teherrel viszonylag ritka. Azonban még az ilyen sorsszerű betegségek esetén sem értelmetlen a próbálkozás. Ha meggyógyítani nem is tudjuk az illetőt, sokszor enyhíthetjük a szenvedéseit.

Amennyiben erkölcsi aggályaink támadnának cselekedetünk helyességét illetően, akkor gondolkodjunk arra, hogy nem mindenki volt gonosz, aki a jelenlegi életében szenved. Bizonyos dolgok megtanulásához ugyanis a szenvedésen át vezet a leghatékonyabb és a leggyorsabb út. Emberbaráti cselekedeteink, a Jó és a Rossz elbírálása során tehát próbáljunk meg felülemelkedni a közvetlen környezetünkön, és tegyük túl magunkat az előítéleteken. Ha nagyobb látószögből tekintünk a bennünket körülvevő világra, rájövünk arra, hogy minden emberrel, sőt az univerzum minden egyes élőlényével egyetlen létközösséget alkotunk. Összetartozunk mindannyian, szerves részei vagyunk egymás világának. Ez a magatartásforma, ez a világnézet ma még meglehetősen idegen számunkra, de a küszöbön álló „new age” korszakban, az emberiség nagy öntudatra ébredése után már általánossá fog válni.

Miután mi is része vagyunk az univerzumnak, nem csak jogunkban áll képességeinket érvényre juttatni, hanem ez egyben kötelességünk is. Sőt minden tőlünk telhetőt meg kell tennünk annak érdekében, hogy legyőzzük az elénk tornyosuló akadályokat. Aki nem tesz meg mindent annak érdekében, hogy áttörje környezete gátjait, aki nem igyekszik minden nehézség ellenére érvényre juttatni jobbító szándékát, az vétkezik az univerzum törvényeivel szemben. Minél jobb képességeket,

minél kiemelkedőbb tehetséget kap valaki az élettől, annál nagyobb felelősséggel tartozik a világegyetemmel szemben. A kiugró képességek ki nem használása bűn, amelyet a Mindenható sohasem fog megbocsátani nekünk. Az univerzum reagál ránk, számon tart minket, fontos alkotóeleme vagyunk a világnak. Mindent el kell követnünk tehát annak érdekében, hogy ellássuk a ránk rótt feladatokat. Aki nem tesz eleget az elvárásoknak, aki nem teljesíti küldetésének célját, az nem csak önmagának árt, hanem a világegyetem harmonikus fejlődésében is kárt okoz. Földi küldetésünknek magasztos célja van, a végső célt illetően mindnyájan azért létezőnk, hogy a teremtést, az egyetemes világ fejlődését szolgáljuk.

Napjainkban mind többen vannak, akik kiemelkedő gyógyító képességekkel jönnek a világra. Közülük nem egy akad, aki hivatásszerűen űzi a gyógyítás mesterségét. A természetgyógyászok meredeken emelkedő számát tekintve sok emberben megfogalmazódik a gyanú, hogy ennek a pályának a népszerűségét nemcsak a hivatástudat eredményezi. Ezt látszik alátámasztani a szelíd gyógymódok alkalmazói által kért tiszteletdíjak sokszor csillagászati összege. Ennek láttán gyakran felmerül a betegekben, hogy van-e egyáltalán joga a természetgyógyásznak pénzt kérni a munkájáért, szabad-e kamatoztatnia istenadta képességeit. Kétkedésük alapja a Biblia, amelyben Jézus így vélekedett erről a kérdéssel: **„Ingyen kaptátok, ezért ingyen adjátok!”**

Elanyagiasodott világunkban ez az intellektus már nehezen tartható be, hiszen a főállásban gyógyítónak meg kell élnie valamiből. Neki is van rezsiköltsége, amit ki kell fizetni, így kénytelen pénzt kérni a munkájáért. Arra azonban ügyelnie kell, hogy képességei ne váljanak a meggazdagodás eszközévé. Aki azért űzi ezt a szakmát, hogy évente egy hónapot a Kanári-szigeteken nyaralhasson, luxusautón járhasson, luxuslakásban, pazar körülmények között élhessen, az nem használja, hanem kihasználja a képességeit, kufárkodik vele. Az ilyen ember élösködik a társadalmon, visszaél istenadta képességeivel, amit a Teremtő a végső elszámolásnál számon fog kérni rajta.

Elméleti alapok

Az energia a világot alkotó anyag legkisebb részecskéje. Az ősrobbanás középpontjából szétsugárzó rotációs energia mindenütt megtalálható, betölti az egész univerzumot. A földi világunkban is szinte felmérhetetlen mennyiségben jelen van, és a szemléletesség kedvéért nevezhetjük akár éternek is. Az ősenergiát szubatomi részecskének is nevezik, mert ezekből az energiakvantumokból épül fel az atom, a molekula és minden anyag, ami körülöttünk van, sőt még maga a tudat is. Sajnos a rotációs energia atomi szinten, vagyis a mi világunkban közvetlenül nem hozzáférhető, emiatt nehéz a létezésének kimutatása. Miután a szubatomi energiárészecske rendkívül kicsi, ezért ez lehetőséget ad a „clairvoyance” vagy az Agykontrollban használt terminológia szerint a Hatékony Érzékelés Kivetítés magyarázatára is. Mivel a tudat szintén energia, a HÉK során kivetített energiárészecskének semmilyen akadályt nem jelent bármilyen anyagon átlátni, vagy azon áthatolni. Ez ahhoz hasonló, mint amikor felnézünk az égre, és rengeteg csillagot látunk, ha viszont egy űrhajóval kirepülnénk az űrbe, akkor látnánk csak, hogy a sokmilliárdnyi csillag ellenére valójában milyen üres a csillagközi tér. Az egyes égitestek roppant távol vannak egymástól, és kicsi kis golyóknak látszanak csupán. Tulajdonképpen a materializálódott anyag atomjai is ugyanilyen közegnek számítanak a szubatomi energiakvantumok számára. Ami nekünk folytonos, áthatolhatatlan anyag, az a rendkívül parányi energiárészecskék számára szinte légtüres tér. Ezért lehetséges az, hogy a HÉK során kivetített tudatunk átlát minden anyagon, betelepíthet bármilyen anyag vagy tárgy belsejébe, és könnyedén bejuthat bármilyen zárt térbe, illetve lezárt épületbe.

Első hallásra az anyagnak ez a nagyfokú átjárhatósága képtelenségnek tűnik, de ha konkrétan is megvizsgáljuk az atomok belső méretarányait, akkor már hihetőbbé válik ennek a jelenségnek a kivitelezhetősége. Az atomi térkitöltést akkor érzékelhetnénk a leglátványosabban, ha egy hidrogénatomot képzeletben akkora méretű buborékká nagyítanánk fel, mint egy családi ház. Ebben az esetben az atommag csupán egy porszemnek látszana a buborék közepén. Az erős nagyítás ellenére az elektron még ennél is kisebb, gyakorlatilag láthatatlan lenne. Méretére jellemző, hogy a hidrogénatom tömegének 99,95%-át ez a közepén levő kis „porszem” alkotja. Az anyagnak ezt a hihet-

lenül laza szerkezetét még egyértelműbben érzékelteti az alábbi hasonlat. Ha egy 1 cm vastag és a Földünk egyenlítőjénél 25 ezerszer hosszabb vasrudat össze tudnánk úgy nyomni, hogy atommagjai és elektronjai egymás mellé kerüljenek, akkor ezt az 1 milliárd km hosszú vasrudat változatlan vastagság mellett 1 mm-re tudnánk összezsugorítani. Ez a sajátos anyagalmaz azonban még mindig nem tekinthető tömörnek. Az atommagot ugyanis nukleonok (protonok és neutronok) alkotják. Kb. 100 van belőlük, és az átmérőjük 10^{-34} cm nagyságrendű. Az atommag átmérője viszont 10^{-14} cm, ami azt jelenti, hogy a nukleonok összömege térfogatának az 1%-át sem tölti ki. Ennélfogva nem csak az atomnak, hanem az atommagnak is legalább 99%-a űr. Az általunk tömörnek tekintett anyag tehát gyakorlatilag üres. Nem csoda tehát, hogy az elektronnál is nagyságrendekkel kisebb energiakvantumok minden nehézség nélkül átszáguldanak rajta.

Az őseenergia materializációja egy jól nyomon követhető folyamat, mivel minden testnek, legyen az akár élő, akár élettelen, energiakisugárzása van. Az élettelen tárgyaké homogén, mert nem mentek át evolúciós fejlődésen. Pl. egy kődarab lényegében most is olyan, mint egymilliárd évvel ez előtt. Az élőlények energiakisugárzása azonban összetett, magukon viselik fejlődésük nyomait. Az embernél az univerzális evolúció nyomai a test körüli aurán, testünk energiakisugárzásán figyelhető meg. A gerincoszlop mentén hét sugárzó energiamező, hét forgó kerékként örvénylő erőkör helyezkedik el egymás felett. Az életenergiának ezeket a központjait közismert néven csakráknak is nevezik. A gerincoszlop legalján helyezkedik el a tisztán szubjektív, anyagtalan energiamező, mely az ősrobbanás előtti állapotot tükrözi. A második csakra a szubatomi energiamező, ami az ősrobbanás utáni állapotot örökölte meg. A harmadik az atomi energiamező, mely az anyagi világ kialakulásának kezdetét őrzi. A negyedik a molekuláris energiamező, ami az élővilág elindulásának előfeltételét teremtette meg. Az ötödik energiamező a sejtekhez kötődik, a hatodik az egyes szerveket képviseli, míg a hetedik energiamező eredménye már mindenki számára látható és érzékelhető, mivel ez az élő szervezet csakrája.

Kozmikus eredetünk nem kevésbé rejtélyes bizonyítéka, hogy a sejtjeink magjában található kb. 2 m hosszú DNS-láncból csak 2 centiméternyi szakasz vesz részt tulajdonságainak átörökítésében. A sejtben tárolt információk 99%-a feltehetően kozmikus fejlődésünk korábbi állomásainak örökítő anyagát tartalmazza. Az élőlények azonban az univerzális evolúció nyomain kívül a földi evolúciót is megőrizték. Mint ismeretes, az emberi embrió az anyaméhben való fejlődése során az egysejtűektől kezdve a kétélűtűeken keresztül végighalad a teljes evolúciós láncon, egészen a gerinces emlősökig. Fejlődése során egy időre még a majmokra jellemző szőrzetet is magára veszi, amíg végleg ki nem alakul a magzat emberi formája. A „harmadik szem” is megjelenik az embrionális fejlődés során. Orosz kutatók megállapították, hogy a kéthónapos embrióban egy fényérzékelésre alkalmas, lencsével ellátott és idegsejtekkel rendelkező szervképződmény fejlődik ki. Ez azonban nem nő tovább, a magzat fejlődése során csupán egy borsószemnyi tobozmirigy lesz belőle. Dr. Vitalij Pravdivcsev professzor szerint ez a szerv korábban cseresznye méretű volt, és az elmúlt évezredek alatt csökevényesedett el. Ezzel együtt elvesztettük a telepatikus és „tisztánlátó” képességünket, valamint a Magasabb Intelligenciával való kapcsolatteremtés lehetőségét.

Éteri testünk energiaközpontjai alkotják az auránkat. A csakráknak azonban nem csupán energiakisugárzásuk van, hanem igen érzékenyen reagálnak a környezet energiasugárzásaira, sőt a színekre és a hangokra is. Nem véletlen tehát, hogy a különböző színek és a zene képes befolyásolni az egészségi állapotunkat. A gáton található és a föld felé irányuló gyökércsakra a piros színre, és a hanglétra legalsó hangjegyére a „c” hangra érzékeny. Ez az energiacentrum a testi jólétre, a vitalitásra van hatással, és összefügg a betegséggyógyítással, a más emberek feletti hatalommal, valamint a szexuális energiával. A második energiaközpont a keresztcsonti csakra, amely a köldök alatt helyezkedik el, és a narancsszín tartozik hozzá. Frekvenciája a „d” hang. Ettől a centrumtól függ az intellektus minősége, a szellemi világosság, és a logikus gondolkodás képessége is. A szervezetben a kiválasztás és tisztulás folyamatára gyakorol hatást. A harmadik csakra a mellcsont alatt található, és sokan napfonatcsakráknak nevezik. Színe a sárga, frekvenciája az „e” hang. Ez a centrum táplálja az öntudatot, az intuíciót, az általános szenzitivitást, és segít átváltoztatni a durva anyagot lelki-szellemi értéké. A negyedik energiacentrum a szívcsakra. A mellcsonton, a mellbimbók vonalában

helyezkedik el. Színe a zöld, frekvenciája az „f” hang. Ezen a központon át áramlanak a szeretetre való képesség energiái. Ez az életörömcentrum, a növekedés, a gazdagság, a szellemi és anyagi jólét csakrája, de a túlvilággal való kapcsolattartást is befolyásolja. Az ötödik a gégecsakra, amely a nyaki hajlatban található. A hozzá tartozó szín a kék, frekvenciája a „g” hang. Ez az energiaközpont a hang, a kifejezőképesség forrása, az alkotóenergiák elosztója. A hatodik a homlokcsakra, amit harmadik szemnek is neveznek, mert a két szem között, a szemöldökvonalban helyezkedik el. Színe az indigókék, frekvenciája az „a” hang. A szellemi világgal, valamint az ember pszichikai képességeivel kapcsolatban minden megnyilvánulás ezen a centrumon keresztül zajlik. A hetedik energiaközpont a fejtető- vagy koronacsakra, melynek helye a csecsemőkor után összenövő kutacs. Színe a lila, frekvenciája a „h” hang. Ezen a centrumon át érhető el a teljes összetartozás az éteri energiával és Istennel, valamint az univerzummal való egyesülés kozmikus tudata.

A csakrák forgási energiája nem függ a kortól és a nemtől, mozgásukat a szervezet energiatelítettsége befolyásolja. Az óra járásával megegyező irányban forognak, ha energiát vesznek fel, és ellenkezőleg, ha energiát adnak le. A csakrák egymással szoros összeköttetésben álló energiacentrumok. Közös energiavezetékekre kapcsolódnak rá, amelyek a gerincben húzódnak. A tantra jóga szerint a gerinc bal oldalán halad a negatív (Yin) energiát szállító idá, a jobb oldalán pedig a pozitív (Yang) energiát továbbító pingalá. Közöttük húzódik a semleges szusumná ösvénye, melyen a jógi testi, lelki és szellemi tudatát a pörgő csakrák centrumain át egyre magasabb szintre emeli. A szusumná az átlagemberek esetén zárva van, vagyis nem áramlik energia rajta. A szusumnát a kundalini tölti meg energiával.

Aktív közreműködés

Ismét visszatérve az Agykontrollhoz, sajnos a gyógyításnak az előzőleg ismertetett legegyszerűbb módját a legnehezebb kivitelezni. Kevesen képesek arra, hogy olyan hatásokkal kommunikáljanak a Magasabb Intelligenciával, amely első alkalommal képes végleges gyógyulást produkálni. Általában csak lassan, többszöri kapcsolatfelvétel után lehet látványos eredményt elérni. Viszont sokkal hatékonyabban megy végbe a gyógyulás, ha mi is tevékenyen közreműködünk benne, ha elképzelünk olyan eszközöket, amelyeket alkalmasnak vélünk betegségünk gyógyítására. Ha pl. nagy mennyiségű baktériumot kell valamely testrészünkből eltávolítani, akkor ennek érdekében bevethetjük a Silva által említett lézersugarat is. A lézergenerátornak azonban nem kell olyan precíznek lennie, mint a valóságban, csak addig kell elménkben tökéletesíteni, amíg elhisszük róla, hogy az egy működőképes sugárforrás. Nem baj, ha az elménk képernyőjén csak egy darab rúd jelenik meg, a lényeg az, hogy mi meg legyünk győződve ennek a rúdnak a működőképességéről. Olyan ez, mint amikor a gyermek talál egy csorba kanalat, és azt képzele róla, hogy az egy hajó, így annak megfelelően játszik vele.

A jobb agyféltekében sohasem a valóság a fontos, hanem az elképzelés. Nem számít, ha az elképzelt eszköz műszakilag nem tökéletes, mert az agy így is megkapja az üzenetet. Az elgondolás ugyanis jelen van, és az elgondolás, a szándék nyelvét a lelki képek alkotják. Ha valami rejtélyes betegségünk van, amiről fogalmunk sincs, hogy milyen segédeszközzel üzhetsünk ki szervezetünkből, kapóra jöhet a korábban alkalmazott akupunktúrás kezelés is. Amennyiben régebben találtunk egy olyan pontot, amely valamilyen mértékben segített a betegség tüneteinek csökkentésében, akkor most képzeljük el azt, hogy ezen a ponton egy elektrostimulációs készülékkel kezeljük magunkat, és ettől egyre jobban vagyunk, míg végül meggyógyulunk.

Általános regeneráló és gyógyító módszerként jól bevált az a gyakorlat, melynek során energiával árasztjuk el a szervezetünket. Képzeljük el, hogy a harmadik csakránk, a napfonat mögött egy kis nap van. Ez a fehéren izzó golyó egyre nagyobbá válik a testünkben, és energiárészecskékké válik, árasztja el minden sejtünket, a lábujjainktól kezdve a fejünk tetejéig. Egy idő után a fehér fény kilép a testünkből, és auránkat megnövelve vastag védőburkot von körénk, ami lehetővé teszi a külső, káros hatások kivédését.

Silva-féle Speciális Gyógyító Módszer

A statikus kézzel tartott gyógyításból kifejlesztett Silva-féle Speciális Gyógyító Módszer a kézzel tartott terápia legelőkeltebb formája. Hatásmechanizmusa lényegében megegyezik az Agykontroll gyógyító mechanizmusával, a különbség csak annyi, hogy ezt a módszert lokális problémák gyógykezelésére használjuk. Tudatunk alfa tartományában felvesszük a kapcsolatot a Magasabb Intelligenciával és kezünket a kezelendő testrész fölé helyezve mintegy rámutatunk a beteg szervre. Gondolati úton beprogramozzuk a kozmikus agy számítógépét, amely összehasonlítja a beteg szervet a tárolt képpel és a szükséges korrekciókat elvégzi. A gyógyulás, mint minden kézzel tartott módszernél, itt is energiabeszívás útján történik, de most a Magasabb Intelligencia vezérli, hogy újraindítsuk energiamezőiből milyen és mennyi energia áramoljon be a beteg szervbe ahhoz, hogy az energiaegyensúly létrejöhessen. A gyógyító lánc kialakulásának alapvető feltétele, hogy a kezünket ráhangoljuk az agyunkra, vagyis kézfejünket azon a frekvencián rezgessük, amely frekvencián agyunk a kommunikálást végzi.

Mellékesen megjegyezve újabban ezt a hatást mesterséges eszközökkel is ki lehet váltani. Az erre a célra alkalmas készülékek egy beépített generátor segítségével 10 Hz frekvenciájú jelet állítanak elő, amelyet felerősítve bevezetnek egy elektromágnesbe. Ezt a szivacsbetétbe ágyazott elektromágneset a test azon felületére kell helyezni, ahol a fájdalmat érezzük, és a gyógyító hatás így is létrejön. Mivel ebben az esetben nem a Magasabb Intelligencia, és nem is a gyógyító jobb agyféltekéje irányítja, hogy milyen energiák kerüljenek kisugárzásra, valószínűleg itt a beteg tudatalattija veszi át az irányítást, és dönti el, hogy a periodikusan kisugárzott Yang és Yin jellegű energiából mennyit vesz fel. Ilyen kísérletek egyébként már korábban is folytak a műsoros kazettán árusított úgynevezett „gyógyító hanggal”. Ennek a módszernek azonban az a hátránya, hogy a testfelületre helyezett kisebb méretű magnó hangszórójából nem csak elektromágneses hullámok áramlanak ki, hanem a 10 Hz frekvenciának megfelelő kattogó hang is, amely a környezetünkben tartózkodókat egy idő után meglehetősen idegesíti. A másik hibája ennek a módszernek, hogy a kommersz magnók sebessége többnyire eltér a szabványértéktől, így a kívánatos 10 Hz-es frekvencia nem biztosítható pontosan.

A II. fejezetben részletesen szó volt arról, hogy mire kell vigyázni az akupunktúrás, az akupresszúrás és a statikus kézzel tartott energiabevitelnél. A dinamikus kézzel tartott gyógyítás alapvetően abban különbözik a statikus kézzel tartott gyógyítástól, hogy itt nem kell irányítani az energiabeszívást, tehát nincs szükség rá, hogy beelássunk a testbe, ezt elvégzi helyettünk a Magasabb Intelligencia. Statikus kézzel tartott gyógyítással csak az képes gyógyítani, akinek a kezéből legalább tízszer akkora energia áramlik ki, mint egy átlagember ujjából. Ez az energia béta tartományban, tehát állandó jelleggel generálódik és intenzitása csak fáradtság esetén csökken kissé. Vannak olyan healerek is, akiknek annyira erős az energiakisugárzásuk, hogy már 20 cm távolságból is képesek besugározni a beteg testrészt, vagy megnyitni felette a bőrt. Mivel energiájukat kikapcsolni nem tudják, ezért az utcán mindig zsebre tett kézzel sétálnak, nehogy egy véletlen érintés folytán megsértsenek valakit. Önmaguk megsértése ellen védettek ugyan, de ennek az az ára, hogy saját magukat nem képesek kezelni, erre más healereket kell megkérniük. A dinamikus kézzel tartott gyógyításnál azonban nincs szükség erre a különleges képességre. Miután itt az energia rajtunk keresztül ugyan, de kívülről jön, az irányítást is külső erők végzik, így bárki képes arra, hogy tudatának alfa tartományában 10 Hz-es frekvenciájú rezgő mozdulatokat végezve kézzel tartott gyógyítson. A Távol-Keleten egyébként évszázadok óta alkalmaznak egy ehhez hasonló módszert. Japánban a kézzel tartott gyógyítás szabályait a Reiki foglalja össze, és népszerűsége vetekszik az akupunktúrával.

Kiegészítés

Mivel a pszichoenergetikai gyógyítás és a parapszichológiai jelenségek között igen szoros összefüggés van, befejezésül, az érdekesség kedvéért próbáljuk meg néhány parajelenség feltételezett hatásmechanizmusát megfejtetni. A II. fejezetben szó volt arról, hogy az akupunktúrás kezelése során a Yang vezetékek telített pontjainál hidegnek, a Yin vezetékek telített pontjainál pedig meleg-

nek érezzük a bőrt. A Fülöp-szigeteki healereknél járt betegek is nem egyszer említették, hogy a kézzel való energiabesugárzás során hol hidegnek, hol pedig melegnek érezték a kezelt testrészeit. Ez arra enged következtetni, hogy a Yin energia terjedése során kissé felmelegíti, míg a Yang energia néhány fokkal lehűti az útjába eső anyagot.

Arra is van magyarázat, hogy a szellemek és az UFO-k jelenlétében miért érezzük hidegebbnek a levegőt. A hőmérséklet ugyanis nem más, mint az atomok, molekulák rezgése a levegőben, vagy bármely anyagban. Az éteri részecskékből álló asztrálest intenzív pozitív szubatomi energiá-részecskéket sugároz magából. Az UFO-kat magasba emelő antigravitációs energia is gravitációsemlegesítő energiá-részecskékből áll, amelyek behatolnak az anyagba. A levegőbe vagy egyéb anyagokba beáramolva gátolják az atomok rezgését, mely által csökken az anyag, jelen esetben a gázmolekulák alkotta levegő hőmérséklete.

Sokak számára komolytalannak tűnhet a téma, de az úgynevezett asztaltáncoltatásnál is megfigyeltek egy határozottan hidegnek tűnő légáramlatot. A mérések szerint az asztal körüli hőmérséklet-csökkenés az 5-6 °C-ot is elérheti. Mint ismeretes, ezeken a szeánszokon a résztvevők körülülnek egy asztalt, kezüket az asztal fölé helyezik, és gondolati úton Yang energiát sugároznak az asztallapba. Amikor a Yang energia olyan nagy, hogy ellensúlyozni képes a földből kilépő Yin energiát, a gravitációt, akkor az asztal felemelkedik a levegőbe. Azt természetesen a résztvevők nem tudják, hogy most Yin vagy Yang energiát kell-e kisugározniuk, ezt szintén az egyetemes agy dönti el. Ahhoz, hogy a Magasabb Intelligenciával létrejőjön a kapcsolat, elengedhetetlenül szükséges, hogy legalább a résztvevők egyike le tudjon menni alfa szintre.

Érdekes kísérő jelensége az asztaltáncoltatásnak, hogy a helyiségben áramló Yang energia sokszor a többi berendezési tárgyra is kihatással van. A bútorokon átáramló antigravitációs erőter felborítja a korábbi erőegyensúlyt, a súlyerő csökkenésével a belső feszültségek felszabadulnak, amely pl. a szekrények recsegésében, ropogásában nyilvánul meg. További érdekes megnyilvánulása ezeknek a szeánszoknak, hogy a Yang energiával töltött berendezési tárgyak az energiakisugárzást előidéző személy felé mozdulnak el, míg a Yin energiával, vagyis a gravitáció által átjárt átlagszemélyek taszító hatást fejtenek ki ezekre a tárgyakra. Úgy tűnik, hogy a mágneses erőterekkel ellentétben itt a két ellenkező pólus nem vonzza, hanem taszítja egymást.

Az előbbi pszichokinézisen alapuló jelenséggel rokon a telekinézis hatásmechanizmusa is. Ennél a ma még csak kanálhajlítgatásoknál alkalmazott jelenségnél szintén egy intenzív energiaáramlás okozza a fémek alakváltozását. Az ujjakból kiáramló antikohéziós energia „megpuhítja” a fémtárgyakat, amelyek ily módon már a saját súlyuk alatt is meghajlanak. Miután az anyag az energia belépése helyén puhább, mint a kilépés helyén, ezért felülről alkalmazva a besugárzást az a fura jelenség is előállhat, hogy a kanál nyele felfelé görbül. Ennek valószínűleg az az oka, hogy az anyag keményebb részeiben uralkodó feszültség a puhább, vagyis a könnyebben összenyomható felület felé hajlítja a fémet. Ha az anyagban túl nagy a feszültség, pl. műanyag vagy hőkezeletlen üveg esetén, akkor a feszültséggócok besugárzásának hatására olyan kiegyenlítettlen erők szabadulnak fel, hogy a tárgy könnyen el is törhet. Egy bizonyos határon túl a Yang energia feldúsulása a besugárzott tárgy kristályszerkezetét is szétborzolhatja, ami az anyag szétmorzsolódásában, szilánkokra való szétesésében nyilvánul meg.

Feltételezhetően az asztaltáncoltatáshoz hasonlóan a levitáció jelensége is egy tudatalatti szinten magunkban előidézett energiafeltöltődés következménye. Ennek a jelenségnek a legismertebb gyakorlója Copertinói Szent József szerzetes volt, aki ha théta szinten lezajló meditáció során kellő mennyiségű Yang energiát gyűjtött magába, akkor nem csak lebegni, hanem a földtől elrugaszkodva repülni is tudott. Különös módon ennek a madarakkal is beszélni tudó szerzetesnek kisebb vizsgálatoktól eltekintve nem származott komoly hátránya ebből a képességéből. Annak ellenére, hogy a középkorban élt, az egyház nem neheztelt rá, csupán élete végén szigetelték el egy kolostorba zárva az érdeklődők egyre növekvő tömegétől. Nem volt azonban ilyen szerencsésük a hasonló adottságokkal rendelkező, kevésbé szentéletű kortársaknak. Ebben a korban ugyanis a parapszichológiai képességekkel megáldott vagy inkább megvert embereket boszorkánysággal vádolták, és miután az agyfrekvencia tartós lecsökkenése rendszerint együtt jár a szubatomi energia intenzív felvételével, ezek a személyek kisebb-nagyobb mértékben szintén veszítettek a testsúlyukból. Ennek a ta-

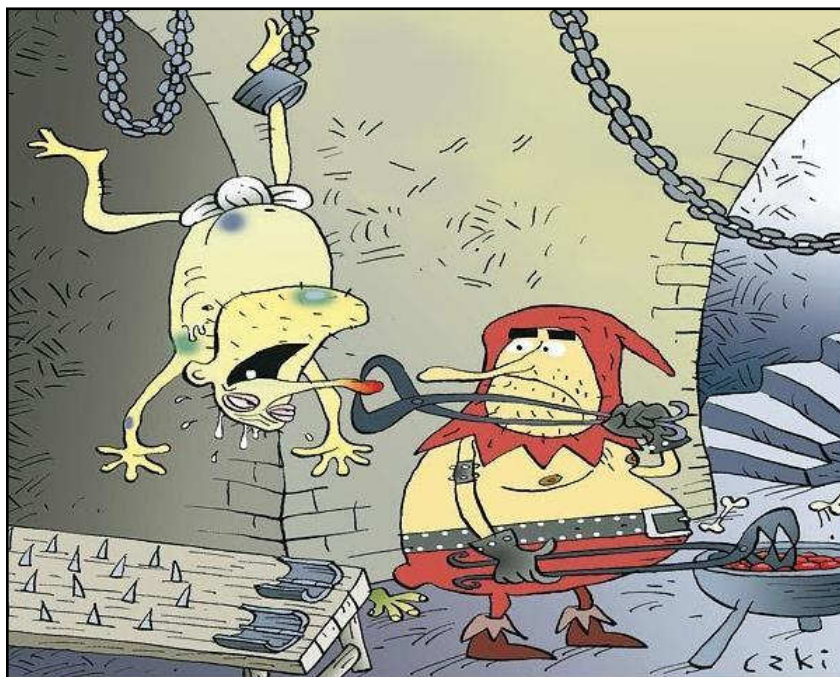
paszlatnak az alapján vált általánossá a boszorkányperekben az úgynevezett vízpróba. A vádlott tanúk előtt történt vízbe merítése során a súlytalan vagy az átlagosnál könnyebb test természetesen fennmaradt a víz felszínén, mely egyet jelentett a vád beigazolódásával, és maga után vonta a máglyán való élve elégetést.

Ne higgyük, hogy ezek a perek egyedi esetek voltak a középkorban. Évszázadokon át több mint 1 millió nő és férfi halt máglyahalált az esztelen boszorkányüldözések miatt. A boszorkányüldözés nem egyszer tömeggyilkosságba torkollott. 1590-ben a németországi Werdensfels egész lakosságát (4700 embert) kínozták és küldték máglyára, mert a szomszéd város szerint az ördöggel cimboráltak. Egyébként nem Copertinói Szent József volt az egyetlen szent, aki ájtatos fohászai során a levegőbe emelkedett. A feljegyzések szerint több mint 200 katolikus szent levitált rendszeresen. Köztük volt Assisi Szent Ferenc, Szent Domonkos, Siennai Szent Katalin és Avilai Szent Teréz. A levitáció

jelensége nálunk sem volt ismeretlen. A történeti leírások szerint amikor Szent László királyunk a kápolnájában imádkozott, a teste fénylett, és a kövezettről felemelkedve lebegett. Nevéhez több természetfeletti cselekedet is kapcsolódik. Gondolati úton ő idézte elő a tordai hasadékat az őket üldöző tatárok megállítására, és szomjazó serege számára a sziklából vizet fakasztott.

Minden bizonnyal a levitációhoz hasonló energiafeldúsulási jelenséggel állunk szemben a tűztáncnál is. Mint ismeretes, ebben az esetben a kísérlet alanyai 400-700 °C-os izzó parázsszőnyegen sétálnak át anélkül, hogy talpuikon az égés legcsekélyebb jelei is tapasztalhatók lennének. Dr. W. T. Brigham, a British Museum kutatója személyesen tapasztalta, hogy ennél a jelenségnél a mechanikai védelem semmit sem segít a hő visszatartásában. Három bennszülöttel figyelte a Kona-szigeten kitört vulkánt, amikor a láva elzárta az útjukat. Kísérői azonban nem estek kétségbe, hanem elindultak, hogy átvágjanak a fortyogó lávafolyamon. Megpróbálták rávenni a tudóst is, hogy tartson velük. Ő hallani sem akart róla, de a végén – más megoldás nem lévén – rászánta magát az átkelésre. A biztonság kedvéért azonban a cipőjét és a zokniját magán hagyta. A bennszülöttek jót nevettek rajta, amikor a lábbeli és a zokni elégett cafatai lemaradtak mögötte, de végül ő is sértetlenül tette meg a 46 méteres utat. Az auralátók – vagyis azok a személyek, akik a bioenergia által gyengén ionizált levegő láthatatlan fénysugarait is érzékelik – állítják, hogy ebben az állapotban a lábából kiáramló energiasugárzás intenzitása megnő, és színe kékről vörösre vált. Tudományos mérések is alátámasztják ennek a jelenségnek a megnyilvánulását. Victoria Managas Kirlián-fotókkal végzett vizsgálatai során egyértelműen látszott, hogy nyugalmi állapotban a koronakisülés kisebb és kékes volt, míg a tűztánc során az aura sokkal erőteljesebben és vörös színnel rajzolódott ki a lábak körül. A tűzön járók egyike szerint „ilyenkor olyan érzés fog el, mintha kiszökne a vér a lábamból, a lábfejem elzsibbad és anélkül, hogy érinteném, szinte repülök a parázson.”

Nem mindenki alkalmas arra, hogy önmagát hipnotizálja, ezért elengedhetetlen egy „tisztánlátó” személy jelenléte, aki meg tudja állapítani, hogy az intenzív energiasugárzás megindult-e a szertartáson résztvevők lábain. A tűzpróba azonban így sem veszélytelen. Nagyon fontos, hogy az illető szentül meg legyen győződve arról, hogy kiállja a próbát, sérülés nélkül átjut a sokszor 25 m hosszú



– Hálásan köszönöm uram, hogy felébresztett.
Ha tudná, hogy milyen rettenetes rémálmom volt?

izzó ösvényen. Különbözik úgy jár, mint az a hindu vezeklő, aki a durbani újságok híradása szerint egy izzó parázzsal teli árkon próbált végigsétálni. A társaihoz hasonlóan ő is baj nélkül elindult, de az árok közepén hirtelen megingott. Valószínűleg kiesett a „transzból”, mert a fájdalomtól eltorzult arccal összeesett. A nézők nem tudtak rajta segíteni, meg kellett várniuk, amíg kínálódva elkúszott az árok széléig, ahonnan már ki tudták húzni. Rettenetesen összeégett. Azonnal a legközelebbi kórházba szállították, ahol csak többszöri bőrátültetéssel tudták az életét megmenteni.

Az irányítástól függően nem csak a lábon, hanem bármely testfelületen megjelenhet ez a koncentrált energiasugárzás. Egy bolgár fiatalember pl. kézen állva is végig tud menni a parázzson. Mivel a koncentrált energiahullámok nem csak a kézen és a lábon áramlanak ki, hanem az egész testfelületen, az afrikai kung törzs tagjai bele is hemperegnek a tűzbe. Eközben nem gyulladt meg sem a ruhájuk, sem a hajuk, és nem szenvedtek semmilyen bőrsérülést. Van, aki ebben az állapotban megfogja a vörösén izzó vasrudat, vagy belelógatja nyelvét illetve ujjait az olvadt vasba, és semmi baja sem esik. Ezenkívül képes arra is, hogy bármelyik végtagját a tűzbe tartsa, anélkül hogy megégne, sőt arra is vállalkozik, hogy forró ólmot önt a szájába, és utána olyan nyugalommal viselkedik, mintha szájvízes öblögetést végezne. Ezzel a mutatvánnyal sokkolta nézőit Nathan Coler is. A marylandi Eastonban élő kovács 1871-ben mezítláb állt egy fehéren izzó lapáton, amíg az ki nem hűlt, és közben izzásig hevített fémdarabokkal zsonglörködött, majd olvadt ólommal gargarizált. Ennek a jelenségnek a legvalószínűbb magyarázata, hogy tudatunk alsó tartományában többlet Yang energia áramlik testünkbe, amely a kívánt helyen kisugárzódik. Ez a koncentrált energiakisugárzás a páncélnál is keményebben védi bőrünket, távol tart minden anyagot a testünktől, legyen az gáz-, folyékony- vagy szilárd halmazállapotú. Ennek tudható be, hogy az intenzív hőenergia-sugárzás nem képes a bőrünkbe hatolni, séta közben az izzó parazsat hűvösnek, vagy csak enyhén melegnek érezzük.

Ezen a téren Richardson, a középkor híres mutatványosa produkálta a legmeghökkenőbb eseteket. A XVII. század főnemesi udvaraiban számos naplóíró feljegyezte, hogy a nyelvére tett égő szénen osztrigát sütöttek, majd nyílt lángon megolvasztott cseppfolyós üveget ivott. A 200 évvel ezelőtt élt híres médium Home is gyakran fürdette arcát a tűzben. Különleges adottsága volt, hogy a séríthetlenséget a szeánszok idejére a nézőire is képes volt kiterjeszteni. A kandallóból kivett izzó parazsat a kezükbe adta anélkül, hogy bármi bajuk esett volna. A Yang energia bőrfelületen való koncentrációja, a támadásnak kitett testfelület ily módon történő mechanikus védelme a régi kínai harcművészetben is megfigyelhető. A Chi Kung (csi kung) beavatott mesterei képesek arra, hogy koncentrált energiából összefüggő „páncélinget” alkossanak a testük körül. Ezt követően hagyják, hogy teherautóval áthajtsanak rajtuk, és utána sértetlenül állnak fel. Az „aranyharang” technika alkalmazása megvédi testüket minden külső sérüléstől. A Chi Kung gyakorlatok egy speciális formája a Kung Fu (kungfu), ahol az energiát az egyik karba irányítják, majd pusztán kézzel vastag betonlapokat törnek össze.

Azonban nem csak többlet Yang energia áramolhat belénk, hanem a Yin energia is felhalmozódhat a testünkben. Léteznek ugyanis olyan emberek, akikből kipihent állapotban olyan erős Yin jellegű sugárzás árad ki, hogy ha hosszabb időre megállnak, odatapadnak a földhöz. Ezt az állapotot nem lehet tudatilag befolyásolni. Ezért a Missouri államban élő Frank McKinstry séta közben nem állhat meg, mert akkor úgy odatapad a lába a földhöz, hogy nem tud továbbmenni. Meg kell kérnie valakit, hogy emelje fel a lábait, mert saját erejéből nem képes elmozdítani a talajtól.

Ennek a fajta sugárzásnak egy másik igen gyakori megnyilvánulása, hogy az intenzív Yin energiát kibocsátó emberek súlyos, sokszor több kilogrammos tárgyakat is képesek megtartani a testükön. A különböző tárgyak úgy odatapadnak a bőrükhöz, hogy járás közben sem esnek le a hátukról vagy a mellükről. A jelenlegi világsúcs egyébként 57,6 kg, amit egy magyar természetgyógyász, Harasztosi László tart. Ezt a képességét másokra is át tudja ruházni. Kézrátétellel megnöveli az önként jelentkezők szervezetének Yin-energiaszintjét, akik aztán szintén képesek különféle tárgyakat megtartani a testükön. Egy Ontario állambeli tinédzser, Caroline Clare Yin energiakisugárzása másfél évig tartó rejtélyes betegsége után nőtt meg. Felgyógyulása után olyan „magnetikus” lett, hogy a bőréhez tapadó evőeszközöket erővel kellett leszedni róla. Nem zárható ki, hogy ezeknek a sugárzásoknak a művi

úton való előállításával nagyobb tömegű tárgyakat is mozgásba lehet hozni, vagy különböző anyagokat távol tudnánk tartani magunktól.

Az intenzív Yang energia-kibocsátás másik kísérő jelensége a Yin energiaprészekkel átjárt tárgyak taszítása. A szubatomi energia világában ugyanis az ellentétes töltésű tárgyak nem vonzzák, hanem taszítják egymást. Mivel a Föld felszínén minden tárgyat és anyagot átjár a gravitációs energia, kisugárzását tekintve Yin jellegűnek tekinthető. A XIX. században élt Angelique Cottin nem csak az iránytűt bolondította meg, hanem a helyiség berendezési tárgyait is. A 14 éves lányt a Francia Tudományos Akadémia tudósai is megvizsgálták, és megállapították, hogy a kávéskanáltól a több mázsás szekrényig minden elhúzódtott tőle. A testéből feltehetően változó intenzitású Yang hullámok áramlottak ki, mivel az általa megérintett tárgyak vibráltak. Minden valószínűség szerint Mózes is ezt a csodával határos jelenséget idézte elő a Vörös-tenger kettéválasztása során. A Biblia részletesen leírja, hogy amikor a zsidó nép a tenger partjához ért, hajók hiányában nem tudtak tovább menekülni. Ekkor Mózes a botjával a vízre mutatott és Isten segítségével kettéválasztotta a tengert. Ezt követően az emberek száraz lábbal kelhettek át a fövényen, miközben az energiafallal védett folyosó két oldalán „a víz szilárdan állt”.



Sokan nem hisznek az UFO-történetekben, de a különféle leírásokból egy-két elgondolkoztató következtetés azért levonható. Mivel ezek a járművek hangrobbanás, sőt a legkisebb zaj nélkül képesek közlekedni, nagyon valószínű, hogy az űrhajót egy energiapajzs veszi körül, amely szétnyitja előtte a levegőt, így a közlekedésük tulajdonképpen légüres térben történik. (Ezt a feltételezést támasztja alá az is, hogy nincsenek rajtuk függőleges vezérsíkok. Miután a levegő nem játszik szerepet a repülésükben, nem szükséges őket ily módon stabilizálni.) Azt is megmérték, hogy ezek a Bernoulli törvénye alapján egyetlen nagy és irányfüggetlen szárnyfelületnek tekinthető csészealj alakú járművek levegőben max. 72 000 km/h, vízben pedig (az eddig mért legnagyobb érték szerint) max. 1852 km/h sebességgel képesek haladni. Néha gömb alakú UFO-kat is látni. Ezeknél a felhajtóerőt a Magnus hatás biztosítja. (Tengelyére merőleges mozgatása esetén a gömb alján a forgatás és a transláció sebességének különbsége, míg felül a két sebesség összege jelenik meg. Emiatt felül vákuum alakul ki, ami felszippantja a haladó gömböt.) A nagyságrendnyi sebességkülönbségből arra lehet következtetni, hogy a haladási sebességet nem a hajtómű szabja meg, hanem az energiapajzs anyagszétválasztó képessége. Úgy látszik, hogy minél sűrűbb az anyag, annál lassabban tudja a szétválasztó pajzs a gyors haladáshoz szükséges légüres, vagyis súrlódásmentes teret megteremteni.

Mellesleg ez a sebességnövelő módszer már előttünk sem ismeretlen. Mivel a víz közegellenállása ezerszerese a levegőének, a hadihajók által kilőtt torpedók sebessége nem haladta meg a 100 km/h-át. Orosz kutatók azonban rájöttek arra, hogy ha a rombolót gázburokkal veszik körül, nem érintkezik a vízzel, így alig fékeződik. A gázköpeny létrehozása nem igényel üzemanyagot, mert magától kialakul. Csupán a propellert kellett rakétahajtóműre lecserélni. Az óránkénti 180 km -es sebesség elérésekor kavitációs buborékok keletkeznek az úszótest körül, melyek a sebesség fokozódásakor gázköpennyé sűrűsödnek. (Nem a vízben oldott levegőmolekulák válnak ki, hanem az erős súrlódás hatására a vízmolekulák felbomlanak, és az ily módon keletkezett oxigén illetve hidrogén-gáz alkotja a pajzsot.) A gázcsóvában repülő Skval torpedó sebessége már a kísérletek kezdetén elérte az 500 km/h-át. A hírek szerint már tervezik egy 5000 km/h sebességű tengeralattjáró létrehozását, amely 1 óra alatt átszelné az Atlanti-óceánt. Ezt az utat a Concorde szuperszonikus utasszállító repülőgép jelenleg 3,5 óra alatt teszi meg. Az igazi megoldás azonban a légüres térben történő repülés lenne, melynek legtökéletesebb magvalósítási módja a szubatomi plazmaburok létrehozása. A plazmaburok létrehozásának másik módja, hogy a jármű külsejét nagy sebességgel forgatjuk az irányítótorony körül. Ez esetben az ionizálódást a súrlódás, levegőmolekulákkal való összeütközés hozza létre, és a jármű a plazmaburkon belüli légmentes alagútban akadálytalanul repül.

Ez az energia egyébként szilárd anyagon keresztül is képes utat vágni. A Jeges-tengeren megfigyeltek már olyan UFO-t is, amely 11 méteres jégpáncél alól emelkedett fel úgy, hogy szinte kirobantotta a jeget maga felett. Ennek a legtöbbször sarló alakú energiapajzsok a színe a repülő csészealj sebességétől függ. Az energiakisugárzás legnagyobb sebesség esetén a legintenzívebb, ilyen-

kor az energiaburok színét vörösnek látjuk. Már arról is van adatunk, hogy a világűrben milyen sebességgel haladnak ezek a járművek. Közegellenállás hiányában elvileg csak a fénysebesség szabhatna határt a haladásuknak. Japán űrkutatók azonban a Soho segítségével a fénysebesség 14-szeresét regisztrálták. Az általuk fellőtt napvizsgáló műhold fotóit elemezve észrevették rajta egy UFO-t, amely 4 176 000 km/s sebességgel haladt a napkarima mentén.

Aki még nem tudná a repülő csészealj elnevezés az újkori UFO-észlelések kezdetekor, 1947. június 24-én került be a köztudatba. Ezen a napon a 32 éves, Idaho állambeli Kenneth Arnold (egy szenvedélyes amatőr pilóta) Földön kívüli járműveket látott, amelyeket a beszámolójában repülő csészealjakhoz hasonlított. A Washington állambeli Cascade-hegységben egymotoros gépből mintegy 3000 méteres magasságban egyszerre 9 ilyen tárgyat észlelt, amint egymás után repültek. Az újságírók tőle vették át a „repülő csészealj” kifejezést, habár ezt



Ez az USO 1972. november 11-én emelkedett ki a tengerből. A norvég haditengerészet két héten át követte Sognefjordnál.

1878-ban a Daily News tudósítója is használta már, amikor John Martin texasi farmer Denison város környékén hasonló járművet látott. Az „UFO” elnevezés pedig nem más, mint az azonosítatlan repülő objektum, angolul Unidentified Flying Object rövidítése. A földönkívüli űrhajókat egyébként az egész világon ezzel a szakkifejezéssel illetik, kivéve Franciaországot, és a spanyol nyelvterületet ahol „OVNI” a nevük. Ismert még az USO (Unidentified Swimming Object) kifejezés. Az azonosítatlan úszó objektum azonban nem más, mint a tengerbe merült, tengeralattjáróként közlekedő UFO. A vízben is ugyanúgy halad, mint a levegőben. Nem ér hozzá a vízhez. A jármű fém burkolatából kisugárzó plazmaburok által keltett légüres kapszulában siklik előre. Ebben a közegben is a súrlódás hiányának tudható be az igen nagy sebessége. Léteznek azonban kifejezetten víz alatti közlekedésre kifejlesztett speciális USO-k is. Ezeket a föld alá költözött civilizációk (Atlantisz, Mukulia) használják kutatási, megfigyelési célokra. Ilyenek-vel már mi is találkoztunk, a haditengerészet jól ismeri őket.

Sokszor bebizonyosodott már, hogy ezeket a járműveket hagyományos eszközökkel megtámadni is lehetetlen, mert az űrhajót körülvevő intenzív energiapajzs illetve a fedélzeti sugárfegyver a kilőtt rakétát, vagy a támadó repülőgépet egy pillanat alatt dematerializálja. Mivel kint a világűrben semmi sem lassítja az UFO-k haladását, ezek a járművek a fénysebességet is könnyen el tudják érni. Mivel ilyen sebesség mellett gyorsításnál és lassításnál már elviselhetetlen mértékű tehetetlenségi erő lépne fel, ezért biztos, hogy birtokukban van az antigravitációs energia tetszőleges mértékű sűrítési módszere. Ezt látszik alátámasztani az a megfigyelés is, hogy az UFO-k maximális sebességgel történő haladásuk során is képesek egy pillanat alatt megállni vagy irányt változtatni, és ugyancsak egy szemvillanás alatt képesek a legnagyobb sebességüket elérni.

Több jel mutat arra, hogy az UFO-nak az energiaburkán kívül a hajtóműve is szubatomi energia. Erre utal az a megfigyelés, hogy földre szállásuk után a hajtóműből kiáramló lángnyelvek nem gyűjtik fel a növényzetet, nem roncsolják szét a növényi sejteket, és nem égetik össze a talajt. Az intenzív energiakiáramlás következtében a fűszálak csupán elsárgulnak, a gyökeik viszont érdekes módon elszenesedik. Ezzel egyidejűleg a talaj kémiaileg megváltozik, és emiatt a leszállás helyén a jármű méretével arányos kör alakú területen éveken keresztül nem nő új növényzet. Ehhez valószínűleg az is hozzájárul, hogy a szubatomi sugárzás hatására a talaj rendkívül szárazzá válik, nem képes magába

szívni a vizet, sőt vízbe szórva lebeg a felszínen, nem alakul sárrá. Különös következmény még, hogy a legintenzívebb sugárzásnak kitett helyeken a talaj sterilé, mikroorganizmusoktól mentessé válik. Ha az UFO országúton landol, akkor felszállás után az aszfalt sokszor meggyullad úgy, hogy az égés mindig belülről, a mélyebb rétegekből indul ki. Ez a hőhatás leginkább a mikrohullámú sütőhöz hasonlítható, azzal a különbséggel, hogy itt nem elektromágneses, hanem szubatomi energiasugárzás a belülről kifelé irányuló melegedés kiváltó oka. Sajátos hatása ennek az energiakisugárzásnak, hogy megbénítja az elektronáramlást, közvetlen közlőről leállítja a gépkocsik gyújtását, működésképtelenné teszi a repülőgépek navigációs rendszerét, vagy nagyfeszültségű távvezetékek felett áramkimaradást okoz. Az UFO távozásával ezek a hibák rendszerint maguktól megszűnnek.

A hozzánk érkező idegenek feltehetően eltérő fejlettségi szinten álló civilizációk küldöttei. Ezt igazolja az a megfigyelés is, hogy egy részük, számítva az ellenséges magatartásunkra, különleges szkafandert visel, illetve általunk még fel nem fedezett nagy atomsúlyú anyagokból készült ruházattal védekezik a támadások ellen. Ennek a fémesen csillogó vagy sötét színű egybeszabott ruházatnak a jellegzetessége, hogy rendkívül szilárd, hagyományos eszközökkel szétroncsolhatatlan. A legfejlettebb civilizációk képviselői azonban már energiaburokkal védik önmagukat. Ez egy olyan átlátszó gömb, amelyen semmilyen anyag nem képes áthatolni, a külvilágból csak olyan anyag juthat be a gömbbe, amelyet a bent lévő személy beenged.

Figyelemre méltó még, hogy a földön többfelé is találtak már úgynevezett „angyalhajat” amely nagy valószínűséggel az UFO-k valamilyen salakanyaga. Lehet, hogy ez a csavarásnak és húzásnak egyaránt ellenálló szálak anyag a szubatomi energiagerjesztés mellékterméke? Egy olasz professzor, Giovanni Canneri megvizsgálta ezt a különös anyagot, és megállapította, hogy felépítését tekintve rostos szerkezetű. Melegítés hatására megkeményedett, majd olvadni kezdett. Áttetsző folyadék lett belőle. Fő összetevői: bór, mész, szilícium és magnézium. Nem zárható ki az sem, hogy ez a pókhálószerű anyag az UFO-k interplanetáris, illetve dimenziók közötti közlekedésének következménye. A hiperűrsebességgel történő utazások során, az éterestről fizikai testre átváltva olyan intenzív szubatomi reakció lép fel, ami a levegőből kicsapja ezeket a zselés tapintású szálakat.

Ezt a feltételezést támasztja alá, hogy a spiritiszta szeánszok során gyakran megjelenő ektoplazma is hasonló tulajdonságú. Ez is nyomtalanul felszívódik egy idő után, mint az angyalhaj. A megfigyelések alapján azonban nem minden UFO bocsát ki magából, vagy kelt maga körül angyalhajat. Ez csak bizonyos típusú járművekre jellemző. Elképzelhető, hogy a Földön kívüli járművek hajtóművének kisugárzására vezethető vissza a sokfelé talált rejtélyes tük keletkezése is. Egyébként angyalhajat a világ minden kontinensén találtak már. A legemlékezetesebb angyalhajhullás a portugáliai Fatimában történt 1917 októberében, a Szent Szűz kinyilatkoztatása során. Az angyalhajhullás dömpingje az 1940-es '50-es és '60-as évekre tehető, vagyis arra az időszakra, amikor a legtöbb UFO-t látták az égen.

A szakirodalom nemcsak ufótevékenységgel kapcsolatba említi angyalhajat. 1848-ban erős földrengés rázta meg Kelet-Sziámot. A folyók fehéren habzottak és tajtékostak, a föld pedig emberi hajhoz hasonló szálakat dobott magából. A végük ugyan a földben gyökerezett, de az erős szélmozgás kitepte és a magasba repítette őket. Még égett szaguk is az emberi hajra emlékeztetett. A kínaiak is gyűjtöttek ilyen haját földrengések után. Azt már tudjuk, hogy néhány órával a földrengés előtt a föld mélyéből erős mágneses sugárzás tör fel. Ezt érzékelik az állatok, amelyek ilyenkor pánikszzerűen hagyják el a környéket. Ha nagyon erős a sugárzás, akkor ionizálja a levegőt, ami földrengésfényként nyilvánul meg. Valószínű, hogy ez a sugárzás éteri jellegű, mert az UFO-k antigravitációs sugárzásként koncentrált pozitív mágneses részecskéket bocsátanak ki magukból. Csak azt nem tudjuk, miért keletkeznek ezek a szálak.

Érdekes megfigyelés, hogy a bennünket először felkereső idegenek félnek a vakuval történő fényképezéstől. Ilyenkor maximális sebességgel cikcakkban elrepülnek. Ennek a sajátos viselkedésnek valószínűleg az az oka, hogy a vakut koncentrált energiaforrásnak vélik, és azt hiszik, hogy sugárfegyverrel támadtunk rájuk. Egészen más reakciót vált ki ez a cselekedet a világunkat jól ismerő földönkívüliekből. A jóindulatúak nem törődnek vele, a rosszindulatúak viszont sugárfegyverrel visszalőnek, ami nem sok jót ígér a gyanútlan fényképésznek.

Ennél is súlyosabb következményekkel jár, ha rájuk támadunk. Mostanában az Atlanti-óceán északi részén, a Norvégia, Izland és Skócia által határolt háromszögben intenzív ufótevékenység zajlik. Mivel az amerikai haditengerészetet is nagyon érdekli a földönkívüliek technikai színvonala, 1993. április 15-én odaküldtek egy hadihajót. Az idegenek azonban nem nézték jó szemmel, hogy utánuk kémkedünk, ezért a See Shadow lopakodó hadihajót megsemmisítették. 1997. május 18-án a Zsukov hadihajó elleni rejtélyes támadás borzolta a kedélyeket ebben a térségben. Az orosz haditengerészet által is megerősített eseteírás alapján a legénység aznap éjfélkor egy szivar alakú, legalább 60 méter hosszú objektumot pillantott meg az égen, amely váratlanul megtámadta a hadihajót. A figyelmeztetés azonban nem használt. Szergej Vorlenov kapitány rádión értesítette a fekete-tengeri központot az incidensről, majd kiadta a parancsot a repülő objektum megsemmisítésére. Ezt nem kellett volna, mert 3 perc múlva már rémült hangon tájékoztatta a központot, hogy az UFO tüzet nyitott a hajóra, feltehetően sugárfegyverrel. Amikor találat érte a hajó derekát, utasítást adott a visszafordulásra, de ez már késő volt. Az UFO ismét tüzel – mondta. Ekkor egy hatalmas tűzlabda villant a nyílt vízen, és a rádióösszeköttetés végleg megszakadt a tengerészekkel. A helyszínre érkezett mentőalakulatok nem találták meg sem a hadihajó roncsait, sem a 860 fős legénységet. A szubatomi plazmagömb mindent nyomtalanul elégetett, megsemmisített. Háromheti megfeszített keresés után feladták a reményt.



A materializáció és a dematerializáció elve alapján viszonylag egyszerűen megfejtendő lenne a teleportáció rejtélye is. Mint ismeretes, a teleportáció tértől és időtől független jelenség. Márpedig nehezen képzelhető el, hogy egy bármekkora tömegű test pillanatok alatt eljuthasson Földünk bármilyen távoli pontjára, még akkor is, ha ez a jelenlegi feltételezéseink szerint a negyedik dimenzióba való átforgatás útján történik. A teleportáció végbemenetelére sokkal racionálisabbnak tűnik az a magyarázat, hogy az, aki elő kívánja idézni ezt a jelenséget, tudatának alsó tartományában kapcsolatba lép a világegyetem központi memóriájával. Közli, hogy mit és hová akar áttelepíteni, és ha az nem ütközik az univerzum törvényeivel, akkor a jelenség egy pillanat alatt lezajlik. Az objektum eredeti helyén dematerializáció megy végbe, és ugyanabban a pillanatban materializáció útján megjelenik az objektum az új helyen. Energiát szállítani nem kell, mert mindenütt korlátlan mennyiségben áll rendelkezésre, a Magasabb Intelligencia központi, vagy a Földet felügyelő kihelyezett számítógépén keresztül pedig könnyen megvalósítható a tökéletes kopírozás. A szállítás tehát elmarad, így ezen az alapon szemlélve a jelenséget már könnyen érthető az időtől és távolságtól való relatív függetlensége. A magas fokú értelem jelenlétére utal, hogy a dematerializálódott tárgy néha nem az eredeti formájában materializálódik újra. Valószínűleg a folyamat tökéletesebb megértését próbálták elérni a túlvilági erők azzal, hogy 1975-ben, Velencében egy ötéves kislány kezében a teniszlabda úgy tűnt el, és jelent meg újra, hogy a gumiballonja kifordult, és közben a levegő sem szökött el belőle.

Mindezen jelenségeknek egy fura keveréke a spontán pszichokinézis (Poltergeist) melynek jellegzetessége, hogy levitálnak körülöttünk a tárgyak, vagy teleportáció, illetve materializáció útján olyan tárgyak jelennek meg a helyiségben, amelyek azelőtt nem voltak ott. Más parapszichológiai jelenségekkel ellentétben a Poltergeist (poltergeiszt) működési mechanizmusára egyelőre semmilyen tudományos magyarázat sincs. Kiváltásának legvalószínűbb oka, hogy a családban vagy a munkahelyen egy médiumi képességekkel rendelkező személy labilis idegállapotba kerül, és közben lecsökken az agyfrekvenciája arra a szintre, ami aktiválja a földi világunkban láthatatlanul jelen levő démoni erőket. A különböző berendezési tárgyakkal való dobálózást, oda nem illő tárgyak materializálását tehát láthatatlan szellemek végzik.

Ezt a feltételezést támasztja alá az a megfigyelés is, hogy ennek a jelenségnek a fellépése során a kísértetjáráshoz hasonlóan érezhetően csökken a helyiség hőmérséklete. Érdekes, hogy a levitáló, repülő tárgyak viszont melegek, sőt sok esetben forrók. További bizonyíték, hogy ez a jelenség sohasem egyformán zajlik. A poltergeistek csínytevéseinek listáját a végtelenségig lehetne sorolni, olyan változatos. A démonvilág önkéntelenül megidézett küldöttei romboló tevékenységük során többnyire tekintettel vannak a közelben tartózkodó emberek testi épségére. Néha azonban olyan goromba

szellemek érkeznek, akik nem csak a helyszínt változtatják csatatérre, hanem eszeveszett vagdalkozásaikkal súlyos sebeket ejtenek a közelben tartózkodókon.

Gyakori megnyilvánulási módja még ennek a képességnek, hogy a spontán pszichokinézist előidéző többnyire serdülőkorú vagy frusztrált személynek annyira intenzív az energiakisugárzása, hogy felgyújt maga körül minden éghető anyagot, vagy olyan erős szikrák ugrálnak ki a testéből, hogy tönkreteszi a közelben lévő elektromos berendezéseket. Akadnak olyan esetek is, amikor nem tűz, hanem vízömlés keletkezik a házban. A kisebb tócsákban megjelenő víz vagy a padlón keletkezik, vagy a mennyezetről hullik le. Csőtörésnek azonban nyoma sincs, a víz ugyanúgy ahogy a tűz a „semmitől” keletkezik. Bizonyos esetekben ez az igen kellemetlen helyzet átmenetileg megszűnethető, ha a jelenséget előidéző személy ágyának vagy székének lábai alá üveget helyezünk. A Poltergeist egyes fajtáinál az is segít, ha a kabátunk bal zsebébe gombostűt rakunk. Régen ördögűző szertartással próbálták a gonosz szellemet eltávolítani a környékről. Ebben az esetben azonban ez az eljárás nem mindig használ, sőt a szellemek tevékenységét még intenzívebbé teszi.

A parapszichológiai jelenségek gyakran egymásba folynak. Sok esetben nem különíthető el élesen az egyik megnyilvánulás a másiktól. Az agyfrekvencia kontroll nélküli lecsökkenése következtében az is előfordul, hogy az illető egyszerre több parajelenséget idéz elő. Ilyen keveredés tapasztalható annál a magyar asszonynál, aki a testéből kiáramló erős mágneses sugarakkal látszólag telekinézist hoz létre. A körülmények azonban arra vallanak, hogy az általa életre keltett jelenségek előidézésében nagy szerepe van a Poltergeist szellemeinek is. Különösen a fémtárgyakra gyakorol erős hatást, de a villamos készülékek is különösen viselkednek a jelenlétében. Mielőtt ráülne egy székre, megvizsgálja, hogy nincs-e benne fém alkatrész. Egy idő után ugyanis az egyes elemeket rögzítő csavarok maguktól kicsavarodnak, a szegecsek pedig elnyíródnak, melynek következtében a szék vagy fotel összecsapkodik alatta. Lakása ajtaján lötyögnek a záruk és a zárócsuklók, mivel minden csavar naponta kilazul bennük. Karórát nem hord, mert néhány napi viselés után a rugók és a fogaskerekek összevissza hajlottak benne. Még mielőtt végleg kimúlt volna a szerkezet, az óramutatók visszafelé jártak. Ezt követően kvarcórával próbálkozott, de ezzel sem volt szerencséje. Ez is megbolondult. Egyszer 25 órát mutatott, és a gombólem hamar lemerült benne.

A munkahelyén az íróasztalát „katasztrófa sújtotta övezetté” nyilvánították a kollégái, mivel minden tönkrement a közelében. Az asztali lámpája nála nem volt hajlandó világítani, pedig egy asztallal odébb kifogástalanul működött. Az olló szétesett a kezében, az ecsetnek kilazult a nyele, a tűzőgép elakadt. A munkatársai már nem mertek semmit kölcsönadni neki, mert mindent „elrontott”. Ha elhaladt egy pénztárgép mellett, a legkevesebb, hogy elkezdett sípolni. Az újonnan vásárolt mosógépe pár nap alatt elromlott. A szerelő szerint „valaki” erőszakosan visszafelé tekerte a programkapcsolóját. Amikor divatba jött a kanálhajlítás, ő is megpróbálkozott vele. Neki még simogatni sem kell a szárát. Megfogja a végét, és néhány perc múlva a feje magától elkezdi az óra járásával ellenkező irányba csavarodni. A belőle kiáramló erős mágneses sugarak az élő szervezetre is hatást gyakorolnak. Amikor a kis unokája meglátogatja, hazatérve rendszeresen megbetegszik. Egyik ismerősének a veseköve mindig megmozdul, amikor nála van. Saját szervezetére sem gyakorol jó hatást ez a mindent megmozgató energia. Az orvosok szerint a gerince soha nem látott módon eldeformálódott.

Külföldön is nagyon gyakori ez a jelenség. Missouri államban a kamaszkorú Jennie Morgant nem volt célszerű megérinteni. Aki ezt megtette, olyan erős „áramütés” érte, hogy eszméletét veszítette. A fiatal lány testéből minduntalan „elektromos szikrák” pattantak ki. Az állatok sem szerették, ahogy megéreztek a közeledtét, gyorsan menekültek előle. A laboratóriumi vizsgálatok szerint a mágnespatkó északi pólusa rendkívüli hatást gyakorol ezekre a személyekre. Remegni kezdenek tőle, és sokkos állapotba kerülnek. Úgy látszik, a fájdalom is kiválthatja a megnövekedett energiakisugárzást. Amikor a bristoli Henburyben lakó Vivian Jones eltörte a karját, jelenlétében a lekapcsolt izzólámpák pislákolni kezdtek, órák álltak meg, sőt a televízió is megbolondult. A 12 éves lánynak gyakran égnek meredtek a hajszájai, és „megrázta” a családtagjait, ismerőseit. A fürdőkád-ból pedig alig tudták kibájni, mert a szervezetéből kiáramló töltések leföldelődése következtében az egész teste vibrált és rezgett.

A hivatalos szervek egyelőre nem vesznek tudomást erről a jelenségről, pedig ezeknek a különleges embereknek a felkutatása a tudományos haladás szempontjából alapvető fontosságú lenne. Ők ugyanis a kísérletet végző kutatók számára bármikor képesek azokat a parapszichológiai jelenségeket produkálni, amelyeknek művi előállítása ma még nem lehetséges. Először is azt kellene megállapítani, hogy ezekből az emberekből milyen jellegű energia áramlik ki. Kanálhajlító képességük arra utal, hogy koncentrált Yang energia, amely az anyagban elnyelődve csökkenti a mikrogravitációt, és ezáltal megpuhul. Az elektromos készülékek, berendezések tönkremenetele viszont koncentrált Yin energiára utal. Ha Yang energiát sugároznának ki magukból, akkor elhaladásuk után megindulna az elektronáramlás, és az elektromos készülékek, berendezések ismét működőképessé válnának. A koncentrált Yin energiasugárzás viszont taszítja az elektronokat, leszakítja a fématomok külső elektronhéjáról, és a megsokszorozódott szabadelektronok többletáramot hoznak létre. A megnövekedett áram kielegeti az izzólámpákat, zárlatossá teszi a berendezéseket. Az is lehet, hogy a gömbvillához hasonlóan itt is kétféle kisugárzással van dolgunk.

A parapszichológiai képesség egyébként sok emberben megvan, de ha nem figyelnek oda, nem bontakoztatják ki, ugyanúgy elkallódik, mint a művészi képességek. Sok múlik tehát a környezet megértésén és segítségén. Megfelelő közegben ezek az adottságok kiteljesednek, de sajnos el is tűnhetnek, ha a birtokosuk egészségromboló életmódot folytat. Például nem egy orosz parafenoménről tudunk, akik elitták a tehetségüket.

Egy másik kellemetlen következménye a jobb agyfélteke fokozott aktiválódásának, amikor valaki agyfrekvenciájának tartós lecsökkenése miatt állandó kapcsolatba kerül az abszolút világgal. Ennek egyik megnyilvánulása, hogy ezek a személyek tökéletesen emlékeznek az előző életeikre, és emiatt gyakori víziók gyötrik őket. Sokszor gonosz túlvilági erők is telepatikus kapcsolatba lépnek velük, amire ők félelemmel, idegrohamszerű tiltakozással reagálnak. Súlyosabb esetekben előfordul a „megszállottság” is, amikor egy démoni lény költözik a beteg testébe. Mivel a „normális” emberekből álló társadalom egyelőre nem tud mit kezdeni az ilyen állapotban lévő személyekkel, tudathasadásosnak nyilvánítják, és elmeógyógyintézetbe zárják őket. Jelenleg tehát több tucatnyi képzetlen médium, és kiüzetést igénylő áldozat sínylődik ezekben az intézetekben anélkül, hogy akár ők, akár az „ápolóik” tisztában lennének ezzel a helyzettel.



Ugyancsak ősrégi rejtélye az emberiségnek a gömbvillám. Ha a Fülöp-szigeteki gyógyítók által alkalmazott energiával vagy telekinézissel le lehet győzni a molekulák közötti kohéziós erőt, akkor hasonló hatásmechanizmus alapján joggal feltételezhetnénk, hogy a gömbvillám nem más, mint egy Yang jellegű koncentrált szubatomi energiagömb. Ismeretes ugyanis, hogy ha a gömbvillám belevág egy fémtárgyba, akkor az a kohéziós erő csökkenése folytán megnyúlik, képlékennyé válik. Yang jellegére utal az a megfigyelés is, hogy ha elhalad mellettünk, hidegnek érezzük a levegőt. Az előzőek alapján már könnyebben megérthető az is, hogy a gömbvillám hogyan képes akár a legvastagabb falakon is átsétálni. Ilyenkor vagy megnyitja a falat a rendkívül erős antikohéziós erőterével, vagy lyukat vág bele úgy, hogy az útjába kerülő anyagot dematerializálja. A dematerializálás bizonyítéka, hogy amikor áthalad a falon, a gömbvillám átmérőjében át lehet látni a szomszéd helyiségbe. Miután a materializáció jelenségét is ez a különleges energia idézi elő, ez magyarázatot ad arra a furcsa jelenségre, hogy a szubatomi energiárészecskékből álló tűzgolyó megszűnésekor miért kerülhetnek ismeretlen eredetű tárgyak a gömbvillám eltűnésének helyére.

Ez a jelenség azonban túlságosan összetett ahhoz, hogy magától létrejöhessen, ezért nem zárható ki, hogy a Poltergeisthez hasonlóan a gömbvillámok tevékenységét is intelligens erők irányítják. Erre utal, hogy a gömbvillám sokszor igen nagy kárt tesz az épületekben (falakat üt át, háztetőket emel le, összeégeti az épület elektromos vezetékeit, villamos készülékeket robbant fel, vagy állatokat öl meg), de többnyire elkerüli az embereket. Csak nagy ritkán öl meg valakit. A Poltergeist dühöngő szellemeihez hasonlóan a gömbvillám haladási irányát, és megsemmisülésének módját irányító szellemek is ügyelnek a jelenlevők testi épségére. A tréfa azonban nem áll távol tőlük sem. Ezt bizonyítja egy magyar szemtanú esete is: *„Egy nyári zápor után hazafelé mentem, amikor a fejemtől 30 centiméterre megpillantottam egy teniszlabda nagyságú világospiros gömböt, ami las-*

san a derekamig ereszkedett. Ott egy pillanatra megállt, majd a hátam mögé került, és a mellettem levő vizesárokba gurult. Az árok alján egyszerűen eltűnt. Nem adott hangot, nem sistergett amikor a vízzel érintkezett, és hőt sem éreztem a közelében. Eltűnésének pillanatában azonban legalább 3 vedernyi víz ömlött egyszerre a nyakamba, szerintem az égből. Ez azért is furcsa, mert már nem esett az eső, és a víz csak azon a körön belül zúdult alá, ahol a gömbvillám körbejárt.”

Intelligens lények jelenlétére, a folyamat irányítására utal az 1898-ban történt eset is. Egy ismert francia tudós, M. Wonder beszámolója szerint: „Miközben heves vihar vonult át Beugnon²⁴ felett, észrevettem, hogy két gyerek egy kőistállóba szaladt be. Nyomukban egy alma nagyságú tűzgömb jelent meg, amely egy nyárfa törzsén gurult le, és az istálló ajtajában álló gyerekekhez kúszott. Amikor az egyik gyerek megérintette, az istállót hatalmas robbanás rázta meg. 11 ökör elpusztult, de a gyerekek nem sérültek meg.”

A szakirodalom ennél meglepőbb esetekről is beszámol. Szakmai körökben köztudott, hogy a koncentrált szubatomi energia előszeretettel hatol be fémtárgyakba és ionizálható folyadékokba (pl. vízbe), a szigetelőanyagokat pedig érintetlenül hagyja. Néha azonban ennek ellenkezőjére is képes. Egy Magyarországon történt esemény azt bizonyítja, hogy ez az energia bizonyos erők közreműködésével azt tesz tönkre, amit akar. Jelen esetben a villamos szempontból igen jó szigetelőnek tartott műanyag tárgyak estek áldozatul a rombolásnak. Ezt a meghökkentő esetet egy siófoki óvodában dokumentálták 1995. december 20-án. A reggel beérkező óvónők már a folyosó falain is ragadós lepedéket láttak, de az igazi meglepetés az előző napi ünnepség helyszínén várta őket. A szoba közepe körül hiányoztak a műanyag székek és az asztal. Nem tűntek el nyomtalanul, mert helyüket szürkés tócsák mutatták a szőnyegpadlón, és közöttük voltak a bútorok épen maradt fémcsavarjai. A tócsára megdermedt rongyként csüngtek rá a mennyezetről a fénycsőarmatúrák megolvadt műanyag burkolatai. A karácsonyfa csúcsdíszje is kókadtan lógott lefelé, de csak azért, mert műanyagból volt. A leheletvékony üvegdíszek és a színes papírba csomagolt szaloncukrok sértetlenek maradtak. A kazettás rádiómagnó műanyag kávéja úgy folyt szét, hogy a rárakott fűzfa kosár és a fapolt, amelyen állt, még csak meg sem pörkölődött. A jászolban levő műanyag játék baba teste is megolvadt, a ruháján és az alatta levő szalmán azonban semmi nyoma sem volt hőség okozta károsodásnak. Minden fizikai törvényszerűségnek ellentmond az a sajátos szelekció is, hogy nem minden műanyag tárgy olvadt meg a helyiségben. A műanyagházas fényképezőgép tócsává olvadt ugyan, de a benne levő, pótolhatatlan felvételeket tartalmazó film épen maradt. Ez azért is zavarba ejtő, mivel a filmet ma már nem celluloidból, hanem PVC-ből vagy egyéb műanyagból gyártják. Még sugárzás sem érte, hiszen utólag elő tudták hívni.

Valamiféle intelligens erő jelenlétére utal az a beszámoló is, hogy a pusztulás előtt néhány órával egy cigányasszony azzal a kéréssel állított be ebbe a helyiségbe, hogy vegyék fel a gyermekét az óvodába. Az óvónők némi türelmetlenséggel közölték vele, hogy év közben nincs felvétel, és különben is éppen a karácsonyi ünnepségre készülődnek, most nem érnek rá a problémájával foglalkozni. A megsértett asszony erre ezzel az átokkal illette őket: „*Csapjon a mennykő az óvodába!*”, majd feldúltan távozott. A tűzoltók a mai napig sem értik, mi történt. Egy azonban biztos, nem villámcsapás érte az épületet. Az eset utólag is tanulmányozható, mivel a siófoki városi televízió egy 9 perces videofelvételt készített a helyszínről. Sajnos tudományos körökben nem keltett visszhangot ez az eset. Egy önmagát komolyan tartó kutatónak gondot okoz a mágikus elemek keveredése a fizikai jelenségekkel, ezért távol tartja magát az efféle összefonódásoktól. Az élet azonban gyakran produkál ilyen eseteket, ezért teljes komplexitásában kell vizsgálni a megnyilvánulásait.

Ha a gömbvillám elektromos berendezéseknek csapódik, akkor töltése az UFO-k energiakisugárzásához hasonlóan megbénítja az elektronáramlást, amely később magától helyreáll. Ennek a jelenségnek feltehetően az az oka, hogy a koncentrált szubatomi energiát kibocsátó generátor elektronhiányos atomjai olyan erős vonzóhatást gyakorolnak a besugárzott fémes vezető szabadelektronjaira, hogy azok többé nem engedelmessé válnak a két végpontjuk között fennálló feszültségkülönbségnek. Mivel a külső vonzóerő nagyobb, mint a belső potenciáltér vonzóereje, a szabadelektronok mozgásiránya megváltozik, nem a pozitív elektróda, hanem a szubatomi energiaforrás irányába áramlanak.

²⁴ bönyön

Fémes összeköttetés hiányában azonban megrekednek a fémes vezető palástja mentén, és ott lebé-
nülnek. Ez a hatás mindaddig tart, amíg a belső erőter ismét nagyobb nem lesz a külső vonzóerőnél.
Ezt követően helyreáll a normális elektronmozgás, újra megindul az áram a vezetékekben.

Egyelőre nem tudjuk, hogy az UFO-k szubatomi generátora milyen módon állítja elő a koncent-
rált energiasugárzást. A gömbvillámmal kapcsolatban ugyancsak érthetetlen számunkra, hogy a
szubatomi energiárészecskék összesűrűsödése a természetben miért és milyen módon megy végbe.
Most még csak annyi biztos, hogy szoros összefüggésben áll a villámlással. Ez a jelenség ugyanis
többnyire nagyobb nyári záporok után figyelhető meg. Úgy látszik, hogy a hagyományos villámlást
előidéző több millió voltos elektromos kisülés, s az általa keltett kb. 60 ezer ampernyi áramerősség,
valamint a min. 30 ezer °C-os hőmérséklet nem csak fény- és hangjelenséget produkál, hanem ösz-
szesűríti az étert is. Ennek valószínűségét növeli, hogy a villámok energiájának 85%-a a villámcsa-
torna felmelegítésére fordítódik. Ennélfogva egy erőteljes villámlás középpontjában a keletkező
energia értéke elérheti a 10 milliárd Joule-t is. Egy bizonyos szint felett a pozitív szubatomi energia-
részecskék vonzóereje már olyan nagy, hogy ez az energiagömb képes önmagát fenntartani, nem
oszlik szét alkotórészeire. Ha ezt a jelenséget sikerülne leutánoznunk, mesterséges körülmények
között létrehoznunk, akkor ez a korszakalkotó eljárás minden valószínűség szerint forradalmasítaná
az ipart, az energiatermelést és életünk szinte minden területét.

Budapest, 1990. április



IV. fejezet

PSZICHOORIENTÁCIÓS GYÓGYÍTÁS;

AZ ÉLET TITKAI

Mostantól kezdve egyre mélyebbre merülünk a szubatomi energiarészecskék világába, de továbbra se feledkezzünk meg a természetgyógyászatról. Az egészségtelen táplálkozás sok helytelen szokásból tevődik össze. Ezek egyike az elégtelen folyadékfogyasztás.

Kiegészítő természetgyógyászati módszerek

Az előző fejezetben megismerhettünk a Kneipp-féle vízkúra egészségünkre gyakorolt jótékony hatását. A víz azonban nem csak külsőleg alkalmazva, hanem belülről is tisztítja a szervezetet. Korunk rohanó embere mind több gyárilag előállított, vegyszerekkel kezelt élelmiszert fogyaszt. Ezek a mérgek testszerte lerakódnak. A vese megpróbálja ugyan eltávolítani szervezetünkben a testidegen anyagokat, de ezt csak úgy tudja megtenni, ha elegendő folyadék áll a rendelkezésére a sejtek átmosására. Ahhoz hogy méregtelenítő szerveink kellő hatékonysággal el tudják látni feladatukat, naponként legalább 2,5 liter folyadékot kell magunkhoz vennünk. Ebből kb. 1,5 liternyi mennyiség az elfogyasztott ételek víztartalma következtében jut a szervezetünkbe, a maradék 1 litert viszont pótlólag kell meginnunk. Ennek legcélszerűbb módja az ásványvízfogyasztás. Ezt már korán reggel ajánlatos elkezdni, mert a felkelés után megivott 1-2 pohár szénsavmentes ásványvíz kedvező hatást gyakorol az emésztésünkre is. Arra azonban ügyeljünk, hogy az étkezések alatt ne igyunk se vizet, se más folyadékot. Az étkezések közben fogyasztott víz ugyanis csökkenti a nyálképződést, ami lehetetlené teszi ennek a fontos előemésztő folyamatnak a lezajlását. Ezen túlmenően hígítja a gyomornedveket, mely által jelentős mértékben csökken az emésztés határfoka, mivel a gyomornak előbb a pótlólag felvett vizet kell feldolgoznia. Emellett kitágul a gyomor, ami szintén nehezíti a munkáját. Különösen ne igyunk jégbe hűtött italokat, mert ez esetben a gyomornak előbb fel kell melegíteni testhőmérsékletre a hideg folyadékot, és csak utána tudja elkezdni az emésztést.

Ha az egyes étkezések között elegendő vizet fogyasztunk, akkor evéskor nem leszünk szomjasak. Aki végképp nem tudja leküzdeni ezt a rossz szokását, inkább étkezés előtt igyon folyadékot, mint utána, mivel ez kevésbé árt a gyomornak. Az sem jó, ha sokféle ételt eszünk egyszerre, mert ennek feldolgozása szintén nagy erőfeszítést igényel a gyomortól. Különösen káros a nyers és a hőkezelt ételek együttes fogyasztása. Mellesleg a vízivás lábszárgörcs ellen is hatásos. Az izmok görcsbe rándulásának nem mindig magnéziumhiány az oka. Többnyire csak arról van szó, hogy nem iszunk elegendő vizet. Emiatt a vastagbélből felszívott vitaminok és ásványanyagok megrekednek a szervezetben, a besűrűsödött vér nem tudja eljutni minden sejtünkhöz. Sokan panaszkodnak, hogy azért nem isznak elég folyadékot, mert nem kívánják a vizet. Ez esetben készítsünk magunknak teát. Főzzünk egész napra elegendő mennyiséget, és tegyük jól látható helyre. Aztán járjunkban-keltünkben hajtsunk fel belőle egy-egy pohárral. Nem kell melegíteni, mert a tea hidegen is finom.

Önszugesztió

Az abszolút világ birtokbavételének legegyszerűbb módja az önszugesztió. Az Agykontroll szabályainak tanulmányozása során az önszugesztió gyakorlatokat már a könyv első elolvasása után célszerű elkezdni. A bonyolultabb szabályokat valószínűleg csak a második olvasás után fogjuk tökéletesen felfogni, de a bétaprogramozást mindenki már első alkalommal érteni fogja. Ezért ne várjunk, amíg az egész anyagot maradéktalanul elsajátítjuk, mert a mielőbbi gyógyulásunk érde-

kében minden elvesztegetett napért kár. Az önszugesztio mottója: „Változtasd meg a tudatodat és a valóság is megváltozik”. Ha bétában megváltoztatjuk a véleményünket saját magunkról, ezzel átprogramozzuk agyunk jobb féltekéjét, amely a kívánt tulajdonságúra formál bennünket. A gondolatot testünk tetté alakítja. A Biblia szerint „a szavak testet öltenek”. Amit meggyőződéssel mondunk ki, az előbb-utóbb valósággá válik. Ennek közvetlen oka az agy két féltekéjének sajátos együttműködésében rejlik. Tudniillik amit a bal agyfélteke gondolatban kijelent, azt a jobb agyfélteke kézzelfogható valósággá formálja. Tehát amit tudatosan elfogadunk, a lelkünk mélyén elhiszünk, azt a tudatalatti magáévá teszi, és korlátlan lehetőségeit kihasználva mindent megtesz annak érdekében, hogy sorsunk ennek megfelelően alakuljon. Gondolataink tehát felszabadítják a tudatalatti hatalmát. Ezért aki változtat a gondolatain, az a sorsát is megváltoztatja.

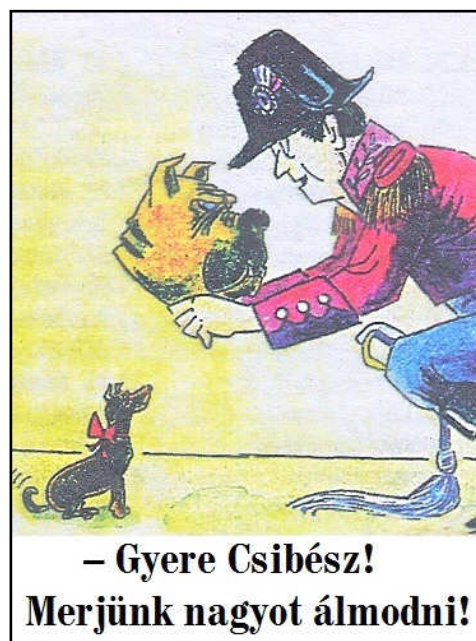
Jobb agyféltekénk gondolati úton való befolyásolása azért lehetséges, mivel a tudatalatti nem kritizál, hanem elfogadja agyunk tudatos döntését, és a szerint cselekszik. A tudatalatti bármilyen irányú befolyásolhatóságának legegyszerűbb bizonyítékát a hipnózisban figyelhetjük meg, mert ebben az állapotban a hipnotizőr kikapcsolja a tudatos agyat, és szavak útján irányítja a tudatalattit. Mivel a tudatalatti nem rendelkezik semmiféle kritikai képességgel, vakon követi a hipnotizőr utasításait, még akkor is, ha ez negatív következményekkel jár a médiumra nézve. Agyunk jobb féltekéje tehát mindent igaznak tekint, amit a tudatosan mérlegelő elme kijelent. Emiatt kell gondosan megválogatnunk a gondolatainkat, és ezért nem szabad megengednünk, hogy negatív gondolatok befészkelhessék magukat a tudatunkba.

Az önszugesztio gyakorlati kivitelezése során döntő fontosságú a célba jutás módjának megváltoztatása. Ennek az előző fejezetben már említett követelménynek a lényege, hogy a tudatalattit



nem lehet akarattal szolgálatra bírni. Az önszugesztio módszerének mechanikus gyakorlása sem hoz eredményt, sőt ettől a dolgok még rosszabbra fordulnak. Aki pl. sikerre vágyik, annak nem elég naponta többször gépiesen elismételni, hogy: „*sikeres vagyok, sikeres vagyok*” mert ez önmagában még nem hoz sikert, és az eredménytelenségbe előbb-utóbb belefáradunk. A vágyaink tárgyát kifejező szavak gyakori ismételtetése szükséges, de nem elégséges feltétele annak, hogy az óhajtott állapotot elérjük. A sikert nem csak akarni kell, hanem el is kell képzelni, képileg minden lehetséges részletében meg kell jeleníteni, át kell élni. Erre azért van szükség, mert ha a vágyaink és az elképzeléseink ellentmondanak egymásnak, akkor mindig a képzelet győz. Ha vágyunk a sikerre, de képzeletünkben a kudarc képe jelenik meg, akkor bármennyire erőlködünk, nem fogunk sikert elérni, hiszen a tudatalatti mindig az erősebb

javaslatnak engedelmeskedik. Mivel a kép több és ezáltal meggyőzőbb információt tartalmaz, mint a hang, a tudatalattink a képzeletünk által kialakított javaslatnak veti alá magát.



A képzelet pozitív irányú befolyásolásának legtöbbször az az akadálya, hogy vágyainkat a lelünk mélyén hazugnak érezzük. Irracionális, fizikailag megvalósíthatatlan vágyak esetén a józan ész diktálta negatív reakció ellen nem sokat tehetünk, a legtöbb esetben azonban a sikertelenség a hit, a meggyőződés hiányára vezethető vissza. A normális, épelméjű emberek vágyai ugyanis sohasem elérhetetlenek, csak a belénk vetett hit olyan kicsi, hogy hazugságnak érzik a megvalósulás lehetőségét. A hit erejére és az emberek kishitűségére utal Jézusnak az a Bibliában található kijelentése is, hogy: *„Ha csak akkora hitetek lenne, mint ez a kis mustármag, hegyeket tudnátok vele megmozgatni.”*

A képi megjelenítés a tudat meggyőzésén kívül azt is lehetővé teszi, hogy az Agykontrollból ismert harmadik nélkülözhetetlen feltétel, az elvárás is hatékonyan bekapcsolódhasson az önszugesztio folyamatába. A vágy ugyanis önmagában még akkor sem elég kívánságaink beteljesüléséhez, ha hiszünk a megvalósíthatóságukban. Ahhoz, hogy vágyaink valósággá váljanak, el kell várnunk a sikert azoktól, akiktől függ. Ennek leghatékonyabb módja a vizualizálás, vagyis az a folyamat, amikor elképzeljük magunkban, hogy az ügyünkben döntő szerepet játszó személyek pozitív hozzáállásukkal elhárítják az utunkban álló akadályokat, számunkra kedvező helyzetet teremtenek.

Vágyaink valóra válása azonban még sikeres vizualizálás esetén sem mindig biztosított, mert nem elég elképzelni a siker beteljesülését, ügyelnünk kell arra is, hogy negatív gondolatok ne mérgezzék a tudatalattinkat. Ha a képzeletünk szabadjára engedése után kétségeink ismét eluralkodnak rajtunk, lerontjuk a már beindult folyamatot. Dr. Joseph Murphy-t idézve ebben az esetben úgy cselekszünk, mint a rossz földműves, aki az elvetett magot másnap kiássa a földből. Ha már egyszer sikerült elvetnünk a „magot”, hagyjuk meggyökeresedni. Tehát hessegessük el magunktól a káros gondolatokat, és töretlen hittel higgyünk vágyaink beteljesülésében. Sajnos, ez nem mindig sikerül, előfordulhatnak átmeneti visszaesések. Ilyenkor gondoljunk arra, hogy mit tesz a kertész, amikor egy ágyást bevet virágmaggal. A dísznövénygel együtt kihajtanak a gyomok is. A jó kertész ilyenkor nem esik kétségbe. A dolgot természetesnek tartja, ezért nekilát és kiirtja a nemkívánatos növényeket az ágyásból. Néhány hét múlva a virágok között ismét felüti fejét a gyom. Most sem idegeskedik, hanem fogja a kapát és gyomtalanít. Ez a helyzet azonban már nem egyezik meg az előzővel, mivel kevesebb lett a gyom és a virágok közben megerősödtek. Ugyanígy vagyunk a gondolatainkkal is. Kellő türelemmel a jó gondolatok úgy megerősödnek, úgy eltérbélyesednek, hogy már nem tud kihajtani mellettük a gyom, vagyis a rossz gondolat.

Aki egyáltalán nem képes arra, hogy az áhított sikert zavartalanul elképzelje, a káros gondolatokat kiirtsa, válasszon a vizualizálásra egy olyan időpontot, amikor a kritikus elme, vagyis a bal agyfélteke a legkevésbé aktív. Ez rendszerint lefekvéshez készülődve következik be, így ha mindennap elalvás előtt ellazítjuk magunkat, és 5 percet rászánunk arra, hogy elképzeljük vágyaink beteljesülését, hamarosan megtaláljuk a tudatalattinkhoz vezető utat. Később a kisebb sikerek láttán rohamosan nőni fog a hitünk, ami láncreakciószerű javulást fog előidézni az életünkben.

Erőfeszítéseink azonban csak akkor fognak kamatozni, ha a gyakorlati megvalósításban is aktívan közreműködünk, vagyis igénybe vesszük a tudatalattink által megjelölt eszközöket, amelyek kivívják számunkra a kívánt célt. A tudatalatti ugyanis – amint az akarat és a képzelet egyetértésre jut – rögtön nekilát vágyaink megvalósításának. Éjjel-nappal fáradhatatlanul munkálkodik, hogy megtalálja az ideális megoldást. Eközben kihasználja mindazokat a lehetőségeket, amelyeket az abszolút világ kínál, ha kell, még a Magasabb Intelligenciával is érintkezésbe lép. Az így kapott információkat betárolja az agyba, összeveti a lehetőségekkel, és ettől kezdve jobbnál jobb ötletekkel árasztja el a tudatot. Nekünk semmi mást nem kell tennünk, mint megvalósítani ezeket a briliáns ötleteket. Aki azonban ölbe tett kézzel várja a „sült galambot” vagy nem ismeri fel ezekben az ötletekben az „isten szikrát” az továbbra sem fog érvényesülni, mivel a tudatalattink nem tud helyettünk cselekedni, ő csak irányítani képes bennünket, a megvalósítás ránk vár.

Képzeloerőnk rendkívül fontos tulajdonsága még, hogy nem csak erősebb a szavaknál, hanem intenzitása fordított arányban áll az agyfrekvenciával. Mint tudjuk, nyugalmi állapotban agyunk kb. 20 Hz frekvenciájú energiahullámokat bocsát ki magából. Ha idegesek, zaklatottak vagyunk, agyfrekvenciánk tovább nő, és ezzel együtt csökken a képzeloerőnk. Ez azt jelenti, hogy aki kényszerrel akarja rábírní a tudatalattiját akaratának elfogadására, az éppen ellenkező hatást ér el. Az erőszak

megnyilvánulásával együtt járó magasabb agyfrekvencia lebénítja a képzeletet, és szinte teljesen megszűnik a kapcsolat agyunk tudatos és tudatalatti tartománya között. Tudatalattink meggyőzésénél tehát a képzelőerőnket használjuk, és ne az akaratunkat, a megoldás tudatosulása után pedig haladéktalanul kezdjük el a megvalósítást.

A képzelőerő azonban nem csak az önszuggesztió során nélkülözhetetlen, hanem az Agykontroll többi gyakorlatánál is meghatározó szerepet tölt be. Agyfrekvenciánk csökkenésekor ugyanis a képzelőerő egyre inkább aktiválódik, és ezáltal egyre nagyobb hatást gyakorol a tudatalattira. Már a béta tartományban lezajló passzív meditáció során is jelentős mértékben befolyásolja a jobb agyféltekét, hatása azonban alfa tartományban, a dinamikus meditációnál a legintenzívebb, hiszen ebben a frekvenciatartományban a tudat már nem befolyásolja számottevően az agyműködést. Képzelőerőnk intenzitása tehát éri el maximumát, mivel ebben a frekvenciatartományban a bal agyfélteke teljesen kikapcsolódik, és tág teret enged a képzelet csapongásának. E frekvenciahatárok között a szellemen kívül a testet is a képzelet irányítja, így semmi sem lesz többé lehetetlen, amit a képzelet megjelenít, az nyomban meg is valósul. Legyen az akár jó, akár rossz, a tudat nem tudja többé kontrollálni a képzelet tevékenységét. Ebben a tartományban a képzelőerő bármely betegségből képes kigyógyítani bennünket, de bármilyen betegséget létre is tud hozni. A képzelőerő korlátozás nélküli szabadon engedése tehát nem mindig tanácsos, ezért javasolják az Agykontrollban is az alfában történő gyógyítást. Ebben a frekvenciatartományban ugyanis a tudat felügyelő szerepét a Magasabb Intelligencia kihelyezett egységei veszik át, amelyek csak a hasznos elképzelések megvalósítását segítik elő.

Az önszuggesztiós gyakorlatok helye a béta tartomány, hiszen ezt a technikát főleg azok alkalmazzák, akik nem tudják lecsökkenteni az agyfrekvenciájukat. Ha hatékonyabbá akarjuk tenni ezt a módszert, akkor próbáljuk az önszuggesztiós mondatokat minél jobban átélni. A tudatalatti ugyanis szoros kapcsolatban áll az abszolút világgal, és ebben a korlátok nélküli világban az érzelmek sokkal könnyebben rögzíthetők, mint a szavak. Így agyunk jobb féltekéjébe is hamarabb beépülnek az érzellemmel átszőtt közlések. Próbáljuk meg tehát minél jobban átélni az elképzelt sikert, mert ezáltal hamarabb érzük el a célunkat.

Jellemző az érzelmek hatékony rögzülésére, hogy amikor a halálunk után szeretnénk felidézni valamely ismerősünkkel kapcsolatos eseményt, akkor a fénylény nem azt kérdezi tőlünk, hogy az illetőnek mi a neve, vagy mikor született, hanem arra kér bennünket, próbáljuk felidézni azt az érzést, amit a vele való találkozáskor átéltünk. A klinikai halálból visszatértek élménybeszámolója szerint amint ez sikerült, abban a pillanatban előkerült a Magasabb Intelligencia memóriatárából a kívánt képsor, és máris lepergett szemük előtt az esemény. Úgy látszik, az érzelmek olyan intenzív energiasugárzást váltanak ki, hogy szinte kiugranak a száraz, tényközlő adatok közül, így nem nehéz rájuk találni. Egy számsor vagy betűsor keresése esetén az egész információs bázist bitenként át kell vizsgálni, míg érzelmek keresésekor elég a kiugró intenzitású energiaimpulzusokat vizsgálni, és már csak a felidézett, valamint a rögzített érzelem energiaspektrumát kell összehasonlítani. A túlvilág működéséről a későbbiekben még bőven lesz szó, ezért most térjünk vissza az eredeti témához.

Az önszuggesztiót az előző fejezetben leírt módon a gyermekeinknél is igen eredményesen alkalmazhatjuk. Gyermekeinket azonban nem csupán a már meglévő félelmeiktől kell megszabadítani, hanem célszerű megtanítani őket a gondolattisztítás módszerére is. Ha a későbbiek során újabb stressz érné őket, vagy a tévében egy krimi néhány képsorát látva negatív gondolatok indulnának be náluk, akkor tanítsuk meg őket arra, hogy miként tudják ezt a káros programot hatástalanítani. Idézzük nekik Silva szavait: *„Ha bármikor negatív hatás ér, vagy helytelen gondolat jut eszedbe, állj meg, nézz kissé felfelé, és hunyd le a szemed. Valamelyik kezed első három ujját szorítsd össze, és gondolatban mondd az agyadnak: Töröld, töröld! Ezzel a félelem forrását csírájában elfojtod.”*

Igen gyakori probléma, főleg diákoknál a lámpaláz, és az ebből eredő beszédzavar. Ennek leküzdésére eredményesen alkalmazható az alábbi autoszuggesztiós gyakorlat. Ülünk le egy kényelmes székre, kezünket, lábunkat, testünket lazítsuk el, hunyjuk le a szemünket, és minden figyelmünket szavaink értelmére koncentrálna gondolatban lassan ismételgessük az alábbi mondatokat: *„Nyugodt, derűs, magabiztos és higgadt vagyok. A szavakat érthetően és hangsúlyozottan ejtem ki. A beszéd ritmusára és a mondatok harmonikus hanglejtésére mindig ügyelek. Tökéletes artikulációval és*

gördülékenyen beszélek.” Ezt a pár perces gyakorlatot mély átérzéssel, és amennyire csak tudjuk, képileg is megjelenítve végezzük, naponta 2-3 alkalommal.

A fájdalom szubjektív érzés, így tudatalattink tartja fenn akarattinktól függetlenül. Az Agykontroll egyik legérdekesebb gyakorlata, hogy amint megnevezzük, tulajdonságait felsorolva tárgyiasítjuk a fájdalomunkat, az objektívvé válik, így tudatunk már kénytelen foglalkozni vele. A bal agyfélteke tudomást szerezve az objektív problémáról utasítást ad az agy megfelelő tartományának, hogy a konkretizált helyre fájdalomcsillapító endorfint küldjön. Silva módszerét kissé kibővítve, a tárgyiasítást az alábbiak szerint célszerű végezni. Vegyük sorra az öt érzékszervünkre alapuló kérdéseket és magunkba mélyedve képzeljük el, majd gondolatban jelentsük ki a számunkra legelfogadhatóbbnak tűnő választ.

1. Mutassunk rá a fájdalom pontos helyére! (tapintsuk meg a fájdalmas testrész középpontját)
2. Ha a fájdalmat dobozba zárhatnánk, mekkora doboz kellene ehhez? (pl. egy konzervdoboz)
3. Ha a fájdalmat látnánk, milyen színű lenne? (pl. lila)
4. Ha a fájdalmat megízlelhetnénk, milyen ízű lenne? (pl. keserű)
5. Ha a fájdalmat megszagolhatnánk, milyen szaga lenne? (pl. dohos)
6. Ha a fájdalmat hallhatnánk, milyen hangot adna? (pl. sípoló)

Ezt követően gondoljunk arra, hogy a fájdalmat lokalizáltuk, tulajdonságait megismertük, így lehetővé tettük, hogy agyunk megszüntesse a kellemetlen érzetet. Erős ingerhatás esetén a ciklust mindaddig ismételni kell, amíg a fájdalom el nem múlik. Agykontroll tanulmányaink előrehaladtával a hatodik érzék, az ESP (Extra Sensory Perception) segítségével a tudatalatti tartományban már a fájdalom okát is megkereshetjük és a Képzeletbeli Képernyő (Elmetükre illetve Laboratóriumi Képernyő) technikáját alkalmazva a panaszt végleg megszüntethetjük. A tárgyiasítás technikája gyermekeinknél is igen hatásos lehet, mivel apró sérüléseik vagy gyomorrontás következtében hol a kezük, hol a lábuk, hol a hasuk fáj. Miután a tűrőképességük ebben a korban még rendkívül csekély, ezért már a legkisebb fájdalom is kétségbeesést, hisztériás megnyilvánulásokat válthat ki bennük. Megkönnyíti helyzetünket, hogy játékos jellegénél fogva ezt a módszert gyermekeink könnyen meg fogják tanulni, és bármikor szívesen alkalmazzák.

Ugyancsak nagyon érdekes és rendkívül egyszerű gyakorlata az Agykontrollnak az úgynevezett Pohár Víz technika. Ehhez a gyakorlathoz szintén nem szükséges alfába kerülni, mert béta tartományban is működik, és meglehetősen hatékony. Egyébként a pszichológusok egyszerűségénél és igen jó hatásfokkal való alkalmazhatóságánál fogva ezt tartják az Agykontroll legzseniálisabb gyakorlatának. Ennek a technikának a lényege, hogy ha olyan jellegű problémánk van, hogy képtelenek vagyunk választani a lehetséges megoldások között, vagy évek óta gyötör bennünket valamilyen gond, amely egy rövid, frappáns tanáccsal megoldható lenne, akkor este, lefekvés előtt saját kezűleg töltsünk meg egy külön erre a célra fenntartott kisebb poharat vízzel. Miközben erősen foglalkoztat bennünket ez a gond, mielőtt nyugovóra térnénk, csukott szemmel igyuk ki a víz kb. felét, és közben gondolatban mondjuk el ezt az egyszerű mondatot: *„Mindössze ennyit kell tennem annak érdekében, hogy megoldást találjak arra a problémára, ami foglalkoztat”*. Reggel, ha felkeltünk, igyuk meg a víz másik felét, és ismételjük meg az előbbi mondatot. Ha azonnal nem is, de rendszerint 3 napon belül megkapjuk tudatalattinktól a választ vagy álom vagy egy napközben kipattanó „isteni szikra” formájában.

Ehhez a gyakorlathoz nem szükséges lecsökkenteni az agyfrekvenciánkat, vízívás közben azonban ajánlatos a szemgolyónkat a csukott szemhéjunktól kb. 20°-kal feljebb állítani, mivel a szemgolyónak ez a kissé felfelé irányuló helyzete alfa agyhullámok generálását eredményezi. Ez a technika jól alkalmazható akkor is, ha egy számunkra hozzáférhetetlen információ hiánya miatt nem tudunk megbirkózni valamely fontos feladatunkkal. Ebben az esetben ennek a gyakorlatnak a naponkénti végzése során a Magasabb Intelligencia előbb-utóbb olyan szituációt teremt a környezetben, ahol „véletlenszerűen” hozzájutunk a hiányzó információhoz.

A Hatékony Érzékelés Kivetítés különleges kiviteli módja az SRV (Scientific Remote Viewing), amelyet az amerikai hadsereg fejlesztett ki az 1980-as évek elején a CIA-val együttműködve. Előnye ennek a módszernek, hogy elsajátításához nincs szükség parapszichológiai képességekre, és megismételhető, tehát tudományos szempontból is elfogadható eredményt ad. Eleinte kémkedésre, politikai célokból alkalmazták, újabban azonban a Földön kívüli civilizációkkal való kapcsolatfelvételre használják. Az SRV alkalmazásánál fontos szabály, hogy a megfigyelő ne használja a tudatát az „ülés” alatt. Amennyiben a tudat belép a hírszerzés folyamatába, azonnal hozzálát az információ értelmezéséhez, ami aktivizálja a képzeletet. Az eredmény a tények nagyfokú eltorzulása. Ezért az SRV legfontosabb alapszabálya, hogy az adatok mindaddig nem kerülnek elemzésre, amíg áramlanak, mert a nélkül az eljárás nem más, mint egyszerű fantáziálás. Médiumok esetén ez a veszély kevésbé áll fenn, mivel ők a telepátia gyakorlása során „megváltozott tudatállapotba” kerülnek. Az agyfrekvencia lecsökkenésekor a tudat kikapcsolt állapotban van, így nem zavarja a kommunikációt. A természetes módszer hátránya azonban, hogy meglehetősen megbízhatatlan. Ezen túlmenően ki van téve a sátáni erők manipulációjának, akik ily módon dezinformációk tömkelegét juttatták már el hozzánk. Ez a veszély az SRV-nél is fennáll, de ezt a módszert többnyire magasan képzett tudományos szakemberek alkalmazzák, akik képesek különbséget tenni a maszlag és a valós értesülések között.

Azért is szükség van erre a nagyfokú különbségtevő képességre, mert a magasan fejlett civilizációk nem mindegyike engedi meg, hogy körülnézzünk a járművekben, vagy a világukban. Ilyenkor vagy blokkolják a „távolbalátó” szemét, lelki látószervét, vagy ami rosszabb, hamis képet sugároznak neki. Erre főleg eleinte került sor; manapság viszont kezdenek megnyílni a „zsilipek”, mind több UFO-jelenségbe nyerhetünk bepillantást. A telepátikus úton végzett kémkedés tehát szintén felfedezhető, még ha a lebukás nem is jár olyan drasztikus következményekkel, mint a hagyományos módszer. Az SRV-t gyakorlók tapasztalatai alapján a Földön kívüli civilizációk újabban nem gördítenek akadályokat a „kukkolásaink” elé. Tilalmakkal csak akkor élnek, ha az ily módon szerzett értesülések alapján beleavatkozhatnánk a tevékenységükbe, vagy ha meg akarnak védeni bennünket olyasmitől, aminek a tudomásulvételére még nem vagyunk elég felkészültek. Az univerzumban ugyanis sok olyan dolog történik, amely sokkolóan hatna ránk. Nincs rá szükség, hogy emiatt izgassuk magunkat, mivel a bennünket felügyelő fejlettebb lények minden veszélytől megóvnak minket, ami ellen nem tudunk védekezni.

Bétaprogramozás váratlan szituációkban

Az önszuggesztió a mindennapi életünkön kívül váratlan helyzetek, kellemetlen balesetek esetén is eredményesen alkalmazható. Az alábbi módszer követése sok felesleges idegességtől kímélhet meg bennünket. Amikor megtörtént a baj, a legelső és legfontosabb reakció: **Nem szabad megijedni!** Az ijedség lebénítja az agyunkat, és befagyasztja, vagy helytelen irányba tereli energiataralékaikat. Ha megőrizzük lélekjelenlétünket és ráadásul még gyors reflexekkel is rendelkezünk, sokszor a legnagyobb bajból is ép bőrrel juthatunk ki. Amennyiben erre már nincs mód, a szerencsétlenség visszavonhatatlanul megtörtént, akkor sincs értelme a kétségbeesésnek. Ne feledjük: **Minden baj akkora, amekkorát csinálunk belőle!** A baj megtörténte után Agykontroll tanulmányainkra támaszkodva első dolgunk az legyen, hogy a negatív érzés helyébe ültessünk egy pozitívat, pl.: Örülök, hogy nem esett komolyabb bajom! Vagy: Örülök, hogy életben maradtam! Utána a megőrzött lélekjelenlétünkre támaszkodva gondoljuk át, hogy mik a legfontosabb teendőink, a szerencsétlenség következményeit milyen sorrendben és hogyan tudjuk a leghatékonyabban enyhíteni.

A szükséges intézkedések megtétele, a probléma lerendezése után se keseregjünk, hanem inkább gondoljuk végig az eseményeket abból a szempontból, hogy milyen tanulságokat vonhatunk le belőlük. Önmagunk sajnálata helyett gondoljunk inkább arra, hogy ennyivel is tapasztaltabbak lettünk, és ezt a tapasztalatot arra fogjuk használni, hogy még jobbak váljunk, mint amilyenek voltunk. Ez a legokosabb, amit tehetünk, mert megtörtént eseményeket nem lehet semmissé tenni, a sópánkodással csak növeljük a bajt. Fogadjuk meg Silva tanácsát: „*Bármilyen baj ér bennünket, tegyük szokásunkká, hogy eloszlatjuk a stresszt, és lelki békével helyettesítjük azt.*” Egyébként a hirtelen jött

stressz feloldásának van még egy igen hatékony módja, a relaxáció. Ha egy hír vagy esemény sokk-szerű hatást gyakorol ránk, akkor fekdjünk le, és percenként legfeljebb nyolcszori gyakorisággal végezzünk hasi légzést. Ez a lassú, mély légzés szinte varázslatos erővel nyugtatja az idegeket, és szükség esetén ülő vagy álló helyzetben is alkalmazható.

Sajnos ma még a legtöbb ember ennek az ellenkezőjét teszi. Sokan nem hajlandóak elfogadni a tényeket, és dühöngve áltatják magukat, hogy velük ilyen baj nem eshet meg. Ahelyett, hogy men-tenék a még menthető, és az újrakezdési lehetőségeiken elmélkednének, vad harcba kezdenek a megváltoztathatatlan ellen. Végül miután belefáradtak az értelmetlen szélmalomharcba, a bús-komorság és a melankólia lesz úrrá rajtuk. A nemtörődöm lelkiállapotnak azután törvényszerű követ-kezménye az egzisztenciális leépülés, a társadalmi ranglétrán való fokozatos lecsúszás, ami gyakran öngyilkossággal végződik. Dale Carnegie szerint mindezen bajok legfőbb oka, hogy nem tudunk szembenézni a tényekkel, nem vagyunk képesek tudomásul venni a megváltoztathatatlant.

A szerencsétlenség következményeinek felszámolása során tehát az első lépésünk az legyen, hogy fogadjuk el ami történt. Ha ezt megtesszük, akkor mentesítjük magunkat attól a roppant pszi-chikai nyomástól, amely a félelmeink következtében telepedett ránk. A nyugodt állapot energiát szabadít fel bennünk, amelyet bajaink enyhítésére fordíthatunk. A második lépés, hogy lelkileg ké-szüljünk fel a legrosszabbra, tudatosítsuk magunkban, hogy a legkedvezőtlenebb esetben mi vár ránk, és álljunk készen ennek elviselésére. Ez azért fontos, mert ha tudatában vagyunk annak, hogy nincs mit vesztenünk, helyzetünk az elképzelhető legrosszabb esetnél rosszabb már nem lehet, ak-kor egy olyan belső béke lesz úrrá rajtunk, amelytől kitisztul az agyunk, és józan ésszel már képe-sek leszünk problémáink fokozatos leküzdésére.

Erre a két lépésre azért van szükség, mivel az idegeskedés lehetetlenné teszi gondolataink kon-centrálását, és ennek következtében nem tudjuk a szükséges döntéseket meghozni. Ha viszont kény-szerítjük magunkat, hogy szembenézzünk a legrosszabbal, ami történhet velünk, és hajlandóak va-gyunk azt tudomásul venni, akkor véget vetünk képzeletünk örjítő csapongásának, így minden energiánkat gondjaink megoldására tudjuk koncentrálni. A megoldás kulcsa tehát az, hogy el kell fogadni a megváltoztathatatlant, és fel kell készülni a legrosszabbra. Ha ez megtörtént, akkor har-madik lépésként a megnyugvásból nyert energiát fordítsuk arra, hogy higgadtan, megfontoltan pró-báljunk javítani a helyzetünkön, igyekezzünk jobba tenni annál, amelynek elfogadására lelkileg ké-szen álltunk. Sok esetben ez a magatartás nem csupán enyhíteni képes a helyzetünket, hanem gyak-ran előnyösebb helyzetbe juttat minket, mint amilyenben a baj megtörténte előtt voltunk.

A későbbiek során, amint gyarapodnak Agykontroll ismereteink, áttérhetünk komolyabb gyakor-latok végzésére is. A kezdeti tréningezés után ahogy sikerül lejutnunk alfába, mindjárt kezdjük el a vizualizálás gyakorlását, mert az Agykontrollban minden azon múlik, hogy milyen intenzíven tud-juk a vágyainkat a képzeletünkben megjeleníteni. Minél erősebb a vizualizáló képességünk, annál erősebb a gyógyító hatás. Vizualizálás nélkül csak passzív meditációs állapotban leszünk, ami az egészség szempontjából szintén hasznos, de nem elég hatékony. Hatékonyabb gyógyítás csak dina-mikus meditáció, vagyis vizualizáció útján érhető el. Ez olyan, mint amikor valaki sötétben tapoga-tózva próbál kijutni egy számára ismeretlen épületből. Ha szerencséje van, előbb-utóbb sikerül neki, de mennyivel hatékonyabbá válik a keresés, ha közben bekapcsolja a világítást. A vizualizálás tu-lajdonképpen egy ilyen villanykapcsoló, ami összehasonlíthatatlanul megnöveli tevékenységünk hatásfokát.

A vizualizálást nem lehet elég korán kezdeni, szabályainak gyakorlásával már akkor próbálkoz-hatunk, amikor még csak az alfa közelében járunk. Később minél mélyebbre jutunk az alfa tarto-mányban, képünk annál színesebbé, annál részletgazdagabbá válik. A kezdeti sikertelenséggel ne törődjünk, végezzük a naponként előírt gyakorlatokat szorgalmasan, a türelem, a kitartás és a hit egy idő után meghozza gyümölcsét. A gyógyító tevékenységgel se várjunk addig, amíg tökéletes nem lesz a vizualizáló képességünk. Ha kellőképpen vágyunk rá és hiszünk benne, akkor alacso-nyabb hatásfokkal ugyan, de életlen képpel is tudunk gyógyítani. Tehát az öngyógyítást is kezdjük el minél előbb, ezzel is javulni fog az állapotunk, ennyivel is közelebb kerülünk a végső gyógyulás-hoz. Amennyiben sikerül mélyebb alfába jutnunk, ne habozzunk egy percig sem, hanem haladéktal-anul kezdjük el mások gyógyítását. Embertársaink gyógyítása ugyanis kihat ránk is. Silva szintén

hangsúlyozza, hogy ha meggyógyítunk másokat, azzal önmagunkat is gyógyítjuk. Ha valamilyen oknál fogva nem vagyunk képesek magunkat teljes mértékben meggyógyítani, próbálkozzunk a körülöttünk élők gyógyításával. Könnyen előfordulhat, hogy a visszahatás mintegy a Mindenható jutalmaként megszünteti maradék egészségügyi problémánkat is.

Segítő módszerek

Egyeseknél zavart okoz, hogy a jobb és a bal, vagyis a múlt és a jövő helyzetének a megítélésénél milyen alapállásból induljon ki. Önmagából kiindulva, valós testhelyzetének a jobb, illetve a bal oldala az irányadó, vagy képzelete képernyőjének jobb és bal oldalát kell figyelembe venni. A kettő ugyanis egymás tükörképe, és ezért a két oldal felcserélődhet. Ez a dilemma a Silva-féle hasonlattal élve rendkívül egyszerűen feloldható, ha elképzeljük, hogy egy nagyméretű iránytű közepén ülünk arccal dél felé. Hol kel fel a nap? Mindenki tudja, hogy keleten, tehát arra, vagyis a bal kezünk felé van a jövő. Hol nyugszik le a nap? Nyugaton, tehát a jobb kezünk felé van az elmúlás, a múlt. Képzeletünk képernyőjén is ennek megfelelően kell mozgatni a képeket. A képernyő a dél. Ha a jövőre vagyunk kíváncsiak, vagy ha egy gyógyító eljárást vizualizálunk, amely a későbbiek során fog érvényesülni, akkor keletre, tehát balra kell elmozdítani a képet. Ha a múlt érdekel bennünket, vagyis ha azt akarjuk, hogy egy vizualizált probléma elmúljon, akkor nyugat felé, tehát jobbra mozgassuk a képet.

Ezzel az egyszerű képzettársítási módszerrel egyébként más hétköznapi dilemmánkat is egyszer s mindenkorra a helyére tehetjük. (Sokaknak problémát jelent pl. tavasszal és ősszel a nyári időszámításra való át- és visszaállítás. Ez a bizonytalanság is feloldható az alábbi rendkívül egyszerű képzettársítással. A tavaszhoz képest hol helyezkedik el a nyár a naptárban? Előtte, tehát az órát egy órával előbbre kell állítani. Az őszi óraállításnál hol van a nyár az őszhöz képest? Mögötte, tehát óránkat egy órával vissza kell állítani.) Ennek a módszernek a céltudatos alkalmazását segíti elő az Agykontroll tanfolyamon oktatott „memóriafofasok” rendszere. A betűnként változó vizuális képek megtanulása rendkívüli mértékben képes memóriánkat feljavítani. Ezzel a rendszerrel mindennapi elintéznivalóink sorát tudjuk betárolni a fejünkbe, mentesítve magunkat a cédlázással járó kellemtelenségektől.

Az alfába jutás további módszerei

Ha valaki az előző fejezetben vázolt előgyakorlatokkal sem tud lejutni alfába, az megpróbálkozhat a légzésszabályozás módszerével. A szakemberek előtt már régóta ismeretes, hogy a percnkénti légzésszám alvás közben jelentősen lelassul. Ennek alapján ha lassítjuk a percnkénti levegővételeink számát, akkor könnyen az alváshoz hasonló állapotba juthatunk. A lassabb lélegzetvételekkel tehát ráhangoljuk magunkat az elalvásra, így óhatatlanul közelebb jutunk az alfa tartományhoz. Eközben előfordulhat, hogy átsiklunk az alfán, és thétába kerülve elalszunk, de emiatt ne bosszankodjunk. Legközelebb némi koncentrációval el tudjuk kerülni az elalvást. A hatás fokozható jógi légzéssel, vagyis mély és egyenletes légzésvétellel. A pranayamanak nevezett légzőgyakorlatok kerülő úton ugyan, de mindig meghozzák a kívánt eredményt.

Mellékesen megemlíthető, hogy az indiai jógik szerint a szellemi koncentrációval összekötött légzésgyakorlatoknak mágikus hatásuk van a szervezetre. A hatha jóga alapelve, hogy a test és a szellem együttműködése elengedhetetlenül szükséges a tökéletes egészség kialakításához. A meditációval egybekötött jógalégzés során nem csupán kellő mennyiségű levegőt szívunk a tüdőnkbe, hanem magunkba szívjuk a pránát, vagyis az életenergiát is. A modern felfogás szerint a „prána” nem más, mint szubatomi energia. Az akupunktúra nyelvére lefordítva, a jógi légzés során belénk áramló Yang-nak nevezett pozitív szubatomi energia, valamint a Yin-nek nevezett negatív szubatomi energia (amely fizikailag gravitációs sugárzásnak tekinthető) helyreállítják a szervezet energiaegyensúlyát, hatékonyan gyógyítva ezzel a test egyéb vegetatív rendellenességeit is. A jóga nem kizárólag testi gyakorlatból áll, hanem van egy szellemi irányzata is. A jógának ez a válfaja lényegében nem más, mint Agykontroll gyakorlat. A szellemi jóga annyiban különbözik az Agykontroll-

tól, hogy azokat az eredményeket, amelyeket egy jógói évekig tartó önmegtartóztatással ér el, az Agykontroll tanfolyamon egy hét alatt meg lehet tanulni. A nyolc gyakorlat közül a hatodik felel meg az alfa, illetve a théta állapot elérésének, míg a hetedik gyakorlat során a Képzletbeli Képernyő technikának, és a Hatékony Érzékelés Kivetítés technikájának elsajátítására kerül sor.

Van azonban a jógának egy befejező szakasza is, amely többet nyújt, mint amit az Agykontroll tanfolyamon el lehet érni, és ez a nyolcadik gyakorlat. A nyolcadik gyakorlat során ugyanis a jógik eljutnak a „szellemi megvilágosodás” állapotába. Ebben az állapotban a jógik közvetlen kapcsolatba kerül egy túlvilági fénylényvel, és ezáltal az abszolút tudás birtokába jut. A világegyetemet létrehozó és fenntartó erők megismerésére a halálunk után mindnyájan képesek leszünk, de a megvilágosodás stádiumába került jógik, valamint a klinikai halálból visszatértek már a földi életükben szert tesznek erre a tudásra. Egyikük így fogalmazta meg ezt az élményt: *„Hirtelen letépik rólunk a szemellenzőt, és teljes dicsőségében látjuk meg a kozmikus világot, helyünket a dolgok egyetemes rendjében”*. Egy másik szemtanú szerint: *„Teljesen tisztában voltam azzal, hogy ki vagyok én valójában. Tökéletesen értettem, hogy miért vagyok, mi a helyem a világegyetemben. Egyszerre minden értelmet nyer. Rájöttem, hogy semmi sem történik ok nélkül, minden abszolút igazságos.”*

Sajnos a lélek testbe való visszaléptetése, vagyis az újraélesztés során ez a tudásanyag erősen korlátozott formában marad csak meg, mert a klinikai halálból visszatértek azokat az ismereteket, amelyek a világ jelenlegi fejlettségi szintjét meghaladják, elfelejtik. A jógik is csak globálisan, benyomások formájában kapnak tájékoztatást az univerzális rendről, a technikai részletek rejtve maradnak előttük.

A behatóan végzett jógagyakorlatoknak van még egy rejtélyes mellékhatása is. Ez nem más, mint a kundalini, vagyis az „emberi evolúciós energia” feléledése, fokozott érvényre jutása. Ilyenkor többlet Yin és Yang energia áramlik a testünkbe, amely sokszor látható kisugárzással jár. Az ujjakból kiáramló többletenergia hatását már ismerjük. Az arcból kiáramló kékes fény érdekessége viszont, hogy ezt a jelenséget a nyugati féltekén is többször megemlézték már olyan emberekkel kapcsolatban, akikbe az intenzív vallásgyakorlatok során beleszállt a „Szentlélek”. Erről a misztikus jelenségről, a Szentlélek lángnyelvszerű energiagömbként való megjelenéséről, és az emberi testbe való belépéséről, valamint az ezzel járó több nyelven beszélésről (telepatikus kommunikációs képességről) egyébként a Biblia is beszámol, amikor a tanítványok Jézustól prófétálásra szóló megbírást kaptak.

Ez a csoda később megisméltódott. A XIII. század elején élt Padovai Szent Antalról feljegyezték, hogy prédikációit mindenki „anyanyelvén hallotta”, holott ő a valóságban egy nyelven beszélt. A telepatikus közlés tényét támasztja alá az a korabeli tudósítás, hogy „az állatok is értették szavait”. A halak egyszer nagyság szerinti sorrendben sorakoztak fel előtte a tengerparton, és nagy figyelemmel hallgatták miszerint ők különösen hálásak lehetnek az úrnak, mert nekik ne ártott az özönvíz. Úgy rémlett, a halak mindent megértettek, mert egyszerre csak „alázatosan lehajtották fejüket”. Amikor Szent Antal földi maradványát három évtized után új helyre költöztették, meglepődve tapasztalták, hogy a nyelve teljes épségben megmaradt.

A hindu bölcsek szerint a kundalininek nevezett energia a gerincoszlop aljáról mozdul el, és a szusumná csatornán áramolva fokozatosan végighalad minden egyes csakrán, amíg el nem jut az agyba. Ennek az energiának a fokozódása a legtöbbször szinte elviselhetetlen fájdalommal jár. Ezt a fájó, lüktető érzést a szervezetünkben levő energiadugók okozzák, melyek a lelki tökéletlenségünk következményei. A reinkarnációs láncban előre haladva ezek a dugók fokozatosan megszűnnek, és ekkor az életenergia automatikusan megnövekedik. Jelenlegi fejlettségi szintünkön azonban csak erőszakkal tudjuk eltávolítani az energiadugókat, ami iszonyatos fájdalommal jár, sőt primitív lelkek esetén ennek a folyamatnak a siettetése akár halállal is végződhet. A fájdalom csak a végső stádiumban, a maximális energiaszint elérése után szűnik meg. Ekkor viszont „mennyei béke” költözik a testbe, és a jógik olyan könnyűnek és szabadnak érzi magát, mintha nem is lenne teste. Akinek a szervezetében nincsenek akadályok, akinek tiszta az elméje, és a szíve nyitott, az kivételes gyönyört érez ettől az energiától. Ez a fajta mámor még a szexnél is nagyobb élvezetet nyújt, leginkább a mennyei boldogsághoz hasonlítható. Az akadálymentes energianövelésre azonban ma még kevés

ember képes. Nem véletlen, hogy az indiai jógik és a tibeti papnövédek szinte mindegyikének pokoli szenvedéseket okoz ez a gyakorlat.

Akadnak azonban olyanok is a világunkban, akik eleve megnövekedett energiaszinttel születnek. A Fülöp-szigeteki Luzon törzs tagjai között apáról fiúra öröklődik ez a tulajdonság. Nem véletlen, hogy ebben az országban oly sok gyógyító van, akik pusztán kézzel operálnak. A XX. század elején a franciaországi San Urban községben egy olyan gyerek született, aki nem csak az ujjából, hanem az egész testéből igen erős mágneses sugárzást bocsátott ki. A közelében az emberek intenzív vonzó és taszító hatást éreztek, és a szervezetéből gyakran fénylő sugarak áradtak szét. Ezek ereje a gyermek növekedésével egyre fokozódott. 1 éves korában ideges érzékenység vett erőt rajta, és komolyan megbetegedett. Nemsokára meg is halt. Halála pillanatában olyan erős sugárzást bocsátott ki a teste, melynek fénye az egész szobát betöltötte.

A tudománynak eddig még nem sikerült kideríteni, hogy ilyenkor pontosan mi megy végbe a szervezetben, a tobozmirigy aktiválódik-e, vagy talán a csecsemőmirigy. Egyelőre fogalmunk sincs arról, hogy milyen úton-módon megy végbe ez az energianövekedés. Annyi azonban biztos, hogy a pranayama gyakorlatok során visszatartott lélegzetnek meghatározó szerepe van ebben a folyamatban. Miután a levegővel teli tüdő nyomást gyakorol az előtte levő csecsemőmirigyre, így lehet, hogy a thymus-csomó mechanikus ingerlése okozza a testbe áramló szubatomi energia koncentrációját. Az energia tehát nagy valószínűséggel nem a prána belégzése során kerül a testbe – mint ahogy azt a jógik hirdetik – hanem az intenzív légzőgyakorlatok során ennek a rejtélyes belső szervnek a mechanikus ingerlése váltja ki ezt a hatást.

Egy közelmúltban napvilágra került információ szerint azonban ez a keresett szerv nem a mellkasban, hanem a gyomor mögötti zsigeri idegközpontban van. Földönkívüliek egy rendkívül segítőkész csoportja ugyanis elárulta nekünk, hogy az emberi szervezet energiaszintjét ebben a vegetatív idegközpontban található szerv szabályozza. Mint tudjuk, az autonóm idegrendszernek is nevezett zsigeri idegközpont a tudattól függetlenül szabályozza az emésztést, a szívverést, a vérkeringést, a beleket mozgató sima izmok összehúzódását és elernyedését, a belső és külső elválasztású mirigyek működését, a húgyivarszervek életfolyamatát, az egész anyagcserét, valamint a szervezet hőszabályozását. Ezenkívül szabályozza az egyes szervek közötti együttműködést, és más – ma még fel nem fedezett – feladatokat is ellát. Ilyen feladat lehet a szervezet szubatomi energiával történő ellátása is. Mivel a pranayama gyakorlatok során a levegővel telt tüdő illetve az alatta levő rekeszizom nyomást gyakorol a gyomorra is, nem zárható ki, hogy közvetlen úton valóban ennek a különös szervnek a ritmikus ingerlése váltja ki a szervezet energiaszint-növekedését, ami először a gyökércsakrához tartozó szerveken érezteti hatását.

A földi tudósok szerint azonban sokkal valószínűbb, hogy ezt a reakciót a légzési funkció leállítása okozza a szervezetben. Ez a klinikai halálhoz hasonló állapot olyan hatást gyakorol a tobozmirigyre, mint amikor a lélek elhagyni készül az életképtelenné vált testet. A tobozmirigy, illetve a lélek ily módon való aktivizálhatóságát támasztja alá José Silvának az a beszámolója is, hogy az Agykontroll módszereinek kidolgozása előtt ő csak úgy tudta radikálisan lecsökkenteni az agyfrekvenciáját, hogy szinte fulladásig visszatartotta a lélegzetét. Hasonló hatásról beszélt Reinhold Messner, aki oxigénpalack nélkül mászta meg a Mount Everestet: *„A csúcs felé közeledve, az oxigénhiányos levegőben úgy éreztem magam, mintha az értelmemet kikapcsolták volna. Lelkem azonban áteresztőbb, érzékenyebb lett, nagyobb és megfoghatóbbá vált. Öntudatom tiszta és világos volt, bár nem igazán tudtam, hol is vagyok. A szórt fényben állva, háttal a szélnek hirtelen valamilyen mindenségérzés töltött el. Ez nem a siker érzése volt, hogy én erősebb lennék mindenkinél, aki csak előttünk itt járt. A mindenhatóság érzése leheletnyi boldogságérzetként nyilvánult meg a fejemben és a keblem mélyén.”*

A legújabb kutatási eredmények szerint a gát környékén levő PC izom feszessége is képes növelni szervezetünk energiaszintjét. Ennek az izomnak a stimulálása szintén a kundalini energiát ébreszti fel. A PC-izom ingerlése szexuális aktus során, és lóbuszülésben is létrejöhethet. Ez utóbbi esetben a reakciót az váltja ki, hogy a jobb láb sarka nyomja a gáttájékot. Az ily módon megsokszorozódott energia egyébként nem növeli meg számottevően az élettartamot, viszont rendkívül egészségessé, és ellenállóvá teszi a jógik szervezetét. Több beszámoló szól arról is, hogy a jógik ebben az

állapotban különböző parapszichológiai jelenségek előidézésére is képesek; de valószínűleg ennek nem a megnövekedett energiaszint az oka, hanem az agyfrekvencia lecsökkentésének képessége.

Érdekes megnyilvánulása a pránaelméletnek, hogy sokan úgy próbálnak többletenergiát a szervezetükbe bevinni, hogy ételeiket fogyasztás előtt kiteszik a napra, hogy jól átjárja az életenergia. Nem kevesen vallják, hogy a vízben vagy egyéb szomjoltó italokban lévő prána úgy nyerhető ki a leghatékonyabban, hogy ha lassan kortyolva isszuk. A legtöbb ember ezeknek a hiedelmeknek nem tulajdonít jelentőséget, az viszont tapasztalati tény, hogy a kortyolgatva ivott és szánkban többször megforgatott folyadék sokkal jobban oltja szomjunkat, mintha gyorsan lenyeljünk az egészet.

A lótuszülésben végzett önszuggesztiós jóga gyakorlatok hatásmechanizmusa lényegét tekintve szintén megegyezik az Agykontrollal. Az Agykontrollnak ez a misztikus köntösbe öltöztetett ősi megnyilvánulási formája a pszichoorientációs gyógyítás terminológiája szerint passzív meditációs tevékenységnek tekinthető. A hatha jóga passzív meditációval párosított gyakorlatain keresztül vezet az út az egyes jóga fokozatokon keresztül az aktív meditációhoz. Az alfába jutásnak tehát van egy ősidők óta alkalmazott módja is, a meditáció, vagyis a befelé fordulás. Ennek fizikai alapjai arra a megfigyelésre vezethetők vissza, hogy ha a szem és a fül nem kap elegendő ingert a külvilágból, akkor elkezd csökkenni az agyfrekvencia. Ezért is vonulnak félre a jógik templomokba, vagy csendes erdők mélyére a szellemi jóga gyakorlatok végzése során.

A távol-keleti gyógy módok sokszínűségére jellemző, hogy a szubatomi energia testbe juttatására országonként más-más módszerek alakultak ki. Amíg Indiában a jóga gyakorlatok szolgálnak a többletenergia felvételére, addig Kínában a Chi Kung terápia gyakorlása útján növelik a szervezet vitalitását. Ezekkel a többnyire szabadban végzett sajátos tornagyakorlatokkal először átjárhatóvá teszik a perifériális meridiánokat, és felerősítik a szervezet ellenállását. A második fázisban megtanulják, hogy miként kell a pránát vagy ahogyan a kínaiak nevezik, a „chi” (csi)-t az akaratukkal tudatosan keresztülvezetni a meridiánokon. Végül a harmadik szakaszban azt tanulják meg, hogy az energiát hogyan lehet az egyik helyről a másikra áramoltatni. Ezek az előírt légzésritmussal végzett gyakorlatok a jógaéhoz hasonlóan nagyfokú koncentrációt igényelnek, és a kívánt cél eléréséhez itt is sok időre van szükség.

A Chi Kungnak létezik egy könnyebben elsajátítható változata, a Tai Chi (taj csi), vagy közismert nevén az „árnyékbokszolás” amely a nyugati országokban is egyre jobban terjed. Ennél a gyakorlatnál a lassított filmekben látható mozdulatokkal irányítják az energiát a testben, fentről lefelé, belülről kifelé, majd kívülről befelé. Míg a nyugati mozgáskultúrában az izmok erősítését fizikai módszerekkel érik el, ez a mozgássor a bioenergia tudat általi mobilizálásával hat a fizikumra. Egyébként a Tai Chi régebben a Kung Fu egyik ága volt. Harcművészet, amely a középkorban keletkezett. A kínai parasztnak tilos volt a fegyverviselés, ezért kénytelen volt pusztá kézzel megvédeni magát. Így fejlődött harcművészetté ez a módszer. Mára azonban egészségvédő gyakorlatokká szelídült.

A test és szellem művelésére szolgáló gyakorlatok közül üstökösként jelent meg, és hullócsillagként végezte a Falun Dafa, vagy más néven Falun Gong. Ezt az ősi kínai módszert Li Hongzi mester elevenítette fel és hozta nyilvánosságra 1992-ben. Őt gyakorlatból és a hozzájuk tartozó tanításokból áll. A gyakorlatok együttesen harmonizálják a testet és a szellemet, és ezáltal pozitív hatást gyakorolnak az egészségre. A módszer a Könnyűületesség, az Őszinteség és a Tolerancia egyetemes elveire épül. Ez volt vele a baj. Eleinte csak szájról szájra terjedt. A tanítások és a gyakorlatok hatóereje rengeteg embert lenyűgözött. A nagy sikerre való tekintettel megjelentették könyv alakban is. Rövid időn belül 70 millió ember gyakorolta nap mint nap. 1999 júliusában aztán a kínai kormány betiltotta az alkalmazását. Azóta kegyetlen módon üldözik azokat, akik a tiltás ellenére végzik a gyakorlatokat, és a tanítások által jobb emberré szeretnének válni. Nem jó, ha a fizikai és szellemi egészség fejlett erkölcsi érzékkel párosul. A diktatúrákban nem szeretik, ha a nép egyszerű fiaik okosabbá, tökéletesebbé válnak a hatalom birtokosainál.

Ugyancsak az energia megsokszorozódását eredményezi a japán Shiatsu (siacu), ami nem más, mint egy sajátos masszázstechnika. Ennek a nehezen elsajátítható módszernek a végzése során a terapeuta képes megérezni az ujjával, hogy a beteg meridiánjai üresek vagy telítettek, és ennek megfelelően meghatározott nyomástechnikával stimulálja az eldugult meridiánt, megnyitja a „zsili-

peket”. Önmagunk által is használható változata ennek az eljárásnak az Indiából és Kínából származó „do-in” (du-in) önmasszázs. Ez a meditációval és légzéstechnikával összekötött egészségmegőrző módszer a testi-lelki megújulás mellett részletes állapotfelmérést is biztosít. A Shiatsu klasszikus változata a thai masszázst. Ezt a technikát ruhán keresztül alkalmazzák, és az energiapályák közül csupán tizet dolgoznak meg. A 15 perces thai masszázs az autóvezetőkben is nagymértékben enyhíti a feszültséget. Thaiföldön már 21 benzinkútnál vehető igénybe ez a szolgáltatás. Bevezetése óta jelentősen javultak a baleseti statisztikák. Ezt a módszert nem ártana a nyugati országokban is alkalmazni. Mifelénk még hajszoltabbak, fáradtabbak a kamionsofőrök, ezért nagy szükség lenne a stressz okozta figyelmetlenség enyhítésére. A legkomplikáltabb az ajurvéda-masszázs, ahol a csupasz testbe gyógyhatású illatos olajokat masszíroznak bele, hogy megszabadítsák a levegőből és a táplálékból származó mérgező anyagoktól.

A jógaival megegyező hatásfokú energiaregeneráló gyakorlatokat alkalmaznak a tibeti lámakolostorokban. Ezekkel a naponta végzendő tornagyakorlatokkal a gerincoszlop körüli csakrákat lehet feltölteni, amely egyrészt megnöveli az auránkat, másrészt fiatalító hatást gyakorol a szekrécios mirigyekre, és ezáltal az egész testünkre. A csakrák megtisztítására, valamint a forgási sebességük és aktivitásuk megnövelésére hat rendkívül egyszerű gyakorlat szolgál. Ezek közül a legkönnyebben elvégezhető és talán a leghatékonyabb az a gyakorlat, amelyet a táncoló dervisek szoktak útonútfélen produkálni. Ennek szabályos kiviteli módja, hogy álljunk egyenes testtartásba, és karjainkat oldalirányban emeljük vízszintes helyzetbe. Ezután kezdjük el balról jobbra forogni, amíg el nem szédülünk. Ha mindennap szorgalmasan gyakorlunk, akkor hamar elérjük az előírt 21 fordulatot anélkül, hogy elszédülnénk. Forgás közben szemmagasságban keressünk ki egy pontot, és amikor odaérünk, kissé pihentessük meg rajta a szemünket. Ez a gyakorlat a hetedik csakrát nyitja meg, amely közvetlen kapcsolatban áll a hipofízissel. Ismeretes, hogy a hipofízis az egész endokrin mirigyrendszer karmestere, ezáltal minden egyes belső elválasztású mirigyünk aktivizálódik. A felélénkítő hormontermelés fiatalító, fiatalságot konzerváló hatást gyakorol a szervezetünkre, a megnövekedett energiamennyiség pedig fokozza az életerőnket.

Az alfa tartomány megközelítésének a légzésszabályozáshoz hasonló hatásmechanizmusú, de jóval hatékonyabb eljárása az önhipnózis. Erre a célra pszichológusok által összeállított és különböző folyóiratokban megjelent speciális szövegek állnak rendelkezésre, amelyet vagy felolvasnak nekünk, vagy magnókazettára felvéve hallgathatjuk vissza. Ma már kész hipnorelaxációs kazetták is számos változatban beszerezhetők, így már semmi mást nem kell tennünk, mint egy távkapcsolót csatlakoztatni a magnónkhoz, hogy a készülék kezelő gombjainak keresése ne zökkentsen ki bennünket a meditatív állapotból. (Amennyiben a készülékünkön nincs ilyen csatlakozó, akkor a problémát legegyszerűbben úgy oldhatjuk meg, hogy beépítünk egy Jack-aljzatot, amellyel a tápáramforrás egyik ágát megszakítjuk. A Jack-dugós távvezérlő kábel másik végére könnyen kezelhető billenőkapcsolót szereljük.)

Ha valaki a hipnorelaxáció módszerével sem tudna belátható idő alatt alfába jutni, az legjobb, ha felkeres egy gyógymasszörzt, aki deep tissue technikával kihozza belőle azokat a gátlásokat, amelyek lehetetlenné teszik a testi és szellemi ellazulást. Természetesen az alfába jutás rövid időn belüli elérésének leghatékonyabb módja az, ha beiratkozunk egy Agykontroll tanfolyamra, mert ezeket a kurzusokat olyan szakképzett oktatók vezetik, akik irányított relaxációval fél óra alatt szinte mindenkit képesek alfa szintre vezetni. Végső soron tehát várjuk ki, amíg alkalmunk nyílik egy Agykontroll tanfolyam elvégzésére. Ennek a tanulási formának a hatékonyságát az is elősegíti, hogy a tanulók sikereikkel egymást is inspirálják. Tapasztalatok szerint a kollektív relaxáció mindig jobb hatásfokú, mintha azt egyénileg végezzük. Az Agykontroll Iroda címe: 1389. Budapest, Pf. 115. Telefonszáma: 488 0118. Honlap: <http://www.agykontroll.hu>

Bár az érintettek szemérmesen hallgatnak róla, de sajnos még a legjobb oktatók csoportjában is előfordul, hogy néhányan az Agykontroll tanfolyam elvégzése után sem tudják az agyfrekvenciájukat olyan szintre lecsökkenteni, hogy képesek legyenek komolyabb feladatokat megoldani. Ebben az esetben csak egy dolgot lehet tenni, szorgalmasan gyakorolni. Nem vagyunk egyformák, van akinek könnyebben megy valamely tevékenység elsajátítása, van akinek nehezebben. Gyakorlással azonban előbb-utóbb minden megtanulható. Egyébként a tapasztalatok szerint éppen azokból lesz-

nek a legjobb eredményeket elérő agykontrollosok, akiknek a legnehezebben ment a szabályok elsajátítása. Jelentősen segíthetjük azonban a tanulási folyamatot biológiai visszajelző (biofeedback) készülék használatával. Ezeknek a készülékeknek a lényege, hogy folyamatosan mérik, és mélyülő hang formájában kijelzik az agyfrekvencia csökkenését, majd az alfa agyhullámok megjelenésének arányában frekvenciamodulált hangimpulzusokat bocsátanak ki magukból. A biofeedback (biofeedback) készülékek legmodernebb változatai már mikroprocesszorokkal működnek, ami lehetővé teszi, hogy nem kell többé érzékelő tűket szúrni a fejbőrbe, hanem egy keskeny fejpántot helyeznek fel a homlokra, és az alfa agyhullámok detektálását a bőrfelülettel lágyan érintkező elektródák végzik. Ráadásul ezek a miniatürizált készülékek komplex elven működnek, tehát az EEG jeleken kívül mérik a bőr ellenállását, vagyis a GSR jeleket is, így megfelelő biztonsággal képesek ellenőrzésük alatt tartani a relaxáció teljes folyamatát. A hazugságvizsgáló berendezésekhez hasonló elven történő bőrellenállás-mérés itt egy külön elektródával történik, amelyet valamelyik ujjunkra kell felerősíteni.

A biofeedback készülékekkel nem lehet mesterségesen lecsökkenteni az agyfrekvenciát, ez a készülék kizárólag arra szolgál, hogy hallható módon jelezze agyunk frekvenciakisugárzásának változását. A nehezen relaxáló személyek számára azonban már ez is nagy segítséget jelent, mivel a gyakorlatok végzése közben ellenőrizni tudják, hogy agyfrekvenciájuk csökkenése milyen mértékű. Ennek a készüléknek a segítségével kiválaszthatják a számukra legideálisabb körülményeket (pl. a testhelyzet, a szemgolyó felfelé fordításának mértéke, a relaxálást irányító szöveg tartalma), vagyis olyan technikai feltételeket teremthetnek maguknak, amelyek a leghatékonyabban képesek ellazulásukat elősegíteni. A megfelelő technika kialakítása során a kísérletet terjesszük ki az Agykontroll tanfolyamon tanult kézlevitációs gyakorlatra is, mert ez a módszer nagymértékben képes hozzájárulni a relaxáció elmélyítéséhez. Az agyhullám-érzékelő fejpánt felhelyezése előtt az egyenletes és megbízható működés érdekében ne feledkezzünk meg a gyártó által mellékeltelektrodázselé használatáról. Ezeknek a készülékeknek az ára az egyre csökkenő méret ellenére még most is meglehetősen magas. Nem szükséges azonban megvásárolni, elég ha csak kibéreljük 1 hétre. Ennyi idő elegendő arra, hogy megfelelő tapasztalatokat szerezzünk agyfrekvenciánk lecsökkentésének ideális módjáról. Ha ez sikerült, utána már úgy sem tudunk mit kezdeni ezzel a segédeszközzel.

Világunk kozmikus törvényei

Az Agykontroll tanfolyam elvégzése után sokan fel fogják tenni maguknak a kérdést, hogy tulajdonképpen mi végre vagyunk mi ezen a Földön. Alfa szinten erre választ is fogunk kapni. Silva szerint ezek a válaszok nagy vonalakban sejtetni engedik feladatainkat, és ha kellőképpen magunkba mélyedve végiggondoljuk létünk értelmét, akkor rá fogunk jönni, hogy nem azért vagyunk itt, hogy vakációzzunk. A lélek csak materializálódott testbe költözve képes intenzíven fejlődni. A fejlődés előfeltétele a próbatétel, a nehézségek legyőzése. Földi életünk alapvető értelme tehát a ránk nehezedő terhek minél eredményesebb leküzdése. Ebben segít bennünket a túlélés ösztöne, és egy belső kényszer, amely nem más, mint küldetésünk teljesítésének tudatalatti vágya, melynek mozgatórugója a lélek tökéletesedésének túlvilágról magunkkal hozott feszítő ereje. A lélek csak a jó cselekedetek által fejlődhet, ezért végig kell élnünk magunkban a Jó és a Rossz párharcát is. Mivel a Jó előre-, a Rossz pedig hátramoszdítja a fejlődésünket, ezért a Jó elérése nehézségekkel terhelt. A Rossz mindig akadálytalanul érvényesül életünkben, a Jóért viszont meg kell küzdenünk, és ez a küzdelem az, amely elősegíti a lélek fejlődését. Ennek tudható be az is, hogy tehertétel nélkül nem születnek új dolgok az életben.

Az ellenerő leglátványosabb megnyilvánulási formája az, hogy az új, szokatlan elgondolások vagy tettek mindig ellenállást váltanak ki környezetünkben. Az ellenállás mértéke és a gondolat újdonsága között „e”-ad alapú exponenciális összefüggés van. Ha valaki pl. kétszer jobb dolgot talál ki, mint a már meglévő, akkor a „logaritmus naturalis”-nak nevezett természetes szám második hatványa szerint a megvalósítás során hétszeres ellenállásba fog ütközni. Ha az ötlete négyszeresen jobb, mint a korábbi eljárás, akkor a vele szemben tanúsított ellenállás minimum ötvenszeres lesz. Az a feltaláló, akinek találmánya tízszer jobb a már ismert megoldásoknál, reménytelen helyzetben

van, mert több mint húszezerszeres ellenállást már nem lehet legyőzni. Ebbe vagy a feltaláló roppan bele, vagy az ötlet önmagától olyan lassan dolgozza ki magát, hogy azt a feltalálója már nem éri meg, nem lesz belőle haszna. Úgy látszik, a sors ily módon akadályozza, hogy újjászületéseink során túl gyorsan haladjunk a fejlődés lépcsőfokain. A lélek fejlődése szempontjából ugyanis nem elég az eseményeket véghezvinni, azokat fel is kell magunkban dolgozni, lelkileg át kell élni. Ha a Mindenható engedné, hogy valaki rövid idő alatt túl nagy eredményt érjen el, akkor az illető személyiségének adott fejlettségi szintjén fel sem tudná fogni, hogy mit alkotott, így nem tudna belőle megfelelő tanulságokat levonni. Egyébként sem előnyös, ha valaki túl könnyen jut valamihez, mivel a könnyen elérhető eredményeket sohasem értékeljük kellőképpen, **a meg nem szenvedett siker nem szolgálja lelki épülésünket.** Ennek a hatványozó ellenerőnek a kíméletlen megnyilvánulása fékezi nagyravágyó hajlamainkat is, figyelmezteti az elbizakodott embert erőinek végességére, és nem engedi kizökkenteni a fejlődés menetét az ésszerű tempóból. Ebből sokan ösztönösen arra következtetnek, hogy legjobb az arany középút. Az ilyen hozzáállásból születnek azután a tucatművek, amelyek csak mennyiségi fejlődést mutatnak, a minőségi ugrás nem jellemző rájuk.

Vannak azonban szép számban olyan emberek is, akik földi életük során még a minimális követelményeket sem teljesítik. Ez a magatartás viszont ellenkezik a világegyetem fejlődésének törvényeivel, és a Mindenható ezt sohasem hagyja megtorlatlanul. A ránk kiszabott feladatokat maradéktalanul el kell végeznünk, aki ezt nem teszi, az változatlan szinten megismételt újraszületésre kárhoztatja magát. Ebben az újraszületésben azonban már sokkal nehezebb feltételek mellett kell a korábbi feladatainkat ellátni, mert a fejlődési láncból nem lehet kimaradni. Az elvárásokat nem teljesítő lélek további büntetése, hogy nem választhatja meg reinkarnációja feltételeit. Oda és olyan körülmények közé kell születnie, amit szellemi vezetői jónak látnak. Aki ezt a törvényszerűséget felismeri, az könnyebben teljesíti feladatait. Aki viszont nem tudja, vagy nem akarja földi küldetésének célját belátni, azzal a sors kegyetlen meghurcoltatások útján fogja megértetni az örök törvény mindenhatóságát. Az asztrológusok véleménye szerint: **„Aki hisz benne, azt vezérli, aki nem hisz benne, azt vonszolja a csillaga.”** (Korunk magasztos eszméket nem kedvelő nemzedéke ezt a mondást így fogalmazta át: **Ha az utadon vagy, felülről vezetnek; ha nem, ráncigálnak.**)

Nem szabad tehát megrettennünk az élet akadályaitól. Aki szándékosan elkerüli az élet nehézségeit, az sohasem fog érvényesülni. **Az erő forrása ugyanis az akadály, amely azáltal fejt ki hatását, hogy le akarjuk győzni.** Aki szándékosan kerül minden akadályt, az gyenge és életképtelen marad. Legyünk hálásak tehát a gátló tényezőkért. Ezek felhívást jelentenek a küzdelemre, növelik a sikerhez, az érvényesüléshez és a maradéktalan önmegvalósításhoz szükséges erőt. Az akadályokban lehetőség rejlik, és minél nagyobb az akadály, annál nagyobb a várható siker is. Az amerikai pszichológusok már tisztában vannak ezzel, ezért a „nehéz” helyett ezt a szót használják: kihívás, azaz esély a sikerre. Az élet nehézségeit, a céljaink megvalósítását akadályozó ellenerőt tehát ne úgy tekintjük, mint egy sorscsapást, hanem olyan kihívásként fogjuk fel, amely azért van, hogy legyőzzük. A gondoktól nem rettegni kell, hanem örömmel kell fogadni, mivel elősegítik lelki és szellemi fejlődésünket, és eközben bátorra és bölccsé tesznek bennünket.

Mivel az ellentétes erők egymástól függnék, egymásnak feszülésük nem végződhet az egyik oldal teljes győzelmével. Az eredmény mindig a két erő egymásra hatásának valamilyen fokú megnyilvánulása lesz. Bármennyire jó a Jó, a Rossz nem semmisül meg mellette. Ennélfogva a Rossz sem képes teljes diadalt aratni a Jón. Ennek a törvénynek a gyakorlati megnyilvánulása alapján alakult ki az a mondás, hogy: „Minden jóban van valami rossz, és minden rosszban valami jó.” Az ellentétpárok tehát a mi világunkban felszámolhatatlanok, sőt fejlődésünk érdekében nélkülözhetetlenek. Ezt felismerve a felvilágosult ember már nem harcol mindenáron a Jóért, és nem akarja feltétlenül elkerülni a Rosszat, hanem arra törekszik, hogy dinamikus egyensúlyt hozzon létre a Jó és a Rossz között. Jót csak annyit enged magának, hogy ne ártsen, a Rosszból pedig azért veszi ki a részét, hogy tanuljon belőle, hogy tapasztalatokat gyűjtsön, és ezáltal bölcsébbé váljon.

Ennek az univerzális törvénynek a megnyilvánulása fejlődésünk elősegítésén túlmenően védelmet is nyújt számunkra. Az éveken, sőt sokszor évtizedeken át tartó küzdelem azt a célt szolgálja, hogy megedződünk, lelkileg kellően erőssé váljunk. A sikert ugyanis csak az erős, fejlett lelkek képesek kezelni. Aki nem küzdött meg a sikerért, hanem a szerencséje révén jutott fel a csúcsra, az

nem képes úrrá lenni a túl korán jött győzelem buktatóin. Nem tudja elviselni a minden oldalról feléje áradó elismerést, a nagy népszerűséget. Zavarja őt a személye iránt tanúsított fokozott figyelem, mivel a lelke mélyén érzi, hogy még nem érdemelte ki az ovációt. Tisztában van vele, hogy lelki fejlődése nem éri el azt a szintet, ahová rajongói helyezték őt, és megrémül attól a gondolattól, hogy nem tud megfelelni a követelményeknek. Minél fiatalabb valaki, annál intenzívebben lép fel ez a jelenség, hiszen a felnőtt kor küszöbén még megfelelő élettapasztalatokra sem támaszkodhat. Főleg a művészvilágban a véletlen, a közízlés kiszámíthatatlansága is okozhat ilyen váratlan fordulatot. A tinédzser-korból éppen hogy csak kinőttek mentségére legyen mondva, a legtöbbjük nem is akart azonnal világhírűvé válni. Hirtelen szakad a nyakukba a hírnév, és teljesen felkészületlenül éri őket. Csupán egy kis sikert akartak elérni, és nem számítottak arra, hogy pályájuk üstökösként fog felfelé ívelni.

Mire feleszmélnek, már fenn vannak a csúcson, és elkezdnek szédülni. Ilyenkor a pánik hatására szándékos önsorsrontásba kezdenek. Szinte mindegyikük ugyanazt a „forgatókönyvet” követi. A sokak által irigyelt áldozat olyan helyzetet teremt magának, amelyben szenvedhet, mert tudat alatt érzi, hogy csak a szenvedések által fejlődhet, erősödhet. Az önsorsrontáshoz szükséges ideális állapot kialakítását megkönnyíti a sikerei révén hirtelen ölébe hullott vagyon. Kezdetben alkoholra, alkalmi szexpartnerekre, féktelen tivornyázásokra költi a pénzét, sokszor számolatlanul. Nem ritka, hogy agyonzabálja magát, ami nőknél gyakran bulimiában csúcsosodik ki. Ezeket az eleinte kellemesnek tűnő kilengéseket olykor meg is ideologizálja azzal, hogy most behozza a „lemaradást”, bepótolja, megszerzi mindazon élvezeteket, amelyeket az élet korábban megtagadott tőle. A züllött életmód, az agyonhajszoltság következtében azonban egy idő után az idegösszeomlás szélére jut. Ekkor a bizonyítási kényszer, a szakmai lecsúszástól való félelem hatására kábítószerkehez nyúl. A drogok még egy darabig biztosítják a megfeszített munkához és az egészségromboló életmódhoz szükséges energiát, de ez az állapot már a szervezet véisztartalékait emészti fel. A folyamat végén törvényszerűen bekövetkezik a teljes fizikai, és szellemi összeomlás.

Szerencsés esetben a végállomás nem az öngyilkosság, hanem egy alkohol-, illetve drogelvonó szanatórium lesz. Az újbóli talpra állás iszonyú szenvedések árán lehetséges csak, ami végső soron hozzájárul az egyén fejlődéséhez. Ennek tudható be, hogy a legtöbben nem csak testileg, hanem lelkileg is megerősödve kerülnek ki ezekből az intézményekből. Ennek következtében már képesek lesznek megállni a helyüket, ami hírnevük újbóli feltámadását eredményezi. Az élet tehát vagy így, vagy úgy, de behajtja a számlát. Aki nem fizeti meg előre a siker árát, azzal később fizeteti meg. Ráadásul mindez a nyilvánosság előtt zajlik. A sztárok minden lépését árgus szemekkel figyeli a bulvársajtó, bárhová mennek, bármit tesznek, paparazzók²⁵ loholnak a nyomukban. A híres hollywoodi filmszínész, Sylvester Stallone így jellemezte a sztárok életét: „A világhír első 5 perce totális eufória, onnantól kezdve pedig lidércnyomás.”

Akadnak viszont olyanok is, akik túlteljesítik a rájuk kirótt feladatokat. Ez a cselekedet az emberség szempontjából igen üdvösnek tűnik, de sajnos nem jár következmények nélkül. Mint már szó volt róla, az életben mindenért fizetni kell, ezért ha valaki többet juttat a környezetének, mint ami megilletné, akkor büntetés vár rá. Erre szokták mondani a szkeptikusok, hogy az életben a jó mindig elnyeri méltó büntetését. Persze nem csak a jó, hanem a rossz is büntetésben részesül, de ez nem olyan feltűnő, mert ez az élet normális működési mechanizmusába illeszthető. Úgy látszik, hogy Isten a túlbuzgó tettet a teremtésbe való beavatkozásnak tekinti, és ezért bünteti. Mélyebben belegondolva a dolgokba lehet, hogy ebben van is valami igazság, mivel az életünket irányító, nálunk sokkal értelmesebb intelligenciák tudják, hogy az, **amit ingyen kapunk, amiért nem szenvedünk meg, nem válik javunkra.**

Helytelen lenne azonban, ha ezentúl minden segítséget megtagadnánk a környezetünktől attól tartva, hogy ez hátrányosan fog ránk visszahatni. A gyengéket, az elesetteket, a kiszolgáltatott és sok szenvedést átélt embereket, az önhibájukon kívül segítségre szoruló közösségeket továbbra is támogatnunk kell. Az ilyen tettet nemes gesztusként értékeli a Mindenható, és a méltó jutalom nem is marad el. Ez a jutalom megnyilvánulhat anyagiakban, vagy egy annál sokkal értékesebb ajándék-

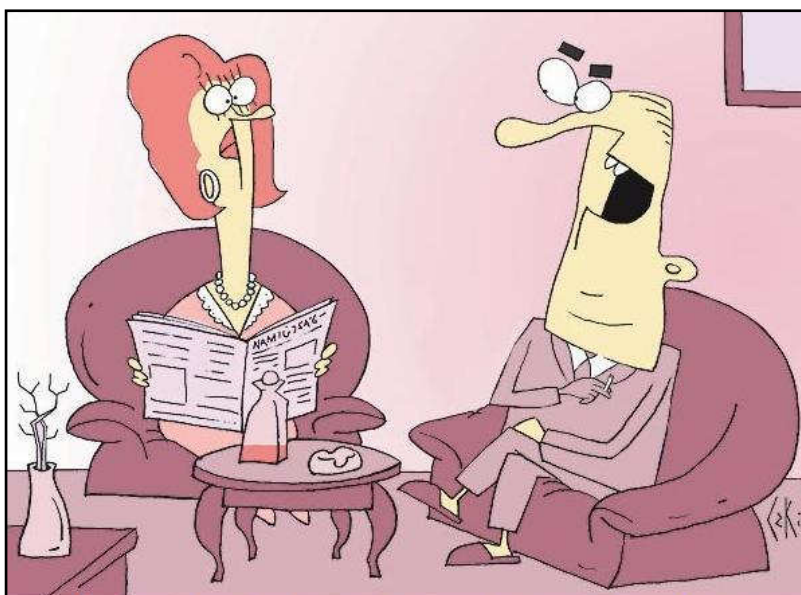
²⁵ Éjjel-nappal lesben álló fotósok, akik aztán az engedély nélkül készített, többnyire kompromittáló fotókat hatalmas összegekért adják el a bulvárlapoknak. Kiejtése: paparadzó

ban, a lelki békében, amely a teremtés elősegítésének tudatából eredő boldogságérzettel tölt el bennünket. Ezt a Biblia a következőképpen fejezi ki: „*Adjatok és adatik nektek!*” Persze nehéz eldönteni, hogy mikor támogassunk egy ügyet, és mikor ne. Istentől származó képességeinkkel azonban ezt a dilemmát könnyen feloldhatjuk. Agykontroll tanulmányaink előrehaladtával lehetőségünk van arra, hogy túlvilági tanácsadók segítségét kérjük, akik bármikor megbízható útmutatással szolgálnak nekünk bármilyen ügyünkben.



Sajnos a mindennapi környezetünkben ma még lépten-nyomon találkozhatunk a káros segítség kirívó példáival, és ennek következményeivel. Pl. tucatjával ismerünk olyan eseteket, amikor tehetős szülők csupa jóindulatból minden terhet levesznek gyermekeik válláról. Az ilyen gyermek azután törvényszerűen elzüllik, mert semmiért sem kellett megküzdenie. Nem voltak olyan nehézségek az életében, amelyek a jellemét megedzhetnék volna, így képtelen a saját sorsa buktatóin átjutni. Ezen a kényelmes helyzeten a gyermek legtöbbször nem tud, és nem is akar változtatni. Lelke mélyén azonban érzi, hogy ez az állapot nem szolgálja a javát, ezért előbb-utóbb fellázad ellene, és a saját „jótévői” ellen fordul. Ekkor szoktak kifakadni a szülők, hogy milyen hálátlan gyermeket hoztak ők a világra, holott semmi más nem történt, mint beteljesült a törvény; a rossz tett meghozta gyümölcsét. Mivel meggátolták, hogy gyermekük kidolgozza önmaga karmáját, törvényszerűen bekövetkezett a sors büntetése, ami többnyire agyondédelt utódaink által teljeseedik be. Néha azért akadnak olyan esetek is, amikor a gyermek még idejekorán felismeri a gazdag szülői házban reá leselkedő veszélyt, és önállósítja magát. Ösztönösen megtagad minden szülői segítséget, és saját erejére támaszkodva, sokszor a társadalom pereméről próbálja magát felküzdeni a képességeinek megfelelő szintre. Ezeket a ritkaságszámba menő eseteket a legtöbb ember ma még meglehetősen értetlenül fogadja és gyakran hóbortnak, különcködésnek tekinti.

A felelősségérzettel rendelkező szülők sohasem nevelnek a gyermekükből elkényeztetett csemetét. Nincs szükség arra, hogy spártai szellemben neveljük ifjainkat, de már kicsi koruktól kezdve állítsunk eléjük követelményeket, és ezek betartását, a rájuk kiszabott feladatok elvégzését következetesen kérjük számon. Ne kényeztessük őket, mert ha a fejükre nőnek, akkor már nem bírunk velük. Nem szabad a gyereket túlterhelni, de amire képes, azt ki kell belőle hozni. Ha néha panaszodik, hogy kissé nehéz a teher, akkor megemlíthetjük neki, hogy „súly alatt nő a pálma!” Érdekes, hogy a gyerekek ösztönyszerűen megérzik, hogy mikor nevelik őket jól. Az a gyerek, akit példamutatóan nevelnek, néha ugyan lázadozik, de a legtöbbször szót fogad, és idővel egyre kezelhetőbbé válik. A rosszul nevelt gyermek viszont egyre elviselhetetlenebb lesz. Tudat alatt érzi, hogy a szülei által alkalmazott nevelési elv nem szolgálja a javát, ezért komiszkodásaival bünteti őket. A következetes nevelés tehát a mi érdekünket is szolgálja. A legfontosabb feladatunk azonban az, hogy gyermekeinket már kezdettől fogva szoktassuk önfegyelemre, és tanítsuk meg nekik az önbecsülést. Az önfegyelemre azért van szükség, hogy felnőtté válva képesek legyenek eltérni a szenvedéseket, az önbecsülés pedig abban segíti őket, hogy a problémák ne tudják megtörni a szellemüket.



- Kocsit, lakást, üzletet már kapott tőlünk. Szerintem az lenne neki a legnagyobb ajándék, ha sikeres érettségi esetén nem kellene velünk jönnie a Bahamákra.

Sokan azt hiszik, hogy a gyermeket meg kell kímélni a szülők problémáitól. Azt gondolják, hogy a jó szülő állandóan szerepet játszik, mindig türelmes, gyengéd, bölcs és erős. A gyerekek azonban nem színjátékot és babusgatást, hanem őszinteséget igényelnek. Valós emberi modellre, viselkedésmintára van szükségük, amelyet látva megtanulhatják hogyan lehet feldolgozni a különböző problémákat, miként kell viselkedni a váratlan helyzetekben. Ezért ahogy nőnek, folyamatosan vonjuk be őket a családi döntésekbe, osszuk meg velük a mindnyájunkra nehezedő felelősséget. Hagyni kell, hogy érezzék a döntés felelősségét, és megtapasztalják annak következményeit is. Értessük meg velük, hogy ők önálló lények, akik a saját felelősségükre élnek. A felelősségérzet azonban csak akkor alakítható ki utódainkban, ha megbízunk bennük, és amennyire csak lehet a saját dolgaikban rájuk bízunk a döntést.

Nevelési módszereink kialakításánál ügyeljünk arra, hogy annak saját életünkre is kiható következményei legyenek, mert a gyermekeinkkel való kapcsolat csak akkor válik szilárddá és tartóssá, ha nem rideg, távolságtartó szellemben, hanem szeretettel neveljük őket. Ez nem jelenti azt, hogy lép-ten-nyomon majomszeretettel csüngjünk rajtuk (mivel ezzel többet ártanánk, mint használnánk), de ha önállósulási törekvéseik során fiainkat, lányainkat olyan átmeneti kudarcok érik, amikor szeretetre, megértésre és segítségre van szükségük, akkor ezt ne tagadjuk meg tőlük. Azok a gyerekek, akiket következetes szeretettel neveltek, mindig kellő önbizalommal és biztonságérzettel felvértezve lépnek ki az életbe.

Az ifjúságot természetesen nem csak értelmileg kell nevelni, hanem erkölcsileg is. Ne felejtjük el, hogy ezen a téren mi magunk vagyunk számukra a példakép. Bármit mondunk, bármit teszünk, bárhogyan viselkedünk, azt gyermekünk megjegyzi, mélyen a tudatalattijába vési, és ha felnőtte válik, hasonlóképpen fog cselekedni. A gyermek számára a másik nemhez tartozó szülő is szolgálthat viselkedési mintát. Amikor egy kislány azt tapasztalja, hogy anyja szeretetet kap az apjától, automatikusan ő is értékesnek érzi magát. Az anyját figyelve, érzéseit átélve elsajátítja a női viselkedés normáit. Közvetlenül ugyan az anyjával azonosul, de a mintát az apja szolgáltatja azzal, ahogyan bánik a feleségével. A fiú az apját figyelve tanulja meg, hogy miként kell egy felnőtt férfinak viselkedni, de ennek a mintának az alakulása, minősége jelentős mértékben az anya magatartásától függ.



Az Agykontroll szerint a hit, a vágy és az elvárás az élet katalizátorai. Amennyiben valaki olyan körülmények közé kerül, hogy mindent megkap az élettől, az nem fogja megismerni a vágyat, az elvárást, és ezáltal megfosztjuk őt a hit lehetőségétől is. Hit nélkül pedig céltalanná, üressé válik életünk. Ha nincs miért küzdenünk, ha nem hiszünk semmiben, akkor egy idő után hiábavalónak érezzük evilági létünket, bármilyen kényelmesen is élünk benne. Akik a környezetük által túlságosan simára egyengetett úton járnak, azok személyiségüket illetően erőtlenné és jelentéktelenné válnak. Mivel nincsenek megélhetési gondjaik, életük céljának az élvezetek hajszolását tekintik. Ez az életmód azonban előbb-utóbb kiegészítéshez, lelki meghasonláshoz, életundorhoz vezet, és nemegyszer öngyilkosság a vége. Az élettől megcsömörlött emberek nagyon könnyen válnak rabjaivá az alkoholnak és narkotikumoknak is, hogy idő előtt kimenekülhessenek a saját életükből.

A hit életünkben betöltött szerepét mindenki ismeri, fontosságát senki sem vitatja. Sokak számára kevésbé egyértelmű azonban a vágy és az elvárás fontossága. Pedig Joseph Murphy szerint a vágy nem más, mint egy magunkban hordozott ima, amely magában foglalja az elvárást is. Ha valaki nagyon vágyik valamire, az ezáltal imádkozik. Vágyaink beteljesülése iránti sóvárgásunk olyan erős hatást gyakorol agyunk tudatalattijára, mint egy elmélyült ima. Az előzőekben már szó volt róla, hogy az életben való boldogulás titka a tudatalattinkban rejlik. Amennyiben a tudatunkkal mentálisan sikerül elfogadtatni vágyaink létjogosultságát, akkor kívánságaink megvalósulásának lehetősége hitté válik. A hit pedig csodatevő hatalommal rendelkezik életünk felett. Nem hiába mondja a Biblia: „*Amilyen a hitetek, akképpen adatik nektek.*” A mély, rendíthetetlen hit önmagában is elegendő vágyaink beteljesítéséhez. A hit ugyanis annyit jelent, mint valamit igaznak elfogadni. Ha pedig a tudatunk valamit igaznak tart, azt a tudatalatti is elfogadja, és haladéktalanul nekilát a megvalósításnak, vagyis olyan körülményeket teremt, hogy a hitünk valósággá váljon. A fel-

tétlen hit a vágy és az elvárás segítségével nélkül is meghozza a gyümölcsöt, mert ezek csak azt a célt szolgálják, hogy meggyőzzék a tudatalattit hitünk komolyságáról.

A hit bűverejének tudhatók be a különböző kegyhelyeken tapasztalható csodálatos gyógyulások is. Ezeken a bűcsújáró helyeken nem a „csodavíz” vagy a különböző szenteket megformázó ikonok gyógyítanak, hanem a beléjük táplált erős hit. A hit, az eltökéltség által sarkallt képzelet aktivizálja a tudatalattit, amely bármilyen változást képes az életünkben előidézni. Agyunk jobb agyféltekéjének a bekapcsolásához, az abszolút világ lehetőségeinek kiaknázásához ugyanis a legegyszerűbb út a hiten keresztül vezet. Persze néha előfordul, hogy olyanok is meggyógyulnak a zárandokhelyeken, akik nem hisznek ennek lehetőségében, sőt még az odaszállításukba is kényszeredetten egyeznek bele. Ebben az esetben nem a beteg, hanem az őt kísérő hozzátartozó erős hite váltja ki a gyógyulást. Ennek mechanizmusa annyira bonyolult, hogy akár csodának is nevezhetnénk, de valójában nem az. Itt az egyén és a túlvilági erők olyan sajátos együttműködéséről van szó, amelyet Jézus így fogalmazott meg: **„Kérjétek és adatik! Zörgessetek és megnyitattik!”**

Jézus csak annak a szívébe költözik be, aki beengedi. Nem törí rá senkire az ajtót, nem hatol be sehová erőszakkal. Máté evangéliumának II. fejezete szerint „csak bekopog az ajtón”. Ezt a bibliai jelenetet öröközte meg egyik festményén Rembrandt. Amikor elkészült vele, a műbírálók egyike így kiáltott fel: „De mester, nincs kilincs az ajtón, így nem lehet bemenni!” Erre Rembrandt: „Igen nincs. Ezt az ajtót csak belülről lehet kinyitni.” Ha mi nem nyitunk ajtót Istennek, ő elkerül minket. A hit csodával határos erejét nem csak a vallásos, hanem az átlagemberek is gyakran tapasztalhatják magukon. Ezek közül az egyik legismertebb a placebohatás. Ha a beteg hisz az orvosa által felírt tablettá hatékonyságában, akkor a gyógyszeres dobozba csomagolt cukortablettától is meggyógyul.

A placebo bevétele után az agy endorfint termel. Ráadásul sokkal nagyobb területen, mint a valószínű fájdalomcsillapító gyógyszer. Tehát nem szuggesztíóról van szó. A legnagyobb mennyiségű endorfint azok termelik, akik a legnagyobb fájdalmat élik át. A hit tehát megváltoztatja az agy működését. Az erős hit nem csak a lélekben teremt békét, hanem fizikailag is megnyugvást hoz létre a szervezetben. Csökkenti a fájdalmat, és erősíti az immunrendszert, ami sok esetben teljes gyógyulást eredményez. A hit által kiváltott gyógyulás tehát nem csoda, hanem egy önmagunkban rejlő képesség kihasználása. Egyértelmű bizonyítékát adja ennek a Biblia is. Jézus minden esetben elhárította azt a feltételezést, hogy ő csodát tett. A gyógyulás okát ekképpen magyarázta: **„A te hited megtartott, meggyógyított téged.”**

A hit, akárcsak az élet, örökkévaló; sokkal régebbi, mint a vallás. Nem függ egyetlen felekezettől sem, és nem függvénye a vallási rituáléknak. A hit és az önbizalom szárnyakat ad. A hit nélküli embert viszont félelmek és kételyek gyötrik. Megretten a lehetőségeitől, nem mer előrehaladni, ezért lemarad, és semmire sem viszi az életben. Aki nem hisz semmiben, az nem képes kihasználni tudatalatti képességeit. Nem szabad tehát senkit sem megfosztani a hitétől, mivel hit nélkül olyanná válik az ember, mint az állat; csak vegetál és sodortatja magát az árral, nem képes sorsa irányítását a kezébe venni. Minden embernek meg kell adni a hit megismerésének lehetőségét, hogy kihasználhassa a tudatalatti gyógyító hatalmát, az életet szebbé, boldogabbá és legfőképpen teljessé tevő képességét.



A hindu bölcelet szerint minden tett, minden tevékenység hatások egész áramlatát indítja el, melynek elkerülhetetlen velejárója az ellenhatás. A hatás és az ellenhatás egy nagy kör, amely mindig visszatér önmagába. Minden akció – a legkisebb gondolatrendülés is – következményekkel jár, és az akciót törvényszerűen követi a reakció. A reakció minden következménye a hatás kiváltójára hull vissza. Ez a karmának nevezett ok-okozati törvény minden fejlődésnek az alaptétele. Mindenkinek meg kell ennie a maga által ültetett fa gyümölcsét, legyen az akár édes, akár keserű. Másképpen fogalmazva: A tett életre kel, befutja a maga pályáját, és úgy tér vissza hozzánk, mint az elhajított bumeráng. A léleknek vállalnia kell minden cselekedetének a következményét, vagy a jelenlegi, vagy a következő életében. A sors ritkán büntet azonnal, a számlát jóval később szokta benyújtani, akkor, amikor a legkevésbé számítunk rá. A karmikus törvényszerűségek általános érvényűek, az ember individuális fejlődésének megszabásán kívül irányítás alatt tartják az egész fizikai és szellemi világrendet.

A keresztény hit előtt sem idegen a karma, vagyis a **kozmosz igazságtétel törvénye**. A Bibliából vett idézet szerint: „**Nincs szabadulás, amíg az akció-reakció számláján tételek állnak terhünkre írva.**” Ebből a körforgásból csak egy út vezet ki, a lelki megtisztulás útja, az egyetemes törvény tiszteletben tartása. Amíg földhözragadt vágyaink szűk köréből nem vagyunk képesek kilépni, amíg lelkünk a testiségen nem képes felülemelkedni, addig a karma törvénye könyörtelenül kíséri minden léptünket. Ahhoz, hogy a magunk által épített úton eredményesen haladhassunk, szükségünk van segítségre is, de hathatós segítséget csak a Mindenható adhat nekünk. A földi halandó által nyújtott, kellően át nem gondolt segítség csak látszólag könnyíti sorsunkat, valójában visszavet minket a fejlődésben, gátolja, lassítja a törvény beteljesülését. A Mindenható bölcsességén ugyanis nem lehet kifogni, **amit a fejlődés törvénye megkövetel, annak elkerülhetetlenül meg kell történnie.**

Az élet mozgatórugói

Az élet értelmén túl másik nagy dilemmánk, hogy miként működik a világunk, milyen rugók mozgatják a világmindenséget. Erre a tudomány ma még nem tud minden tekintetben kielégítő választ adni. Egyelőre ezen a téren is csak megérzéseinkre és az Agykontroll tanulmányainkból származó ismereteinkre támaszkodhatunk. Eszerint a Magasabb Intelligencia nem irányítja minden lépésünket, nem ügyel arra, hogy lábainkat helyesen rakjuk egymás után. Ezek a képességek genetikailag belénk vannak táplálva, ösztönösen végezzük őket, vagy gyermekkorunkban bétaprogramozás útján tanuljuk meg. A rutinszerű feladatok helyes végzése tehát rajtunk múlik, a Mindenható szerepe csak addig terjedt, hogy génjeinkbe ültette ezeknek az ösztönöknek a kifejlődési képességét. A Magasabb Intelligencia, illetve az életünket befolyásoló rendkívül fejlett kozmikus lények csak sorsszerű eseményekbe avatkoznak be, nem foglalkoznak azzal, hogy egy levél mikor hulljon le a fáról, vagy hogy egy málladozó szikla az esővíz hatására évente hány millimétert kopjon. Ezek a dolgok a természet törvényei szerint zajlanak. Amikor Isten megteremtette a periodikusan újjászülető univerzumot, megalkotta annak törvényeit is. Magától semmilyen folyamat nem zajlik le, még a legkisebb esemény lefolyása is irányításra szorul, mert irányítás nélkül nincs élet, csak zűrzavar és pusztulás. Az egyszerűbb események végbemeneteléhez azonban nincs szükség intelligens irányításra.

A stabil rendet, a rutinszerű eseményeket belső és külső mechanizmusok irányítják. Élettelen anyagoknál a stabilitást atomfizikai törvények, az atommag elektronokra gyakorolt vonzóereje, molekuláknál az atomok közötti kohéziós erő, szilárd anyagoknál pedig a kristályszerkezetbe rendeződés tartja fenn. Egysejtűeknél a belső rend a protoplazma szabályozó hatásának következménye, míg bonyolultabb élőlények esetén a sejtek fizikai irányítását belső elválasztású mirigyek végzik, az általuk termelt enzimek és hormonok segítségével. Az élőlényeket irányító és az élettelen anyagokat formáló külső mechanizmusok együttese igen sokféle lehet. Földi viszonylatban ilyen külső kormányzó mechanizmus pl. az időjárás, a nappalok és éjszakák, illetve az évszakok folyamatos változása. Természetesen ezeket a helyi hatásokat is irányítani kell egy nagyobb erőnek, de itt sincs szükség intelligens beavatkozásra. Mint tudjuk, a nappalok-éjszakák és az évszakok váltakozása a Föld naprendszerben történő mozgásának a következménye. Mikrovilágunkat tehát egy nagyságrendekkel nagyobb méretű makrovilág irányítja. Ennek a kozmikus világnak is szigorúan meghatározott fizikai törvényei vannak, amelyeket szintén csak egyszer kellett megalkotni. A rendszer megteremtése után a bonyolult mozgásátételek már maguktól végbemennek, nincs szükség külső vezérlésre.

Testünket agyunk és különböző szerveink energiakisugárzása következtében egy rendkívül bonyolult aura veszi körül, melynek intenzitása, színe, frekvenciája állandóan változik. Minden ember energiamezeje egyedi, nincs két egyforma aurájú ember. A test azonban nem csak kisugároz magából energiát, hanem ez a rendkívül finom és részletgazdag energiamező nagyon érzékenyen reagál a külső energiabesugárzásokra is. Ezt támasztja alá két amerikai tudós legutóbbi felfedezése, akik méréseikkel igazolták, hogy testünk aurogramját a külvilágot alkotó tárgyak formája, állaga és helyzete jelentősen befolyásolja. Az előző fejezetek alapján már tudjuk, hogy egészségi állapotunk is auránk rendezettségétől, meridiánjaink energiaegyensúlyától függ. A kívülről érkező energiahul-

lámok azonban egészségünk befolyásolásán kívül az agyi energiamező modulálása révén a gondolkodásunkat, tetteinket is képesek alakítani.

Mindenki tapasztalt már önmagánál érzékcsalódást, amikor a tudatába más információ jutott el, mint amit pl. a szemével látott, vagy amikor nem talál magyarázatot valamely tetteire. Ha ilyenkor ránk kérdez valaki, hogy ezt miért tettük, akkor nem tudunk mást mondani, mint hogy nem tudjuk. Csupán sejtjük, hogy valamilyen külső erő megzavart bennünket, és a megtévesztett agy önkéntelenül készített bennünket arra, hogy cselekedetünket véghezvigyük. Érzékcsalódásunkra, tettünk értelmetlenségére csak később derül fény, amikor töprengéseink során segítségül hívjuk a tudatalattinkat is. Tudatunk alsó tartománya ugyanis mindent rögzít ami velünk történik, rengeteg olyan információt is elraktároz, amely normális körülmények között soha nem jut el a tudatunkba. (Minden másodpercben 100 millió bitnyi információ fut be az agyba, a hat érzékszervünkön keresztül. Ennek egy csekély töredéke, mindössze 50 bit az, ami tudatosul is. Szervezetünkben a beérkezett információk alapján rengeteg számítás, szabályozás folyik a háttérben, de mi csak az eredményt látjuk önmagunkon.) A történetek alapos átgondolása után előbb-utóbb rájövünk arra, hogy a hiba nem a környezetünkben, hanem bennünk volt, valamilyen rejtélyes külső erő egy pillanatra felborította érzékszerveink és agyunk normális együttműködését, hamis információt juttatva a tudatunkba.

Ez a rejtélyes erő azonban nem csupán a tudatunkra, hanem a tudatalattinkra is képes hatni. A bétában működő elme a kreatív gondolatokat valószínűleg a tudatalatti tartomány közvetítésével kapja. A kívülről érkező „sugallatok” a tudat alsó tartományaiba épülnek be, és az ily módon rögzült információk szinte észrevétlenül fejtik ki inspiráló hatásukat a tudatra. Gyakran előfordul azonban az is, hogy az új gondolatfoszlány benyomások formájában beíródik a tudatalattiba, és mindaddig ott lappang, amíg meg nem érlelődik, és akkor hirtelen, szinte megállíthatatlanul elárasztja a tudatot. A tudatalatti befolyás kollektív formában is megnyilvánul, ami leglátványosabban a művészvilágban figyelhető meg. Évszázadokra visszamenően ellenőrizhetjük, hogy a világ legtávolabbi sarkán élő képzőművészek és zenészek koronként azonos stílusú műveket alkottak. Erre nem lehet magyarázat az, hogy egymás stílusát lemásolták, mert a művészek többsége éppen a nagy távolság miatt sohasem találkozott egymással. A magyarázat az energiabesugárzásban keresendő, amit ők úgy fejeznek ki, hogy ez a stílus benne van a „levegőben”, és ők csupán engedelmessé válnak a külső készítésnek. Ez a speciális energiabehatás azonban nem csak kollektív megnyilvánulási formában, hanem egyéni esetekben is nagyon hasonló módon megy végbe. Emiatt erősen gyanítható, hogy a sorsszerű folyamatok rutinszerű lezajlása sem igényel a Mindenható részéről egyénekre lebontott irányítást.

Igen nagy a valószínűsége annak, hogy sorsunk tendenciózus irányítását előre meghatározott lefolyású külső energiabehatások végzik. Mivel ez az energia nem egy-egy emberre hat csupán, hanem az egész emberiségre, az energiaforrásnak elég nagyoknak kell lennie ahhoz, hogy az egész Földet besugározza. Sőt, miután minden ember sorsa más, ezért nem csak egy, hanem egyszerre több energiaforrásnak is kell lennie, a variációk számának növelése érdekében pedig ezeknek az energiaforrásoknak mind a Földhöz, mind egymáshoz képest állandó mozgásban kell lenniük. Az utóbbi időben tudományos mérések sorozata bizonyítja, hogy az élő szervezetek auráját az élettelen tárgyakból kisugárzó energia is képes befolyásolni. Mint már szó volt róla testünk közvetlen közelében egészen apró tárgyak is érzékelhető hatást gyakorolnak az aurára; valószínűleg ebből ered az ékszer- és az amulettkultusz. Természetesen ahhoz, hogy egy energiakisugárzás a Föld összes élőlényére hatással legyen, akkora objektumra van szükség, amely a földgolyó méreteivel összevethető.

A fentiek alapos átgondolása után nem zárható ki, hogy a Mindenható sorsunk rutinszerű irányítását is rábízta egy mechanizmusra, amely a saját törvényei szerint végzi a dolgát. Miután a Földünkön nincsenek olyan méretű tárgyak, amelyek kisugárzásukkal képesek lennének az egész világot befolyásolni, ezért másra nem gondolhatunk, mint hogy ezt a feladatot külső égitestek látják el. A naprendszer bolygói elég nagyok ahhoz, hogy folyamatos és elég intenzív energiasugárzással árasztják el a Földet, bonyolult mozgásuk következtében pedig az egyes sugárzások jellege, eredője minden pillanatban más és más. A variációk számát szinte a végtelenségig növeli az állócsillagok

hatása, mivel távolabbról ugyan, de ezek az égitestek is sugároznak energiát a Földre. Noel Tyl²⁶ német asztrológus kiszámította, hogy a különböző asztrológiai paraméterek kombinációs lehetőségeinek legkisebb értéke: $5,4 \times 10^{67}$. Ennek a 67 nullát tartalmazó számnak a láttán könnyen beláthatjuk, hogy a variációk száma gyakorlatilag végtelennek tekinthető.

Lehet, hogy mégis igazuk van az asztrológusoknak, akik évezredek óta állítják, hogy az emberek sorsát a kozmikus sugárzások irányítják? Lehet, hogy nem csak testünk sejtjeinek, de a léleknek is van génje, egy sajátos összetételű energiakód, amely a születésünk pillanatában belénk íródik, és a továbbiakban ez a születési horoszkópnak nevezett energiaképletünk – korrelációba kerülve a pillanatnyi égitestállásokkal – életünk végéig befolyásolja sorsunkat? Az is lehet azonban, hogy maga a lélek energiaösszetétele (a benne található energiakvantumok rezgési frekvenciája, illetve a kisugárzás intenzitása) a kód, és a Mindenható, illetve közvetlen segítői kiválasztják nekünk azt a pillanatot, amikor megszületve pontosan ott folytathatjuk lelki fejlődésünket, ahol az az előző életünkben abbamaradt. Egyébként nem egy szakember állítja, hogy lelki összetételünknek, valamint kozmikus lehetőségeinknek a lenyomata szemmel látható formában megtalálható a kezünkön is, tenyérvonalak formájában. Érdekes, hogy a szabad akarat megnyilvánul a tenyérelemzésben is. Ha egy olyan döntést hozunk, ami alapvetően megváltoztatja a sorsunkat, megváltoznak a tenyérvonalaink.

Az asztrológusok szerint az ember csak akkor születhet új életre, amikor a kozmikus hatások összessége megfelel annak a lelki alkatnak, amelyet az egyén az előző életében alakított ki. A lélek csírájában magával hozza mindazokat a jó és rossz behatásokat, amelyekben majd az új élete során részesedik. Születésünk pillanatában tehát az égitestek konstellációja pontosan megfelel lelki összetételünknek, illetve a lélek rezgésszintjének. Így hangolódik össze a makro- és a mikrokozmosz, és ettől kezdve e két világ halálunk pillanatáig szoros kapcsolatban áll egymással. Az ősi mondás szerint: **„Ahogy odafenn, úgy idelel!”** Úgy viszonyulunk a bennünket körülvevő univerzumhoz, mint tárgy a tükörképéhez. A bennünket körülvevő égitestek által kibocsátott kozmikus sugárzások közül minden ember azokra a frekvenciákra reagál a legintenzívebben, amelyeknek érzékelésére lelkük összetétele a leginkább affinitást mutat. A túlvilági lények egyébként nem a kozmikus és a természeti erők együttműködéséről beszélnek, hanem azt mondják, hogy akkor kell leszületnünk, amikor az „elemek” megfelelőek számunkra.

Érdekességként megemlíthető még, hogy a hindu mitológia szerint az emberi lélek mérete egy gombostű fejének a tizede. Isten egy óriási lélek, az ember lelke viszont parányi. Ezért Isten mindenható, a nála alacsonyabb rendű lényeknek pedig korlátaik vannak. Ez a korlát annál nagyobb, minél fejletlenebb egy lélek. A fejlődés módján kívül évezredek óta foglalkoztatja az emberiséget az a rejtély is, hogy honnan származik a lélek, ki teremtette és hogyan? Sajnos erre a kérdésre nem találunk választ az ezoterikus irodalomban. A legracionálisabbnak az az elképzelés látszik, hogy a teremtés kezdetén Isten hatalmas lelkéből sejtnyi részeket választ le, és ezek az apró lélekkezdemények az évmilliárdok során átélt szenvedések által egyre gyarapodnak, míg végül fénylényvé fejlődve visszatérnek a forráshoz. A legvalószínűbb magyarázat azonban az, hogy a teremtés előző ciklusait irányító Mindenható nem pusztul el, hanem felosztatja önmagát, és a következő periódusban apró kis lélekkezdeményeiben él tovább. Ez a helyzet a szülő-gyermek viszonyhoz hasonlítható leginkább. Mi sem pusztulunk el nyomtalanul, mivel génjeinket továbbadjuk az utódainknak, így bennük élünk és fejlődünk tovább.

A tudomány már meghatározta a személyiség fogalmát, mely szerint mindazon érzések, jellemvonások és gondolatok összessége, amelyek az embert egyénivé teszik. Arról azonban hogy ezek a tulajdonságok hol szerveződnek az agyban, fogalmuk sincs. Nem véletlenül. Ezek az adottságok ugyanis a lélekben lakoznak. Ezeket a tulajdonságokat a lélek gyűjti magába az életek hosszú során, állandóan fejlesztve, kiteljesítve őket. Értelmünk, belátásunk, döntési képességünk velünk született képességek. Az embert alapvetően a lélek irányítja, még ha ez nem is tudatosul bennünk. Születésünk pillanatától kezdve folyton döntenünk kell. Döntéseink nagy része azonban tudattalan. Többnyire az ösztöneink, érzelmeink, szokásaink, beállítottságunk, vagyis a lelkünk irányít bennünket. Így nem is gondolunk rá. Ha valamitől viszolygunk, akkor a tudatalatti már eleve eldöntötte a dol-

²⁶ nó(e)l til

got. Ugyanígy ha valamihez vonzódunk, akkor is tudattalanul megszületik a döntés. El sem jut a probléma a tudathoz, pedig az eszünk képes lenne átlátni az estleges csapdákon, meglátná a veszélyt, amelybe a lelki készletünk oly gyakran sodor bennünket.

A Teremtő azért is bízta a lélekre problémáink megoldását, mert jóval gyorsabb. Amíg a bal agyfélteke 2000 bit/s sebességű adatkezelésre képes, a jobb agyfélteke 400 000 000 000 bit/s sebességgel dolgozza fel a betáplált információt. Azaz a tudatalatti kétszázszor gyorsabb, mint a tudatos agyunk. Ez az iszonyatos sebesség annak tudható be, hogy a lélekben nem villamos impulzus impulzusok formájában történik az adatfeldolgozás, hanem szubatomi energiárészecskékkel. Mivel a szubatomi energiárészecskék 12 nagyságrenddel kisebbek az elektronnál, ezért a mozgékonyaságuk is jóval nagyobb. A lélek ugyanis nem mindentudó. Csak azt tudja, amit korábban megtanultunk. Azzal viszont nagyon gyorsan szolgál.

A jelenlegi életünk tapasztalatai, szabályai a bal agyféltekénkben tárolódnak. A helyes döntések meghozatalához tehát szükség van az észre is. A kettő együtt tesz bennünket fejlettebbé, többé annál, ami korábban voltunk. Tehát nagy hibát követ el az, aki nem hallgat az ösztöneire, a megérzéseire, mert nem veszi figyelembe a korábbi tapasztalatait. De az is, aki nem használja az eszét, mert a korábbi tapasztalatok csak a jelenlegi életünk játékszabályainak szűrőjén átjutva válnak használhatóvá. Nem szabad lebecsülni a jelenlegi életünkben összegyűlt tapasztalatokat. Az emberi agyban 270 trillió bitnyi információ halmozódik fel életünk végéig. Sorsunk külső irányítása azonban a lelkünkön keresztül történik. Bár az ember természetét, jellemét a lelke szabja meg, fizikai megjelenésünk, tartózkodási helyünk is hatást gyakorol ránk. Külsőnk megváltoztatása megváltoztatja a belsőt is. Érzéseink, szokásaink és viselkedésformánk szoros kapcsolatban állnak fizikai körülményeinkkel is. Ezért környezetünk is erősen befolyásolja lelki állapotunkat. Még a nyelv, amit beszélünk is hatással van ránk. A nyelv ugyanis identitás- és közösségjelölő. Ha egy született angol elkezdi oroszul beszélni, ettől kissé ő is oroszvá válik. A nyelv által hat rá az orosz nép lelkülete.

Sokakat foglalkoztat, hogy vajon a növényeknek és az állatoknak van-e lelkük. Sajnos a szakirodalom erről nem sokat mond. A szerzők figyelme csupán a transzmigrációra (emberi lélek állati testbe költözésére) terjed ki. Túlvilági lények által közvetített információk szerint az egyes állatfajok egyedei közösen alkotnak tudatot. Ez a közös tudat irányítja őket. Ebbe táplálják bele az egyéni tapasztalataikat, és ebből merítenek ismereteket. Ha baj van, a közös tudaton keresztül figyelmeztetik, riasztják fajtársaikat. Egyes tudósok ezt a közös tudatot nevezik morfogenetikus mezőnek. Ugyanez a helyzet a növényekkel. Az ő mozgási szabadságuk korlátozott ugyan, de a fajtársaik közötti kommunikáció határok nélküli. Az egész világra kiterjed, sőt az univerzumból is érzékelnek erősebb jeleket. Az emberi tudat is összetett. A mi lelkünket azonban az előző életeinkből származó személyiségek, önálló emberi egyéniségek alkotják. Jelenlegi életünkben az éppen aktuális személyiségünk ezekkel az entitásokkal áll szoros kapcsolatban. Ezek szolgáltatják számunkra a tapasztalatot, a különböző adottságokat, az egyéniséget és a lelkiismeretet.

Az anyag legkisebb egységeinek az atomoknak, a molekuláknak is van egyéniségük. Bizonyos rezgésszámú Én-tudattal az élettelennek tartott tárgyak is rendelkeznek. Mivel az emberek legtöbbször ezt a kifejezőrendszert nem érti, hajlamosak azt hinni, hogy a tárgyak, a kövek vagy a viharok nem élnek. Nem könnyű elképzelni egy kavics létezését, de a megtestesülésben, a forma létrehozásában minden tudat örömmel, és önként vesz részt. Tehát a bennünket körülvevő használati tárgyakkal is van tudatuk, ha nem is olyan magas szintű, mint a miénk. Agyfrekvenciánk lecsökkentése útján elbeszélgethetünk a ruháinkkal, a bútorainkkal, a szerszámainkkal, a szobai- és kerti növényeinkkel, de még az élettelennek tekintett kövekkel is. Ha kedvesen bánunk mindennapi használati tárgyainkkal, és időnként megköszönjük nekik hűséges szolgálatukat, ezt meghálálják nekünk.

A kozmikus erőhatások nem dróton rángatnak bennünket, mint egy bábút, hanem csak készletét jelentenek számunkra. A planéták harmonikus szögállása elősegíti, hogy sorsunk kedvező fordulatait kihasználhassuk, de nehezebbé is tehetik életünket egy-egy kedvezőtlen konstelláció esetén. A kozmikus sugárzások nem pusztán a sorsunkat irányítják, hanem a testmeridiánjainkkal kölcsönhatásba lépve különböző betegségeket is előidézhetnek. Sőt a születésünk pillanatában fennálló konstelláció nagymértékben megszabja azt is, hogy mely betegségekre leszünk a leginkább hajlamosak

életünk folyamán. Az univerzumból érkező rezgést egyébként elektronikus eszközökkel érzékelni is lehet. A félvezetőtechnikában pl. az energiasugárzások keverékét fehérzajnak nevezik.

Ósidők óta sarkalatos kérdés, hogy hány százalékban befolyásolják sorsunkat a külső erők, és hány százalékban múlik ez a szabad akaratunkon. Az asztrológusok legtöbbször erre a kérdésre válaszolva a kissé pesszimista 60/40% arányt tartja reálisnak. Sokkal valószínűbb azonban, hogy a Mindenható volt annyira lovagias, hogy fele-fele arányt állapított meg ennek a rendszernek a megalkotásánál, ugyanannyi esélyt adva az embernek, mint önmagának. Ez az emberiség szempontjából átlagnak tekintendő arány azonban nem mindenkinél érvényesül azonos mértékben. Aki felismeri a fejlődés magasabb törvényét, az egyre kevésbé van kitéve a csillagok kényszerítő erejének. Aquinói Szent Tamás szerint: „Az a lélek, amely nem rabja többé szenvedélyeinek, fölébe emelkedik ezeknek a hatásoknak. **A bölcs uralkodik a csillagjain!**” A legtöbb ember azonban ma még képtelen kiszabadulni önző érdekei szűk köréből, így a lelkük legmélyén munkálkodó elemek önkéntelenül kapcsolatba lépnek a nekik megfelelő planétákkal, döntő hatást fejtve ki sorsukra egész életük folyamán.

Néha, főleg primitív embereknél megfigyelhetünk olyan eseteket is, amikor az egyéni akaratnak szinte alig van meghatározó szerepe; az illető teljesen rábízta magát a sorsára, szabad teret engedve a negatív külső behatásoknak. Ilyenkor teljes mértékben az állati ösztönök uralják az egyént, melyek végül a pusztulását okozzák. Jézus tanítása alapján a keresztény hit a következőképpen önti szavakba a karma mindenhatóságát: **„Ha a test szerint éltek, meg kell halnotok, de ha a lélek által megölik a test cselekedeteit, élni fogtok.”** Ennél is egyértelműbben fogalmazott, amikor azt kérdezték tőle, hogy: „Mi az örök élet titka?” Jézus azt válaszolta, hogy: **„A testnek kívánságait ne teljesítsétek!”** Zarathusztra, a dualisztikus vallás megalapítója pedig arra a kérdésre, hogy: „Melyek azok?” – azt felelte, hogy: **„Ezernyi kívánsága van a testnek.”**

Ennek a rendszernek a működési mechanizmusát látva arra a következtetésre juthatunk, hogy Isten nem foglalkozik a világ működtetésével, mert működik az magától is. Ő csak akkor avatkozik be a rutinszerű folyamatokba, ha azokban valami hiba keletkezik. A Mindenható szolgálatában álló Magasabb Intelligencia kihelyezett számítógépeivel állandó megfigyelés alatt tartja az egész univerzumot, és ha abban hibát, rendellenességet tapasztal, azonnal korrigálja azt. Az előre meghatározott sorsszerű események előidézése a minden irányból felénk áradó eltérő intenzitású, és frekvenciájú kozmikus sugarak feladata. Kedvező konstelláció esetén a bonyolult összetételű energiasugarak többnyire környezetünket alakítják úgy, hogy azok optimális körülményeket teremtenek törekvéseink számára. Ha élünk a lehetőséggel, akkor magunk hasznára tudjuk fordítani a körülményeket. Kedvezőtlen konstelláció esetén nemegyszer közvetlenül ránk irányul a hatás. Súlyos balesetek előidézőitől sokszor megkérdezték már, hogy miért cselekedtek az adott szituációban teljesen irracionálisan. Erre a legtöbbször az volt a válasz, hogy ők maguk sem tudják, úgy érezték, mintha egy pillanatra kikapcsolt, leblokkolt volna az agyuk. Nagyon rossz konstellációk esetén olyan káros energiabehatások érhetik agyunkat, amelyek átmenetileg meg tudják bénítani az érzékszerveink ingerületeit feldolgozó agysejteket. Az előzőekben említett körülmények között képesek arra, hogy az agy aurogrammában olyan elváltozásokat hozzanak létre, amelyek megzavarják gondolatainkat és ezáltal tetteinket.

Ami történik velünk, az nem a véletlen műve; véletlenek ugyanis nincsenek. Az életben minden történésnek oka van, és nemegyszer előfordul, hogy egy-egy esemény oka nagyon mélyen, valamelyik korábbi életünkben gyökerezik. A véletlen nem más, mint a sors által előre elrendelt eseményeknek egy láncszeme. Ez persze nem jelenti azt, hogy a jövőben többé ne használjuk ezt a kifejezést, hogy „véletlen”, mert akkor fatalistákká válnánk. A fatalizmus, a bigottság pedig többet árt mind az egyénnek, mind a társadalomnak, mint az ateizmus.

Egyébként a fatalista életfelfogás azért sem indokolt, mert szellemünk jelenlegi fejlettségi szintjén már nem vagyunk teljesen kiszolgáltatva a sors vak akaratának. A ma emberének már nem kell feltétlenül szentnek lennie ahhoz, hogy kivédhesse a káros kozmikus behatásokat. Korunkban az átlagembernek is lehetősége van arra, hogy elkerülje a sorscsapásokat. Agykontroll tanulmányainkra támaszkodva tudatunk alsó tartományában előre mehetünk az időben, és megfigyelhetjük, hogy milyen események várnak ránk. Ha valaki alfába merülve vagy kreatív álomban látja, hogy

másnap balesetet fog okozni vagy szenvedni, akkor a legjobb, ha otthon marad, nem ül kocsiba, így a kedvezőtlen kozmikus behatások következmények nélkül fognak elmúlni. Még az asztrológusok szerint is csak néhány százalék az olyan esetek száma, amelyeknek elkerülhetetlenül be kell következniük ahhoz, hogy az élet ne billenjen ki a normális kerékvágásból. Ilyen elkerülhetetlen esemény a természetes halál is. Ennek bekövetkezése azonban a kezünkben levő autogén módszerekkel ma már az emberi élet legvégső határáig kitolható.

Az ellenőrzésen kívül a Magasabb Intelligencia legfőbb feladata, hogy a világot igazgassa. Ne felejtjük el, hogy sorsunkat feltehetően csak 50%-ban határozzák meg kívülről érkező homogén besugárzások, életünk alakulása 50%-ban rajtunk múlik. Nagy átlagban tehát az egyénnek ugyanannyi beleszólási lehetősége van élete irányításába, mint a sorsnak. Ezt a lehetőséget hívják szabad akaratnak, és ez az, amivel még a Mindenhatónak is nap mint nap számolnia kell. A Magasabb Intelligencia a rutinszerű mechanizmusok felügyeletén kívül állandó megfigyelés alatt tartja az élőlények szabad akaratából származó eseményeket is, és ezt folyamatosan belekalkulálja a teremtés alakulásába. **Az embert is megilleti a teremtés joga. Ennek eszköze a választás, a szabad akaraton múló döntés.** A szabad akarat megnyilvánulása a teremtés szempontjából nem káros, hanem nagyon is hasznos. A világegyetem csak a szabad akarat jobbító szándéka által válhat tökéletesebbé.

Isten lehetőségei korlátlanok, ezért bárkit támogathatna akarata ellenére is, de nem teszi. Ennek okát az alábbi túlvilági üzenet világítja meg: *„A kezdetek kezdetén úgy döntöttem, hogy szabad akaratot adok nektek, hogy megteremtsek az életeteket, és ezáltal önmagatokat olyannak, amilyenek szeretnétek. Nem ismerhetitek meg Teremtőként az Éneteket, ha én mondom meg, hogy mit és hogyan cselekedjete. Ha beleszólok az életetekbe, vagy megváltoztatlak benneteket, a célom elvész.*” Az ember tehát nem csupán eredménye, hanem tevékeny résztvevője is a teremtésnek. Istenhez hasonlóan mi is teremtünk, mivel közvetlen környezetünknek tevékeny formálói vagyunk. Ezen keresztül nem csak részei, hanem alakítói is vagyunk az univerzumnak, mert Isten társává tett bennünket a teremtésben. Sorsunk Isten által elrendelt fele a küldetés. A rajtunk múló másik felétől függ, hogy életünk hogyan alakul; sikerrel vagy bukással végződik. Egy indiai példázat szerint az élet a szövéshez hasonlít. Az égből eredő függőleges szellemi-lelki szálakba beszöjjük a saját vízszintes-földi szálainkat. Így alakul ki az élet szövése. Isten tehát szabaddá tett bennünket. Szabadságunk azonban nem hághatja át a világrendet, amelyben mindennek megvan a maga helye és ideje.

Érdekes, hogy az abszolút világban, vagyis a testetlen szellemek világában ismeretlen fogalom a szabad akarat. A túlvilági lelkek szerint: *„Csak azt tehetjük, amit az Úr elrendel nekünk, és mi mindenkor engedelmeskedünk az akaratának.*” Ennélfogva ebben a világban nem tudunk igazán fejlődni. Ahhoz, hogy hatékonyan fejlődjünk, el kell felejtenünk azt, hogy honnan jöttünk, kik vagyunk. Csak az emlékezetvesztéssel járó fizikai lét ad lehetőséget arra, hogy a választásunk alapján azzá legyünk, akik vagyunk, és ezáltal megismerjük önmagunkat. A hatékony fejlődés másik akadálya, hogy a mennyországban a szeretet uralkodik, a gonosz érzelmek itt nem képesek érvényesülni. Így a Jó és a Rossz, valamint a különféle indulatok ütközésén alapuló teljes értékű fejlődés itt lehetetlen. A mennyországban nincs ütközés, csak feltétel nélküli elfogadás, szeretet; így a fejletlen lélek nem tudja a feszültségeit „kisütni”. Ezért aki nem vállalja a további inkarnációkat, az nem lesz teljes értékű lélek; földhözragadt vágyait, indulatait illetően megmarad fejlődésének azon a szintjén, ahol a legutóbbi testet öltése után állt. Az alantas indulatok, valamint az ösztönök átélésére csak fizikai testben van mód. A testet öltés harmadik indítéka: fizikai mivoltunk az egyetlen lehetőség, hogy tapasztalati úton megismerjük, amivel fogalmilag már tisztában vagyunk.

A földi világban való tapasztalatszerzésnél arra is tekintettel kell lenni, hogy bizonyos benyomásokra csak meghatározott korokban tehetünk szert. Aki késlekedik, és elszalasztja az optimális időpontot, annak többé nem lesz rá lehetősége, hogy átélje a tapasztalattárából hiányzó élményeket. Végtelen lehetőség nyílik azonban a mennyországban a spirituális fejlődésre, miután ebben a világban a magasabb rendű ismeretek megszerzésének semmi akadálya sincs. Amennyiben szükségét érezzük igényelhetünk magunknak egy mestert (egy fejlettebb lelket) is, aki gazdag tapasztalatai révén segít kiértékelni a földi életünket, rávilágít a hibáinkra, és megmutatja a kijavítási módjukat. Reinkarnálódásaink hatékonyságának megállapítása érdekében rendelkezésünkre áll egy szimulációs program is, ami lehetővé teszi, hogy a volt partnerünkkel helyzetgyakorlatokat végezzünk. Eb-

ben a: Mi lett volna, ha? programban újra átélhetjük a földi életünket megváltoztatott kezdeti feltételekkel, illetve a sorsfordulóinkban hozott döntéseink módosítása révén előálló helyzetekben. Így kikísérletezhetjük, hogy feladatainkat hogyan oldhattuk volna meg optimálisan, és leszűrhetjük belőle a szükséges tanulságokat a következő életünkre vonatkozóan.

Nagy valószínűséggel igazuk van azoknak a fizikusoknak, akik az univerzum fejlődését egy folytonos spirálként képzelik el. Eszerint már számtalan ősrobbanás és evolúció történt előttünk is, és fog történni utánunk is. A mindenkori világ teremtői az időtlen idők óta létező sémákat követik, és hozzáteszik saját kreativitásukat. Ez az a plusz, ami minden ciklusban magasabb szintre emeli a világot, az előzőnél tökéletesebb univerzumot hoz létre. Ennek a folyamatnak mi is részesei vagyunk azáltal, hogy Isten szabad akaratot biztosított számunkra. Ha nem létezne szabad akarat, ha csak a külső behatásoknak engedelmessé válnánk, akkor az előző fejlődési spirált ismételnénk meg. Az akarat kötetlen megnyilvánulása, az önmegvalósítás vágya azonban lehetővé teszi, hogy mindig tökéletesebb világot hozzunk létre magunknak, egyre feljebb emelkedve ezáltal a fejlődési spirálon. Úgy tűnik, hogy a szabad akarat megnyilvánulásának a mértéke az, amely megszabja a spirál emelkedésének meredekségét, ezért olyan fontos a Mindenhatónak, hogy az önmegvalósítás jogával minden ember szabadon élhessen.

Miután a rész kihat az egészre, a Mindenható szigorúan bünteti, ha valaki nem él veleszületett képességeivel, hanem csak sodortatja magát az árral, kivonva ezzel egy láncszemet a fejlődés menetéből. Mivel a fejlődési spirált az egész univerzum együtt alkotja, mindnyájan fontos láncszemei vagyunk ennek a folyamatnak. Ha bárhol a világon valaki kárt okoz a másoknak, vagy ha egy galaktikus civilizáció megtámad egy értelmes lények által lakott másik bolygót, akkor ezzel önmagának is kárt okoz. A Mindenhatónak az az érdeke, hogy ne pusztítsuk, hanem építsük a világunkat, hogy ezáltal az egész univerzum tökéletesebbé váljon. Ennek érdekében mindent meg is tesz, bünteti a rosszat, és a jó érdekében megpróbálja az embert rávezetni a helyes útra.

Mivel a ma embere még nem képes arra, hogy belássa cselekedeteinek helyes vagy helytelen voltát, Isten intelmekkel látja el mind az egyént, mind a társadalmakat. Az intelligens irányításnak ez a legmagasabb megnyilvánulási formája azonban többnyire hiábavalónak bizonyul. Az egyén sokszor álmok formájában kapja meg az instrukciókat, amelyeket azután vagy megfogad, vagy nem. A társadalmakat gyakran természeti katasztrófák (pl. földrengés, hurrikán) figyelmezteti haladásuk helytelen irányára. Korunk öntelt társadalmi azonban egyre kevesebb jelentőséget tulajdonítanak ezeknek az eseményeknek, és megpróbálják a jelenséget tudományos alapon megmagyarázni. Ily módon a modern kor tudósai már kiderítették, hogy a tornádókat mikrováltozások hozzák létre. Ha valahol egy kis porszem körül légnyomáskülönbség alakul ki, akkor ez az effektus lavinaszerűen növekedve hatalmas forgószéllé válhat, amely mozgásában teljesen rapszodikusán viselkedik. Arra azonban még nem sikerült a tudósoknak rájönniük, hogy ezeket a mikrováltozásokat mi indítja el, és a légörvények haladásának útvonalát mi határozza meg. Érdekes, hogy a primitív társadalmak sokkal komolyabban vették ezeket a figyelmeztetéseket. Hajlamosabbak voltak arra, hogy tetteiket az „égi” jelekből levont következtetéseknek megfelelően korrigálják, és visszataláljanak a helyes útra.

A XX. század felvilágosult szellemében nevelt tudósai viszont fáradhatatlanul törekszenek arra, hogy a természeti jelenségek ok-okozati összefüggéseit materialista alapon tárják fel. A tornádók azonban gyakran megleckéztetik őket, mert több alkalommal is előfordultak olyan tréfás esetek, amelyeknek a fizika és a józan ész törvényei szerint nem lett volna szabad előfordulniuk. A sokszor 300 km/h sebességet is elérő pusztító szélviharok egyike pl. 1974-ben Ohio állam Xenia városában miszlikbe aprított egy parasztházat a teljes berendezésével együtt. Csupán három törekeny tárgy élte túl a katasztrófát: egy falitükör, egy doboz tojás, és a karácsonyfa üvegdíszei. Még ennél is vicesebb eset volt, amikor 1958-ban Kansas állam El Dorado városában egy nőt a szélvihar az ablakon át az utcára repített, és a háztól kb. 20 méterre tett le. Pontosan mellette landolt elpusztult lemeztárból a „Viharos idő” című hanglemez, teljes épségben.

Intelligens irányításra utal az a múlt század végi eset is, amely annak idején nagy izgalmat keltett a babonás emberek körében. Egy híres amerikai színész, Charles Caughlen 1899-ben hunyt el a galvestoni vendégszereplése során. Ott is temették el egy hermetikusan lezárt ónkoporsóban. Egy év

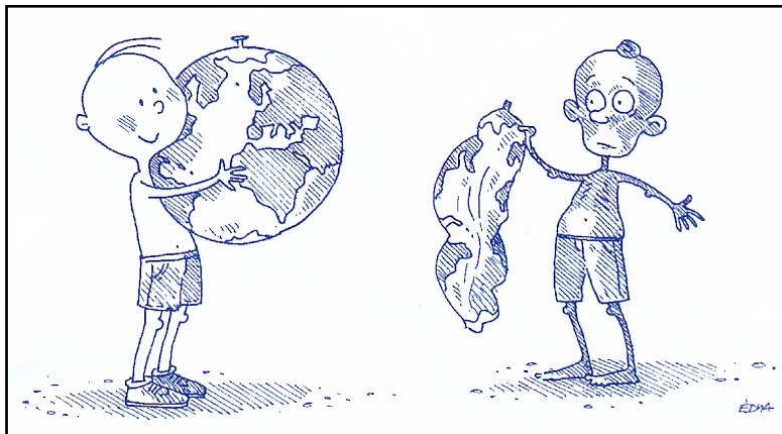
múlva Galveston fölött hatalmas hurrikán tombolt, amely a kriptákat is kimosta, és a színész tetemét a tengerbe sodorta. A hullámokon hányódó koporsó bekerült a Golf-áramlatba, ami elvitte a Szent Lőrinc öbölbe. Ott lelték meg az Edward herceg szigetéről kivezett halászok, akik a rárakódott kagylók és moszatok eltávolítása után megdöbbenve olvasták az oldalán, hogy egykori földijük tetemét fogták ki. A halott közel 9 hónapig tartó kb. 3000 kilométernyi viszontagságos út után a szülőháza közelében ért partot. Sokak szerint valamilyen rejtélyes erő segítette őt, hogy visszatérhessen ősei földjére. A tenger ennél hihetlenebb történetet is produkált már. 1664. december 5-én elsüllyedt egy személyszállító hajó Wales partjainál, a Menai szorosban. Csak egyetlen utas, Hugh Williams maradt életben. 1785. december 5-én ugyanott egy újabb hajó süllyedt el. Csupán egy utas élte túl a katasztrófát, neve: Hugh Williams. Aki azt mondaná erre a háromszoros (dátum, tenger, személynév) egyezésre, hogy a véletlen műve, vajon mit szól hozzá, hogy 1860. december 5-én a Menai szorosban ismét elsüllyedt egy hajó. Az egyetlen túlélő neve: Hugh Williams.

Ennél is több egybeesést fedeztek fel a kutatók két amerikai elnök életrajzában: Az egyik Abraham Lincoln, aki 1846-ban került be a Kongresszusba, a másik John F. Kennedy, akit 100 évvel később, 1946-ban választottak képviselővé. Lincolnt 1860-ban lett elnök, Kennedy pedig 100 évvel később, 1960-ban. Mindketten az emberi jogok éharcosai voltak. Lincoln a faji megkülönböztetés, a rabszolgaság megszüntetéséért küzdött, Kennedy pedig a kisembereket elnyomó monopóliumok ellen lépett fel. Mindkettőjüket pénteki napon ölték meg feleségük jelenlétében, és mindkettőjük halálát fejlődés okozta. Az apró részletek még misztikusabbá teszik a történetet. Mindkét elnököt egy Johnson nevű ember iktatta be, és mindkettőjüket a déliek ölték meg. A Lincolnt beiktató Andrew Johnson 1808-ban született. Lyndon Johnson, aki Kennedyt iktatta be, ez esetben is 100 évvel később, 1908-ban látta meg a napvilágot. A Lincolnt megölő John Ikes Booth 1839-ben született, és talán már mondani sem kell, hogy Kennedy gyilkosa, Lee Harvey Oswald 1939-ben. Mindkét gyilkos használta a teljes nevét. (Második keresztnévükre nemcsak egy betűvel utaltak.) A számmisztika szerint mindkét név betűinek összege: 15. További furcsaságok: Lincolnt a Ford színházban lőtték le, Kennedyt pedig egy Lincolnban, amelyet a Ford Művek gyártott. A két merénylet is ugyanúgy végezte. Egyiket sem ítélték el, mert még a tárgyalás előtt megölték őket. Különös, hogy Lincoln titkárójának vezetékneve Kennedy volt, Kennedy titkáróját pedig Lincolnnak hívták. Mindkét elnök feleségének volt egy spontán abortusza, amíg a Fehér Házban voltak. És végül, hogy még hihetlenebb legyen a történet: Egy héttel azelőtt hogy megölték, Lincoln elnök Monroeban volt. Kennedy pedig egy héttel a gyilkosság előtt Marilyn Monroenál volt.

Nálunk is történtek meghökkentő, több tucat tanú által igazolt esetetek. 1958-ban meghalt egy idős, joviális méhészt, aki mindig nagy szeretettel beszélt a méheiről. Amikor a lelkész a temetőben elkezdte a szertartást, hirtelen elsötétült az égbolt, majd egy hatalmas méhraj leereszkedett a koporsóra, és teljesen beborította azt. Mozdulatlanul pihentek rajta, amíg a pap befejezte a halott búcsúztatását. Ekkor felszálltak, tettek egy tiszteletkört a sír felett, és elrepültek. Mint később kiderült, az elhunyt méhészt több tucat méhcsaládjának összes méhe egyszerre repült ki, és egy hatalmas rajban egyesülve 15 kilométert repültek a temetőig, majd vissza mindegyik a saját kaptarába. Ez azért is különös, mert szakmai körökben köztudott, hogy a méhek soha nem repülnek ki egyszerre a kaptárból, nem hagyják felügyelet nélkül a királynőt. Ismert jelenség az is, hogy az egyes méhcsaládok nem nagyon szívelik más családok tagjait. Nem harcolnak ugyan egymással, de egy-egy eltévedt méhnek hamar értésére adják, hogy más családból való, itt nincs számára hely. Biológiailag tehát lehetetlen, hogy normál körülmények között több mint 40 méhcsalád összes egyede egy rajban egyesüljön.

Modern világunk válságban van. A Mindenhatótól való eltávolodásunk arányában nő a lelki bizonytalanságunk. A technikai fejlődés egyre hatékonyabbá tette a fegyverkezést, és ma már ott tartunk, hogy az emberiség által felhalmozott nukleáris fegyverkészlet százszor akkora, mint amennyi a földi élet elpusztításához elegendő lenne. De földi világunkat nem csak a tömegpusztító eszközök fenyegetik, hanem a lassan már katasztrófális méreteket öltő környezetszennyezés is. A fogyasztói társadalom hedonizmusa mind nagyobb súllyal telepedik rá a természetre. Anyagcseréje már oly mértékűt ért el, hogy káosszá alakítja azoknak a természeti erőknek a rendjét, amelyekről a léte függ. Önző, kíméletet nem ismerő életvitelünkkel már nem használjuk, hanem kihasználjuk a kör-

nyezetünket, egyre gyorsuló ütemben lelakjuk a világot. Ráadásul napjainkra soha nem tapasztalt mértékűvé vált a bűnözés, az élet minden területén megnyilvánuló erőszak. Mindezek összegzéséként megállapítható, hogy önpusztító indulatoktól, gazdasági gondoktól terhes Földet hagyunk örökül gyermekeinknek. Már ma is félelmetes dolgok történnek velünk, de még nehezebb problémákkal kell megbirkóznunk utódainknak az apokaliptikus viszontagságokkal terhelt korunkban. A hiteles statisztikai adatok bizonyossága alapján ijesztő



jövő vár civilizációkra. Sokan csak megrántják a vállukat, hogy ez legyen az ő gondjuk. Arra azonban nem gondolnak, hogy ők lesznek az utódaink. Ők fognak leszületni a Földre. Isten visszaküldi őket a közönyösségük folytán lepusztult világba, és megeteti velük a saját piszkukat.

Sokan más, idegen civilizációktól várják a segítséget, sürgetik a velük való kapcsolatfelvételt, közülük remélvén gondjaink megoldását. Az ilyen jellegű kapcsolatfelvételben való reménykedés azonban hiábavaló, mert a be nem avatkozás kozmikus törvénye tiltja a közvetlen segítségnyújtást; problémáinkat tehát nekünk kell megoldanunk. Egy kívülről érkező jelentős technikai segítség hosszú távon egyébként sem válna javunkra. Napi gondjaink megoldódnának ugyan, de ez a látszathaladás a tudati fejlődésünket nem segítené elő. A Mindenható a maga végtelen bölcsességével tudja, hogy csak azok válhatnak tökéletes lényvé, akik az evolúciós fejlődésük során nem hagytak ki egyetlen lépcsőfokot sem. A kozmikus világ hozzánk látogató, és technikai felkészültségükből ítélve jóval intelligensebb küldöttei tökéletesen tisztában vannak a harmonikus fejlődés által diktált törvény érvényesülésének szükségszerűségével, így ne várjunk tőlük közvetlen manuális segítséget, készen átnyújtott eredményeket.

Az is elképzelhető, hogy létezik egy interplanetáris alkotmány, amely a kozmikus értelem parancsára tétélesen is tiltja az ilyen jellegű beavatkozást az univerzumban. Feltehetően erre az okra vezethető vissza, hogy a föld alá szorult civilizációk, valamint a közénk beépült képviselőik nem fedik fel a kilétüket. A magasan fejlett civilizációk küldöttei nem azért vannak itt, hogy végrehajtsák a paradigmaváltást, hanem hogy előkészítsék, segítsék. Nem előráncigálni akarják a változást, hanem világra segíteni. Az ember sokkal jobban ragaszkodik ahhoz, amit önmaga teremtett, mint ahhoz, amit másoktól készen kapott. Azért sem nyújtanak közvetlen segítséget, mert ezzel magukhoz „kötnéznének” bennünket. Elvesztenénk az önállóságunkat, és ezt követően minden téren tőlük függnénk. Nem az a cél, hogy civilizációk másolatai jöjjenek létre. Az univerzumnak önálló lényekre van szüksége. **Csak önmagunk kiteljesítésével válhatunk tökéletessé.** A felügyeletünket ellátók utánzásával gyorsabban fejlődhetnénk ugyan, de nem lennénk mások, mint magasan fejlett másolatok.

Ezt az intelmüket egyébként már szóban is közölték velünk. Egy földönkívüliekkel szoros kapcsolatban álló férfi hiába kért tőlük segítséget spirituális fejlődésének elősegítésére. A szinte már barátinak mondható viszony ellenére merev elutasításban részesült. Az indok az volt, hogy: „Semmit sem segíthetünk neked. Egyedül kell a fejlődés útját járnod. Sem nekünk, sem a Mennyei Atyának nincs szüksége olyan emberre, akinek mindig mindent meg kell mondani.” Csak a saját tapasztalataink által válhatunk önálló, független lényvé. Ha állandóan támogatnának bennünket, sohasem tudnánk a saját lábunkra állni. A túlvilági szellemek még inkább elzárkóznak a közvetlen segítségnyújtástól. Ebben önös érdekek is szerepet játszhatnak. A sötétben tapogatózó, botladozva haladó ember új utakra is tévedhet. Új megoldásokat is kidolgozhat. Miután a szellemvilág szoros felügyelet tart bennünket, ezeket a tapasztalatokat összegyűjtik, és az utánunk következő civilizáció irányításánál felhasználják. Ezáltal még tökéletesebb világ jön létre. A fejlődésnek, az új gondolatok keletkezésének, a korábbiaktól eltérő megoldások létrejöttének előfeltétele az önállóság. Akinek folyton tanácsot adnak, az nem keres kiutat a bajaiból, nincs rákényszerítve a kreatív gondolkodásra. A

találékonyok csak bajban, a gondok szüntelen áradatában nyilvánul meg. A túlvilági és földönkívüli lények tehát nem hagytak bennünket magunkra, csak rákényszerítettek bennünket a fejlődésre.

Nem kevés azoknak a száma sem, akik gondjaink megoldását egy új Megváltó eljövételétől várják. Sokan hisznek abban is, hogy egy világméretű katasztrófa esetén Isten nem hagyja elpusztulni a világot, hanem ismét ki fogja vezetni az emberiséget a válságból. Fejlődésünk jelenlegi szintjén azonban ez már közvetlen formában nem fog megtörténni. Nekünk már nem fog Isten személyesen megjelenni, mint annak idején Mózesnek. A hit nem külsőség többé, hanem bennünk él, az évszázadok alatt belénk ivódott. Istent tehát abban kell keresnünk, amit teremtett. Ne várjunk új Megváltóra, ne Krisztus újbóli eljövételétől reméljük gondjaink megoldását, a modern kor megváltói mi vagyunk. Az ezoterikus tanítások szerint az ember lelke mélyén kell megszületnie Isten fiának, és akkor bekövetkezik a beígért találkozás a megváltó és megváltott között.

Isten olyan eszközöket adott a kezünkbe, amelyekkel hatékony társává lehetünk a teremtésben. Szellemünk jelenlegi fejlettségi szintjén nincs már többé szükség bibliai csodákra ahhoz, hogy elhiggyük Isten mindenhatóságát, és az univerzum által kínált lehetőségek végtelenségét. A csoda bennünk van, a tudatunkban rejlik, csak élnünk kell vele. Jézus a következőképpen szólt erről a Biblia szerint: *„Isten országa nem úgy jön el, hogy íme itt van, mert **Isten országa már közöttetek van!**”* Isten az egyszülött fiát áldozta fel azért, hogy az emberiséget megváltsa, megszabadítsa korábbi bűneitől, és hogy megtarthassuk magunknak ezt a világot. Most már csak rajtunk múlik, hogy az általa kínált lehetőséget elfogadva fennmaradunk-e, vagy elfordulva tőle elpusztítjuk önmagunkat. A fizikai lét ugyanis a minden irányú kiterjedés szabadságát kínálja nekünk, így nem csak az előre-, hanem a visszafejlődésre is lehetőségünk van. Isten nem gátolja meg a tapasztalást sem egyéni, sem közösségi értelemben, akár jó, akár rossz cselekedeteket viszünk véghez. A Mindenható csak figyelmeztet bennünket cselekedeteink helytelen irányára, de a számunkra biztosított 50%-os cselekvési szabadság arra is feljogosít bennünket, hogy helytelen irányba fejlődjünk.

Az utóbbi kétezer évben túlságosan elmerültünk a bal agyfélteke anyagias és túl racionális világában. Emiatt egyre lazábbá váltak kapcsolataink Istennel és az ő határtalan világával. Hamarosan rá fogunk azonban jönni, hogy fejlődésünk jelenlegi stádiumában az ő irányítása nélkül nem tudunk hatékonyan továbbhaladni. A földi világunkból való kilépéshez, az univerzum által kínált lehetőségek kihasználásához elengedhetetlenül szükségünk lesz az ő útmutatásaira. Ennek a korszakalkotó lépésnek a megtétele előtt azonban elkerülhetetlen jelenlegi világunk megtisztítása, az erőinket szétforgácsoló problémák felszámolása. Jobb agyféltekénk képességét felhasználva ki kell szabadítanunk magunkat önző érdekeink rabságából, és fel kell számolnunk az egyes embercsoportokat egymástól elválasztó konfliktusokat. Ehhez segítséget nyújtanak Jézus példabeszédei, amelyekben megbocsátásra, szeretetre és egymás iránti bizalomra tanított bennünket. Ezen a téren nincs értelme a fukarkodásnak, hiszen a szeretet olyan érték, amely sohasem fogy el, hanem megsokszorozódik. Minél többet adunk belőle másoknak, annál több marad nekünk. Az átlagember azonban ma még nem képes önzetlen, mindenkire kiterjedő szeretetre. Mi csak azt tudjuk szeretni, akit tisztelünk, vagy aki tetszik nekünk.

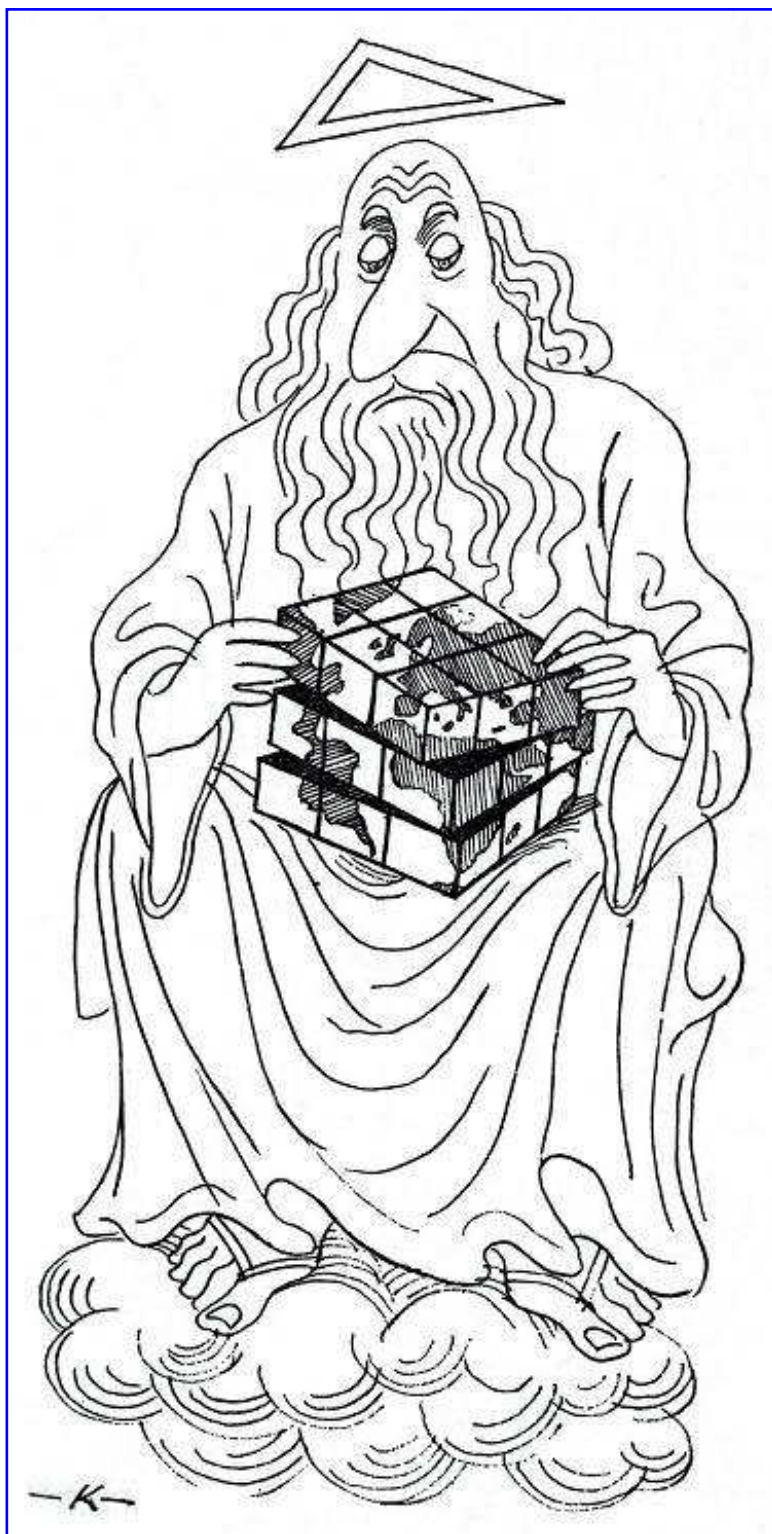
Az élet célja

Az Agykontroll abban különbözik a többi természetes gyógymódtól, hogy nem csupán a test egészségét állítja helyre, hanem a lélek épségét is. Minden ember legfőbb vágya, hogy boldog legyen. Ahhoz azonban, hogy valaki maradéktalanul boldog lehessen, elengedhetetlenül szükséges, hogy egészséges legyen. A testi gyógyulás, az egészség megszerzése azonban önmagában nem biztosítja a tökéletes boldogságot. Az alapvető testi és szellemi szükségleteinket kielégítő anyagi javak birtoklásán túlmenően tökéletes boldogság csak ép lélekkel érhető el. Az Agykontroll nagyszerűsége abban rejlik, hogy egyszerre képes gyógyítani a testet és a lelket, megteremtve az „ép testben ép lélek” ideális állapotát. Ezzel a módszerrel útmutatást kaphatunk arra a problémánkra is, hogyan érhetjük el az igazi boldogságot.

Az abszolút világ megismerése után rá fogunk jönni, hogy az élvezetek mértéktelen hajszolása, az anyagi javak esztelen gyarapítása nem vezet maradéktalan boldogsághoz. Ha öncélúan hajszoljuk

az élvezeteket, abból sohasem származik igazi, hosszú távú meglegedettség. Az élvezetcentrikus ember hamar ráun az ismétlődő örömforrásokra, a gyönyör különböző szintjeire, és egyre többet akar. A következő élvezetnek mindig intenzívebbnek, izgatóbbnak kell lennie, és ennek a folyamatnak nincs vége. Az ilyen ember már csak azt fogja keresni az életben, ami számára azonnali örömforrást jelent. A túl sok vagy túl hosszú nyúlt szórakozás, a rengeteg eltékozolt szabadidő lassan, de biztosan elvesztegeti egész életünket. Elapasztja a tetterőnk, elsorvasztja a képességeinket, le-targiába taszítja életünket, örök kielégületlenségre kárkoztatja szívünket. A múló pillanat nyújtotta gyönyör tehetetlen áldozataivá válunk. A fizikai lét által kínált örömök mértéktelen élvezete testi, majd szellemi tespedtséget okoz. A legnagyobb baj azonban az, hogy miközben a hívság az élet felszínes örömeit kínálja érzékeinknek, távol tartja tőlünk a lelki örömeiket. A pénz imádatát, a hiúság vásárát sokszor a telhetetlenség, a sznob kivagyiság, vagy a hatalomvágy is ösztönzi. Azonban ezek a vágyak szintén tévútra visznek bennünket, és csak ideig-óráig nyújtanak boldogságot. Életünk célja és értelme tehát nem az anyagi javak gyarapításában, és nem is az alantas vágyaink kielégítésében keresendő.

Példabeszédeiben már Jézus is óvta az embert a talmi értékek tiszteletétől. A pénz, az arany gyakorlatilag nem más, mint az ősenergia tárgyiasult formája. Energia viszont végtelen mennyiségben található a világ-mindenségben. Az anyag, mint tudjuk bármikor dematerializálható, és materializálás útján elő is állítható. Az anyagi érték tehát nem jelent valódi értéket, az igazi érték a lélek. Földi életünk során maradandó értéket csak a lelkünkben tudunk gyűjteni. Miután a lélek mi magunk vagyunk, így **lelki fejlődésünk az egyetlen érték, amit soha, senki nem tud elvenni tőlünk**, ez az érték fennmarad az idők végezetéig. Tartós és tökéletes boldogságot, igazi örömet csak lelki gazdagságunk gyarapításával érhetünk el. A mulandó értékek megszerzése, az élvezetek hajszolása helyett **életünk céljának az önmegvalósítást tekintsük**. Az önmegvalósítás nem más, mint az emberiség szolgálata, képességeink felajánlása a köznek, ami által egész életünket az univerzum érdekeinek rendeljük alá. A



lélek ilyenkor eggyé válik a Mindenható akaratával, és maradéktalanul betölti földi küldetésének célját és értelmét. Ez az a cél, amiért az ember megszületik, és aki ennek szellemében él, az elmondhatja magáról, hogy megtalálta élete értelmét és egyben az igazi boldogságot.

Kiegészítés

Befejezésül az előzőek alapján próbáljuk meg ismét néhány parajelenség, köztük a telepátia hatásmechanizmusát megfejtetni. Az agy minden egyes megnyilvánulása energiakisugárzással jár. Akár jót teszünk, akár rosszat, tettünket már a szándék pillanatában akaratlanul és visszavonhatatlanul közöljük az egész világegyetemmel. Ez ellen fizikailag semmit sem tehetünk, mert a szubatomi energiahullámokat semmilyen anyag nem képes leárnyékolni, semmilyen erő nem képes a terjedésüket megakadályozni. Még a legapróbb gondolatok is, amelyek valaha megfordultak a fejünkben, energiakisugárzás formájában fennmaradnak, megőrződnek az idők végezetéig. A világegyetemben semmi sem tűnhet el nyomtalanul. Mivel a tudatalatti tartományban az idő elveszti dimenzió jellegét, az abszolút világban a feledés, az elévülés nem létező fogalmak. Alfa tartományban bárki bármilyen energiakisugárzással járó folyamatot megvizsgálhat, bármikor történt is az. Azonban nem csupán a gondolatok által kiváltott energiahullámok hagynak nyomot maguk után, hanem minden materializálódott anyag is. Ez teszi lehetővé a pszichometriának nevezett jelenséget, amikor egy tárgy megérintésével információkat szerezhetünk keletkezésének történetéről, napjainkig betöltött szerepéről, és rejtett tulajdonságairól.

Az időben visszafelé haladva a materializálódott anyag által kibocsátott energiahullámok bárhol megtalálhatók, és élőlények esetén az energianyomok alapján egész életfolyamatuk végigkövethető a keletkezéstől az elhalásukig. Ezek az energianyomok a halál beállta után sem szűnnek meg, hanem a csontokban fixálódnak. Legalábbis erre következtethetünk abból a tényből, hogy vannak olyan személyek, akik az elhunyt sírja mellett állva a földi maradványokból kisugárzó energia alapján képesek megállapítani a halál okát. Ezt a hihetetlennek tűnő jelenséget az teszi lehetővé, hogy a szervezetben semmilyen változás nem múlik el nyomtalanul. Testünk rendkívül finom aurája megőrzi korábbi betegségünk energiaképletét, és szerveinkbe impregnálódva mindaddig fennmaradnak, amíg egyetlen molekula marad belőlünk, így utólag is kideríthető a halál közvetlen oka.

Az abszolút világgal történt kapcsolatfelvétel esetén viszont nem csak azt tudjuk megvizsgálni, hogy mi történt, hanem azt is, hogy a jelenlegi tendenciák szerint valószínűleg mi fog történni. Ez a prekogníciónak nevezett jelenség minden képzeletet felülmúló fantasztikus lehetőséget ad az emberek kezébe, sorsuk irányítását illetően. Ennek a szinte felfoghatatlan jelenségnek az előidézőségét az teszi lehetővé, hogy a Magasabb Intelligencia a világegyetem minden egyes energiakisugárzását képes érzékelni, és a maga végtelen kapacitású memóriájába betárolni. A legkisebb részletre is kiterjedő információáradat alapján azután olyan pontos valószínűség-számítást képes végezni, amelyet szinte biztos jövőként könyvelhetünk el, hogyha érintkezésbe lépünk ezzel a szuper képességű aggyal, és segítségével előre megyünk az időben. Ennek a műveletnek az elvégzését az teszi lehetővé, hogy **minden cselekedet, minden változás újabb lehetőségeket teremt önmaga számára.**

Az univerzum minden egyes ősrobbanás után nagy valószínűséggel az előző fejlődési ciklust ismétli meg, egy magasabb fejlettségi fokon. A tudósok egy része szerint a lélek valamilyen módon megőrzi az előző ciklus eseményeit. Erre enged következtetni az úgynevezett „déjà vu” érzés is, amikor valaki halványan emlékszik rá, hogy egy bizonyos esemény már valaha, valamikor megtörtént vele. A Magasabb Intelligencia jövőnk valószínűség-számításon alapuló meghatározása során feltételezhetően az előző fejlődési ciklus adathalmazok formájában megőrzött történéseiből indul ki. Ebbe kombinálja bele a jelenlegi fejlődési ciklus eredményeit, és ily módon képes egy hihetetlenül pontos jövőkép kialakítására. A számítások során figyelembe veszi mindazokat a környezeti hatásokat, amelyek a jövőben érnek majd bennünket, de nem tudja belekalkulálni a szabad akaratunkból származó későbbi döntéseinket. Emiatt a prekogníció által szimulált jövő csak feltételezett jövő, ami tőlünk függően kisebb-nagyobb mértékben még változhat.

Egyébként sok bölcsele szerint éppen az a legcsodálatosabb az emberi fejlődésben, hogy teljesen kiszámíthatatlan. Azt, hogy milyen jövő vár ránk, még maga a Mindenható sem tudja, mert ez leg-

alább olyan mértékben múlik rajtunk, mint rajta. Jézus is megemlítette egyszer, hogy „az emberi akarat olyan mint a szél által felkavart porszem; nem lehet tudni, hogy honnan jön, és hová megy.” Éppen ezért nem szabad vakon hinni az emberiség jövőjére vonatkozó jóslatokban, még akkor sem, ha azok a Magasabb Intelligenciával való kapcsolatteremtés alapján születtek. Ezek a jóslatok ugyanis csak tendenciák, amelyek az akaratunktól, későbbi cselekedeteinktől függően jelentős mértékben változhatnak, sőt akár az ellenkezőjére is fordulhatnak.

Ez a sajátos energetikai kommunikáció a világegyetem élőlényei és élettelen tárgyai, valamint az egész információs rendszert felügyelő Magasabb Intelligencia között csak akkor lehet kellően hatékony, ha késedelem nélkül megy végbe. Első hallásra döbbenetesnek tűnik, de minden jel arra vall, hogy ennek az információs rendszernek a működését nem, vagy csak alig befolyásolja az idő. Bármennyire ellenkezik jelenlegi fizikai ismereteinkkel, ma már több tudós is állítja, hogy ezeknek az energiakisugárzásoknak a terjedési sebessége több nagyságrenddel meghaladja a fény sebességét. A különbséget egyelőre csak találgatni tudjuk. A váltószám meghatározására jelenleg egyetlen forrás áll rendelkezésünkre.

A védikus szakirodalom szerint Brahma, a mindenható isten 1 napja 4 320 000 000 földi évnek felel meg. Ha ennek az értéknek az összegét átkonvertáljuk napokra, egy meglehetősen nagy szorzószámot kapunk. A számítások szerint az éteri energia világában minden mozgás $1,57788 \times 10^{12}$ -szer gyorsabban megy végbe, mint a mi fizikai életterünkben. ($4,32 \times 10^9$ év \cdot 365,25 nap) Mivel az abszolút világban a leggyorsabb mozgás az étert alkotó energiárészecskék áramlása, nálunk pedig a foton sugárzás, így a helyzetbeli különbségből adódóan a szubatomi energiaáramlás terjedési sebessége: $4,73 \times 10^{17}$ km/s. ($299\,792$ km/s \cdot $1,57788 \times 10^{12}$) Ez az érték olyan óriási, hogy sokak számára már felfoghatatlan, ezért érdekesebb a különbséget azzal érzékeltetni, hogy a szubatomi energiárészecskék kereken 0,00002 s alatt jutnak el 1 fényévnnyi távolságra, vagyis 1 másodperc alatt 50 000 fényév hosszúságú utat tesznek meg. (60 s \cdot 60 min \cdot 24 h \cdot $365,25$ nap = $31\,557\,600$ s \cdot $299\,792$ km/s = $9,46 \times 10^{12}$ km) Ekkora távolságot tesz meg a fény 1 év alatt. ($4,73 \times 10^{17}$ km/s : $9,46 \times 10^{12}$ km = 5×10^4) Ebből következik, hogy ha nem is olyan jelentős mértékben, de az abszolút világban is van idő. A Tejútrendszer egyik szélétől a másikig pl. 2 másodperc alatt juthatunk el asztrálestben. Ez az idő még elhanyagolhatóan kicsi, de ha helytállóak Einstein számításai, és a világegyetem átmérője valóban 216 milliárd fényév, akkor a szubatomi energiárészecskéknek már 50 nap kell ahhoz, hogy eljussanak az egyik végéből a másikba. ($2,16 \times 10^{11}$ fényév \cdot $0,00002$ s : $86\,400$ s = 50 nap) Az istenek világa sem mentes tehát az időtől, de ez csak irdatlan nagy távolságok esetén nyilvánul meg.

Adódik egy másik számítási mód is. Egy védikus asztrológiai írás a Suriasiddhánta szerint Brahma időskáláján egy földi év vagyis 31 557 600 másodperc csupán egy pillanatnak számít. Az is kiderül ebből az írásból, hogy a pillanat $1/33\,750$ másodpercnek felel meg. Ezt a váltószámot alkalmazva az időtágulás aránya nagyságrendileg szintén 10^{12} lesz. ($3,15576 \times 10^7$ s \cdot $3,375 \times 10^4$ = $1,065 \times 10^{12}$) Ha ezt az értéket beszorozzuk a fénysebességgel, a szubatomi energiárészecskék áramlási sebessége $3,2 \times 10^{17}$ km/s -ra adódik. ($1,065 \times 10^{12}$ s \cdot $299\,792$ km/s = $3,1927848 \times 10^{17}$ km/s) Hogy melyik a valós érték, azt majd a későbbi mérések döntenek el.²⁷

A kozmikus térben tehát létezik egy olyan tökéletes és mindent átfogó információs rendszer, amelyhez képest a mi rádiós hírközlésünk csak római őrtüzek egymás közötti üzenete lehet. Ezek az energiáimpulzusok valószínűleg úgy terjednek a térben, mint az elektronok a fém anyagban. Ismeretes, hogy ha egy fémhuzal két végére feszültséget kapcsolunk, akkor az elektromos áram nem úgy alakul ki, hogy minden egyes elektron egyenként végighalad a vezetéken, hanem a dominóelv

²⁷ Ma már a tudósok számára sem ismeretlen ez az óriási sebesség. Kísérletezéseik során a fizikusok kettévágtak egy fénykvantumot. Nagy meglepetésükre a két félkvantum továbbra is tudott egymásról. Bármekkora távolságra távolították el őket egymástól, ha az egyik felét átvezették egy polarizátoron, akkor a másik fele is polarizált lett. A legnagyobb meglepetést azonban nem ez okozta, hanem a kommunikációjuk sebessége. A változás ugyanis azonnal bekövetkezett. A fénysebesség százezerszeresénél is gyorsabban. A jelenséget elnevezték kvantumkommunikációnak, de nem értik, hogy ez mitől van. Ahhoz, hogy belássák ennek az irdatlan sebességnek a létezését, el kellene fogadniuk az éteri részecskék létezését, és közvetítő szerepét. Erre azonban nem hajlandók, mert körömszakadtáig ragaszkodnak ahhoz az einsteini dogmához, hogy nincs éter.

alaján az egyik elektron meglöki a másikat, és tulajdonképpen a hatás vonul végig a vezetón. Lehet, hogy a szubatomi energiárészecskével történő információközlés is a dominóelv szerint zajlik? Ha igen, akkor ebben az esetben érhető lenne ez a szédületes terjedési sebesség. Az elektronáramlás sebessége relatíve nem nagy, még ideális vezető esetén is csak megközelíti a fénysebességet. Az elektronok és a szubatomi energiakvantumok tömege között azonban feltételezhetően több nagyságrendnyi különbség van. A kisebb tömegeből eredő nagyobb mozgékonyság pedig már hihetővé teszi a fénysebesség többszörös túlhaladásának lehetőségét. A világűr tele van ősenergiával, és ha egy információforrás modulálja a körülötte lévő energiárészecskéket, akkor az így keletkezett impulzus vagy impulzuscsoomag gömbhéjszerűen rezgésbe hozza az egész „energiaóceánt”, ily módon ez a hatás a világűr bármely pontjára szinte pillanatok alatt eljuthat. A moduláció, vagyis az információközlés módja hasonló lehet a rádiós hírközléshez. Ebben az esetben a vivőhullám szerepét a kozmikus teret betöltő ősenergia látja el, és a moduláló jelekhez hasonlóan az információforrás mintegy ráül erre a közvetítő közegre.

Feltételezhetően ez a korlátlan, minden irányú szétsugárzás az oka annak, hogy a növények igen intenzíven reagálnak minden információra, amely a kozmoszból felénk árad. Amerikában Cleve Backsternek²⁸, a hazugságvizsgáló berendezés szaktekintélyének vezetésével évtizedek óta folynak olyan kísérletek, hogy különböző növények leveleire galvanométert kapcsolnak, és mérik az elektromos potenciálváltozásként megnyilvánuló reakcióikat. Ezeket a kísérleteket annak idején azért kezdték el, hogy megvizsgálják, hogy van-e a növényeknek lelkük. Nos hát, valami lélekcsíra kell hogy legyen bennük, mivel rendkívül érzékenyen reagálnak a környezeti energiakisugárzásokra. Nem csak az egyszerű energiasugárzásokat képesek felfogni, hanem érzékelik az emberi aurát is. A kísérletek során kiderült, hogy felismerik a gondozóikat, és különbözőképpen reagálnak a jó és a rossz szándékú emberekre. Amennyiben valaki szeretettel bánik velük, akkor telepatikus úton akár több ezer kilométeres távolságból is megérik, ha az illetővel valami baj történt. Viszonylag könnyen meg lehet tanítani őket arra, hogy a mellettük elhaladó emberekben felismerjenek különböző betegségeket. Rendkívül érzékenyen reagálnak a kozmikus behatásokra is akkor, ha az a saját, vagy a környezetük létét kedvezőtlenül befolyásolja.

Backster kutatásai felkeltették más szakemberek érdeklődését is. Számos laboratóriumban végeztek hasonló kísérleteket. Ezek egyike, hogy ha depressziós munkatárs locsolta a növényeket, a leveleik fokozatosan elsárgultak, míg a jókedvű, optimista kollega gondozása új hajtásokat, gyors növekedést eredményezett. Különösen jó eredményt lehet elérni a növények szeretetével, babusgatásával. Az országos versenyeket nyert nemesítőkről rendre kiderül, hogy naponta becézgetik növényeiket, simogatják a leveleiket. Különösen érzékenyek a növények a zenére. A fülsiketítő heavy metal zene hatására elhajoltak. Amelyiknek erre nem volt lehetősége, az elpusztult. (A növények mozgását, fizikai reakcióit egy speciális tükrörendszerrel mérték, amely a legkisebb elmozdulást is ezerszeresére nagyította fel.) A rockzenére hasonló módon reagáltak. Haydn muzsikája és az indiai szitárzene azonban kedvező hatást gyakorolt rájuk. Intenzív növekedésnek indultak, szép, egészséges leveleket növesztettek. A country- és a népzene iránt viszont közömbösek maradtak, ez a zenei műfaj nem érdekelte őket. Mellékesen megjegyezve az állatok még intenzívebben reagálnak a zenére. Miután nekik fülük is van, rettenetesen irritálja őket korunk könnyűzeneje. Kutatók különböző stílusú popzenét hallgattattak egerekkel. A Prodigy együttes számainak hatására hét egér kimúlt, a többi pedig agykárosodást szenvedett.

A pavlovi reflex is megnyilvánul a növényeknél. Kazahsztánban a kutatók egy ércdarabot helyeztek a filodendron mellé, és erre gyenge áramütéssel hívták fel a figyelmét. Egy idő után elmaradt az áramütés, de a növény akkor is jelzett, ha csak az ércdarabot tették mellé. Ha más ásványt raktak a közelébe, semmilyen reakciót nem mutatott. A „növénypusztítók” általános pánikot váltanak ki ebben a világban. Egy londoni kutatóintézet kijelölt munkatársa naponta letörte valamelyik muskátli levelét. Azután galvanométert helyeztek a leveleikre, és sorra elmentek előttük a kutatók. A növények teljes közömbösséget mutattak. A levéltépő kollega közeledtére azonban a kiszemelt

²⁸ klív bekszter

áldozat reszketni kezdett, és a többi muskátli is vele remegett. Ezt követően az egyik munkatárs azt a feladatot kapta, hogy az intézettől távol tépjen ki növényeket a földből, és égesse el őket. Amikor ez a kutató megjelent a laboratóriumban a növények valósággal sokkot kaptak.

Ugyancsak különös reakció, hogy amikor állati kártevők megtámadnak egy fát, a környező fák kb. 100 méteres körzetben lelohasztják leveleiket, életfunkcióik abbamaradnak, halottnak mutatják magukat. Ezzel az állatvilágból jól ismert módszerrel védekeznek a kártevők ellen. Ezt a megfigyelést kísérletekkel is igazolták. Bizonyos növényi kártevőket olyan környezetbe telepítettek át, ahol azok korábban nem fordultak elő. Egy fát hermetikusan elzártak a külvilágtól úgy, hogy onnan se levegő, se hang-, se vegyi-, vagy egyéb jelzések nem juthattak ki. Ezután az elszigetelt térbe behelyezték az állati kártevőket. Ekkor – a tökéletes elszigeteltség ellenére – a környéken az azonos fajtajú fák mind élettelennek mutatták magukat. Mivel elektromágneses és radioaktív kisugárzást sem érzékelték a zárt térben, így a vészjelzés csak egy módon, szubatomi energiahullámok formájában történhetett. Ez a fajta információközlés mind több tudós figyelmét kelti fel. Egy német és japán kutatókból álló csoport szerint a növények „beszélgetnek” egymással. Megfigyelésük szerint a bab atkaveszély esetén riadóztatja a társait, hogy termeljenek a rovarok számára kellemetlen szagú elenanyagot.

A növényi sejteknek ez a rendkívüli adottsága nem természetfeletti erők megnyilatkozásának a következménye. Bonyolult szerves anyagokból felépített érzékelő egységek után kár is lenne kutatni a sejten belül, mert az energiakisugárzásokat feltehetően nem a sejt, hanem a sejtek körül kialakuló aura érzékeli, és az észlelt információ a növényen belül elektromos impulzus formájában kerül továbbításra. Az élőlények aurája döntően abban különbözik az élettelen anyag aurájától, hogy nem csupán kisugároz magából energiát, de érzékelné is képes a környezetében fellépő energiasugárzásokat. Az élőlényeket tehát alapvetően az különbözteti meg az élettelen tárgytól, hogy a környezetükkel való kapcsolattartás kétoldalú, informatikai szempontból nem kizárólag adóként, hanem vevőként is képesek tevékenykedni. **Az élettelen és az élővilág között az aura informatikai képessége a határkő.** Mint tudjuk, az élet különböző szerves és szervetlen anyagok egymásra hatása során alakul ki. Az élettelen anyag szerveződésének egy fokán az anyaghalmaz aurája polarizálódik és ettől kezdve már nem csak kibocsát, hanem érzékel is energiasugárzásokat. Az evolúciós fejlődésben az aura fizikai tulajdonságának ez a fajta megváltoztatása az élet csírája, ez az a határmezsgye, amely elválasztja egymástól az élő és az élettelen világot. Az élő sejtek aurája azonban az információn kívül statikus energiát is felvesz a környezetéből. Az aura közvetítésével Yang és Yin energia kerül be a sejtbe, és ez az „életerő” készíti a sejtet, vagy sejtszerveződéseket anyagcserére, szaporodásra, ez az erő tartja fenn az életet.

Bonyolultabb, többsajtú élőlények esetén a sejtek által termelt elektromos impulzusok összeadódnak és villamos feszültséget hoznak létre. Ez az elektromos feszültségkülönbség már a jelenlegi eszközeinkkel is könnyen mérhető, és ez tette lehetővé a növényekkel való intenzív kísérletezést. Az energiakisugárzásokat egyébként a növényeken kívül az állatok is képesek felfogni. A primitív állatok közül nem egy ennek alapján tájékozódik a környezetében, de a fejlettebb állatok is reagálnak ezekre a kisugárzásokra. Igen nagy a valószínűsége annak, hogy a postagalambok a föld domborzati viszonyai által kisugárzott aurogram alapján tájékozódnak. Ezt a feltételezést támasztja alá az a tudományos megfigyelés, hogy ha a vándormadarak szárnya alá mágneset kötnek, akkor nem találják meg a költési helyüket. Hasonló zavaró hatást fejt ki a madarakra az elektromágneses kisugárzás. Spanyol, francia és német kutatók kísérletei alapján kiderült, hogy a postagalambok a rádióállomások adóantennái fölött teljesen elveszítik tájékozódási képességüket. Az állatoknak tehát van egy speciális érzékszervük is, amely környezetük mágneses kisugárzását érzékeli.

Cordula Mora, az Észak-Kariloniai Egyetem kutatója azt is megállapította, hogy a galambok tájékozódó szerve a csőrükben van, amelyben magnetitkristályok vannak. Amikor elfordulnak, a csőrük iránytűként szolgál. Ezek a magnetitkristályok úgy helyezkednek el a madár csőrében, hogy mindhárom térdimenziót lefedjék. Az egyik jobbról balra, a másik előlről hátra, a harmadik fentről lefelé húzódik a csőr belsejében. Ezzel a bio GPS-nek is nevezhető érzékszervvel a galambok pontosan meg tudják állapítani helyüket a térben, és a Föld változó mágneses kisugárzását figyelve a kívánt irányba tudják magukat navigálni.

A baromfinál és az európai vörösbegynél viszont a mágneses szenzor a szemükben van elrejtve. (Az azonos tájékozódási mód annak tudható be, hogy a házi tyúk és a vörösbegy a 66 millió évvel ezelőtti közös őstől származik.) A recehártyájukon levő pigmentekre eső fény mágneses töltéseket hoz létre, és ezek a töltések érzékelik a környezet mágneses kisugárzását. Az útirány-meghatározásnál a legerősebb kisugárzást, a Föld mágneses erőterét használják. Ennek bizonyítására Wolfgang Witschko, a Frankfurter Egyetem zoológusa 38 frissen kikelt csirkét szállított a laboratóriumába, ahol a sarkokban függönyöket helyezett el, ahol megtanította őket anyjuk felismerésére. Az anyát mindig az északi sarokban levő függöny mögé rejtette. Utána mesterséges mágneses erővonalakeltovel megváltoztatta a természetes mágneses teret úgy, hogy az északi pólus a földrajzi keletnél legyen. Visszaengedte a csirkéket a helyiségbe, és azok mind keleti irányba indultak el, ott keresték az anyjukat.

A Smithsonian trópusi kutatóintézet munkatársai szerint a hangyák még érzékenyebben reagálnak a mágneses erővonal-változásra. Térbeli tájékozódásukat a csápjaikban levő nagy koncentrációjú vasoxid-kristályok teszik lehetővé. Kísérleteik során felemelték a hangyákat a felderítő ösvényről, és véletlenszerűen elfordítva letették őket egy olyan pontra, ahol nem láthatták sem a tereptárgyakat, sem az égboltot. Azt várták, hogy visszafordulnak az ösvény felé, mert ez van legközelebb hozzájuk, amit fel tudnak ismerni, és folytatják az útjukat. De nem ezt tették. Robert Syrgley és Andre Riveros beszámolója szerint a legtöbb hangya nem tért vissza az ösvényre, hanem „torony iránt” elindult a boly felé. Annak ellenére, hogy alaposan összezavarták őket, tudták, hogy mi a céljuk, mindenholon hazataláltak. Ezt azonban csak addig tudták megtenni, amíg a kutatók helyileg meg nem zavarták a Föld mágneses erővonalait. Erős mágneses impulzusok hatására a hangyák összevissza indultak el. Amikor pedig 180°-kal elfordították fölöttük a mágneses mezőt, a kísérleti rovarok fele az új erővonalakat követte, a bollyal ellentétes irányba próbált hazajutni.

A rovarvilágban arra is van példa, hogy egyes fajok apró mágneseket használnak a tájékozódás, a hazatalálás megkönnyítésére. Az izraeli Tel-Aviv Egyetem tudósai a lódarazsak tanulmányozása során azt tapasztalták, hogy fészkeik építésekor egy apró mágneses kristályt ragasztanak fel a lépet alkotó hatszögletű sejtek tetejére. Ez a kristály titánt, vasat és oxigént tartalmaz, és a hossza 0,1 mm. A lódarazsak fészke vízszintesen elhelyezkedő lépek sorából épül fel, amelyeket függőleges oszlopok támasztanak meg. Ezek a kristályok arról is tájékoztatják a darazsakat, hogy a fészkek veszélyes mértékben megdőlt, a gravitációs erő leszakítással fenyegeti. Ezt valószínűleg abból állapítják meg, hogy a földből kiáramló gravitációs sugarak és a mágneskristályok Yin jellegű szubatomi energiakisugárzása mekkora szöget zár be egymással.

Az angolnák is a mindenén áthatoló szubatomi energiasugárzás segítségével találnak vissza minden évben a Sargasso-tengerbe²⁹, több évezredes ívóhelyükre. Azt is megfigyelték, hogy az Atlanti-óceán felett átrepülő néhány madárfaj hosszú ideig repül körbe-körbe egyes területek felett, mintha rég elveszett fészkeket keresnék. Az energiakisugárzás alapján itt kellene lennie a költőhelyüknek, de nem találják. A raj csak akkor indul tovább, amikor látják, hogy néhány elerőtlenedett társuk beleesett a tengerbe. Ez a keresési ösztön az évmilliók során beépült a génjeikbe, és nemzedékről nemzedékre átöröklődik. Hiába süllyedt el időközben Atlantisz, a gének erről nem vesznek tudomást, így minden nemzedék évről évre megpróbálja megtalálni volt ívó-, illetve költőhelyét.

Az állatoknak ez a rejtélyes tájékozódó képessége már a tudósok fantáziáját is megmozgatta. Amerikai kutatók a Floridai-szigetek közelében több tucat langusztát ejtettek foglyul, és sötét tartályba helyezték őket. Aztán elszállították, és 37 kilométerrel odébb, egy teljesen más környezetben szabadon engedték az állományt. Előtte azonban letakarták a szemüket. Ennek ellenére mindegyikük korábbi tartózkodási helye felé fordult, és igyekeztek minél hamarabb hazajutni. A kutatást vezető dr. Kenneth Lohmann³⁰ szerint: „Bármit csináltunk, a languszták mindig kitalálták, merre kell menni. Hiába furikáztunk velük körbe-körbe, hiába helyeztük őket ismeretlen vizekbe, a navigációs rendszerük minden helyzetben megbízhatóan működött. Olyan helyekről is hazataláltak, ahol az emberek teljesen eltévednének.

²⁹ szárgásszó

³⁰ kenet lómen

Ez az 50-500 nanométer méretű magnetitkristályokból álló különös érzékelő szerv a zsákmány-szerzésben is segíti az állatokat. A legújabb kutatások kiderítették, hogy a palackorrú delfinek érzékelik a körülöttük levő állatok mágneses kisugárzását. Ezt az adottságukat akkor fedezték fel, amikor a hanglokátorukat tanulmányozták. Köztudott, hogy a denevérek és a delfinek ultrahanggal, vagyis olyan nagyfrekvenciájú hanghullámokkal kommunikálnak egymással, amelyet az emberi fül már nem hall. Ez a hangérzékelő a delfin alsó álkapcsában található. Kísérletezés közben kiderült, hogy a delfinek felső álkapcsa is tartalmaz egy bioszenzort, ami az előttük levő állatok auráját érzékeli. Hiába bújjik el a potenciális zsákmányállat egy korallszirt vagy egy tengeri moszat mögé, aurájának mágneses kisugárzása minden anyagon áthatol. Ezért az arra haladó ragadozó érzékeli, frekvenciaspektruma alapján beazonosítja, és akkor is lecsap rá, ha nem látja.

Ezek az érzékelő gödrök, üregek más halakban és olyan primitív emlősökben is megtalálhatók, mint a kacsacsőrű emlős. A kutatók azt is megállapították, hogy a prédaállatok felkutatásában a mágneses érzékelő jóval hatékonyabb szerv, mint a hanglokátor. A fejlett emlősök sem nélkülözik ezt az érzékelőt, ami náluk az egyensúlyérzékelő szervben található. A félkörös ívjáratokat egy csigavonalú függelékcsatorna, az úgynevezett hártvány csiga egészíti ki. Lapos, tekercsformájú, vezetőfolyadékkal teli spirális függelékcsatornájuk olyan szerepet tölt be, mint a rádióvevőknél a keretantenna. Ők azonban nem a rádióhullámokat, hanem környezetük mágneses kisugárzását érzékelik vele.

Időközben a hivatalos tudomány is lecsapott erre a jelenségre, és már nevet is adtak neki. A tudósok ugyan tagadják a hatodik érzék létezését, de a magnetitkristályok kimutatása meghátrálásra készítette őket. A felfedezés hatására egy gyors „pálfordulást” hajtottak végre, és elkezdtek ők is kutatni ezt a jelenséget. Megerősítették, hogy a „magnetopercepció” egyáltalán nem kivételes jelenség az állatvilágban. Megtalálták a mágneses érzékelő agyi beidegződéseit, sőt azt is felfedezték, hogy a baktériumok szintén képesek a mágneses tér érzékelésére. Mennyivel gyorsabb lenne a fejlődésünk, ha az ezotéria más területein is ezt tennék. Ha nem gúnyolnák a parajelenségeket, hanem az ezoterikusokkal összefogva együtt kutatnának, hamar kilábalhatnánk a világunkat sújtó összes válságból, és végre elindulhatnánk a kozmikus emberré válás útján.

Sokan tapasztalták már azt is, hogy a kutya megérzi, ha egy jó, vagy egy gonosz ember közeledik feléje. Mivel lelki beállítottságunk harmóniája kisugárzódik belőlünk, az állatok számára ez információforrásként szolgál. Mindezen képességek arra az okra vezethetők vissza, hogy az állatok agyfrekvenciája jóval alacsonyabb, mint a miénk, ezért az anyagi testen kívül a belőle kisugárzó étertestet is jól látják. Ebből kifolyólag észreveszik az asztrálestben megjelenő szellemeket is. Ugyancsak ennek a képességnek tudható be, hogy rendkívül érzékenyen reagálnak mindenféle szubatomi energiasugárzásra. Pl. már messziről megérzik az UFO-k hajtóművéből kiáramló energiasugárzást, és a Földön kívüli civilizációk minden olyan megnyilvánulását, amely szubatomi energiakisugárzással jár.

Ezek a képességek azonban csak a mi szemünkben tűnnek rendkívülinek, az állatvilágban ez teljesen természetes jelenség, mert az állatok agyfrekvenciája a törzsfajlás alacsony szintje következtében megkezdte alfa frekvencián, ennek következtében állandó kapcsolatban állnak az abszolút világgal. Ez teszi lehetővé azt is, hogy telepatikus úton faji és fejlődésbeli korlátok nélkül az egyesítüektől kezdve az elefántig bármely állattal kapcsolatba léphetünk. Ennek eszköze az Agykontrollból ismert szubjektív kommunikáció, amelynek eredményes alkalmazására számtalan esetet lehetne felsorolni. Pl. egy jó humorú agykontrollos egyszer alfába merülve az alábbi szöveggel tartott távol magától egy egész szunyograjt: „*Én is Isten teremtménye vagyok. Összhangban állok a természettel. Létezik nálam jobb eledel is*”. A legtöbbször azonban ennél egyszerűbb mondat is megfelel. A harapós kutyákat alfa agyfrekvencián már ezzel a rövid kis üzenettel is jobb belátásra lehet téríteni: „*Én nem bántalak titeket, ha ti sem bántotok engem.*”

Az állat és az ember között akkor is fennáll a telepatikus kapcsolat, ha az illető nem képes az agyfrekvenciáját lecsökkenteni. Ennek a féloldalas szubjektív kapcsolatnak legismertebb megnyilvánulása, hogy a háziállatok nagy távolságból is rátalálnak gazdájukra. A Guinness³¹ rekordok köny-

³¹ ginisz

ve szerint a csúcst egy Bobby nevű kutya tartja. Tulajdonosa oregoni otthonától 2000 kilométerre nyitott éttermet. Az otthon hagyott eb nem sokáig túrta ezt a helyzetet. Egyszer csak útnak eredt a Sziklás-hegység irányába. Befagyott tavakon, folyókon sok-sok kerülővel 5000 kilométert kutya-golt, míg 6 hónap után végre rálelt a gazdájára. Útvonalát tökéletesen sikerült rekonstruálni, mivel hosszú vándorlása alatt gyakran befogadták. 1952-ben egy Sugar³² nevű macska állított fel hasonló rekordot. Előző évben gazdái Kaliforniából Oklahomába költöztek. A cicát otthagyták a szomszédnál, mert félt a motorzúgástól. Elutazásuk után az állat különösen viselkedett, nem találta a helyét, majd váratlanul eltűnt. A több mint 2400 kilométeres távolságot 14 hónap alatt tette meg, de végül épségben megérkezett a számára annyira hiányzó családhoz.

A hitetlenek persze most legyintenek, hogy a kutyák, macskák szag után mennek, amikor valamit keresnek. A víz azonban közismerten szagzáró. Vajon az óceán hogy képes megőrizni egy rajta átutazó szagát? A II. világháború alatt sok amerikai katonát vezényeltek a tengeren túlra. Stanley C. Raye³³ Pittsburgban³⁴ élt, amikor besorozták. Fogalma sem volt róla, hogy hová, melyik frontra küldik. Így amikor hön szeretett kutyájától, Jokertől elbúcsúzott nem mondhatta meg neki hol fog kikötni, az állatnak erről megérzései sem lehettek. Csak hetek múlva tudta meg a család, hogy fiúkat egy csendes-óceáni állomáshelyre vezényelték. Addigra azonban Joker eltűnt. A spániel rendkívül rosszul viselte gazdája távollétét. Egyre kevesebbet evett, ivott, és kerülte az emberek társaságát. Egész nap a bejárati ajtó előtt feküdt, arra várva, hogy Raye egyszer csak betoppan a lakásba. Miután ez nem történt meg, elment megkeresni a gazdáját. A családtagok hiába kutattak az eltűnt kutya után, sehol sem találták. Így azt gondolták, hogy megszökött. Joker valóban megszökött, de nem a szabadság iránti vágy hajtotta. Útvonalának utólagos feltérképezése alapján nem összevissza keresgélt, hanem nagyon is céltudatosan haladt.

Először Oaklandba³⁵ ment, ahonnan akkoriban rengeteg katonai szállítmányt indítottak útnak a tengeren túlra. A spaniel pár napig ténfergett a hatalmas hajók között, majd kiválasztott egyet, és felsomfordált a fedélzetére. A matrózok egy idő után felfedezték a potyautast, de megsajnálták a szomorú ebet, és gondját viselték. A hosszú út során a hajó több szigetenél is megállt, de a kutya egyetlen esetben sem lépett a szárazföldre. Pedig a csapategységek és az utánpótlás kirakása olykor napokat is igénybe vett. Csupán minden kikötésnél kiszaladt a hajóhídra, beleszagolt a levegőbe, majd visszament a vackára. Azonban egy esetben nem így viselkedett. Már a kikötő megközelítésekor hegyezte füleit, és erősen szimatolva, nagyokat vakkantva szaladt le a partra. Alkalmi gondozóinak feltűnt az állat szokatlan izgatottsága, és kíváncsian követni kezdték. Egy elképedt katona mellett ért véget az útja. Végül kiderült, hogy a nagy örömmel körbecsaholt férfi Raye volt, Joker gazdája. Több ezer kilométert utazva talált rá. Nem tett kitérőket, nem tévedt el; természetfeletti képességét kihasználva magabiztosan és célirányosan haladt.

Ez a ragaszkodás oly mérvű is lehet, hogy az állat a növényekhez hasonlóan megérzi, ha gazdája bajban van. A legkülönösebb eset egy materialista gondolkodású amatőr régészhez, lord Carnarvonhoz³⁶ fűződik. Ő lépte át először Tutenkámen sírjának a küszöbét a bejárat fölé vésett figyelmeztetés ellenére. Nem sokkal utána beteljesedett a fáraó átka, és a lordot utolérte a végzete. Halálának pillanatában, tőle 5000 kilométerre az angliai otthonában hagyott kutyája hirtelen felvonított, majd az ablakon kiugorva halálra zúzta magát. Nem csak a kutyák, macskák, hanem a lovak és más háziállatok is képesek a számukra fontos személy halála miatt érzett bánatba belepusztulni. Jól ismert jelenség az is, hogy sok kutya megérzi, ha a gazdája hazaindul, és a kapuba leheveredve vár rá. Ez nem a szokás hatalma, mert ha váratlan időpontban érkezik, akkor is már percekkel előtte elindul a fogadására. Olyan háziasszony is van, aki ekkor kezd el teríteni, és mire a férj hazaér, tálalva van vacsora.

Az állatok telepatikus képességét a hadiipar is intenzíven firtatja. Az orosz hadsereg kutatói egy tengeralattjáróval kölyöknyulakat vittek le olyan mélyre, ahol már a rádióösszeköttetés is megszűnt

³² sugör

³³ sztenli szi réj

³⁴ pitszbörg

³⁵ óklend

³⁶ kárnárvon

a kikötői központtal. Aztán egyenként megölték őket, miközben a kutatók másik csoportja a szárazföldön tartott anyanyúl reakcióit vizsgálta. Az anyaállat minden esetben megérezte kölyke elvesztését. A műszerek intenzív elektromos impulzust mértek az agyában. Az állatok telepatikus képességére már szemmel látható, illetve füllel hallható bizonyíték is létezik. Egy afrikai szürke papagáj megtanult a gazdájától beszélni. Három és fél év alatt 600 szót sajátított el. Ezeket tudatosan használta, sőt a szavak kombinációiból rövid mondatokat alkotott. Ekkor váratlan dolog történt. A nőstény papagáj olyan szavakat is elkezdett szajkózni, amelyeket a gazdája még ki sem mondott, csak gondolt rájuk. A tulajdonos videokamerával dokumentálta, amint a papagáj megérezte a gondolatait, és artikulálta a ki nem ejtett szavakat.

Az abszolút világgal való közvetlen kapcsolattartás lehetősége korábban az ember számára is adva volt, de a civilizációs fejlődés során ez a képességünk a legtöbb érzékszervünkkel együtt eltompult. A balagyfélteke-dominánssá vált ember, telepatikus üzeneteket már csak akkor képes észlelni, ha ezek a kisugárzások rendkívül intenzíven hatnak rá. Ilyen intenzív hatás érhet bennünket pl. akkor, ha egy közvetlen hozzátartozónk életveszélybe kerül. Az „éteri segélykiáltás”-on túlmenően azonban minden ember képes rá, hogy kozmikus információkat felfogjon, vagy bárkivel telepatikus úton kapcsolatba lépjen. Ez az akadálymentes kapcsolatfelvétel viszont csak a tudat alsó tartományában hozható létre. A telepátia érdekessége még, hogy nincsenek nyelvi korlátai. Ha pl. a vízre gondolunk, ez minden emberből, sőt az univerzum minden értelmes lényéből ugyanazt az energiaimpulzust váltja ki, mint belőlünk, függetlenül attól, hogy gondolatainkat milyen nyelven öntjük szavakba. Ennek tudható be, hogy az idegen civilizációk küldöttei, az úgynevezett harmadik típusú találkozások során minden nehézség nélkül képesek telepatikus módszerekkel kommunikálni velünk.

Az állatok alacsony agyfrekvenciájuk következtében nem csak érzékelni tudják a környezetükből kiáramló szubatomi energiasugárzásokat, vagyis a természet által szolgáltatott információkat, hanem ők maguk is képesek ilyen jellegű jelzések kibocsátására. A mindennapi kapcsolattartás során az állatok is a szokásos érzékszervek (szem, fül, orr) segítségével kommunikálnak egymással, de vészhelyzetekben áttérnek a telepatikus kapcsolatfelvételre, és ezzel a rendkívül gyors és hatékony módszerrel figyelmeztetik a környezetükben tartózkodókat a várható veszedelemre. Nagyon érdekes, hogy ily módon a vészjeleken kívül információkat is eljuttatnak az azonos fajhoz tartozó társaikhoz. Ennek bizonyítéka, hogy Angliában a kékcinegék egy csoportja megtanulta hogyan nyissa fel az ajtókat elé kitett tejesüvegek fóliakupakját, hogy leihassa a fölé. A módszer igen rövid idő alatt elterjedt az egész nyugati kontinensen, és ez kizárja, hogy a más országokban élő madarak is próbaszerencse útján jutottak volna el erre a felismerésre. Persze sokakban felmerülhet a gyanú, hogy nagy távolságokra repülő madarak eltanulták egymástól ezt a módszert. Ezt a feltételezést viszont megcáfolja az egyik japán szigeten élő majmok esete, akik rájöttek arra, hogy a földből kikapart édesburgonyát célszerű levinni a tengerhez megmosni. Nem sokkal ezután a szomszédos szigeteken élő majomkolóniák szintén nekiálltak leöblíteni a táplálékukat.

Az információátadás valószínűleg nem beszéd, hanem gondolati képek továbbítása útján történik, és ennek a módszernek minden bizonnyal nagy szerepe van az evolúcióban. Mindezek alapján az a következtetés vonható le, hogy a Jung által feltételezett kollektív tudatalatti nem más, mint az egyes élőlények közötti intenzív kapcsolattartás, telepatikus úton. Ahogy a faj valamely egyede rátalál egy hasznos felismerésre, vagy a környezethez való alkalmazkodás szerencsésebb módjára, telepatikus úton azonnal továbbítja azt társainak, és ezáltal az egész közösség az evolúciós fejlődésnek egy nagyobb fokára jut. Egy idő után ezek a tapasztalatok genetikailag rögzülnek, és ezt követően már ösztönszerűen irányítják a faj egyedeinek cselekvését. Ahhoz, hogy ez a rendszer működjön okvetlenül szükség van a gyors, és minden egyedhez megbízhatóan eljutó telepatikus információáramlásra, mivel az utánzás, a tanulás vagy a láncreakciószerű kapcsolatteremtés ezen a szinten még nem elég hatékony.

A morfogenetikus mező a Magasabb Intelligencia egész univerzumra kiterjedő információtárnak a részét képezi. Ezért az állatok bármikor képesek ezzel az adatbankkal is kapcsolatba lépni. Nekik nem kell Agykontrolltanfolyamot végezni ahhoz, hogy alfába merüljenek, mert az ő agyfrekvenciájuk ezen a szinten áll. Ennélfogva könnyen hozzájutnak az emberekkel kapcsolatos rejtett ismeretekhez is. Ennek bizonyítéka az az alaszka farkas, amelyet gazdája egy kutatóútján vett magához.

A kis kölyök farkas elcsatangolt a falkájától, és a biztos pusztulás várt volna rá, ha Helga Morenz nem talál rá, és nem viszi magával Salzburgba. Szerencsére a szomszédok a mai napig úgy tudják, hogy Oswald kutya. Csak azt furcsállják, hogy nem tud ugatni. Vonítani azonban igen, de erre nincs semmi oka. A megszelídített farkas sokkal fegyelmezettebb, mint a kutyák. A környéken az összes gyerekkel összebarátkozott, és a többi kutyával is jó viszonyban van. Nagyokat játszanak együtt.

Csak akkor vadul meg, ha a gazdáját bántani akarják. Münchenben egyszer meg akarták támadni a lányt egy aluljáróban, de a farkas megvédte. Két támadója valószínűleg élete végéig sem felejtí el ezt az esetet. Örökre elment a kedvük a magányos nők molesztálásától. Időközben különös telepatikus kapcsolat alakult ki a farkas és gazdája között. Oswald rendkívüli gondolatolvasó képessége akkor derült ki, amikor a lánynak eltűnt egyik fülbevalója. Nem otthon veszett el, hanem valahol a környéken, de fogalma sem volt róla, hogy hol. Nagyon szomorú volt, mert a kis ékszer még az édesanyjától kapta kicsi korában. Amikor a farkas látta, hogy a gazdáját valami bántja leült eléje, és mélyen a szemébe nézett. Aztán felpattant, és kiszökött a kertbe, majd az utcába. 10 perc múlva jött vissza fogai között óvatosan tartva a megtalált ékszer.

A Magasabb Intelligenciával való közvetlen összeköttetés legegységesebb bizonyítéka, hogy a kutyák gyakran megérik a gazdáikra leselkedő egyéni tragédiákat is. 2004-ben egy pulai nő éppen ebédet főzött a családjának, amikor a kutyája vonítani kezdett. Kiment az udvarra, hogy megnézze mi a baja. Ahogy kiért a házból egy kis izzó gömb csapódott be a konyhába. A meteorit egy 2 méter széles krátert vájt a kövezetbe. A II. világháború idején, London bombázásának időszakában egy Faith³⁷ nevű macska több tucat ember életét mentette meg azzal, hogy utat mutatott számukra egy biztonságos helyre. A Walting Streeten található Szent Ágoston templom parókáján élő cica a német légiertámadásakor sorra járta a lakóépületek pincéit, és nyávogással, különös viselkedésével rávette az embereket arra, hogy kövessék őt. Akik így tettek, túléltek a bombázásokat, mivel Faith a templom alatt húzódó pincerendszer legalsó szintjeire vezette őket. Később a túlélők elrettenve vetették tudomásul, hogy korábbi búvóhelyük borzalmas romhalmazzá változott a támadások során, és akik ott maradtak, azok bizony elpusztultak. Faith egyébként saját kölykét is a templom egyik pincerhelyiségében óvta, és az embereket is ide kalauzolta. A háborút követően elismerésképpen ezüst medállal tüntették ki, és szinte lordoknak kijáró tisztelettel illették.

A Magasabb Intelligenciával való kapcsolattartás egyértelmű bizonyítéka a számoló lovak esete is. Közülük legismertebb egy Hans nevű csödör volt, amelyet Wilhelm von Osten tanított meg számolni. Az „iskola” olyan eredményes volt, hogy a ló később elsajátította a hatványozást és a gyökvonást is. Képességét tudós csoportok ellenőrizték, de csalásnak, megtévesztésnek semmiféle nyomát sem találták. Kluger Hans túlélte a gazdáját, és az eberfeldi új tulajdonos Karl Krall két arab csödört is vásárolt mellé. Mohammed és Zarif szintén nagyon eredményesek voltak a tanulásban. Két hét alatt elsajátították az összeadás, kivonás műveletét, megértették a plusz- és mínuszjelek fogalmát. A matematikai műveletek után betűk és szavak következtek. A lovak patájuk kopogásával válaszoltak a feltett kérdésekre. Számolásnál a jobb lábukkal jelezték a számokat, a ballal pedig a helyértéket. Az első bemutató olyan sikeres volt, hogy egész Európából özönlöttek a tudósok Eberfeldbe. Mackenzie³⁸ és Assagioli³⁹ professzorok Mohammednek azt a feladatot adták, hogy számolja ki 1 874 161 négyzetgyökét. A leckét krétával felírták egy táblára, majd elhagyták az istállót. Az előre elkészített nyíláson át azonban figyelték az eseményeket. Az eredményre nem kellett sokáig várniuk, mert pár másodperc múlva már ki is kopogtatta patájával a helyes számot, az 1369-et. Sajnos az eberfeldi lovakat később besorozták a hadseregbe. Az I. világháborúban mindegyikük odaveszett.

A feladat nehézségéből egyértelműen kitűnik, hogy itt szó sincs magas fokú számolási készségről. Ezeket a lovakat tulajdonképpen arra tanították meg, hogy miként továbbíthatják számunkra a Magasabb Intelligencia üzeneteit. Ez az iskola tehát nem fejtágítás, hanem idomítás volt. Ezt a feltevést erősíti meg az a tapasztalat is, hogy a kísérleti állatok a nehéz matematikai feladatokat mindig gyorsabban és eredményesebben oldották meg, mint a könnyebbeket. Mintha ezzel is azt akarnák sugallni a túlvilági erők nekünk, hogy ne az állatban keressük a tudás forrását, hanem nézzünk a dolgok mögé.

³⁷ feisz

³⁸ m(e)kenzi

³⁹ ászádsoli

Ne a látszat alapján ítéljünk, hanem próbáljunk végre messzebb látni az orrunknál. Az is érdekes megfigyelés, hogy az állatok annál jobban számolnak, minél intelligensebb a feladatot megfogalmazó személy. Talán ennek a személyválogatásnak is az a célja, hogy lehetőleg értelmes emberek kerüljenek a lovak közelébe, olyanok, akiknek esélyük van arra, hogy rájöjjenek az igazságra.

Aki továbbra is kételkedik abban, hogy az állatok képesek közvetíteni a világunkat felügyelő magas fokú értelem üzeneteit, az magyarázza meg, hogy egy ló hogyan képes jóslani. A jövőbelátó csodaló tulajdonosainak a virginia állambeli C. D. Fonda házaspárnak ebben az esetben sem kellett mást tenniük, mint megtanítani az állatot egy fából készült klaviatúra betűfelírtos billentyűinek a mozgatására. A ló úgy válaszolt a feltett kérdésre, hogy az orrával hozzáért a megfelelő betűhöz, amely felemelkedett. Ily módon megjósolta az időjárást, választások, sportesemények eredményét, megnevezte elveszett tárgyak lelőhelyét, és betegségek ellen gyógyszereket javasolt. Gyakran igénybe vette a rendőrség is, hogy eltűnt emberek nyomára bukkanjanak. Természetesen ebben az esetben is akadtak notórius kétkedők. Jack Woodford⁴⁰ 1933-ban fogta vattatóra Ladyt, a híres kancát. Először a keresztnévét kérdezte tőle. Lady gondolkodás nélkül a JACK betűit nyomta le. Ekkor cselhez folyamodott, azt mondta, hogy nem ez a keresztnéve. Erre a ló megvetően végigmérte Woodfordot, majd a következő betűkombinációt nyomta le: JOSH. A férfinak rögtön elszállt a tréfás kedve. Döbbenet, teljesen megzavarodva állt a rozoga istállóban, mivel a nagyanyja becézte őt Joshnak gyermekkorában. Rajta kívül senki sem szólította őt így. A nagymama viszont már évek óta halott volt.

Mint látható a telepatikus üzenetek közvetítése nemcsak a növények világára korlátozódik. Az állatok a növényekhez hasonlóan minden eseményről információt kapnak, ami a környezetükben zajlik. Az emberi tevékenység rájuk ható veszélyét ugyanúgy előre érzékelik, mint a közelgő természeti katasztrófák bekövetkezését. Ennek a mindent átható kommunikációs rendszernek tudható be, hogy az állatok jó előre tudomást szereznek a közelgő viharokról, szökőárról, sőt az ember pusztító megnyilvánulásairól is. A II. világháború idején a lakosság éberrel figyelte az állatok viselkedését. Ha a hátukon felállt a szőr és pánikszerűen igyekeztek elbújni, akkor már indultak is az óvóhelyre. Dr. Hans Bender a Freiburgi Egyetem Parapszichológiai Tanszékének vezetője felfigyelt egy kacsára, amely a szövetségesek bombázását már 15 perccel korábban jelezte. Ezzel több ezer ember életét mentette meg. A háború után Freiburg újjáépült, a kacska pedig emlékművet kapott a hálás polgároktól. Korunk hitetlen embere azonban már nem hisz az állatoknak sem. Ennek tudható be, hogy 2004 karácsonyán a délkelet-ázsiai szökőárban több mint 200 ezer ember pusztult el. Állat viszont egy sem. A turistaparadicsomként szolgáló szigeteken az állatok már jóval a szökőár megérkezése előtt pánikszerűen elmenekültek a tengerpartról, és felmentek a dombokra, magaslatokra. Gyakori megfigyelés az is, hogy a lebontásra ítélt házakat a robbantás előkészítésekor elhagyják az egerek, patkányok és csótányok.

A primitív lények fennmaradásának és fejlődésének elengedhetetlen feltétele, hogy ennek a sajátos kommunikációnak a révén egy nagy közösséget alkossanak, életük minden egyes megnyilvánulásában reagáljanak egymásra, és a környezetükre. A különböző szintű életközösségek az azonos fajhoz tartozó társaikon kívül minden élőlényel, sőt az egész természettel kezdettől fogva szerves egységet képeznek, és ez vonatkozik az emberiségre is. Mi azonban ennek nem vagyunk tudatában. A modern kor embere ugyanis hamis úton indult el környezetének megismerésében, és ma már annyira eltávolodott a transzcendentális gondolkodásmódtól, hogy mereven tagadja az egész univerzumot felölelő egységes élővilág létezését.

A telepatikus úton történő információközlésnek van egy akaratunktól független módja is, és ez nem más, mint a lélek, az emberi tudat rezgésszintjének a kisugárzódása. Minden ember más (ahogy szokták mondani, a világon nincs két egyforma ember) és ez elsősorban nem a testi adottságok különbözőségének tudható be. Az eltérés fő oka a lélekben rejlik, amely a testbe költözés után kialakítja a reá jellemző személyiségjegyeket. A test tehát olyan, mint a lélek. A test minden egyes megmozdulása, reakciója a lélek fejlettségi szintjét, és az agy mentális beállítottságát tükrözi. Ezek a belső tulajdonságok ugyanúgy kisugárzódnak belőlünk, mint a testünk állapotát feltáró auránk, és akarat-

⁴⁰ dzsek vüdfő(r)d

lanul is befolyásolják a környezetünket. Ha nem is tudatosan, de minden ember reagál erre a sugárzásra, és ennek tudható be, hogy amikor valakit meglátunk, akkor a legtöbbször már első látásra el tudjuk dönteni, hogy az illető szimpatikus-e számunkra, vagy sem. Sok esetben tehát nem kell közelebbről megismerkednünk valakivel ahhoz, hogy eldönthessük, hogy egyénisége mennyire harmonizál a miénkkel, mivel a tudatalattink képes felfogni a másik emberből kiáramló lelki sugárzásokat, és egy pillanat alatt meghozza a döntést. Ez a képesség egyébként a nőkben sokkal intenzívebben működik, mint a többnyire balagyféltéke-domináns férfiakban, és sokan hatodik érzéknek is nevezik. (Mellesleg ez helytelen meghatározás. Sokan hajlamosak megfeledkezni róla, hogy van egy hatodik érzékszervünk is, amely a belső fülben található, és az egyensúlyunk megtartásáért felelős. Amikor egészségesek vagyunk, nem veszünk róla tudomást, pedig minden lépésünket vigyázza. Gyakrabban használjuk, mint az ízlelő- vagy a tapintó szervünket. Működési zavara csak akkor szokott tudatosulni bennünk, amikor szédülünk. Ennek alapján a megézés már hetedik érzéknek számít.)

A belső sugárzás megnyerő ereje azonban gyakran független a külső megjelenéstől. A jelentős belső értékkel rendelkező karizmatikus személyeknek nem mindig van előnyös külsejük, mégis mágnesként vonzzák magukhoz az embereket. Ez a jelenség főleg a művészvilágban figyelhető meg, ahol első látásra sokszor jelentéktelennek látszó emberek nagy népszerűségnek örvendenek, mert a közvetlen kapcsolatteremtés során olyan „magnetikus erő” árad ki belőlük, amely minden embert elbűvöl. Ennek a láthatatlan vonzerőnek tudható be az is, hogy vannak férfiak, akik kifejezetten csúnyák, mégis a legtöbb nő ellenállhatatlan vonzalmat érez irántuk. Az értékes lélek gyakran előnytelen külsőt vesz fel, de az első látásra visszataszítónak tűnő burkon átragyog a szép lélek, így a csúf test megszépül.

Sajnos ennek az ellenkezője is gyakran előfordul, amikor a sors primitív lelkű, értéktelen embereket ruház föl előnyös külsejével, egész életre szóló csalódást, sőt nem egyszer tragédiát okozva ezzel a velük kapcsolatba kerülő, megtévesztésre hajlamos emberek életében. Ezek a „vamp” típusú nők és „playboy” típusú férfiak többnyire meglehetősen buták, üresfejűek, és az egyéniségnek még a szikrája sem lelhető fel bennük. Ennek következtében nem rendelkeznek az értékes emberekre jellemző vonzerővel, és általában a felületes szemlélőket is csak ideig-óráig képesek a külső megjelenésükkel megtéveszteni. A milióteremtésben, a szimpátia- vagy antipátia-keltésben kétségtelenül nagy szerepe van a külső megjelenésnek, ez azonban önmagában nem elegendő a megfelelő „atmosfera” kialakításához. Amikor Marilyn Monroe Kennedy elnök születésnapján elénekelte rövid kis köszöntőjét, akkor az embereket elsősorban nem az – egyébként bombasztikus – testi adottságaival bűvölte el. Személyiségének bája, varázsa mit sem ért volna akkor, ha ez nem párosul egyéniségének szuggesztív erejével, belső értékeinek kisugárzódásával. Sajnos ezek a magas szintű lelki megnyilvánulások nagyon ritkák. Ezért rendkívül mély benyomást gyakorolnak a jelenlevőkre. Valószínűleg ennek az életre szóló, feledhetetlen élménynek tudható be, hogy egyik rajongója 250 millió dollárt adott egy árverésen Marilyn Monroe ruhájáért, amely akkor volt rajta, amikor ezt a köszöntőt énekelte.

Rövid ideig tartó intenzív energiakisugárzásra azonban az átlagemberek is képesek. Lelki emóciók hatására minden emberből olyan erős sugárzások áradnak ki, amelyek tartós formában csak a rendkívüli egyéniségekre jellemzőek. Különböző lelkiállapotok, pl. az önzetlen cselekedet, a szívből jövő sajnálat, az őszinte csodálat és más katartikus lelkiállapot olyan jelentős energiakisugárzással jár, amelyet a környezetünkben levő emberek megéreznek, és ez a sugárzás igen nagy hatást gyakorol mindenkire. Ez a fennkölt lelkiállapot azonban mesterségesen is előidézhető, és a nagy színészeket éppen az különbözteti meg az átlagemberektől, hogy kellő átélés esetén bármikor képesek kiváltani magukból ezeket az energiasugárzásokat. Egyébként a művészvilágban már évtizedek óta különös gonddal ügyelnek a lelki kisugárzás minél intenzívebb megnyilvánulására. Ennek tudható be, hogy az amerikai filmproducerek olyan nagy hangsúlyt fektetnek a szemek fényképezésére. Gondolják, ha már több millió dollárt ki kell fizetniük egy-egy világhírű színészért, akkor a lelkük legmélyéig kiaknázzák őket.

Visszatérve a telepatikus információközlésre, ennek legegyszerűbben megvalósítható formája a szemtől szembe történő kommunikáció, mivel a lélekkel nem csupán az agyfrekvencia lecsökkenté-

se útján lehet kapcsolatba lépni, hanem bétában, azaz normál tudati állapotban is, a szem közvetítésével. Ezt az teszi lehetővé, hogy a szem nem kizárólag a látás, hanem egyben a lélek kommunikációs szerve is. Az előzőekben már volt szó róla, hogy a lélek az érzékelésen túlmenően „beszél” is a szemén keresztül, a szemből kiáradó sugarak közvetlen összeköttetést teremtenek mások lelkével. Mivel ez a kapcsolat nem az agy közbeiktatásával történik, ezért sokkal gyorsabb, tökéletesebb, mint a beszéd. A közvetlen lelki kontaktus nagy előnye még, hogy jóval megbízhatóbb, mint a tudat által befolyásolt hagyományos kommunikáció. A lélek ugyanis nem képes hazudni, mivel a pupilla tágulata, valamint a szemből kiáradó energiasugárzás tudati úton nem befolyásolható. Ezért fordul elő gyakran, hogy aki meg akarja tudni valakiről hogy igazat mond-e, annak mélyen a szemébe néz, és ha tisztában van azokkal az apró jelekkel, amelyek csalhatatlanul leleplezik a hazugságot (pl. a pupilla összeszűkül, a fél szemöldök felhúzódik) akkor sok kellemetlenségtől kímélheti meg magát. A jó színészi képességekkel rendelkezők viszont ezen az úton is megtéveszthetnek bennünket. Ez a képesség azonban csak addig működik, amíg az illető képes uralkodni magán. Erős izgalom vagy meglepetésszerű közlés esetén az agy összezavarodik, elveszti a kontrollt az átlagnál fejlettebb mimikai képességek felett, és ekkor már akadálytalanul megvalósítható a lelki kommunikáció. Időnként a primitív emberek is próbálkoznak valódi énjük színészkedéssel való elfedésével. Tartósan azonban ez sem szokott sikerülni. Elég egy őszinte pillantás, egy elkapott tekintet, egy sunyi, felrebbenő szempilla, egy ösztönös mozdulat; és máris lelepleződött az illető.

Telepatikus úton a dinamikus kisugárzásokon vagyis az információn kívül az élettelen tárgyak homogén energiakisugárzása is felfogható. Sok helyen megfigyelték már, hogy az autópályák bizonyos pontjain az átlagnál jóval nagyobb mértékben fordultak elő balesetek. A megzavart idegrendszer következtében önkéntelenül megrándulnak a karizmok. Ennek hatására a sofőr elrántja a kormányt, és az árokban köt ki, vagy az útszéli fának rohan, illetve összeütközik a szemben jövő járművel. A vizsgálatok kimutatták, hogy ezeken a szakaszokon mélyen az úttest alatt vízér húzódik, és ennek olyan erős az energiakisugárzása, hogy nem egy esetben eszméletvesztést is okozott. Vanak, akik fokozottan érzékenyek ezekre a sugárzásokra, és egy kezükben tartott fa- illetve fémrúd, vagy közismert nevén „varázsvessző” közvetítésével a vízen kívül képesek érzékelni a föld alatti ásványi anyagokat és kőolajkészleteket is. Ennek az eszköznek alapvetően kétféle kivitele van. A hagyományos „Y” alakú varázsvesszőnek a két szárát kell megfogni, és hegyének függőleges irányú mozgását kell figyelni. A „lengyelpálca” nem más, mint két derékszögben meghajlított fémhuzal, melyeknek egymáshoz viszonyított állását kell figyelni, miközben a rövidebb szárukat megmarkoljuk. Itt a magunk elé tartott pálcák oldalirányú kereszteződése jelzi a keresett anyagot. A profik csapágyazott pálcákat használnak, ami nem más, mint két rövid cső. Ezekbe illesztik a fém-pálcák rövidebb szárát, így a kéz szorítása nem befolyásolja a mozgásukat, oldalirányú elmozdulásukat.

Ez a különös képesség annak tudható be, hogy az élő szervezet rendkívül szenzibilis a mágneses sugárzásokra. A francia Yves Rocard⁴¹ professzor mérései alapján a „varázsvesszős” emberek már 0,0001 G mágneses erővonalasűrűséget is képesek érzékelni. Összehasonlítási alapként megemlíthető, hogy egy átlagos rúd mágneses erővonalasűrűsége 10 000 Gauss (1 Tesla) felett van. Bár az emberek mágneses érzékenysége sokkal rosszabb, mint az állatoké, ennek ellenére egy Wilhelm de Boer⁴² nevű kísérleti alany 10⁻¹⁰ Gausst is képes volt észlelni, ami kb. egymilliárdod része a Föld Sarkokból kiinduló mágneses erővonalasűrűségének. (A Föld mágnesese tere változó, úgy ahogy egy rúd mágnesé. A geomágneses tér az egyenlítő környékén a legkisebb: 24 μ T, és a pólusoknál a legerősebb: 66 μ T. Magyarországon: 48 μ T. Ez az érték nem állandó, mert a föld mágnesese tere folyamatosan gyengül. A fizikai mérések szerint az utóbbi 400 évben 30%-kal gyengült, a történelem előtti időkben pedig kétszer olyan erős volt, mint most.)

Ugyancsak a földből kiáramló sugárzásnak tudható be, hogy ha valakinek a szobája, illetve az ágya egy föld alatt húzódó vízér felett van, akkor állandó fejfájások gyötrik, és álmatlan éjszakái vannak. Statisztikai kimutatások szerint ezek az aszimmetrikus energiasugárzások gyakori kiváltó

⁴¹ ív rokár

⁴² vilhelm dö bír

okai a rákos megbetegedéseknek és egyéb szervi elváltozásoknak is. Ezek közül leggyakoribbak a vérszegénység, gyomorfekély, asztma, reumás megbetegedések, tüdőgyulladás, fül-, orrbántalmak, látászavarok, szívizomgyulladás, trombózis, lábszárfekély, csonttuberkulózis, köszvény, cukorbetegség, vizekő, altesti bántalmak, prosztatagyulladás, hormonzavarok, menstruációs panaszok, petefészek-gyulladás, abortusz, koraszülés, epilepszia, továbbá ideg- és elmebetegségek. Egyébként az állatok viselkedésére, szaporodására és tejhozamára sincs jó hatással, ha az istállójukat egy föld mélyében rejlő vízer fölé építik. A nem megfelelő helyen álló épületeket viszont sugármentesítőkkel használhatóvá lehet tenni. Ezeknek a viszonylag egyszerű eszközöknek az elkészítési és telepítési módja a szakirodalomban megtalálható.

A földből kiáramló sugárzások azonban nem minden esetben károsak. Léteznek ugyanis olyan gyógyhelyek, amelyeket sokan azért keresnek fel, mert a föld mélyéből feltörő koncentrált szubatomi energiasugárzás jótékony hatást gyakorol a betegségekre. A földből ugyanis nem csak Yin jelegű ártalmas vízersugárzás áramlik ki, hanem Yang jellegű pozitív sugárzás is. Ezek a töltő sugárzások többnyire a törésvonalak mentén alakulnak ki, és ugyanúgy kisugárzódnak, mint a koncentrált Yin töltések. Ezek a gyógyhelyek elsősorban azok számára hasznosak, akik krónikus Yang energia hiányból eredő betegségeket szenvednek. Ilyen geomágneses anomáliák nem csak egyes helyeken fordulnak elő, hanem a Föld majd minden országában összefüggő nyomvonalak is találhatóak. Kínában ezeket az energiavonalakat sárkányösvényeknek nevezik, és a modern térképeken is feltüntetik őket. (Angol nyelvterületen gyakori a Szent György vonal elnevezés is.) A ley-vonalak mentén az energia több helyen is koncentrálódik. Ezekre a pontokra a geomantiában jártas őseink hatalmas köoszlopokat állítottak. A kő ugyanis összegyűjti a föld mélyéből kisugárzó mágneses energiát, így ezeknek a megalitoknak az átölelése gyógyító hatást váltott ki az arra vetődött vándorokban. A „Föld erejének” minél hatékonyabb összegyűjtése érdekében a menhirek talajba ágyazott végét kihegyezték, sőt az eltemetett részt kígyószerű, vésett barázdákkal látták el.

Ezen túlmenően a lelki és a testi energia növelésére is alkalmasak voltak ezek az oszlopok, amit a sziú indiánok úgy értek el, hogy nekítámasztották a csupasz gerincüket. Némely kő energiakisugárzása még most is annyira erős, hogy egyeseknél szédülést, hallucinációt, érzéki csalódást okoznak, sőt a túlérzékenyek sokkhatást is szenvedhetnek. Kelet-Európában a ley-vonalak csomópontjaira kis dombokat építettek. Az ily módon megjelölt gyógyító erejű kegyhelyeket nálunk kunhalmoknak, míg Bulgáriában és Belső-Ázsiában kurgánoknak nevezték, és átlagosan 15-20 kilométerenként emelkedtek ki a környezetükből. Sajnos a legtöbbjük eltűnt, a modern építkezés, és a nagyüzemi földművelés áldozataivá váltak. A maradványai azonban még most is felfedezhetőek. Egykori népszerűségére jellemző, hogy a Kárpát-medencében épített kunhalmok számát 40 ezerre becsülik.

Érdekes módon hasonló kisugárzásuk van a vulkánikus eredetű kőzeteknek is. Nálunk a Tapolcát és Zánkát összekötő út fölé magasodik egy ilyen bazaltkúp, a 337 m magas Hegyeskő. Aki nekidől a Monoszló község mellett található 20-40 cm átmérőjű bazaltoszlopoknak, néhány perc alatt feltöltődik energiával. Sok csodával határos gyógyulást tulajdonítanak a bükk-szentkereszt köveknek is. Ebben az apró hegyi faluban betegek százai szabadultak meg a mandulagyulladástól, pajzsmirigy-túltengéstől, szamárköhögéstől, tüdőcsúcschurutól, az ideggyengeségtől, asztmától, isiástól és nőgyógyászati cisztáktól. A kövek alól feltörő pozitív sugárzás olyan erős, hogy a varázsvessző a paranormális képességekkel nem rendelkező személyek kezében is a kövek irányába fordul. Mellesleg az ily módon való feltöltődésre a nagy átmérőjű, több száz éves fák is alkalmasak, de ezeknek az energiakisugárzása jóval alacsonyabb, mint a megalitoké, vagy a vulkánikus kőzeteké.

Pozitív energiakisugárzásra nemcsak a természetes képződmények képesek. Újkori megfigyelések szerint az UFO-k is így próbálják felkelteni az érdeklődésünket, amikor gabonaköröket rajzolnak a búzatabláinkba. Mivel a gabonakörök pozitív (antigravitációs) energiát sugároznak magukból, szintén gyógyhatást gyakorolnak a benne tartózkodókra. Ez az energia akkor éri el a csúcspontját, ha a gabonakör közepébe állnak. A konkrét betegséggel küszködőknél gyakran látványos gyógyulások figyelhetők meg. Az egészséges emberek pedig úgy érzik, hogy testüket „szupererő” árasztja el. Hirtelen kirobbanó energiára tesznek szert. A testi energia feltöltődése mellett lelkiállapot- és tudatmódosítás is előfordul. Sokan mesélnek vallásos jellegű áhítatról, eufórikus boldogságról. Ez a

hatás azonban csak közvetett sugárzás esetén áll fenn. Közvetlen sugárzás esetén már túltöltés jön létre, ami szédülést, rosszullétet, sőt átmeneti vakságot okozhat. Ezért nem célszerű lebegő UFO közelébe menni, vagy a hajtóműve alá állni.

A természetes eredetű földsugárzások ismert fajtája még az úgynevezett Hartmann-sugárzás. Ezek az ingersávoknak is nevezett kisugárzások a hosszúsági és szélességi fokokhoz hasonló módon körülfutják a földgolyót, és egy rendkívül sűrű hálót hoznak létre. A Hartmann-háló négyzetes elrendezésű ingersávjainak a szélessége kb. 0,3 m, az egyes sávok közötti távolság pedig átlag 2,5 m, ami az Egyenlítő felé haladva növekedik, a sarkok irányába pedig csökken. Ez a negatív energiát kibocsátó méhsejtszerű háló az egész Földet körülveszi, és a rácspontokban mért intenzitása nem sokkal marad el a föld alatti vízésugárzások intenzitásától. A Hartmann-háló sűrűsége folytán főleg a szűk, modern lakásokban lehetetlen kikerülni az egyes rácspontokat, ezért ezek a kb. 30x30 centiméteres gócpontok számos betegség kialakulásának lehetnek az okai. A legveszélyesebbek azonban azok a helyek, ahol a Föld mágneses sávjai felszín alatti vízzel kereszteződnek. Feltételezések szerint ezeknek a csomópontoknak nagy szerepük van a szklerózis multiplex kialakulásában. Sajnos ezzel nem merült ki a kártékony földsugárzások sora.

Egyébként a Hartmann-sugárzás eredeti felfedezője Hernádi Mihály volt. Az 1950-es években közegészségügyi felügyelő volt, emellett rádiófizikával is foglalkozott. Vizsgálódásai során sikerült bemérni olyan zónákat, amelyek nyílegyenes vonalak rácscsúcspontjából álltak. Mivel egy-egy vonal mindössze 30 cm széles, ley-vonalnak túl kicsik voltak. Ezen túlmenően ez a rácsháló mozgékonyak bizonyult. A zónák gyakran elferdültek, eltorzultak, harangszó hatására pedig teljesen eltűntek. Hernádi méréseit precízen dokumentálta, és azt tervezte, hogy a nemzetközi tudományos közösség elé tárja. Erre azonban nem került sor. Az 1950-es évek diktatúrájában az elvtársak úgy vélték, hogy ez nem fér bele a marxista világnézetbe, és Hernádit azonnal elbocsátották az állásából. Pár év múlva dr. Ernst Hartmann német fizikus ugyanerre az eredményre jutott. (Jól ismerte és fel is használta a magyar mérnök kutatásait.) Őt senki sem akadályozta abban, hogy kutatásait publikálja. Így ez a rácshálózat a Hartmann nevet viseli. Hernádi felfedezéséről értesítette a Magyar Tudományos Akadémiát is. A „tudós testület” azonban válasza sem méltatta a levelét. Így lett a dicsőség a német Hartmanné. A szakirodalom a Hartmann-féle globális rácshálón kívül nyilvántart egy másik sokat emlegetett hálózatrendszer is, a Curry-hálót. A felfedezőjéről, dr. Manfred Curryról⁴³ elnevezett háló rácshálójának szélessége hozzávetőlegesen 4 méter. Ez azt jelenti, hogy minden második Hartmann-négyzetbe esik egy Curry-csomópont.

Később mindkét hálózatról kiderült, hogy a Föld mágneses erőtere gerjeszti. Kisugárzásuk az élőlények többségére káros. Kivételt képeznek a fák, amelyek magukhoz vonzzák a Hartmann-hálót. Úgy tűnik, hogy a madarak sem idegenkednek ettől a fajta sugárzástól. A vízésugárzással ellentétben nem kerülnek el. Ha egy fán sok odú van biztos, hogy áthalad rajta egy Hartmann-vonal, de még valószínűbb, hogy Hartmann-vonalak metszéspontjában található. A későbbi kutatások az előzőekben felsoroltakon kívül még többféle sugárzást fedeztek fel. A különféle sugárzások átfogó ismertetése a Hihetetlen folyóirat 2015 júliusi számában található. (45-63. oldalak.) Most éppen azon folyik a vita, hogy természetes geológiai képződményekről van-e szó, vagy mesterséges alkotásról. Az előbbi álláspont szerint Földünk „kész” állapotban született, az összes meridiánnal, rácscsal, hálóval és örvénnyel együtt. A mesterséges alkotás pártján állók viszont azt hangoztatják, hogy bolygónknak volt ugyan mágneses erőtere, de ez homogén volt. A jelenlegi energiacsatornák, pályák, négyzetrácsok mesterséges képződmények. Valamikor, valakik létrehozták.

Ezt az álláspontot támasztja alá a sumér mitológia, mely szerint az egészet Enki Isten „húzta rá” a Földre. Addig ugyanis a tér és idő nélkül egyfajta aranykori boldogságban éltek a Föld lakói. Az istenekhez hasonlóan élettartamuk vég nélküli volt. A féltékeny istenek azonban véget vetettek ennek a nagy szabadságnak. Anu az istenek atyja megparancsolta Enkinek, hogy készítsen egy hálót, mely pont ráillik a Földre. Miután Enki ezt a bolygónk köré illesztette, a földi élet gyökeresen megváltozott. Megszületett a tér és idő, az emberek élete pedig korlátok közé szorult. A jóindulatú Enki azonban titkos kutakat rejtett el a Föld-háló bizonyos pontjain, hogy segítsen az embereknek. Ezek

⁴³ mánfred küri

a ley-vonalak kereszteződésén található energiacsapdák sok csodás jelenséget képesek előidézni. (Ezek a helyeken találhatóak azok a gyógyvizek is, amelyek csodaszámba menő gyógyulásokat és fiatalodást idéznek elő. Ezek részletes ismertetése az Ezotéria kivitelezése VI. fejezetében található, a Kiegészítő természetgyógyászati módszerek rovatban.)

Aki hajlamos arra, hogy a földsugárzások egészségkárosító hatását elbagatellizálja, a vele foglalkozókat pedig szélhámosnak tekintse, olvassa el Georg Otto: Földsugárzás és egészség című könyvét. Ennek a műnek a tárgyilagos hangneme, a logikus, tényfeltáró adatközlése sok embernek elvette már a viccelődő kedvét, és rádöbbsentette őket arra, hogy mindenki az életével játszik, aki nem veszi komolyan a természetnek ezt az alattomos megnyilvánulását. A szerző „Elektroszmog” című könyvében a villamos áram egészségre gyakorolt káros hatásáról is részletes tájékoztatást kaphatunk. Évente több millió ember hal meg a világon a káros földsugárzások, valamint a nagyfeszültségű villamos távvezetékek okozta különböző betegségekben. Ez az esztelen áldozat csak akkor kerülhető el, ha az építészeti hatóságok mind az építkezés megkezdése, mind a beköltözés előtt előírják a kötelező geopatológiai felmérést. A földsugárzások egyébként nemcsak varázsvesszővel érzékelhetők. Erre a célra ma már egzakt eredményeket szolgáltatató elektronikus műszereket is gyártanak. Ezekből a könyvekből megismerhetjük a dr. Aschof-féle vértesztet is. Ezzel a módszerrel egy csepp vérből megállapíthatók a kezdeti stádiumban levő betegségek, sőt korábbi betegségeink is kimutathatók vele.

Ma már egyre több országban ismerik fel a földsugárzások egészségre gyakorolt káros hatását, és megpróbálnak különböző módszerekkel védekezni ellene. A Hartmann- és Curry-sugárzás, valamint a föld alatti vízerkisugárzások elleni védelem módszere megegyezik, így az erre a célra szolgáló eszközök mindkét sugárzás ellen hatásosak. A legegyszerűbb és legbiztosabb védekezési módszer, ha a lakásunkat egy nagy gyakorlattal rendelkező geopatológussal, illetve radiesztétával felmérjük, és az ágyunkat áttoljuk a sugárzásmentes zónába. Ha ez nem lehetséges, akkor egyéni védőeszközt is alkalmazhatunk. Földsugárzás-árnyékoló ágybetéteket, szőnyeget, lepedőket helyezhetünk az ágy alá, amelyek különleges rétegezottságuk folytán a káros sugárzások jelentős részét képesek elnyelni. Ukrán természetgyógyászok szárított csalánnal, páfránnyal és fagyönggyel tömött ágybetétet ajánlanak erre a célra. Ezeknek az eszközöknek a közös hátránya azonban, hogy egy éjszaka alatt telítődnek, így összehajtogatva naponta át kell helyezni őket a lakás egy sugárzásmentes zónájába. Ennél jobb megoldás a „lengőgyűrű” felállítása. Pozícióhelyes elhelyezés esetén ez a nem túl drága készülék anélkül képes a helységben uralkodó mágneses sugárzást kioltani, hogy telítődne.

A káros földsugárzásokat a jövőben valószínűleg úgy fogjuk tökéletesen hatástalanítani, hogy a lakásokban pincszinten elhelyezünk egy erős pozitív energiakisugárzó készüléket, amely eltaszítja, falakon kívül szorítja, illetve semlegesíti a földből kiáramló káros negatív sugárzásokat. A másik védekezési mód feltehetően az lesz, hogy az épület körül intenzív negatív energiakisugárzó eszközöket helyezünk el, amelyek magukhoz vonzzák az épület alatti negatív sugárzásokat. Ez a megoldás azonban csak egyedül álló házak esetén alkalmazható, mert az eltérített sugarak beszívárognának a szomszédos épületekbe. A semlegesítő eszközök hátránya még, hogy szakszerűtlen elhelyezés esetén pozitív kisugárzásukkal károsan befolyásolhatják az egészségünket.

Nem kell ezzel a mellékhatással számolni a sugarak szétszórása esetén. Ennek legegyszerűbb módja, hogy legalább 100 db ing- és kabátgombot vászonzacskóba varrunk, és a Hartmann-csomópontba rakjuk. Az össze-vissza elhelyezkedő gombok mini domború tükörként viselkedve teljesen megzavarják a földsugárzások erőterét. Mellesleg ezt teszik az összekuszált szalmaszálak is. Nem véletlen, hogy a szalmazsákon alvó őseinknek jóval kevesebb bajuk volt a földsugárzásokkal, mint nekünk. (Manapság ezt a hatást kókuszmatraccaal próbálják elérni. A kókuszdió külsején található rostszálak ugyanis szintén szétszórják a földsugárzást.) Nem lebecsülendő előnye volt még a szalmazsáknak, hogy nem atkásodott el. Mire ez megtörténhetett volna, az összetöredezett szalmát kicserélték. Az ágyak sugármentesítésének ugyancsak mellékhatásoktól mentes módja, hogy pincszinten alá rakunk egy 12 cm átmérőjű műanyag edényt. Beletöltünk kb. 1 centiméternyi vizet, és lefedjük egy 30 cm átmérőjű sima krómnikkel lappal. Ez a sugárelhajlító alapuló eszköz 1,5-2 méter magasságban már egy franciaágynak megfelelő méretű területet képes sugármentessé tenni.

A sugárelhajlítás jelenleg ismert leghatékonyabb és legegyszerűbb alakzata a sugárzásvédő ék. Ezzel a 12×17 cm méretű találmánnyal, pinceszinten elhelyezve egy ikerházat is semlegesíthetünk. Működési mechanizmusánál fogva ezt az eszközt is csak szabadon álló épületeknél, vagy maximum sorházaknál alkalmazhatjuk, mivel a védett területen túl feltörő sugárpalást a szomszédos lakásokban sugárkárosodást okozna. Érdekes tulajdonsága ennek az elhajlítás után ismét függőlegesen felfelé áramló sugárfüggönynek, hogy elpusztítja a levegőben levő vírusokat és baktériumokat. A megfigyelések szerint a mágneses gyűrűn belül tartózkodó személyek szinte sohasem lesznek influenzások. Ez a koncentrált szubatomi energiárészecskékből álló sugárpalást valószínűleg elriasztja a legyeket, szúnyogokat és egyéb rovarokat is, így a védett téren belül élők szinte abszolút nyugalmat élveznek.

Könnyen beszerezhetőek, de csak rövid idejű védelmet nyújtanak a földsugárzások ellen a különféle héjas magvak. Közülük is leghatékonyabb a vadgesztenye. Csekély súlyához képest igen nagy mennyiségű mágneses energiát képes magába fogadni, ezért már egy maréknyi mennyiség is elegendő ahhoz, hogy az ágy alá szórva megvédjen bennünket a földsugárzás káros hatásától. Néhány nap után azonban telítődnek, emiatt ki kell cserélni őket. Ezek után érthető, hogy miért hordtak szépapáink vadgesztenyét a nadrágzsebükben. Ily módon óvták magukat a Hartmann-háló okozta reumás fájdalmaktól. A kis hatékonyságú eszközök közül megemlíthető még a nyitott fém karperec, -gyűrű és -homlokpánt. Állandó használatuk azonban nem ajánlott, mert túltöltést okoznak, ami erős fejfájásban nyilvánul meg. Arra is legyünk tekintettel, hogy ezek az eszközök nem gyakorolnak mindenkire egyforma hatást. Sokak szervezete közömbösen viseltetik a „mágikus gyűrűkkel” szemben, de olyanok is vannak, akikre kifejezetten károsan hat. Kisebb zavarok esetén átmeneti megoldásként megpróbálkozhatunk a reikizéssel is. Amennyiben a jobb vagy a bal tenyerünket a fájós testrészt helyezzük, pótolhatjuk az elvesztett energiát, illetve kivonhatjuk a mágneses sugárzások okozta többletenergiát.

Bármennyire meglepő, földből kiáramló káros sugárzások ellen nem csupán fizikai eszközökkel lehet védekezni. Tudományos vizsgálatok szerint pszichés állapotunk jelentős hatást gyakorol a földsugárzásokra. A veszekedő, indulatos ember eltéríti, mintegy magába sűríti a körülötte levő Hartmann-vonalakat, ami még ingerlékenyebbé teszi. Ugyanez a jelenség tapasztalható a görcsösen, kapkodva síró személynél. Ezzel szemben a kedves becéző szavak, illetve a szeretetteljes érintés gyengíti a földsugárzásokat. Még ennél is nagyobb csodára képes a szeretetelli pillantás. A tekintet átható ereje, vagyis két lélek egymás közötti közvetlen kommunikációja teljes mértékben legerjeszti a köztük levő összes Hartmann-sugárzást, bármekkora távolságra legyenek egymástól a találkozó szempárok. Az sem titok többé, hogy miért tudjuk olyan elmélyülten élvezni a zenét. A vizsgálatok egyértelműen kimutatták, hogy azt a helyiséget, ahol valaki áhítattal zenét hallgat, elhagyják a földsugárzások. Ez bizonyos fokig magyarázatot ad a zene gyógyító hatására is. Ez a jelenség azonban csak a kiegyensúlyozott hangzásvilágú klasszikus zeneművek és örökzöld dallamok hallgatásakor lép fel. Korunk dübörgő popzenéje éppen ellenkezőleg hat. Felerősíti, megsokszorozza a káros hatásokat olyannyira, hogy egy idő után félelmet ébreszt, nyugtalanságot és haragot kelt. Hosszú távon pesszimizmust és lelki szorongást is okozhat.

Sajnos a pozitív megnyilvánulások mind ritkábban nyernek teret az életünkben. Az emberiség fennmaradását fenyegető globális válság, valamint a megélhetésért folytatott mindennapi hajszá egyre idegesebbé tesz bennünket. Ennek következtében elveszítjük a türelmünket, és a mások iránt érzett szeretetünket. Így mind inkább érvényesülni tudnak a munka- és lakóhelyünkön uralkodó káros sugárzások, viselkedésünkkel már nem tudjuk semlegesíteni őket. A földsugárzások zavartalan megnyilvánulása, vagy túlfeszített idegállapotunkban való magunkhoz vonzása aztán különböző betegségekhez vezet.

Amennyiben Hartmann- vagy Curry-csomópontban van valakinek az ágya, akkor többnyire nem alakul ki krónikus betegség, hanem csak tartós rosszullét (étvágytalanság, gyomorpanaszok, fáradtságérzet, neuraszténia, koncentrációs zavarok, álmatlanság, vagy heves szívdobogás és hirtelen vérnyomásváltozás) tapasztalható. A legtöbbször azonban fejfájás, szédülés, émelygés, hányinger, fülzúgás, kéz- és lábzsibbadás, illetve rossz közérzet, nyugtalanság, ingerlékenység vagy depresszió lép fel. Ez azért van, mert ez a sugárzás viszonylag gyenge, így az éjszaka lemerült meridián nappal (az ágy elhagyása után) újratöltődik. Így csak azt észleljük, hogy valamely szervünk illetve testrés-

szünk tartósan fáj, vagy úgy érezzük magunkat, mint akibe csak „hálni jár a lélek”. Mellesleg hasonló hatást gyakorol ránk az elektroszmog is. A legbiztosabb jele ennek a fajta betegségnek, hogy amikor néhány hétre szabadságra vagy külföldre megyünk minden panaszunk megszűnik, visszatérésünk után azonban pár nap múlva kiújul a „nyavalyánk”. A legtöbb emberben fel sem merül, hogy a szabadság alatti elutazás nem pusztán a levegőváltás miatt gyakorol ránk előnyös hatást, hanem azért is, mert ilyenkor magunk mögött hagyjuk otthonunk és munkahelyünk megszokott vízér-Curry- és Hartmann-sugárzásait. Természetesen az új környezetünk sem mentes a káros kisugárzásoktól, de ezek többnyire máshol, más testrészünkre gyakorolnak hatást, így nem egy esetben előfordul az is, hogy a túltöltődött meridiánjainkból vonnak el energiát. Ennek következtében korábbi panaszaink megszűnésén kívül még jelentős közérzetjavulás is felléphet.

Mivel az utazás alatt igen sok vízér felett haladunk el, szervezetünkre szinte záporoznak a különböző intenzitású és frekvenciájú energiimpulzusok. Ezek oly mértékben megmozgatják a meridiánjainkban áramló energiát, hogy korábban pangó szerveink működése normalizálódik. Ennek leggyakoribb megnyilvánulási formája, hogy belrendszerünk működése újra beindul, melynek következtében megjön az étvágyunk, vagy megszűnik krónikus székrekedésünk. Sok esetben tapasztalható a migrén, a fejfájás vagy egyéb rejtélyes panaszok elmúlása is. A környezetváltás tehát minden ember számára igen fontos, nagy hibát követ el az, aki a szabadságát otthon, a megszokott tartózkodási helyén tölti. A pénzhiányra való hivatkozás nem lehet valós indoka az otthonmaradásnak, hiszen a hátizsákos turizmus, vagy a város környéki kirándulás lehetősége minden ember számára adott, így csak elhatározás kérdése, hogy mindazon előnyös hatásokban részünk legyen, amelyek szűk környezetünk elhagyásával járnak.

Az állatok rendkívül érzékenyen reagálnak a koncentrált energiasugárzásra. A macska pl. nagyon szereti az ilyen energiazónát, a kutya és a legtöbb állat viszont rettenetesen fél tőle. Ennek tudható be, hogy az állatok, de különösen a patkányok már órákkal a kitörés előtt érzékelik a földrengéseket, intenzíven reagálnak a föld mélyéből feltörő magma energiakisugárzására. Egyébként az állatok közül a kígyók a legérzékenyebbek a földrengések, az egymásnak feszülő kéreglemezek által keltett mágneses sugárzásra. Már 5 nappal korábban megérik a közelgő katasztrófát. Földrengésveszély esetén még a téli álmukat alvó kígyók is előbújnak a föld alatti odvaikból. Röviddel a rengés előtt a háziállatok megvadulnak, a sertések és a szarvasmarhák fejvesztve menekülnek. A tyúkok riadtan verdesnek a szárnyaikkal, és nem hajlandóak visszamenni az ólba. Kínában annyira komolyan veszik ezt a figyelmeztetést, hogy 1973. február 4-én kiürítették Haicseng városát. Nem sokkal ezután a Richter-skála szerint 7,3 erősségű földrengés rázta meg a települést. A házak fele összeomlott.

Újabban a kínai földrengéskutató intézet bekamerázta a kígyótenyésztő telepeket, és így szinte százszázalékos előrejelzésre képesek. Sokan azonban nem veszik komolyan ezeket a figyelmeztetéseket. Időnként a politika is beleszól a szükséges intézkedések megtételébe. Pedig a 2008 nyarán bekövetkezett kínai földrengés során is bebizonyosodott, hogy az állatok szinte százszázalékos biztonsággal megérik a közelgő katasztrófát. A Szecsuan tartományt romba döntő földmozgás előtt több ezer varangyos béka és hatalmas lepkerajok menekültek el a környékről. A mit sem sejtő emberek azonban nem mozdultak. Az eredmény több mint 63 ezer halott és közel 24 ezer ember eltűnt. Ennek a Richter-skála szerint 7,9 erősségű rengésnek a valószínűségét külföldi szakértők is megjósolták, de a kínai kormány a műszeres mérésekkel sem törődött. A politikusok a pekingi olimpia előkészületeivel voltak elfoglalva, és nem akartak pánikot kelteni, hátha ezzel elriasztják a külföldi sportolókat a Kínába utazástól.

Legegyértelműbb bizonyítéka az állatok energiaérzékenységének, amikor pl. egy kutyát teleportációs kísérletnek vetünk alá. A teleportáció előfeltétele a koncentrált energiamező. A sűrűsödő energiakvantumok viszont olyan iszonyatos félelmet váltanak ki az állatból, hogy még napokkal az „áttelepítés” után is levert lesz tőle. Hasonló pánikot vált ki az állatokból az UFO-kból kiáramló szubatomi energiasugárzás. A környezetben általuk észlelt energiahullámokhoz képest ez a sugárzás annyira intenzív, hogy már akkor reagálnak rá, amikor a repülő csészéalj még nem is látható. Közledtükre a kutyák rémült vinnyogásba, a lovak szinte sikoltozó nyihogásba, a tehenek pedig soha nem hallott üvöltésbe kezdenek.

A szakirodalom ennél különösebb reakciókat is feljegyzett. Kanadában néhány gyerek a Vancouver⁴⁴ melletti erdő szélén játszott egy macskával. Egyszer csak távoli zúgást hallottak, de nem ezen lepődtek meg, hanem az állat szokatlan viselkedésén. A felettük elhaladó UFO hatására a cica előbb menekülni akart, majd váratlanul megtorpant, és a földre vetette magát, mintha elpusztult volna. Ezzel az állatvilágból jól ismert viselkedési formával próbálta az ismeretlen ellenfelet megtéveszteni. Ennél sokkal rosszabb megoldást választott egy olaszországi kiskutya, amely az általa még soha nem tapasztalt stressz hatására előbb ugatni kezdett, majd körbe-körbe forgott, végül kimúlt az emberek szeme láttára. Az állatok kollektív öngyilkosságára is számos példa akad. Franciaországban egy békésen legelésző csordát annyira megijesztett a fölöttük elhúzó repülő csészealj, hogy a marhák vad rémületükben nekiszaladtak a közeli folyónak, és közülük sokan a vízbe fulladtak. 10 évvel később Annecy⁴⁵ városában 50 tehénből álló csordát riasztott meg egy leszálló UFO. Az állatok a közeli szakadék felé rohantak és közülük 36 jószág belezuhant a 20 méteres mélységbe. Páni félelmükben a maradék 14 is utánuk ugrott, de ők életben maradtak, mert társaik puha testére zuhantak.

Az állatokat a környezeti energiakisugárzások nem csupán a tájékozódásban, és a vészhelyzetek felismerésében segítik, hanem más tevékenységüket is jelentősen megkönnyítik. Ha pl. megbetegszenek, akkor sokak szerint „ösztönösen” keresik azokat a gyógynövényeket, amelyek gyógyulást hoznak számukra. Valójában azonban a növények auráját érzélik, és megérik, hogy mely gyógynövények azok, melyeknek az energiakisugárzása képes helyreállítani meridiánjaik felbomlott energiaegyensúlyát. A legtöbb állat különösen érzékeny a víz energiakisugárzására. Szárazság idején az elefántok még a föld alatt is megtalálják a rejtett vízforrásokat, és agyaraikkal kiássák a legeldugottabb zugokban rejlő pocsolókat is.

A föld alatti vízer különösen erős vonzerőt gyakorol a villámra. Azok az emberek is magukhoz vonzzák az „ég nyilait”, akiknek a testében az átlagosnál több Yin energia halmozódott fel. 1918-ban egy floridai csatatéren villámcsapás érte J. Summerford⁴⁶ kanadai őrnagyot. A katonatiszt leesett a lováról, és elájult. Néhány hét múlva súlyos sérülései miatt leszerelték. Hat év után Vancouverben, halászás közben csapott bele a villám. 1930-ban háromszor sújtotta az istennyila. A harmadik villámcsapás megbénította. Az őrnagy 1932-ben halt meg Vancouverben. A természet haragja még a sírban sem hagyta nyugton, ugyanis két év múlva a sírkövét megrepesztette egy villámcsapás. Nőknél sem ritka ez a jelenség. A Mississippi állambeli Betty Jo Hudson⁴⁷ már gyerekkorában több villámcsapás érte. Ezek hol a fején, hol a kezén okoztak fájdalmas sérüléseket, de mindegyiket túlélte. Nem segített a fedezékbe húzódás sem. Ha éppen nem tartózkodott a szabadban, a szülői házat érte sorozatos villámcsapás. Az otthona már kevésbé viselte el a megpróbáltatásokat. Az 1957-es villámcsapás véglegesen tönkretette. A jelenség férjhez menetele után is folytatódott. A Chapel⁴⁸ városkában épített házukba többször belevágott a villám. Egyik alkalommal a kutyájuk is elpusztult, és a villám mély barázdát szántott az udvarukban. A három legnagyobb villámcsapás a szomszéd épületeket is megrongálta.

Élő villámhárítóként tartják számon a virginiai Waynesborow⁴⁹-ban élő nyugdíjas erdészt. Ray Cleveland Sullivan⁵⁰ 36 év alatt 7-szer csapott bele a villám, de mindegyiket megúsza kisebb sérülésekkel. Először csak a nagylábujját veszítette el, másodszer pedig a szemöldöke perzselődött meg, amikor a mezőn telibe találta egy hatalmas villámcsapás. A harmadik csapás a bal vállán égette meg. Negyedszer lángra lobbant a haja. Ezt követően egy kanna vizet tartott magánál az autójában. Szükség is volt rá, mert 1973-ban vezetés közben csapott le rá egy alacsony felhőből a villám, és ismét felgyújtotta a haját. Utána 3 méterre kirepítette a kocsijából, végigfutott a lábán, és lelökte róla a cipőjét. Szerencsére nem vesztette el az eszméletét. Rögtön magára öntötte a vizet, így nem szenvedett égési sérüléseket. A hatodik villámcsapásban a bokája sérült meg, a hetedik pedig horgá-

⁴⁴ venkúver

⁴⁵ ánszi

⁴⁶ dzsáj számmerford

⁴⁷ betti dzsó hádn

⁴⁸ csepl

⁴⁹ véjnszboro

⁵⁰ réj klivlend száliv(e)n

szás közben érte. Ezúttal olyan súlyosan megégett a mellkasa, hogy kórházba kellett szállítani. Ezt is túlélte. A természettől elszenvedett üldözés azonban annyira megviselte az idegeit, hogy 71 éves korában golyót röpített a fejébe. A vízerekre ültetett fák is rendkívüli mértékben vonzzák a villámot. Aki az eső elől ilyen fa alá húzódik, annak nem sok reménye van a túlélésre. A fokozottan koncentrált energia nem csak a fát égeti szénré, hanem a környékén levőket is megöli. 2004-ben Kurt Nielsen dán gazda 85 tehene közül 31-et pusztított el egyetlen villámcsapás. A tehenek egy fa alatt kerestek menedéket a vihar elől, amikor közéjük csapott a villám.

A madarak közül a gólya kerüli leginkább a Yin energiakisugárzásokat. Talán ennek tudható be, hogy a népi hagyomány szerint abba a házba, amelynek kéményén fészket rak a gólya, soha nem fog belevágni a villám. Egy másik népi megfigyelés szerint ott kell kutat ásni, ahol a szarka fészkel, mivel a madarak közül csak a szarka szereti az intenzív Yin energiakisugárzást, ezért előszeretettel telepszik vízfolyások kereszteződése fölé. A szarkához hasonlóan a kígyók is kedvelik a sugárhatás alatt álló helyeket. Ha kígyót vagy siklót látunk karikába gömbölyödve a napon sütkezni, akár kutat is áshatunk azon a helyen, mert biztosan vízre bukkanunk. Egyes rovarok – közöttük a méhek – szintén kedvelik a föld sugárzó zónáit. A legtöbb méhés ezéért föld alatti vízfolyások fölé telepíti kaptárát, 40%-kal növelve ezzel a méztermelést. Arra azonban ügyelni kell, hogy a pihenési idő alatt a kaptárakat sugármentes helyen kell tárolni. Ellenkező esetben a méhek a hideg idő beköszönte után is idegesen röpködnek, csípnek, „gyűjtik a mézet”.

Ugyancsak nagyon szeretik az ingersávokat a hangyák, emiatt az ősi Kínában olyan helyre, ahol hangyák telepedtek le sohasem építettek házat. Sajnos a földből kiáramló koncentrált negatív energiasugárzás elősegíti a mikrobák (vírusok, baktériumok, gombák) szaporodását is. Az erdei vadak viszont egyáltalán nem kedvelik ezeket az ingersávokat. A vadászok megfigyelték, hogy az állatok vonulásakor a csapás bizonyos helyein a nyomok megszakadnak, és azután néhány méterrel odébb folytatódnak. Semmi látható akadály nincs ezeken a helyeken, ami a vadakat ugrásra kényszerítené, mégis mindegyikük ugyanott rugaszkodik el a talajtól, hogy minél hamarabb túljusson a veszélyes zónán.

A növényekre az informatív energiasugárzásokon kívül a homogén sugárzások is érdekes módon hatnak. Erős homogén energiabesugárzás esetén a magvak csírázása jelentős mértékben felgyorsul, a növények pedig dússá, bujává válnak. Termésük nagysága többszörösen meghaladja a normális méretet, ízük azonban egy bizonyos növekedési határon túl már többnyire élvezhetetlen. Úgy látszik, csodára még a szubatomi energiasugárzások sem képesek. Vannak azonban olyan növények is, amelyekre kifejezetten rossz hatással van a föld alatti energiakisugárzás. Ilyen növények természetesen esetén a sugárzó helyeken csak gyengén fejlett, csenevész példányok találhatóak. Jellemző rájuk, hogy idő előtt elsárgulnak, termésük pedig kirepedezik. A vizuális jelek alapján sokan tévesen hiszik azt, hogy ezeken a földszávokon alacsonyabb a talaj tápanyagtartalma. Ilyen esetekben a kiskerttulajdonosok akkor járnak el a legcélszerűbben, ha a kritikus helyeken babot termesztnek, mivel a zöldségek közül a bab tűri legjobban az energiakisugárzást. A másik megoldás a gyógynövénytermesztés. A gyógyfüvek ugyanis általában igénylik az erős földszugárzást. Minél intenzívebb energiasugárzásnak vannak kitéve, annál magasabb a hatóanyag-tartalmuk. Különösen vonatkozik ez a csalánra és a mezei pásztortáskára.

A legtöbb gyümölcsfára szintén rossz hatással van a föld mélyéből kiáramló koncentrált energiasugárzás. A vízér fölé ültetett fák törzsén fagyásra emlékeztető repedések, rákos daganatok keletkeznek, és pár év alatt kiszáradnak. Ezen a téren legérzékenyebbek a barackfák. Jól bírja azonban a földszugárzást a fűzfa és a tölgyfa. Ha nem túl erős a sugárzás, akkor gyakori jelenség az elhajlás is. Azok a fák, amelyek nem kedvelik a földszugárzást, sokszor úgy védekeznek ez ellen, hogy növekedés közben a törzsüket ferdén elhajlítják, és csak azután kezdenek függőleges növekedésbe, amikor a lombzatuk kikerül a föld alatti vízér zónájából. Olyan növények is vannak, amelyek nem csak jól érzik magukat ezeken a helyeken, hanem képesek semlegesíteni a sugárzónákat. A vízfolyásokra ültetett néhány páfrány pl. a kevésbé intenzív sugárzást teljesen meg tudja szüntetni.

A növényekre a földből kiáramló energiasugárzásokon kívül az egymásból kiáramló sugárzások is hatnak. A kertészek már régóta tudják, hogy vannak növények, amelyek kölcsönösen nem viselik el egymás közelségét, míg más növények nagyon jól érzik magukat egymás mellett. Az ok a növé-

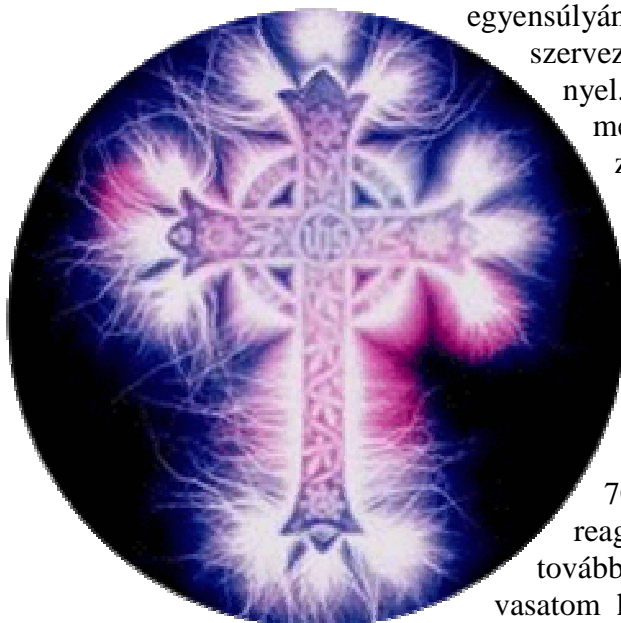
nyek különböző frekvenciájú – egymást kiegészítő, vagy egymással nem harmonizáló – energiakisugárzásában, és a levegőre gyakorolt ionizáló képességükben, vagyis a körülöttük uralkodó mikroklíma jellegében rejlik. A gyümölcsfák pl. általában pozitívan ionizálják a körülöttük lévő levegőmolekulákat, míg az örökzöld dísznövények az ember közérzetére is igen jótékonyan ható negatív ionokat állítanak elő. Ezek a hatások fékezik vagy ösztönzik az egyes magvak csíráképességét, így ennek a jelenségnek a kihasználásával igen eredményesen védekezhetünk a gyomnövények, és a növényi kártevők ellen. Tulajdonképpen ezen az elven alapul a biokertészet is, és többek között ezek a fizikai hatások teszik lehetővé, hogy permet-, azaz vegyszermentes növényeket, gyümölcsöket termesztessünk. Azt hogy az egyes növények közül melyek tekinthetők jó szomszédoknak és rossz társaknak Könczey Réka és S. Nagy Andrea: Zöldköznapi kalauz című könyvéből részletesen is megtudhatjuk. Ezen túlmenően megismerhetjük ebből a műből az egyes növényi kártevők elleni természetes védekezés, a környezetet nem károsító permetszerek előállításának módját. Beszerezhető az Ökoszolgálat Alapítványánál. Címük: 1054. Budapest, Vadász u. 29. Tel: 06-80-269 446. (Belföldről ingyen hívható.)

A biokertészet lehetőségeinek kimeríthetlenségét bizonyítja egy misztikus jelenség is. Anglia dél-nyugati partjainál elterülő Scilly⁵¹-szigeteken megfigyelték, hogy az egyik nárciszfajta két hónappal korábban virágzik, ha a természetéhez szükséges földterületet ötszög alakban jelölik ki. A földművelésügyi minisztérium szakértője megállapította, hogy az ötszög pusztja kijelölésével az alakzaton belüli talajon 2 °C-os hőmérsékletemelkedés idézhető elő. Ehhez a művelethez 5 db bot egyszerű földbe szúrása is elegendő. Ha az ötszöget kétszer vagy háromszor jelölik ki, a talaj hőmérsékletét fokozatosan 5-6 °C-kal lehet emelni. Sajnos nem folytattak szakértői vizsgálatokat annak megállapítása érdekében, hogy ezt a különös hatást ennek a geometriai alakzatnak a szubatomi energiakisugárzása okozza, vagy szerepet játszik benne valamilyen geomágneses anomália is, ami erre a területre jellemző.

Egyébként ma már komoly kutatások folynak ezen a téren. A tudósok korábban azért nem foglalkoztak ezekkel az erőkkel, mert nem tudták mérni őket. Az utóbbi években kifejlesztett korszerű műszerek azonban képesek a rendkívül alacsony intenzitású mágneses sugárzásokat is érzékelni. Ezek segítségével a grazi Biorezonanciás és Bioenergetikai Intézet fizikusokból és mérnökökből álló kutatócsoportja 10 éve tanulmányozza a földsugárzásokat. Tapasztalataik alapján dr. Noemi Kempe fizikus kijelentette, hogy: „Ezek az erők, illetve erővonalak speciális térbeli mágneses mezők, illetve azok bonyolult struktúrái. A Föld egészét felölelő mágnesesség lokális változásai, amelyeket geológiai folyamatok, illetve vizek idéznek elő. Ezek a változások igen csekély mértékűek, de az élőlények szervezete érzékenyen reagál rájuk. A reakció elsősorban a szervezet bioenergia-egyensúlyának változásaiban észlehető. A geomágneses mezők

szervezetünkre gyakorolt hatása további kutatásokat igényel. Ami pillanatnyilag biztosra vehető, hogy a vizek megzavarják szervezetünk homeosztázisát (a szervezet belső állapotának állandóságát biztosító élettani folyamatok összességét), tehát káros hatásúak. Ezzel szemben a pozitív energiájú helyek frissítő, éltető, energetizáló hatásúak. A kelták nagyon sokat tudhattak ezekről a helyekről, mert az általuk épített szentélyek mindegyike ilyen kedvező energiájú helyeken épült.

Az emberi test mágneses térerőváltozásokkal szembeni érzékenysége azzal magyarázható, hogy 70%-a víz. Ez az anyag pedig nagyon érzékenyen reagál a mágnesességre. Szervezetünk érzékenységét tovább növelik a vörösvértestek, melyeknek a közepében vasatom helyezkedik el. Ezt a nagyfokú érzékenységet az



⁵¹ szili

utóbbi évtizedek civilizációs ártalmait alaposan lerontották. Súlyosbítja a helyzetet, hogy a bennünket körülvevő természetes információs mezőt teljesen elszennyeztük, a pozitív rezgéseket elektromos és elektromágneses sugárzásokkal elnyomtuk.” A grazi kutatóintézet munkatársai módszeresen ellenőriznek minden olyan terméket, amelyek gyártói azt állítják, hogy védő hatásúak. Közöttük nem egy abszolút hatástalan. A kutatók is kifejlesztettek ilyen jellegű eszközöket. A legjobb hatásfokúnak a porított, összesajtolt ásványokból készültek bizonyultak. Ezek úgy működnek, mint egy információsomag, amely segít a szervezetnek fenntartani a homeosztázisát, és ellensúlyozzák a káros térenergia hatásait. Hatósugaruk néhány méter.

Ezzel a jelenséggel rokon a különböző formájú tárgyak által kibocsátott energiasugárzás. Mint tudjuk, az élettelen tárgyakkal is van aurájuk. Normál körülmények között ez az energiakisugárzás olyan gyenge, hogy számottevő hatást nem gyakorol ránk. Vannak azonban olyan geometriai formák, amelyekből a formahullámok koncentráltan áramlanak ki. Ilyenek az egymást derékszögben keresztező vonalak, vagy térbeli tárgyakkal a különböző szögű élek, és a homorú kiképzés. Kifejezetten erős sugárzást bocsátanak ki magukból a mágikus tárgyak. Ezek közül legismertebb az ógyiptomi sírokból előkerült „Nílus kulcs”. A füles kereszthez hasonló tulajdonságokkal bír a görög „Φ” betűre emlékeztető idom is. Amennyiben egy réz vagy vasgyűrűt azonos anyagból készített rúdra erősítünk úgy, hogy az elfektetett gyűrű a rúd végén szimmetrikusan helyezkedjen el, akkor egy harmonikus, káros sugarakat semlegesítő eszközt kapunk. Ez a hatás azonban csak megfelelő tájolás esetén indul meg. Ha a nyakunkban vagy a ruhánkon, kitűzőként viseljük, úgy kell elhelyezni, hogy a szára lefelé nézzen. Amennyiben vízszintesen (pl. a szobánkban) használjuk, akkor oly módon kell tájolni, hogy a szára pontosan az Északi mágneses sark felé irányuljon.

Jótevény helyett kifejezetten káros formahullámokat kapunk, ha a gyűrűt kettévágjuk, és ezt az eszközt úgy szereljük össze, hogy a félkörök háttal illeszkedjenek a rúdra. Ennek a cirill „Ж” betűhöz hasonló alakzatnak a közelében nyugtalanság, álmatlanság lesz úrrá rajtunk, és nagyon hamar megbetegszünk. Az összetett geometriai alakzatok is erőteljes energiahullámokat bocsátanak ki magukból. A szimmetrikus formák kedvezően befolyásolják az élővilág egyensúlyi állapotát, az aszimmetrikus formák viszont ártó energiákat szabadítanak fel. Ismert jelenség, hogy a homorú tükör összegyűjti, fókuszálja a fénysugarakat. A megfigyelések szerint ez a mágneses sugárzások esetén is igaz, ezért ne tartózkodjunk homorú tárgyak tengelyében, és főleg ne a fókuszpontjában.

A káros hullámokat kibocsátó formasugárzók előzőleg említett változata csak véletlenül, egy helytelenül kialakított virágtartó, vagy más kovácsoltvas dísz tárgy révén kerülhet a lakásba. Minden háztartásban megtalálható azonban a kártékony sugárforrásoknak egy kevésbé veszélyes, de jóval gyakoribb formája, a hengeres testek. Amennyiben páros számban találhatók a helyiségben, akkor a kisugárzásuk legerjeszti egymást; páratlan számban, egy sorban elrendeződve viszont fokozott gerjesztés lép fel. Ennek a többnyire palackok, befőttesüvegek, lábasok, fazekak formájában megnyilvánuló idomnak az egészségkárosító kisugárzása akkor válik igazán érzékelhetővé, ha néhány centiméternyi víz vagy más folyadék is található benne. A gondot nem a víz okozza, mivel a víz magához vonzza a földsugárzást, így jelenléte akár hasznos is lehetne. A baj az, hogy az edényben levő folyadék fenéktükre, valamint a folyadékfelszín által alkotott felső tükör között turbulencia alakul ki, melynek következtében a víz a magába gyűjtött mágneses sugarakat felerősítve kisugározza magából. Ez a sugárzás túlnyomórészt felfelé irányul, de ha a fenéktükör és a folyadékfelszín valamilyen szöget zár be egymással, akkor a kisugárzás ferde irányú lesz. Megszűnik azonban ez a jelenség, ha a félig kiürített palackot elfektetjük. A másik megoldás, hogy valamilyen tárgyat (pl. egy rézgyűrűt, rézkarikát) teszünk az edény aljába. Ezzel megtörik az alsó tükör reflektáló hatása, ami meggátolja a turbulencia kialakulását a két folyadékfelület között. Mindezekre nincs szükség, ha a palack tele van. Ez esetben ugyanis az összeszűkülő nyakrész megszünteti a felső folyadéktükört. Nem érvényesül ez a hatás a korábban gyártott benyomott fenekű palackoknál sem.

Ez a jelenség magyarázatot ad a vízésugárzás kialakulására is. A föld mélyén található vizek ugyanis nem csőszerűen folynak, hanem ugyanúgy, ahogy a felszíni folyók. A legtöbb folyó medre lapos, és felette párhuzamosan helyezkedik el a víztömeg felszíne. Csupán a folyómeder partjai lejtősek, ami azt eredményezi, hogy a turbulencia szempontjából ideális négyszög keresztmetszet trapézra torzul. Ennek a feje tetejére állított trapéz az alja azonban továbbra is párhuzamos marad a

vízfelszínnel, így létrejön az a sajátos hatás, melynek következtében a két felület közötti víztömeg magához vonzza a környezetből kiáramló mágneses sugarakat. Ennek koncentrált kisugárzása azonban ez esetben nem történik meg, mivel a turbulencia kialakulását a felső víztükör megtörése is megakadályozhatja. Egy szabadban levő vízfelület esetén ez elkerülhetetlenül létrejön, hiszen a szél állandóan hullámokat kelt rajta, és a víz színén úszó tárgyak is lehetlenné teszik a tükörsima felület kialakulását.

Mindezen zavarok nem érvényesülnek a föld alatt. Vízerek esetén a hatást fokozza a víz által simára koptatott fenék is. Ez azért jön létre, mert a föld mélyén levő kőzetek általában keményebbek, mint a felszíni folyók laza, homokos medre. A sugárzás erőssége a vízoszlop magasságától, felülete pedig az alsó víztükör szélességétől függ. Intenzitására nincs számottevő hatással a víz áramlási sebessége, sőt a kisugárzás álló folyadékoszlop esetén a legerősebb, mivel a felső víztükör ekkor a legsimább. A víz lassú áramlása viszont nagy valószínűséggel hatást gyakorol a kisugárzott energiahullám frekvenciaspektrumára, ami döntően befolyásolja, hogy a sugárzás milyen betegséget vált ki a szervezetben.

Egy rendkívül erős homogén energiabehatás következménye az ár-apály jelenség, amely a hozánk meglehetősen közel álló nagy tömegű Hold gravitációs vonzásának tudható be. A Hold azonban az élettelen anyagokon kívül az élőlényekre is hatást gyakorol. A népi megfigyelés szerint azokat a gyógynövényeket, amelyeknek a leveleit, illetve virágját hasznosítjuk, legjobb teleholdkor szedni, mert ilyenkor a Hold vonzóhatása következtében a növényi nedvek nagy része a szárba húzódik. Ennek megfelelően újhold idején célszerű azokat a gyógynövényeket begyűjteni, amelyeknek a gyökerét hasznosítjuk. Ugyanezen okok miatt azokat a növényeket, amelyek a föld felszíne felett hozzák a termésüket, holdtölte idején; azokat pedig, amelyeknek a földben fejlődik ki a termésük, a holdfogyatkozás időtartama alatt kell kiültetni. Ezt a hatást tovább növeli a Napból kiáramló gravitációs energiasugárzás is. Ezért a természetgyógyászok szerint a gyógynövények hatóereje akkor a legnagyobb, ha délben vagy koradélután végezzük a begyűjtést. Ez a módszer természetesen csak abban az esetben követendő, ha a növény szárát, levelét, vagy a virágját kívánjuk hasznosítani. Amennyiben a gyökerére van szükségünk, ennek legoptimálisabb begyűjtési időpontja éjfélkor van.

A növények telepítésénél is célszerű figyelembe venni a Hold állását. A fogyó hold idején ültetett növénynek erős gyökerei lesznek. A növekvő holdnál vetett magok elgazosodnak, míg az újhold vetése kitűnő termést hoz. A haszonállat-tartásnál sem árt figyelembe venni a holdjárását. A növekvő holdnál megtermékenyített állatok erős, egészséges utódokat hoznak világra. Az őskorban ezek az ismeretek még hozzá tartoztak a mindennapjainkhoz, mivel akkoriban nem volt más módja a gyógyításnak. Mára azonban elfelejtődtek, mert a természetes hatóanyagokat szintetikus vegyszerekkel helyettesítjük. Ma már csak egyes népmesei motívumok őrzik ezeknek a szabályoknak a jelentőségét. Pl.: *„Menj el teliholdkor a hetedik hegyen túlra, ásd ki éjfélkor a csodagyökeret, vidd haza, és áztasd forró vízbe.”* Ezek a történetek bizonyítják, hogy az ősi népi gyógyászat csodákra is képes volt. Ez a lehetőség számunkra is fennáll, csak élni kell vele. (Nálunk az „Ideál” című folyóirat közöl részletes vetési és betakarítási naptárt 1 hónapra előre. Ha holdfázisokra bontott naptárra van szükségünk, azt az „Elixír” magazinban találhatjuk meg, negyedévenként előre megadva. A Természetgyógyász Magazin januári számához pedig egész évre szóló falinaptárt mellékelnek a holdfázisokról, de egyes asztali naptárakban is feltüntetik a Hold járását.)

Hosszas megfigyelések alapján újabban összefüggéseket fedeztek fel a növények élettevékenysége, és a sziderikus holdritmusok között is. Pl. ha a Hold a Bika, a Szűz vagy a Bak jegyében áll, az kedvez a gyökérképződésének, vagyis ezek az ültetés napjai. A „levélnapok” azok, amikor a Hold a Rák, a Skorpió vagy a Halak jegyében áll. Ilyenkor különösen jól növekednek a levelek és a hajtások. Az Ikrek, a Mérleg és a Vízöntő csillagképben álló Hold a virágzást; a Kos, az Oroszlán és a Nyilas pedig a termés, a gyümölcs beérését ösztönzi. Az állatöv jegyeivel kombinált részletes holdnaptárhoz a „Természetgyógyász magazin” asztrológiai rovatából juthatunk hozzá, az esedékes hónapra megadva. Mellesleg a sziderikus holdritmusok nem csak a növények fejlődésére, hanem az emberi tevékenységre is kihatnak. A Természetgyógyász magazin részletesen leírja azt is, hogy mikor, mit érdemes csinálni. Ez a lista folyamatosan bővül. Általános szabályként elmondható, hogy

amit meg akarunk teremteni a szervezetünkben, azt növekvő; amitől viszont szabadulni szeretnénk, azt fogyó holdnál tegyük.

A homogén kisugárzások intenzitása és frekvenciája nagymértékben függ a tárgy méretétől, színétől és egyéb fizikai jellemzőitől. Ezt látszik alátámasztani a bőrlátás jelensége is. Mint ismeretes, a bőrlátók olyan ritka képességű személyek, akik az ujjaik vagy egyéb testrészeik idegsejtjeinek rendkívüli érzékenysége folytán érintés útján is képesek érzékelni az energiakisugárzást, és a sugárzás jellege alapján következtetni tudnak a tárgy színére és alakjára. Ezek az emberek eltérő alapon, eltérő színű betűket – letakart állapotban is – könnyen elolvassnak. A velük végzett laboratóriumi kísérletek során kiderült, hogy gumikesztyűben, sőt infravörös fényben is képesek felismerni a színeket. Egy angol festőművész esetében a kézlátás oly mértékben kifejlődött, hogy vaksága ellenére nagyméretű színes képeket is képes készíteni. Andrew Thorpe⁵² festményein nem otromba krikszkrakszok láthatók, hanem ágaskodó lovakon ülő kereszties lovagok, és mögöttük részletesen kidolgozott vadregényes hegyvidéki tájak. A bőr rendkívüli képességei nem korlátozódnak a fény- és szín-érzékelésre. Egy olasz lány azon túlmenően, hogy a fülével látott, az állával és a sarkával szagolni tudott. A természetben előforduló energiasugárzásokat nem csupán érzékelni, de néha kísérő jelenségek formájában látni is lehet.

Pusztító erejű földrengések előtt nem egyszer sarki fényhez hasonló fényjelenségek figyelhetők meg az égen. Ezek a földrengésfények a légköri ionizáció következtében jönnek létre, melynek közvetlen kiváltó oka a föld mélyéből kiáramló intenzív szubatomi energiasugárzás. 1976 nyarán a kínai Tangsan lakói is különös fényvillanásokat láttak az égbolton. Másnap egy 7,8-as magnitúdójú földrengés romba döntötte a várost, és 240 ezer ember lelte halálát az épületek alatt. Az 1755-ös liszaboni földrengés során is „az eget villámok fénye világította meg”. A Richter-skála szerint 8,7-es erősségű földrengés 70 ezer ember halálát okozta. A villámok által létrehozott fényjelenségekhez hasonlították a földből kiáramló intenzív energiahullámok levegőmolekulákra gyakorolt ionizáló hatását. 1969-ben Japánban le is fényképezték ezt a sajátos jelenséget. Némelyik képen vörös sávok, másokon kékes fény látszott. 1999-ben az Izmit városát ért földrengés előestéjén a török tévé egy fénygömbyszerű jelenséget mutatott be. A törésvonalakból kisugárzódó mágneses hullámok olyan erősek, hogy a fölöttük levő felhőkre is hatást gyakorolnak. Két kínai geofizikus a súlyos iráni földrengések előtt szokatlan lyukakat észlelt a felhőzetben. Megállapították, hogy ezek a lyukak pontosan követték az alattuk levő tektonikai törésvonalakat, és órákon át ott maradtak, miközben a környezetükben levő felhők folyamatosan mozgásban voltak. A törésvonalakból kiáramló mágneses erővonalak szinte fogságba ejtették az általuk körülzárt felhőket, láthatatlan falat emeltek köréjük. A megfigyeléseket követően 2-2 hónappal a környéket nagy erejű földrengések rázták meg. 2003. december 26-án a Richter-skála szerint 6,3 erősségű földrengés rázta meg Irán délkeleti részét. Bám város épületeinek 90%-a romba dőlt. Az omladék alatt több mint 40 ezer ember vesztette életét, és 30 ezren megsérültek. 2004. február 21-én újabb földrengés rázta meg Iránt. A Richter-skála szerint 6,4 erősségű földmozgás több falut a földdel egyenlővé tett. A Teherántól 700 kilométerre történt természeti csapás 602 halottat követelt, és közel ezer ember megsérült.

Rendkívül érdekes kísérőjelensége még az energiasugárzásoknak, hogy minden tárgy, minden élőlény bárhol van is, bárhol jár is, energianyomokat hagy maga után. Az anyagra jellemző specifikus sugárzás impregnálódik más anyagokba, és ezek az energianyomok hosszú ideig megmaradnak. Sokan azt hiszik, hogy a nyomozó kutyák a szag után követik a bűnözőket, vagy a madarak a környezetükben észlelt szagok alapján találják meg a saját fészkeiket, illetve a méhek a kaptáraikat. Ez azonban csak a látszat. Nagy a valószínűsége annak, hogy az állatok az energianyomok alapján keresik meg az egyes tárgyakat és személyeket. A közelünkben levő tárgyak szintén átveszik a testünkre jellemző energiakisugárzást, ezért amikor valakinek a használati eszközét a kutya orra elé helyezik, az elsősorban nem szagmintát vesz, hanem ráhangolódik erre a speciális frekvenciájú energiasugárzásra, és a továbbiakban azt keresi. Ennek bizonyítéka, hogy a nyomkövető kutyák erős ellenszélben is biztosan végzik feladatukat. A víz, különösen a folyóvíz azonban eltünteti, lemossa az anyagba impregnálódott energianyomokat, így egy nagyobb eső után a nyomkövető kutyák tehe-

⁵² endrú tó(r)p

tetlenek lesznek. A folyóvíz azonban nem szünteti meg a tárgyak saját energiakisugárzását, így ennek és a táj domborzati viszonyainak kisugárzása alapján az állatok a postagalambokhoz hasonlóan egy kiadós eső után is hazatalálnak otthonaikba.

Ez persze nem jelenti azt, hogy az állatok nem használják ki a rendkívül fejlett szaglóérzéküket is. Ha a kutya keres valamit, akkor többnyire a szag után tájékozódik, de ha egy eléje tartott energianyomokat tartalmazó tárgy alapján nyomozásba kezd, akkor az orra csak annyiban segíti ebben a tevékenységben, mint amennyiben az ember látószervét segíti a hallószerve a tájékozódásban. Ezt legmeggyőzőbb módon a hegyimentő kutyák bizonyítják, mert ezek az idomított állatok több méter vastag, szagzáró jégréteggel borított hólavina alatt is képesek megtalálni a szerencsétlenül járt embereket. A mentőkutyák a víz alatt is képesek megtalálni a vízbe fúlt áldozatot. Azt pedig mindenki tudja, hogy a víz kitűnő szagzáró anyag. A földrengések helyszínén bevetett kutyák sem a szag után állapítják meg, hogy van-e élő ember a romok alatt. A lent rekedtek auráját érzékelik. Ha a lélek távozik a testből, megszűnik az aura. (A meridiánokat, a csakrákat és ezáltal az aurát a lélek építi be a testbe.) A környezet által kibocsátott szubatomi energiasugárzás annyira részletes képet szolgáltat a világunkról, hogy hagyományos érzékszervek nélkül is kitűnően lehet tájékozódni benne. Erre legmeggyőzőbb példa a természetangya, amelynek nincs szeme, orra, füle, bőre; ennek ellenére értelmi képessége, a környezetében való tájékozódó képessége és teljesítménye sok tekintetben meghaladja az emberét.

Ismét visszatérve a telepátiára, az emberi agy nemcsak telepátikus érzékelésre alkalmas, szellemi képességeinkre támaszkodva mi már teljes folyamatában látni is tudjuk az eseményeket. A képi kapcsolatfelvétel az Agykontroll gyakorlatokból már elsajátított módon Hatékony Érzékelés Kivetítés útján lehetséges. A legfejlettebb élőlény, az ember tehát szellemi képességeihez méltó módon egy színes televízió által nyújtott komfort szintjén értesülhet a földi és kozmikus eseményekről, míg a növény- és állatvilágnak be kell érnie „távirati” szintű információközléssel, a telepátiával.

Az eddigi fejezetek figyelmes áttanulmányozása után még a leghitlenebb olvasóban is felmerül majd a gyanú, hogy az okkultnak nevezett jelenségek talán mégiscsak léteznek a valóságban. Egyébként egyre többen meg vannak győződve arról, hogy nem vagyunk már messze attól az időponttól, amikor valaki matematikailag is meg fogja fogalmazni az egységes tér és idő elméletet, amelybe a már ismerteken kívül a ma még ismeretlen fizikai jelenségeknek is pontosan meghatározott helyük lesz. Az egységes fizikai rendszernek a megismerése határtalan távlatokat fog megnyitni az emberiség előtt, és csak rajtunk múlik, hogy mire fogjuk használni a kezünkbe került lehetőséget.

Budapest, 1990. május



V. fejezet

AZ ÉLET MOZGATÓRUGÓI; JÖVŐKÉP

A természetgyógyászati módszerek tárháza szinte kimeríthetetlen. A legfontosabbakat már megismertük az előző fejezetekben, most lássuk a legkellemesebbet.

Kiegészítő természetgyógyászati módszerek

Régóta alkalmazott természetes gyógymód az aromaterápia. Az illóolajok és illatos növények az emberiség legrégebbi gyógyszerei közé tartoznak. A különféle illóolajok zsírolékonyságuk következtében nem csak az orr- és száj nyálkahártyáján, a gyomor-, valamint a bélcsatornán át képesek felszívódni, hanem a bőrön keresztül is. Fajtától függően 20-120 perc a felszívódási idejük, és jelenlétük kimutatható a véráramban is. Kiválasztásuk elsősorban a tüdőn keresztül történik, ami kb. 0,5-2 óra múlva indul meg. Napjainkban az illóolaj-tartalmú fürdőkészítmények bevonultak a fitoterápia eszköztárába is. A fürdőkivonaton kívül gyakori alkalmazási módja még az illóolajoknak a tinktúra (alkoholos kivonat), a gél, a kenőcs és a paszta. Belső használat esetén az illóolajok étvágygerjesztő-, epestimuláló-, szélhajtó-, köptető-, görcsoldó-, gyulladáscsökkentő-, fertőtlenítő-, vizelethajtó-, nyugtató-, szív működést és vérkeringést serkentő-, tejelválasztó-, hormonális- és féreghajtó hatást fejtenek ki a szervezetben.

Külsőleg alkalmazva legjelentősebb hatásuk, hogy vérbőséget idéznek elő a bőrben, és az alatta elhelyezkedő szervekben, ezért jó eredmény érhető el velük a sportorvosi gyakorlatban, a rándulás, ficam, zúzódások, izomgörcsök kezelésénél. Jelentős sikerre számíthatunk az ízületek reumás megbetegedései, a lumbágó és egyes idegyulladások (pl. ülőidegzsába, váll-karszindróma) esetén is. Megfelelő koncentrációban az illóolajok külsőleg szintén alkalmasak fertőtlenítésre, sőt helyi érzéstelenítő (hűsítő) hatásuk is van. Az illóolajok különleges felhasználási területe a levegőfertőtlenítés. Különösen a citrom héjából kinyert olaj alkalmas erre a célra. Egy pohár forró víz tetejére cseppentünk 5-6 csepp citromolajat, és tegyük a szoba közepére. Kb. 1 óra múlva az illóolaj elpárolog, és a helyiség levegőjében található vírusokra, baktériumokra, gombákra rátelepedve szinte minden kórokozót elpusztít.

A gyógy- és fűszernövényekből kivont olajok nem csak gyógyítják, hanem stimulálják is a szervezetet. Ráadásul ezt mellékhatásmentesen teszik. Brit kutatók érdekes megfigyelést tettek: borsmentaával jobban megy a munka. Ha valaki munka közben borsmentaolajat szagolgat, jobban tud koncentrálni. Mindezt kísérletekkel igazolták. Két felnőtt csoportot nehéz iskolai feladatok megoldásával bíztak meg, miközben 5 percenként az egyik csoport friss levegőt, a másik pedig borsmentaolajjal dúsított levegőt kapott. A megfigyelések szerint a borsmentaolajos csoport 40%-kal jobban teljesített, mint a kontrollcsoport tagjai.

Igen intenzív gyógyhatással rendelkeznek a trópusi gyümölcsökből nyert olajok. Közülük legismertebb a grépfrút magjából kivont olaj. Természetes antibiotikumként használják. A grépfrútmagkivonat olyan hatékonyan veszi fel a küzdelmet a kórokozókkal, mint az antibiotikumok. Több száz különböző baktérium- és vírustörzs, közel száz gombatörzs, és nagyszámú egysejtű parazita ellen indítanak támadást. Hatóanyagai elpusztítják a kórokozó citoplazmájának membránját, és szabályosan kiéheztetik őket. Ezért semmilyen káros mellékhatása nincs, s nem veszélyezteteti a hasznos bélbaktériumokat. Elsősorban gyomor- és bélpanaszok, gombás fertőzések, megfázás, torok- és fülfertőzés, köröm- és fogínyorvadás, húgyhólyaggyulladás, valamint hüvelyfertőzés ellen hatásos. Bioflavonoid-tartalma javítja a vérkeringést, antioxidáns hatása erősíti az érfalat, meggátolja vérrögök képződését. Ecsetelés formájában eredményesen alkalmazható vírusos szemölcs, herpesz, szájpeánysz, rossz lehelet, szőrtüszőgyulladás, bőrküütés, övsömör, ekcéma és korpásodás megszüntetésére is.

Nem mindegy hol szerezzük be az illóolajokat, mert a különböző készítmények hatékonysága az illóolaj koncentrációján és a felhasznált hordozóanyagon kívül a minőségtől is függ. Nem megfelelő

tisztaságú illóolaj használata esetén bőrirritáló és allergiás megbetegedések léphetnek fel. Különösen vonatkozik ez a terpentín- és a borókaolajra. Ezért csak hivatalosan engedélyezett terméket vásároljunk, tartózkodjunk a minőségi tanúsítvány nélkül forgalmazott illóolajoktól. Jó minőségű terméket a fitotékákban (gyógynövényboltokban) kaphatunk. Nagyon fontos még, hogy az illóolaj természetes alapanyagú legyen. A szintetikus úton előállított illóolajok, kölnik, parfümök nem mások, mint vegyszerek, amelyek nem rendelkeznek semmilyen gyógyhatással. A beszerzésnél fordítsunk gondot a szavatossági időre is, mert egyes olajok hajlamosak a gyors avasodásra. Az állagromlás lelassítása érdekében az illóolajokat légmentesen lezárva, hűtőszekrényben célszerű tárolni. Különösen a kámforolajnál ügyeljünk a légmentes visszazárásra, ellenkező esetben a következő használatnál már csak az üres üveget találjuk a helyén.

Pszichoorientációs gyógyítás

A pszichoorientációs gyógyítás elkezdésének legfőbb és egyben legnehezebben elérhető feltétele az alfába jutás. A IV. fejezetben több módszert is megismertünk, melyek az alfa frekvenciatartományba való lejutást segítik elő. Az alfa tartomány birtokbavételének alapvető feltétele azonban a hit, a vágy és az elvárás megléte. Akinek nincs problémája az egészségével, és nem vágyik arra sem, hogy másokat gyógyítson; aki az egyes szabályok alkalmazása során nem várja el a kívánt gyógyító hatást; vagy aki nem hisz ennek a módszernek a hatékonyságában, az nem fog ezen a téren eredményeket elérni. Ahhoz, hogy valaki az abszolút világ által kínált előnyöket kihasználhassa, nyugalomra és lelki békére van szüksége. Ezen túlmenően elengedhetetlenül szükséges a Magasabb Intelligenciával való érintkezésbe lépés eltökélt szándéka. Aki negatív érzelmeket táplál ezzel a módszerrel szemben; aki ideges, agresszív vagy a Magasabb Intelligenciával való kapcsolatteremtési szándéka nem elég komoly; az nem fog lejutni alfa szintre, vagy nagyon könnyen kibillen onnan.

A hatékonyság növelése

Mint az előző fejezetben láttuk, az önszugesztációs gyakorlatok során is nagyon fontos a vágy. Nem mindegy azonban, hogy a vágyunk mire irányul. Ha káros szenvedélyeink vannak, nem arra



kell vágnunk, hogy leszokjunk a dohányzásról, vagy az alkoholoról. Mindig a leszokásból eredő előnyökre vágyunk, így a siker nem marad el. Képzeld el, hogy ha nem iszunk, akkor nem pusztulnak el az agysejtjeink, meggyógyul a májunk, fokozatosan visszanyerjük testünk korábbi kondícióját. Kitisztul az agyunk, rendeződik a magánéletünk, képességeinknek megfelelő munkát találunk, és ezentúl emberszámba vesz bennünket a társadalom. Ha erre vágyunk és elvárjuk magunktól a sikert, akkor ez, ha nehezen, is de be fog következni. Amennyiben az akaratunk nem elég szilárd ahhoz, hogy leküzdjük káros szenvedélyeinket, hívjuk segítségül a képzeletünket. A vágyaink által sarkallt képzelet annyira erős, hogy legyőz minden nehézséget, és célba juttat minket.

Az Agykontroll gyakorlásának előrehaladott stádiumában képesek leszünk arra, hogy agyunk frekvenciáját oly mértékben lecsökkentsük, hogy az alfa tartomány alá jussunk. Önmagunk gyógyítása a 7-14 Hz közötti alfa tartomány kb. felénél, 10 Hz-en valósítható meg a legkönnyebben. Ahhoz, hogy másokat is gyógyítani tudjunk, alapszintre, azaz 7 Hz-re kell lemenünk. Ha agyfrekven-

ciánkat tovább csökkentjük, lejutunk thétába. A 4-7 Hz közötti théta tartományban sok csodás dolog történhet velünk. Azon kívül, hogy a normál mélységű alvás ezen a szinten zajlik, ebben a frekvenciatartományban hozható létre a hipnózis, és itt kezdődnek a parapszichológiai jelenségek is. Az öngyógyítás szempontjából a théta szint szintén nagyon fontos, mivel ebben a frekvenciatartományban agyunk közvetlen kapcsolatba kerül sejtjeinkkel, szöveteinkkel és szerveinkkel. Ezen a frekvencián gondolatainkkal a Magasabb Intelligencia közvetítése nélkül is gyógyíthatjuk magunkat. Gondolatban megfogalmazott üzenetekkel irányíthatjuk vegetatív idegrendszerünket, gondolati úton energiát irányíthatunk bármely szervünkbe, helyreállíthatjuk meridiánjaink energiaegyensúlyát, vagyis teljes mértékben rendelkezhetünk a testünk felett.

Ezt a módszert egyébként a jógik már évezredek óta használják egészségük fenntartására. Ez a magyarázata annak a megfigyelésnek is, hogy egy jógi bármikor képes testhőmérsékletét lecsökkenteni, a pulzusát tetszőleges módon gyorsítani vagy lassítani, és nyílt seb esetén a vérzést megállítani. Ebben az állapotban a test oly mértékben az agy irányítása alatt áll, hogy gondolati úton sebeket is elő lehet idézni a bőrön, de a már meglévő sebeket meg is lehet gyógyítani. Azok a fakírok, akik élve eltemettetik magukat, szintén ezen az agyfrekvencián csökkentik le percenkénti levegővételeik számát a minimumra. A légzésszám csökkentésével lelassítják szívritmusukat is, és utasítást adnak a sejtjeiknek, hogy az anyagcsere-tevékenységet csökkentsék a lehető legkisebb szintre. A théta szintű tevékenység hátránya az alfa szinten történő gyógyítással szemben, hogy nehezebben kivitelezhető, és a hatékony gyógyuláshoz elengedhetetlenül szükséges szervi funkcióink elmélyült anatómiai ismerete. Erre azért van szükség, mert mint már szó volt róla ezen a szinten nem a Magasabb Intelligencia irányítja a gyógyítás folyamatát, így könnyen előfordulhat, hogy ártunk magunknak.

Itt szükséges megemlíteni, hogy théta szinten nem csak magunknak, hanem másoknak is árthatunk. A hipnotizőr akarától függően a médium testén is létrehozhat sebeket úgy, hogy közvetlen összeköttetést teremt az illető agyával. Alfa szinten kizárólag a Magasabb Intelligencia közvetítésével tevékenykedhetünk, így ebben a tartományban ártani nem tudunk. Théta szinten azonban a Magasabb Intelligencia már meg is kerülhető, és az egyén saját felelősségére is tevékenykedhet.

Ezt a lehetőséget használják ki a fekete mágia hívei, amikor parajelenségeket idéznek elő bűnös célok érdekében. Manapság kezd divatba jönni a fehér mágia. Erről a modern boszorkányságnak nevezett kuruzslásról tudni kell, hogy csak látszólag tűnik ártalmatlannak. Valójában ugyanolyan veszélyes, mint a fekete mágia, mivel észrevétlenül kerülünk a gonosz erők hálójába. A hívásra mindig jön válasz, mert az alacsony rezgésszintű (földhöz kötött) szellemek nagyon keresik a kapcsolatot az emberi világgal. A felelőtlen játszadózót aztán orránál fogva vezetik, majd életét tragédiába sodorják. Az asztrállények bárkinek ki tudják adni magukat, bárkinek a képében meg tudnak jelenni, ezért a képzetlen médiumot könnyen félrevezetik. A csapdába esett áldozat aztán már nem képes szabadulni tőlük. A Biblia szerint: **„Aki a gonoszt idézi, annak előbb-utóbb szembe kell néznie vele.”** Ez a szembenézés azonban könnyen végzetessé válhat. Vagy az életével fizet érte a kísérletező, vagy az idők végezetéig a Sátánt kell szolgálnia.

Ezzel a témával kapcsolatban feltétlenül szólni kell arról, hogy a fekete illetve fehér mágia nem az ördög öncélú tudománya, hanem mindennapi világunk szerves része. A világegyetem fejlődése a dualizmus jegyében zajlik, így minden jónak van egy rossz ellentétpárja. A mágia ellentétpárja a parapszichológia. Amit a parapszichológia eszközeivel el lehet érni, azt a fekete mágusok is produkálni tudják, a különbség csak a céljaikban van. Amíg a parapszichológusok igyekeznek a Jót szolgálni, addig a fekete mágia hívei képességeiket a Rossz szolgálatába állították. Ahogy bárki eldöntheti, hogy élete során jó vagy rossz emberré váljon, így arról is dönthet, hogy az abszolút világgal kapcsolatba lépve milyen erőket szolgáljon. Aki a becsületes, a tisztességes utat választja, az meszesemenően tartózkodik attól, hogy a mágia eszközeit használja. Ne engedjük azt se, hogy ezek a sötét erők önszuggesztívó által, a félelmeink, a képzelőerőnk közvetítése útján kerüljenek közel hozzánk. Akinek tiszta a lelke, annak nincs mitől tartania, félelmeinktől pedig agyunk átprogramozása útján eredményesen megszabadulhatunk. Ha az Agykontroll módszerével saját erőnkől nem tudunk megszabadulni a főbiától, vagy az akaratlanul magunkra vont rontástól, keressünk fel egy képzet hipnotizőrt, aki egy általa létrehozott energia-védőköpeny alatt mentesít bennünket ettől a nem-

kívánatos hatástól. Azokra, akik a fekete mágia, a sátánizmus szolgálatába állnak kegyetlen büntetés vár, mert a sátáni erők végleg kiterjesztik rájuk a hatalmukat, és a bűnt kell szolgálniuk az idők végezetéig. Aki tehát a karmikus ciklusa után Istenhez és nem a Sátánhoz akar megtérni, vagyis a mennyországot választja a pokol helyett, az messzemenően tartózkodjon a mágia mindennemű megnyilvánulásától. A Biblia szerint: *„A gonosz közöttünk lakozik, ám ha tisztán látunk ebben a dologban, akkor védekezhetünk ellene.”*

Világunk kozmikus törvényei

A IV. fejezetben szó volt a hatás-ellenhatás törvényéről, a környezet ellenállásának hatványozott megnyilvánulásáról. Az emberi lélek fejlődését azonban nem csupán statikus erők befolyásolják, hanem egy jellegzetes periodicitás is megfigyelhető ebben a folyamatban. Ez a jelenség a közismert egyszer fenn, egyszer lenn esete. Ahhoz, hogy a lélek fejlődhessen, nehézségekre, terhelésre van szüksége. A végtelenségig terhelt lélek azonban elnyomorodik, szükség van az időnkénti felengedésre, a fáradalmak kipihenésére. Sorsunkban tehát a hullámvölgyeket periodikusan hullámhegyek követik. A csúcson való tartózkodás szintén nem tarthat sokáig, mert ez egyrészt nem szolgálja a lélek fejlődését, másrészt a mindig sikeres ember egy idő után elbízta magát, határtalannak képzei erőit és képességeit. A léleknek szüksége van a kudarcokra is, hogy tanulhasson belőlük. A krízisek tehát elengedhetetlen velejárói életünknek, ezért ne féljünk tőlük. A pozitív módon kezelt kudarc idővel még előnyünkre válhat. Aki úgy rendezi be az életét, hogy mindenben abszolút biztonságra törekszik, az a saját fejlődését akadályozza meg. Spinoza szerint: *„Ami nem öl meg, az erősebbé tesz.”*

A jelenlegi még nem éppen tökéletes világunkban azonban a kényszerű sorsfordulatoknak sokszor büntetés jellege is van, mivel a ma embere hatalma, sikerei csúcsán hajlamos arra, hogy anti-humánus cselekedeteket vigyen véghez, visszaéljen kedvező helyzetével. A fejlődés törvénye azonban nem tűri az egyensúly megbomlását, ezért egy idő után visszaállítja a dolgok normális menetét. A Biblia szerint így lesznek az elsőkből utolsók, az utolsókból pedig elsőek. A törvényszerű bukás igen gyakori oka még az öntömjénezés, mely leglátványosabban a politikában nyilvánul meg, személyi kultusz formájában. Aki lépten-nyomon dicséri önmagát, vagy megköveteli környezetétől, hogy okkal-ok nélkül magasztalják tetteit, az egy idő után földre szállt istennek hiszi magát, és teljesen elveszti az önkontrollt saját személyisége felett. A képmutató, öntelt viselkedés azonban elenszenvet kelt Istenben, és gyűlöletet szít az emberek lelkében. Az ilyen magatartásnak elkerülhetetlen következménye a bukás, melynek kiváltói a legtöbbször azok lesznek, akiket a zsarnokság korábban alaptalan dicshimnuszok szajkózására kényszerített. Így teljesedik be a teremtésnek egy másik fontos törvénye, amely a Bibliában a következőképpen van megfogalmazva: *„Aki felmagasztalja magát, az megaláztatik, és aki megalázza magát, az felmagasztaltatik. Mert ami az emberek előtt magasztos, az Isten előtt utálatos.”*

Ez a bibliai idézet egyben utal ennek a törvénynek az ellentétpárjára is, vagyis arra az esetre, amikor valakit nem felmagasztalnak, hanem éppen ellenkezőleg, megaláznak. Jézustól megkérdezték egyszer, hogy: *„Ki lesz a mennyországban a legnagyobb?”* A válasz így szólt: *„Az, aki közületek a legkisebb!”* Annak ellenére, hogy az emberiség történelmét szakadatlanul végigkíséri az üldözöttek üldözőkön való felülemelkedésének szükségszerű bekövetkezése, a zsarnokok mind a mai napig nem tanultak ennek az ősrégi törvénynek a minden akadályt elsöprő érvényesüléséből. Történelmi elődeikhez hasonlóan a jelenkor diktátorai is minden eszközzel igyekeznek ártani a nekik nem tetsző személyeknek, embercsoportoknak vagy népeknek. Eközben figyelmen kívül hagyják azt a törvényt, hogy minél nagyobb üldözésnek van kitéve valaki, annál magasabb szintre emeli őt a hatalom. Az üldözés elkerülhetetlen velejárója ugyanis, hogy a hatalom, az erő fokozatosan átáramlik az üldözött félhez, ami azt eredményezi, hogy az üldözött egyre erősebb lesz, az üldöző viszont a saját sírját ássa meg ezzel a cselekedetével. Ebben a folyamatban az üldöző és az üldözött közötti erőkülönbség előbb-utóbb az ellenkezőjére fordul, és minél kegyetlenebb, minél embertelenebb az elnyomás, annál hamarabb következik be a fordulat.

Nem egy zsarnok ezt úgy próbálja megakadályozni, hogy kioltja ellenségei életét. Ezzel azonban éppen ellenkező hatást ér el, mert cselekedetével nem hogy elpusztítaná, hanem örökre halha-

tatlanná teszi ellenségei nevét, akik hőssé magasztosulva vonulnak be a történelembe, mártírhaláluk évfordulóját pedig nemzeti ünneppé nyilvánítja az utókor. A megölt személyek csak meggyötört testüket veszítik el, cserébe viszont a Mindenható kellőképpen megjutalmazza őket állhatatosságukért, az elkövetkező életükben bőséges jutalmat nyernek kárpótlásul. Az sem elképzelhetetlen, hogy a volt üldözött a továbbiakban az általa üldözött személyek alárendeltje, kiszolgálója lesz, hogy ily módon a saját bőrén tapasztalja és tanulja meg a karma törvényének szükségszerű beteljesülését. A büntetés azonban legtöbbször a zsarnok életében megkezdődik, mivel a kiontott vér maggá válik, amely elkerülhetetlenül kihajt, és egyre terebélyesebbé növekedve a diktatúra bukását eredményezi.

Érdeemes ennek az egyetemes érvényű törvénynek a kozmikus háttérét is megvilágítani. A médiumi közlések alapján a Gonosz csak átmenetileg diadalmaskodhat. Ellenfele fizikai megsemmisítésével nem a saját, hanem az áldozat győzelmét segíti elő. Ha ugyanis egy igaz eszmét hirdető embert meggyilkolnak, akkor az általa képviselt elvek kiszabadulnak a test korlátozó burkából, és akadálytalanul újukra indulnak. Miután a mártírrá vált személy a fizikai világban lemondott a győzelemről, ezek az erők az abszolút világban számára megsokszorozódva jelennek meg. Az áldozattá válás olyan erők aktiválását váltja ki az univerzumban, amelyek a hasonlóság törvénye alapján magukhoz vonzzák a Jót szolgáló tiszta erőket. A fizikai világban ez azzal a következménnyel jár, hogy a bukásra kárhoztatott ember minden korábbi kezdeményezését mágikus erők özöne árasztja el. Minden, amivel a földi életében érintkezésbe került, szinte megszentelődik. A kudarcba fulladt törekvéseihez szegődő segítő erők halála után aratnak győzelmet ellenfelei felett, mégpedig olyan fölényes sikert, mely által az áldozat neve fennmarad az idők végezetéig, élete példaértékűvé válik. Az általa kisugárzott erőből azok is bőséggel meríthetnek, akik hittek az ő igazságában. Ez az erő egykori ellenségeit is elkerülhetetlenül szembesíteni fogja önmaguk vétkével, napnál világosabbá téve a meggyalázói felett aratott diadalt.



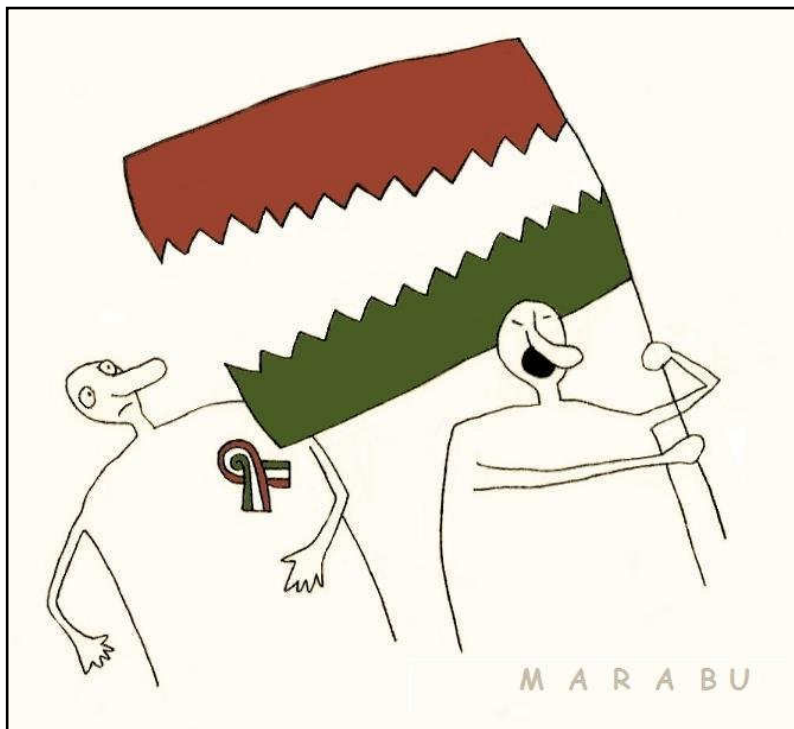
A művészi irányzatok inspirálásán kívül a társadalmi tudat befolyásolásának szintén érdekes esete, hogy minden kor más és más eszmeáramlatot vet felszínre, amely az emberi élet különböző tevékenységeit juttatja előtérbe. Mindnyájan tudjuk, hogy az előző évszázadok korszelleme inkább a művészeteknek kedvezett. Az építőművészet és a belső építészet pl. a barokkban és a rokokó stílusban teljessé vált ki. Ennek a stílusnak a részletgazdagságát ma már lehetetlenség utánozni, netán felülmúlni. A mai művészeknek nincs türelmük ahhoz, hogy agyoncizellált alkotásokat hozzanak létre; arról nem is szólva, hogy nem látják az értelmét a túldíszítésnek. Korunk tervezői a funkcionalitásra helyezik a hangsúlyt, a díszítés háttérbe szorult. Az operaszerzés fénykora a múlt század második felében, Verdi életében volt. Az előtte és utána született operák színvonala össze sem hasonlítható az aranykorban írtakkal. A XX. század köztudottan a technikai fejlődésnek kedvezett, de a modern művészeti irányzatok is ebben a korban bontakoztak ki. Közülük legnagyobb jelentőségű a rock- és a diszkózene megszületése, melynek fénykora az 1960-as, '70-es és a '80-as évek voltak. Soha nem fogunk olyan dalamos és fülbemászó könnyűzenei számokat írni, mint ebben a három évtizedben. A harmadik évezredben is lesz könnyűzene, de ez inkább hasonlít majd az űrzenéhez, mint a rockhoz.

Egy-egy tevékenység nem csak világviszonylatban válhat kiemelten színvonalassá, hanem egyes földrajzi térségekben is. Ez különösen nagyobb embercsoportok erős fizikai- és lelki megrázkódtatása esetén nyilvánul meg. Valószínűleg ennek tudható be, hogy kontinensekre kiterjedő háborúk idején annyi sok kiváló művészegyéniség tevékenykedik a megpróbáltatásoknak kitett földrajzi régiókban, amely se előtte, se utána nem figyelhető meg. Ugyancsak kiemelkedő szerephez jut ezekben az időszakokban a sport. Magyarországon pl. 1953-ban, a kommunista diktatúra tetőfokán a magyar „aranycsapat” olyan kiugró formában volt, hogy a londoni Wembley stadionban 6:3-ra verte a világhírű angol futballcsapatot. (Az eredmény valójában 7:3 volt, de a holland játékvezető egy szabályos gólt nem adott meg nekünk.) A 90 éve veretlen angoloknak a budapesti visszavágón sem sikerült szépíteniük. 1954-ben a Népstadionban 7:1-es vereséget szenvedtek.

Úgy tűnik, hogy nagyobb válságok idején a Mindenható ily módon próbál lelki vigaszt nyújtani az embereknek, hogy legyen erejük elviselni a megpróbáltatásokat. Gondoljunk csak Chaplin munkássá-

gára, és a II. világháború idején alkotott „Diktátor” című filmjére. Ez a film a szövetséges harctereket megjárva óriási mértékben növelte a fasiszta diktatúra ellen harcoló katonák kitartását, és erkölcsi fölényérzetét. Ezekben az időszakokban az irodalomban is kiemelkedő alkotások születnek. A háborús évek regényei közül még ma is nagy népszerűségnek örvendenek pl. Tolsztoj: Háború és béke, Solohov: Csendes Don, Hemingway: Akiért a harang szól, vagy George Orwell: 1984 című műve.

Ennek a jelenségnek az ellenkezője figyelhető meg tartós béke idején, vagy olyan országokban, ahol a nép hosszú ideje kispolgári jólétben és egzisztenciális biztonságban él. Az ilyen helyeken az



élet minden területén többnyire csak átlagteljesítmények születnek. Úgy látszik, hogy igaza van a Bibliának, amikor azt írja, hogy „Isten csak a túl meleg és a túl hideg dolgokat kedveli, a langyosat kiköpi”. Kizárólag oda, olyan helyekre ad nagy lehetőségeket, ahol azok óriási erőfeszítések és harcok árán valósulhatnak csak meg. Messze elkerüli az olyan társadalmakat, ahol minden feltétel adva van ahhoz, hogy a felmerülő nehézségeket legyőzzék, az ügyet könnyen célba juttassák. Ennek alapján már érthető, hogy a gazdag, jóléti államokhoz viszonyítva miért születik nálunk annyi világraszóló alkotás. Nem azért, mert mi olyan kreatívak vagyunk. Korántsem vagyunk olyan tehetségesek, mint Isten kiválasztott népe.

A magyarországi viszonyok annyira kedvezőtlenek az alkotó munka számára, annyi nehézséggel, akadállyal, szenvedéssel, sőt tragédiával jár egy-egy ötlet kidolgozása, hogy ez szinte ide vonzza az ihletet sugalló túlvilági erőket. Amióta csak létezőnk, szüntelenül pusztítjuk önmagunkat, történelmünk akár az önsorsrontás mintaképe is lehetne, és ez a közeg termékeny talajt teremt az alkotó munkának.

A magyarokat nem a közös szeretet, hanem a közös gyűlölet tartja össze. Mi még a saját Nobel-díjasainknak is ártunk. Amikor Szentgyörgyi Albert 1937-ben megkapta a kémiai Nobel-díjat az aszkorbinsav feltalálásáért, a bejelentés után több neves magyar tudós tiltakozólevelet küldött a svéd akadémiának. Ebben megrágalmazták tudóstársukat, hogy a C-vitamin körüli reklámkampány tudományosan megalapozatlan és félrevezető, amit a Szeged környéki paprikatermesztők pénzeltek. Érdekes, hogy mi még a szülőhazától elszakadva sem tudunk változtatni mentalitásunkon. Egy ismert mondás szerint, amíg más nemzet fiai idegenben egymás kezét fogják, mi egymás torkát.

Visszakanyarodva a fő mondanivalóhoz a Mindenhatónak nem érdeke, hogy céljaink erőfeszítések nélkül valósuljanak meg. Nem csak egyéni, hanem társadalmi méretekben is érvényesül tehát az ellenerő törvénye. Minden jel szerint a személyes tudathoz hasonlóan a közösségi tudat hatékony fejlődése is csak kellő súly alatt mehet végbe. A kollektív tudat fejlődése sem mentes attól a hullámzástól, amely az egyszer fenn, egyszer lenn állapotával jellemezhető. Az egyes nemzetek történelmének tanulmányozása során jól megfigyelhető, hogy hosszabb nyugalmi szakaszokat gyors kaotikus szakaszok követnek, amelyek azután ismét hosszabb nyugalmi szakaszba mennek át. Többek között ennek a szükségszerűségnek tudható be a béke és a háború periodikus váltakozása az emberiség történetében.

Érdekes, hogy a Teremtő nem csak az egyes közösségek fejlődése során irtózik a „langyos” közegetől, hanem az egyéni érvényesülés terén sem jutalmazza a lagymatag, határozatlan mentalitást. Ahhoz, hogy valaki az élete során maradandót alkosson, nyomot hagyjon maga után, nem elég a szakértelem, kurázsizs is kell hozzá. Nem egy világraszóló tehetség életműve fulladt már az érdekte-

lenség mocsarába, mert az illető túl sok gondot fordított a körülötte élők elvárásainak a kielégítésére, túl simára egyengette az útját azzal, hogy már jó előre leszerelte környezete rosszállásának legkisebb megnyilvánulását is. Magyarországi viszonylatban ennek talán legkirívóbb példája egy múlt századi költőnk, Endrődi Sándor élete. Endrődi Sándort Petőfi és Arany halála után a legnagyobb élő költőnek tartották Magyarországon. Kiváló emberi tulajdonságokkal bírt, ezért kortársai mindnyájan szerették. Költészetének virtuozitását a legmegátalkodottabb kritikusok is elismerték. Ennek ellenére mégis elfeledett költő lett belőle, ma már senki sem emlékezik rá, neve még az iskolai irodalomkönyvekből is hiányzik. A méltatlan feledés oka, hogy középen állt, mind magánéletét, mind munkáját illetően semleges volt. Hegedűs Géza megállapítása szerint: „*Bírál, de nem gyűlöl. Hazafi, de nem nacionalista. Kitűnő költő, de nem vátesz. Haladó, de nem forradalmár.*” Ezzel szemben Petőfi „lánglelkű költőként” írta be nevét az irodalomtörténetbe, mert munkássága mellett szívén viselte hazája sorsát is, így az 1848-as forradalom és szabadságharc elindítója volt. Igaz, hogy ezért az életével fizetett, de az a 26 év ameddig élt mélyebb nyomot hagyott a nemzet emlékezetében, mint a 70 évig élt Endrődi Sándor nyugodt, minden szélsőségtől mentes pályafutásának teljes életműve.

Úgy tűnik, hogy a sors számára az egyéniség minden áron való érvényre juttatása, az élet kihívásaival szembeni határozott fellépés annyira elengedhetetlen, hogy fontosságát tekintve gyakran még a tehetséget is felülmúlja. Napjainkban ennek legkirívóbb bizonyítékát a popvilág szolgáltatja, ahol jó néhány énekescsillag elsősorban nem a tehetségével, hanem a szinte már botrányosnak számító megnyilatkozásaival és életformájával vált világhírűvé. A határozott élet- és munkastílussal járó kockázatok nélkül tehát nincs tartós siker. Sokan életfilozófiájuknak tekintik ezt a viselkedést. Madonna, az amerikai popdívá egyszer ezt nyilatkozta: „Inkább éljek egy évig tigrisként, mint száz évig birkaként.” A legmélyebb nyomot pedig rendszerint azok hagyják maguk után, akik létük lényegét annyira önpusztító módon fejezik ki, hogy életükkel fizetnek érte, idő előtt áldozatává válnak állhatatos, karakán kiállásuk következményeinek. Az elhomályosíthatatlan hírnévhez valószínűleg az is hozzájárul, hogy így próbálja kompenzálni a sors azt az önzetlenséget, ha valaki a legnagyobb kincsét, az életét áldozta az ügyért, amit rövid életében megalkuvás nélkül, önmagát sem kímélve képviselt. Ennek a jelenségnek a felismerése egyébként nem új keletű. Már az ókorban is gyakran emlegették a filozófusok. Sokan fanyar humorral vették tudomásul a halhatatlanságnak ezt a módját. Erre mondta Zarathusztra: „Halj meg időben!”

Ez a követelmény nem csak a művészek világában érvényesül, hanem az élet minden területén. A gazdasági életben sem díjazták a kicsinyességet, a pitiáner viselkedést. Ismerjük a közmondást: „*Aki kifoszt néhány járókelőt, az gengszter; de ha több millió embert foszt ki, pénzügyi szakértő.*” Egy másik találó mondás szerint: „*Aki egy embertől lop, az plagizál; aki több embertől, az kutat.*” Ez az univerzális törvény annyira erősen hat a társadalomra, hogy átmenetileg még a bűnözőket is védi. Nem véletlenül tartják sokan, hogy „minél többet lop valaki, annál kevésbé esik bántódása”. Talán azért huny szemet a Teremtő az ilyen jellegű bűncselekmények felett, mert a nagy tettek több hasznot hajtanak a világnak, mint amennyi kárt okoznak a vele járó szélhámosságok. A büntetés természetesen ezekben az esetekben sem marad el, de a kirívó tettek ereje halasztó hatályt gyakorol a kiszabásukra. A nagystílu bűnözők csak életük végén, vagy a következő életükben nyerik el méltó büntetésüket, amikor a sors már nem veszi hasznukat.

Mindebből látható, hogy a Teremtő mindenek fölé helyezte a fejlődés szükségességét. A fejlődés legfőbb irányítója és kiegyensúlyozója az ellenerő megnyilvánulása. Az előzőekből azt is tudjuk, hogy az ellenerő mértéke pozitív törekvéseink horderejétől függ. Minél nagyobb feladatba vágtuk a fejszénket, annál nagyobb ellenállást kell leküzdenünk. Ehhez azonban állhatatosság és odaadás szükséges. Ebből következik, hogy az elszántság, az elkötelezettség megléte minden más emberi kvalitásnál fontosabb. Hiába a szorgalom, a tehetség, a magas fokú képzés; ha az állhatatosság, a rendíthetlenség és az odaadás hiányzik belőlünk, nem érünk el nagy dolgokat az életben. Nem véletlen, hogy az élet tele van sikertelen tehetségekkel, meg nem értett zsenikkel, és többdiplomás utcaseprőkkel. A szorgalom sem ér önmagában sokat, ha nem párosul türelemmel, kitartással. Ezek az emberek annak tulajdoníthatják a kudarcukat, hogy nincsenek tisztában az univerzum törvényeivel. Nem tudják, hogy létezik egy erő a világegyetemben, ami minden sikernek megkéri az árát, nem engedi, hogy előrevívó céljaink erőfeszítések nélkül valósuljanak meg.

Sokan azt hiszik, elég tehetségesnek vagy szorgalmasnak lenni, illetve magas fokú képzettséget szerezni, és máris biztosítva van a siker az életben. Az egymás után jelentkező nehézségek láttán azután elkeserednek, és feladják a küzdelmet. Nincsenek tisztában azzal, hogy az akadályok csak akkor hárulnak el, a Mindenható csak akkor nyitja fel a sorompót, ha erőfeszítéseink összessége meghaladta az ellenerő mértékét. Ebből következik, hogy: **Soha nem szabad feladni a küzdelmet!** Mielőtt belevágunk valamibe, mérjük fel, hogy képességünk, képzettségünk és egyéb adottságaink elegendők-e a feladat elvégzéséhez, és képesek vagyunk-e feláldozni magunkat az ügy érdekében. Ha úgy döntünk, hogy igen, attól kezdve tűzön-vízen át tartunk ki elhatározásunk mellett, még akkor is, ha a kitűzött cél csak tengernyi szenvedések árán érhető el. Menet közben ugyanis már nem tehetünk semmit. Ha kiszállunk a küzdelemből, biztosan veszítünk. Elveszítjük a törekvéseinkbe fektetett rengeteg időt, pénzt, energiát, az egész addigi életünket. Ha viszont továbbra is kitartunk, soha nem tudhatjuk, hogy erőfeszítéseink mértéke mikor éri el azt a szintet, amikor átbillen a mérleg nyelve, és a sors utat nyit előttünk. A Biblia így biztatja a küzdelmüket reménytelennek látókat: „Ne félj! Ellenségeid csak addig lövik feléd láthatatlan nyilaidat, amíg az Úr megengedi nekik. Amikor lejár az idejük, minden rossztól megszabadulsz.”

Lehet, hogy eközben elszáll az életünk, és egyre valószínűbb, hogy siker helyett az öregség, a halál vár ránk, mégse adjuk fel a küzdelmet. Ez esetben vigasztaljon bennünket a tudat, hogy az átélt szenvedések jelentős mértékben elősegítették lelki fejlődésünket, amelynek a következő életünkben nagy hasznát vesszük. A céljait feladó ember viszont megkeseredik, emberi ronccsá válik, akinek az élete a legjobb esetben sem nevezhető másnak, mint vegetálásnak. A legtöbbször azonban hanyatlás, visszafejlődés jellemzi ezeket az embereket, mert nem hagyja őket nyugodni, hogy kudarcot vallottak. Lelkiismeret-furdalásuk következtében mind nagyobb büntudatuk támad, amelyet alkoholba vagy narkotikumokba fojtva képesek csak elviselni. Az ily módon történő bukás automatikusan magával hozza az alacsonyabb osztályba sorolódást, ami azt jelenti, hogy ezek az emberek a következő életükben jóval nehezebb körülmények közé születnek vissza.

Nem mindegy azonban, hogy milyen ügy mellett kötelezzük el magunkat. Néha előfordul, hogy rossz cél felé haladunk. Ilyenkor nincs mit tenni, módosítani kell az életpályánkat. A helyes irány érdekében gyakran alkalmazkodnunk kell a megváltozott viszonyokhoz is. Az állhatatosság tehát rugalmasságot feltételez. Sajnos a kitartó emberek egy részében a tántoríthatatlanság nem az állhatatosságnak, hanem a makacsságnak tudható be. A hajlíthatatlanság azonban nem szolgálja sem az egyént, sem a világ érdekeit. A makacs, csökönyös ember lecövekel az eredeti elképzelése mellett, és nem hallgat a józan ész által diktált érvekre, nincs tekintettel a körülményekre, meggy a saját feje után. Egy idő után már ő is látja, hogy rossz irányba visz az útja, de ekkor sem képes a váltásra. Az ilyen ember ugyanúgy bukásra ítéli önmagát, mint az erejüket túlértékelők, a megfutamodók; és sorsa nem lesz más, mint a küzdelmet feladóké.

Ha jól választottuk meg a célt, és sikerrel vettünk minden akadályt, akkor sem lesz könnyű dolgunk. Az igazi nehézségek ugyanis a „célszalag” átszakítása után várnak ránk. Dalcsev úgy jellemzi ezt az időszakot, hogy: „**A harcos számára a győzelem órája a legnehezebb.**” Az ember legalattomosabb ellenfele akkor jön el, amikor végre sikeresen befejezi feladatát. Ez az ellenség mi magunk vagyunk. Először is rosszkedvűvé válunk. Minél nagyobb dolgot hajtottunk végre, minél nagyobb eredményt értünk el, annál nagyobb üresség támad utána a bensőnkben. Kornis Mihály szavaival élve elmegy a kedvünk mindentől, legszívesebben kifutnánk az életből. Ha végre nem utasít el bennünket a világ, hanem a keblére ölel, akkor ránk ront a dicsőség. A sok szenvedés után a váratlanul jött nyilvános elismerés áldásnak tűnik, de valójában kísértés. Minél nagyobb a siker, annál nagyobb bajba kerülünk. A tünetek: általános súlytalanodás, kellemesnek tűnő lebegés érzete, minden könnyűnek tűnik. Futószalagon jönnek a korábban elérhetetlennek tűnt ajánlatok, a különféle meghívások. A kapcsolatok kiépítése, a bennünket keresőkkel való beszélgetések, tárgyalások egyre több időt vesznek el tőlünk. Ráadásul dől hozzánk a pénz, és folyton azon jár az eszünk, hogy mire költhetnénk.

A siker ördöge egy pillanatnyi időt sem enged munkánk folytatására, újabb eredmények elérésére. Egyszer csak azt vesszük észre, hogy már nem mi irányítjuk az életünket, hanem sodornak bennünket az események. Nem leszünk képesek az újabb és újabb „lehetőségeket” visszautasítani. Miért is hárítanánk el az ismert emberek, intézmények személyünk iránti érdeklődését? Hiszen koráb-

ban ezt évtizedeken át nélkülözniük kellett. Érthető, hogy most kihasználjuk a kínáló lehetőségeket. Eközben azonban lényegtelen dolgokkal telik meg az életünk, hiábavalóságok körül forognak a gondolataink. Mivel az események középpontjában állunk, mindenki érintkezésbe akar lépni velünk. Miután nem mondhatunk nemet, figyelmünk ezerfelé aprózódik. Később megpróbálunk ugyan szelektálni a rajongóink között, de így sem győzzük a kíváncsiskodók kielégítését. Olyanná válunk, mint egy popsztár, vagy egy filmszillag. Mindennel foglalkozunk, csak azzal nem, amivel kellene: az alkotó munkával. Ennek tudható be az a jelenség is, hogy a Nobel-díjas tudósok túlnyomó része a díj odaítélése után már nem alkotott semmi jelentőset. Legtöbbjük a hírnevéből él. Előadókörutakat szerveznek, és élménybeszámolókat tartanak. Két előadás között szenzációhajhász újságírók kérdéseire válaszolnak, és az ily módon keletkezett cikkekért hatalmas összegeket kapnak a bulvársajtótól.

A korábban nyíltan támadó gonosz erők most ezzel az ármánnyal térítenek le minket a korábbi útról. Megszédítenek bennünket, elfelejtetik velünk eredeti feladatunkat. Miközben eltelünk önmagunkkal, a sorozatos sikereinkkel, egyre kevésbé gondolunk a szürke mindennapok gyötrelmes küzdelmeire, a valódi értékteremtésre. A népszerűség olyan, mint a kábítószer. Könnyű rászokni, de nem lehet leszokni róla. Amikor elmúlik és ejtenek bennünket, súlyos elvonási tünetek keletkeznek, ami depresszióhoz, önpusztításhoz vezet. Ez a folyamat szinte elkerülhetetlen, mert a média, a nagyközönség folyton új arcokra vágyik. Ezért az ügyeletes sztárok jönnek-mennek. Midőn az emberek ráunnak, a süllyesztőbe kerülnek. Onnan aztán nincs többé felemelkedés. Nem véletlenül született az a mondás, hogy: „Nehezebb a dobogón állni, mint odáig eljutni.”

Ezt a csapdát csak úgy tudjuk elkerülni, ha lemondunk a nyilvános sikerről. Jusson eszünkbe korunk bölcs mondása: „A siker a halhatatlanság aprópénzre váltása.” Ne népszerűsége törekedjünk, hanem elismerésre. Ne páváskodni akarjunk a világban, hanem hatni rá. Kerüljük a talmi dicsőséget kínáló nyilvános ünneplést, a felszínes kapcsolatokat. Ismerjük fel, hogy a valódi siker munkánk következményeiben fog megnyilvánulni. Lehet, hogy akkor már rég nem fogunk élni, és tevékenységünknek nem lesz semmi publicitása, de ez a siker maradandóvá válik. Nem lesz múlandó, mint a percemberek dicsfénye, a reflektorok éppen aktuális sztárra szegeződése. Beépül civilizációnk történelmébe, kultúrájába, és kitörölhetetlenül fennmarad a világ végéig.

Az igazi sikerrel ritkán jár nagy pénz. Nem anyagilag gyarapodunk általa, hanem lelki fejlődésünk kerül egy fokkal magasabb szintre. A valódi siker érzete, vagy ahogy az utókor említi: a halhatatlanság páncélként vesz körül bennünket. Az időtálló értéket alkotó embert a környezete nem képes megalázni. A világteremtésben való részvétel tudata nem engedi összeomlani. Ha nem nyúlunk hozzá ehhez a tőkéhez, ha nem váltjuk aprópénzre, életünk végéig táplálkozhatunk belőle. Bármikor gyötri is ínség testünk-lelkünk, érezzük magunkban, hogy földi életünk nem volt hiábavaló. Akármi történik is velünk, nem élünk hiába, nyomot hagyunk magunk után ebben a világban. Ez erőt ad, és fenntartja bennünk a reményt a legnehezebb időkben is.

Ha nagy az egónk, akkor a nagysága korlátoz, ha kicsi, akkor meg a fejletlensége. Amikor sikerünk van, az egónk hatalmasra nő. A külvilágtól rengeteg energiát kap azáltal, hogy elhisszük amit rólunk gondolnak, mondanak. „Zseni vagy, jóképű vagy, férfias vagy, igazi szuperhím!” – mondogatják nekünk, és mi örömmel elfogadjuk a hódolatot, igazságnak tekintjük a hízelgő szavakat. Az imádat olyan, mint a kábítószer. Egy ideig csodálatos, mámorító érzést biztosít, felszabadító élményt nyújt. Ezért szép lassan a rabjává válunk. Ez a sokak által irigylésre méltónak tartott helyzet azonban előbb-utóbb felzabál bennünket. Ha megszokjuk, hogy az egónk kívülről kapott energiából él, elsorvad a belső Énünk. Miután lealkonyul a csillagunk, már nem ünnepelnek bennünket sztárként, rajongóink nem hizlalják többé az egónkat, akkor nem marad más, mint a bensőnkben kongó rideg, sötét űr.

Ráadásul a környezetünk által felpumpált egónk hozzáköt bennünket embertársainkhoz. Minden pillanatban alávetjük magunkat mások véleményének. Amennyiben megdicsérnek bennünket, boldogok vagyunk, ha kritizálnak szomorúvá válunk. Ezáltal elveszítjük az önállóságunkat, a függetlenségünket. Mások kénye-kedvétől függve akaratlanul is érzelemlágyulássá válunk. Az sem jó, ha az egónk kicsi marad. Ha a sok kudarc és lekicsinylő vélemény miatt nem kap elég energiát, akkor beteggé válik, és állandóan fájdalmat, mérget pumpál a lelkünkbe. Örök vesztesnek érezzük ma-

gunkat, kisebbségi komplexusunk lesz. Emiatt úgy állunk hozzá mindenhez, hogy nekünk semmi sem sikerül. Így aztán nem is fog.

Sokan érthetetlennek tartják a Bibliának azt a kijelentését is, melynek lényege, hogy Isten akit szeret, azt bünteti. Isten az általa kiválasztott személy lelki fejlődését szenvedések által segíti olyan magasságba, amely kiemeli őt az átlagból. Ennek kollektív megnyilvánulását figyelhetjük meg az általa kiválasztott nép, a zsidóság esetében. A Biblia szerint Isten a zsidókat kiemelkedő tehetséggel ajándékozta meg, de ellentétként a fokozott büntetés terhét róta rájuk. A történelemből tudjuk, hogy ennek milyen következményei lettek. Közismert a zsidó nép évszázadokon át tartó üldöztetése, a sorozatos pogromok, amely azután egy világméretű holocaustban végződött. A Biblia ezt a tehertételt az alábbi formában juttatja kifejezésre: **„Csak veletek léptem szövetségre a Föld minden nemzetsége közül, ezért kérem számon rajtatok minden bűnötöket.”** Az átlagember szemével nézve Isten fokozott figyelme nem csak áldás, de egyben nagy csapás is. Nem véletlen tehát, hogy a legtöbb ember jobban szeret a „langyos vízben dagonyázni”, mint világmegváltó tettekkel bajlódni.



A különböző korok nem csupán az emberi alkotásokban hagynak nyomot maguk után, hanem az emberek külső karakterét is erősen befolyásolják. Ezt legegyszerűbben akkor tapasztalhatjuk, ha a századelő színészeinek portréit összehasonlítjuk a századvég színészeinek fényképeivel. Még a felületes szemlélő számára is azonnal szembeötlő, hogy az előző generációk charmos arckifejezését teljes mértékben felváltotta a ma emberére jellemző arctípus, a modern korhoz illő arcvonások. Fizikai megjelenésünket azonban egy-egy korszak domináló energiasugárzásán kívül a lélek energiaösszetétele, rezgési frekvenciája is befolyásolja. Nem hiába mondják azt, hogy az arc a lélek tükré. Különösen vonatkozik ez a szemekre. Talán ezzel magyarázható az a statisztikai megállapítás is, hogy a legtartósabbá azok a házasságok válnak, ahol a partnerek arcvonásai nagy hasonlóságot mutatnak. Az arc karakterének megegyezése ugyanis rokonlélekre vall, és az egymással harmonizáló lelkű emberek vonzzák egymást.

A hozzánk hasonló pár választásának evolúciós okai is vannak. A fizikai hasonlóság ugyanis kulcs a genetikai hasonlósághoz. Így megnövekedik annak esélye, hogy génjeink biztosan továbbtődnek az utódainkba. Ezek a kapcsolatok szinte szétszakíthatatlanok, mivel a partnereket a megértés, a szeretet, az együvé tartozás érzése fűzi egymáshoz. A sikeres házasságban élők úgy szokták ezt kifejezni, hogy egy hullámhosszon vannak. Ennek következtében tiszteletben tartják a másik egyéniségét, és megérik egymás gondolatát. Müller Péter szerint a vérségi kapcsolatok, a házasság kiüresedhet, elromolhat, közönnyé, gyűlöletté fajulhat. Elmélyült kapcsolat csak rokon lelkek között alakulhat ki. Olyan emberek között, akik figyelni tudnak egymásra. Akik nem beszélgetnek, hanem társalognak egymással. „Amikor valaki beenged a lelkébe, és én is magamba tudom fogadni őt, olyan bensőséges viszony alakul ki közöttünk, mely mélységében és intenzitásában minden más kapcsolatot felülmúl.” Ez a lelki összhang azonban nem a véletlen műve. Egyetlen élet kevés ahhoz, hogy két ember ilyen tökéletesen egymáshoz csiszolódjon. Korábban több életet kellett egymással leélniük, hogy a harmonikus kapcsolathoz szükséges hasonlóság és szeretet kialakuljon közöttük.

Az élet mozgatórugói

Az előző fejezetben az univerzum kialakulásával kapcsolatban említett törvények nem lennének teljesebbek Stephen Hawking⁵³ angol fizikus elméletének ismertetése nélkül. Hawking rendkívül figyelemre méltó teóriája szerint: a világegyetem nettó energiamérlege nulla. „Az univerzum kialakulása során az anyag energiából keletkezett. A létrejött anyag gravitációs vonzást gyakorol a világegyetemben található összes többi anyagra. Ez a vonzás negatív energiát ad az anyagnak, és annak mértéke pontosan megegyezik az anyag teremtéséhez felhasznált energia mennyiségével.” Az anyagot feltehetően a dualitás törvénye hozta létre. A fejlődés előfeltétele a keletkezés. Az univerzum fejlődése során a keletkezés az ősrobbanás volt. A keletkezés azonban nem vezet automatikusan kifejlő-

⁵³ stív(e)n hóking

déshez, az ősrobbanás során keletkezett roppant mennyiségű energia önmagában nem képes továbbfejlődni. A továbbfejlődés előfeltétele a harmónia. A harmóniához, a kiegyensúlyozottsághoz azonban legalább két ellentétes erő szükséges, amelyek egyensúlyba kerülhetnek egymással. Ha az ősenergiát pozitív erőnek tekintjük, akkor a dualizmus alapján kell lennie egy negatív erőnek is, mely kiegyensúlyozza a természet pozitív energiátúltengését. Az anyag Hawking által feltételezett negatív energiakisugárzása az az ellenerő, ami megteremtette a természet egyensúlyát. Az anyag létét a dualitás szüksége kényszerítette ki, az így létrejött erőegyensúly pedig a fejlődés, az élet elindulásának alapvető feltétele. A világegyetem kialakulása és fejlődése tehát a dualizmus jegyében zajlik, ennél fogva az élet lényegének megértése csak dialektikus szemléletmóddal lehetséges.

Biológiai ismereteink alapján tudjuk, hogy az élet kifejlődésének minden egyes szakaszát a dualitás uralta. Az élet minden megnyilvánulása, vagy az evolúció során bármely faj fejlődése csak addig tart, amíg a dualitás törvényéből eredő erőegyensúly fel nem borul. Ha az erőegyensúly eltolódik, akkor a fejlődés harmóniája megbomlik, ami a továbbfejlődés gátjává válik. Az egyensúly további eltolódása életképtelenséget vált ki, melynek törvényszerű következménye a pusztulás. Kissé visszakanyarodva az akupunktúrához, a természetet uraló pozitív és negatív erők létét látszik igazolni a több mint négyezer éves kínai életenergia-elmélet is. A két elméletet összekombinálva a Yin energia felel meg az anyagból kisugárzódó negatív energiának, míg a világegyetem szubatomi energiakészlete a pozitív energiasugárzás. Ennek a kettőnek kell egyensúlyban lennie a Yin és Yang jellegű meridiánjainkban ahhoz, hogy egészségesek, tehát életképesek legyünk. A természetben tapasztalható egyensúlymegbomlás nem csak globális formában, hanem az élő test egészén belül, kis elszigetelt tartományban is lehetséges. A test kis darabkájának elkülönülése az egésztől azzal a veszéllyel jár, hogy az elszigetelődött sejtek vagy szövetek életfunkciója ellenőrizhetetlenné válik, és életjelenségük helytelen iránya romlást hozhat az egész testre.

Az előző fejezet végén láttuk, hogy a legegyszerűbb élőlények, az egysejtűek aurájuk segítségével hogyan tartják a kapcsolatot a külvilággal, és hogy az aura közvetítésével miként kerül az „életenergia” a sejtbe. Arról is szó volt, hogy erős homogén energiabesugárzás esetén a sejtek életfolyamatai felgyorsulnak, a fokozott energiafelvétel hatására a növényi sejtek gyors osztódásba, szaporodásba kezdenek. A sejtek túlburjánzása azonban a növényeken kívül az állati, sőt az emberi szervezetben is megfigyelhető. Igen nagy a valószínűsége annak, hogy a rákos sejtek kialakulásának is az energetikai egyensúly felbomlása, illetve a testen belül elszigetelődött sejtek fokozott energiafelvétele az oka. Nem zárható ki, hogy helyi túlburjánzás esetén a rákos sejtek kivonják magukat a testmeridiánok energiaszabályozó, egyensúlyfenntartó hatása alól, és a saját polarizált aurájuk segítségével ellenőrzés nélküli élettevékenységbe kezdenek.

Növekedésük korlátlanóságára jellemző, hogy 1998-ban egy debreceni férfi gyomrából 38 kg tömegű daganatot operáltak ki. (A világcsúcsot egy 51 éves mexikói nő tartja, akinek petefészkéből 60,2 kilogrammos daganatot operáltak ki.) A rákos sejtek meridiánláncból való kiszakadását és korlátlan energiafelvételét támasztja alá az az orvosi beszámoló is, mely szerint egy kioperált rákos daganat olyan erős fényt bocsátott ki magából, hogy világítani lehetett vele. Fényforrásnak, fényki-bocsátó vegyi anyagoknak azonban nyomát sem találták benne, ami arra utal, hogy rendkívül erős szubatomi energiasugárzás áradt ki a szövetekből, ami ionizálta a levegőt, és ez keltett fényhatást. Egyébként a rák nevet Hippokratész adta ennek a betegségnek, mert az erek a rák ollóihoz hasonlóan ölelik körül a daganatos részt.

Ha nem kémiai úton, különböző gyógyszerekkel próbálnának a kutatók a rák ellen harcolni, hanem egy fizikus szemszögéből közelítenék meg a problémát, hamar rájönnének arra, hogy miként szüntethető meg a rákos sejtek túlburjánzása, és az emberiség végre elfelejthetné ezt az alattomos betegséget. A rákot csak úgy győzhetjük le, ha helyreállítjuk a rákos szövetek energetikai egyensúlyát, vagy egyszerűen elpusztítjuk a felesleges sejteket. Korábban kiderült, hogy testünk aurája rendkívül érzékenyen reagál a külső homogén besugárzásokra. Minden anyag más-más módon hat testünk meridiánjaira. Indiában az Ajurvéda⁵⁴ tanításai szerint úgy védekeznek a rák ellen, hogy rendkívül nagy tisztaságú aranyat, ezüstöt, vasat és rezet gyantába kevernek, és kiégetés után ezt a

⁵⁴ Ajurvéda: szanszkrit nyelven az élet tudománya

szénszerű anyagot megőrlik, majd a beteggel lenyeletik. A testbe juttatott anyagrészcsekék speciális sugárzásukkal nem a rákos sejteket pusztítják el, hanem megnövelik a páciens életenergiáját. A bioenergia növekedése aktiválja az immunrendszert, amely a limfociták mozgósításával legyőzi a betegséget. Ennek következtében ez a szer a gyógyításon kívül az életerő fokozására is alkalmas.

Az Ajurvéda modernizált változatában már kolloid formájában használják az aranyat és az ezüstöt. Két elektródot helyeznek egy pohár vízbe, amelyből az egyik szintizta arany, illetve ezüst. Feszültséget kapcsolnak rá, melynek hatására megindul a galvanizálódás. A nemesfémről fémionok válnak le, amelyek belekerülnek a vízbe. Mivel a kolloidrészecskék jóval kisebbek, mint a porrá tört fémrészcsekék, így a gyógyhatásuk is nagyobb. Nálunk az MTV „A tévé ügyvédje” című műsora bemutatta és részletesen ismertette az ezüstkolloid előállítására szolgáló készülék működését. Ennek a 2005. március 23-án sugárzott riportnak az volt a célja, hogy leleplezze a „csalót” és távol tartsa az embereket ettől a „kuruzslástól”, szélhámosságtól.

A nálunk megszokottnak tekinthető ellenpropaganda ellenére az ezüstkolloiddal való gyógyítás sok esetben igen hatékonynak bizonyult. A vegytiszta ezüstionok ugyanis képesek a szervezet antibakterializálására. Az antibiotikumoknak ellenálló, a penicillinszármazékokkal szemben rezisztens baktériumok is elpusztíthatók vele. Egy Tourette⁵⁵-szindrómában szenvedő (streptococcus pyogenes fertőzött) fiú pl. másfél hónap után teljesen tünetmentessé vált az ezüstkolloid fogyasztásától. A természetes gyógymódok hívei bőrviszketés, torokfájás, fülfájás, kötőhártya-gyulladás ellen alkalmazzák. Szájöblítéssel megszünteti a torokgyulladást, a száj nyálkahártyapanaszait, a fogínypanaszokat. Semlegesíti a fogszuvasodást, és megszünteti a kellemetlen leheletet. A nők hüvelyi irritálásra is használják. Pár nap alatt elmúlik tőle a hüvelygomba.

Belsőleg alkalmazva megszünteti a megfázásos és influenzás megbetegedéseket, a légzőszervi és orrüregi megbetegedéseket, a tüdőgyulladást, valamint az allergiát és a szénanáthát. Eredményesenek bizonyult reumánál, ízületi panaszoknál, agyhártyagyulladásnál, nyirokérnyulladásnál, gyomorfekélynél, leukémiánál, sőt a nemi betegségeknél (gonorrhoea, szifilisz) is. Az ezüstkolloid 650 féle vírust, baktériumot és gombát tud elpusztítani. Jelenlétében egyetlen ismert kórokozó, organizmus sem képes megélni. (Egy antibiotikum max. 12 baktériumtörzset tud elpusztítani.)

A fertőtlenítőszerként, tartósítószerként és gyógyszerként egyaránt használt ezüstkolloid ajánlott töménysége: 10 ppm. Magasabb koncentrációban a makroszkopikus méretű ezüstionok károsan befolyásolják a bélflóra egyensúlyát. Célszerű adagolás: 1 hétig napi 2 kávéskanálnyi. Utána az adagot csökkentjük 1 kávéskanálnyira. Ez a mennyiség hosszabb ideig is fogyasztható, mert a szervezet nem válik immunissá az ezüstkolloiddal szemben. Amennyiben szükség van töményebb (20 ppm-es) oldatra, a kúra után a bélflóra elpusztult hasznos baktériumait bélflóra-visszatelepítővel pótoljuk. (Az erre a célra ajánlott probiotikumok Az ezotéria kivitelezése II. kötetében található.) Otthon meglehetősen nehéz jó minőségű ezüstkolloid oldatot előállítani, mert a lehető legtisztább és megfelelő tisztaságú víz kell hozzá. Ellenkező esetben a reakció ezüst-nitrát kibocsátáshoz vezet, ami egy toxikus vegyület.

A gyógyszertárak és fitotékák által forgalmazott ezüstkolloid azonban mentes minden szennyeződéstől, és apró méretű aktív ezüstrészecskéket tartalmaz. A gyógyszertárakban viszont meglehetősen sokba kerül. A legolcsóbban a Vitamin Nagyker webáruházban szerezhető be. A 10 ppm töménységű, 250 ml-es **Fitovital ezüst kolloid** ára 1100 Ft. Szállítási költség: 1200 Ft, ami megoszlik, ha ismerőssel közösen rendelünk. Cím: <http://vitaminnagyker.hu/termek/fitovital-ezust-kolloid-250ml/> Külsőleg alkalmazva érdemes 20 ppm töménységűt vásárolni. Ez a változat legolcsóbban az Egészség Bioboltban kapható. Szaküzleteik: 1137. Budapest, Szent István körút 18, és 1113. Budapest, Bartók Béla út 85, valamint 1024. Budapest, Lövház utca 12. I. emelet. A vidéken élők a webáruházukból rendelhetik meg. Cím: <http://multi-vitamin.hu/kapcsolat.html#szentistvan> Házhozszállítási díj: 1000 Ft. Mielőtt megrendelnék, nézzenek körül a helyi bioboltokban, mert náluk is kapható. (Olvassuk el a címkéjét, mert nem mindegyik alkalmazható belsőleg.)

⁵⁵ Kiejtése: turett

Ez a dupla töménységű változat jól használható ótvar, skarlát, bőrfarkas, gombás fertőzések és bőrrák esetén. Eltüntethetők vele a pattanások, enyhíthető a napégésből eredő bőrgyulladás, megszüntethető a szemgyulladás, fülgyulladás, a herpesz. Vágott sebekre, horzsolásokra és nyílt sebekre is alkalmazhatjuk. (Tegyünk pár cseppet a kötszerre, sebtapaszra, hogy lerövidítsük a gyógyulási időt.) Befújhatunk vele az ekcémát, viszkető bőrfelületeket, szúnyogcsípést vagy bármilyen bőrbetegséget. (Aki gyakran jár könyvtárba, és a mások által összenyálazott újságoktól bőrfertőzést kap, könnyen átviheti a mikrobákat az arcára, a fülébe. Az ebből eredő bőrviszketéstől, sebesedéstől aztán évekig szenvedhet, mert a patikában kapható mixtúrák, kenőcsök nem szüntetik meg a fertőzést. A fülbe helyezett ezüst kolloiddal átitatott vatta azonban néhány nap alatt megszabadítja a kínjaitól.) Fültisztító pálcikára csepegtetve is használható szem és fülfertőzések; körömágyi-, lábujjköröm- és fülgombásodás ellen.

Combhajlatba fújva megszünteti a bőrviszketést, a lábujjak közé helyezett vattára csepegtetve pedig gátolja a kipállást, a gombás fertőzéseket, a kiütéseket. Fejbőrbe dörzsölve csökkenti a korpásodást, a bőrviszketést. (Töltsük egy üres, tisztára mosott pumpás flakonba. Ezzel könnyen és egyenletesen ráfújhatjuk a bőrünkre.) Szájöblítésre, gargalizálásra is használható, de ne nyeljük le, mert ez a változat már túl tömény. Legnagyobb töménységű ezüst kolloid oldatuk a **Bálint Ezüst kolloidos víz extra**, 150 ml-es üvegpalackban. Töménysége: 40 ppm. Ára 1740 Ft. Ezzel már szájöblítést sem szabad végezni. Kizárólag külsőleg alkalmazható! (Permetezzük, vagy ecseteljük a kezelni kívánt bőrfelületre.) Kiválóan alkalmas még gyakran fogdosott felületek (pl. számítógép-billentyűzet, ajtókilincs) fertőtlenítésére. Gyümölcsöket, zöldségeket is befújhatunk vele, ami megakadályozza a rothadást, penészedést. Az Egészség Bioboltokban arany kolloid is kapható. (Nem kerül többbe, mint az ezüst kolloid.)

Egyébként az ezüst és az arany antibakteriális hatására már az ókorban felfigyeltek. Ezeknek a tapasztalatoknak tudományos szintre emelt alkalmazási módja az Ajurvéda. Az ezüst a tejsavbaktériumok szaporodást is gátolja, lassítja. Elődeink hűtőszekrény híján ezüstérmét dobtak a tejbe. A tehetősebbek ezüstkannába töltötték a tejet. Ezáltal nem savanyodott meg olyan hamar. A rómaiak pedig ezüsből készült csöveken vezették az ivóvizet. Mindez nem kuruzslás, mert ma már a sebkezelésben is használnak ezüstvegyületeket.

Az ezüsttartalmú ragtapaszok csökkentik a fertőzés lehetőségét, és gyorsítják a sebgyógyulást. Az ezüsttartalmú antibakteriális folyékony szappanok gyártásának főleg a kórházakban, a műtőkben veszik nagy hasznát. A sikereken felbuzdulva sokan már azt szorgalmazzák, hogy az összes kórházi eszköz, tárgy felületét vonják be ezüsttel. Ha a betegszobai vizsgáló asztal felületét ezüsttel vonják be, bizonyíthatóan 99%-kal csökkenne az ott megtelepedő és tenyésző baktériumok száma. Belsőleg is hasonló hatást váltana ki az ezüstionok alkalmazása. Az AIDS-betegséget okozó HIV-vírus, az influenzavírus és a legtöbb antibiotikummal szemben ellenálló streptococcus baktériumot hatékonyan tudná elpusztítani. A baj csak az, hogy a lenyelt ezüst kékes bőrelszíneződést okoz a pácienseknél.

A textilipar szintén kihasználja az ezüst kórokozókra gyakorolt bénító hatását. Az ezüstszállal átszőtt kelme csökkenti a kellemetlen testszagot, és gátolja az neurodermitiszt⁵⁶. A hajszálvékony ezüstszállakon képződő ezüst-dioxid réteg megszünteti a bőrviszketést. Angliában már áruházban is kaphatók az ezüstszálas pizsamák, amelyeket főleg kórházi betegek használnak. Kétszázaléknyi ezüsttartalmuk az antibiotikumoknak ellenálló fertőző baktériumokat is elpusztítja. Ára: 45 font (kb. 16 ezer forint). A kozmetikai ipar is felfedezte az ezüst baktériumölő hatását. A dezodorokba újabban ezüst-ionokat kevernek, melyek képesek elpusztítani a hónaljban tanyázó, kellemetlen szagot árasztó baktériumokat. A lábszagot a textil- és cipőipar úgy próbálja elűzni, hogy ezüstszállal átszőtt zoknikat és ezüstszálas béléssel ellátott cipőket gyártanak. Utólag úgy lehet megakadályozni a lábszagot, hogy ezüstkolloiddal bepermetezzük a cipő belsejét, majd hagyjuk megszáradni. A háztartásban az ezüstkolloid a penész legjobb ellenszere. Hatékony fertőtlenítőszerként átmoshatjuk vele a csempét, a mosdót, a zuhanytálcát, a hűtőszekrényt, sőt még számítógépünk billentyűzetét is.

⁵⁶ idegi alapú bőrgyulladás

Az állott víz sem bűdösödik meg tőle. Ha sokáig szeretnénk gyönyörködni a vágott virágunkban, tegyük a vízbe kevés ezüstkolloidot.

Az ezüst intenzív fertőtlenítő hatására a mosógépgyártók is felfigyeltek. A dél-koreai Samsung cég 2006-ban kifejlesztett egy automata mosógépet, amely mosás közben 650 kórokozó 99,99%-át elpusztítja, és utána még 1 hónapig baktériummentessé teszi a ruhát. A Silver Nano gépekbe egy ezüstlapot szereltek be, amelyből a mosás során több százmillió ezüstrészecske oldódik ki. A nanométer méretű ezüstrészecskék rárakódnak a ruha rostjaira, szálaira, és védőbevonatot képeznek rajta. A 3000 mosásra (10-14 évre) elegendő nemesfém már 30 °C-os vízben is hatékonyabban megöli a kórokozókat, gombákat, az izzadságért felelős baktériumokat, mint a 90 °C-os főző- csírátlanító program.

Az autoimmun betegségben szenvedőknél újabban mikroszkopikus méretű arany szemcséket fecskendeznek a páciens szervezetébe, ami leválasztja az immunrendszer proteinjeit a megtámadott szövetekről, megszünteti az egészséges sejtek megtámadását, károsítását. Hatására beindul a szervezet öngyógyító folyamata. Későbbi kutatások azt is kiderítették, hogy a tiszta aranyaknak nem csak antibakteriális hatása van, hanem elősegíti az oxigénmolekulák szállítását a bőr rétegeiben, támogatja a sejtek metabolizmusát⁵⁷, és új energiával látja el a sejteket. Ezen túlmenően stimulálja a nyirokkeringést, és aktiválja az izzadságmirigyeket, ami elősegíti a szervezet méregtelenítését, üdévét teszi a bőrt. Vannak, akik rossz vérképük javítására használják az aranykolloidot.

Legújabb felfedezés, hogy a réz tömör fémként is képes a fertőtlenítésre. A hamburgi Asklepios Klinika, valamint a Martin Luther Egyetem kutatói kiderítették, hogy a rézből készült kilincsek jelentősen csökkentik a veszélyes mikrobák számát a kórházakban. Egy perccel a fémmel történő érintkezés után maradéktalanul elpusztulnak. Most már érthető, hogy elődeink miért használtak réz kilincseket. Ők ösztönösen érezték, hogy ez a fém nem csak szép, hanem jótékony hatást gyakorol az egészségünkre. Fontos azonban a kilincsek rendszeres tisztítása, különben a felületükre rakódott zsír és izzadság szigetelőréteget hoz létre rajtuk, ami meggátolja a réz fertőtlenítő hatását.⁵⁸ Már rézkolloid is kapható. Speciális hatása, hogy eltünteti az ősz hajszálakat.

A rák ellen hatásos lehet a sugárkezelés is, de nem olyan formában, ahogy jelenleg alkalmazzuk. A jövőben nem radioaktív sugárzást kellene a beteg szövetekre irányítani, amely a rákos sejtekkel együtt gyakran az egészséges sejteket is elpusztítja, hanem olyan koncentrált Yin vagy Yang jellegű energiasugárzást, amely elvonná a többletenergiát a rákos sejtektől, megszüntetve ezzel a gyors szaporodás kiváltó okát. Ezt a módszert egyébként a Fülöp-szigeteken tevékenykedő csodadoktorok már ma is alkalmazzák. Ők az ujjjaikból kiáramló koncentrált energiasugárzás segítségével vonják el a beteg sejtekből az azonos jellegű többletenergiát, és állítják vissza az energiaegyensúlyt.

Mellesleg nem tudatosan ugyan, de az orvostudomány jelenleg is alkalmazza a szubatomi alapon történő sugárkezelést. A dr. Szász András által felfedezett és több nyugati országban alkalmazott hipertermiás rákkezelő módszernél ugyanis nagy valószínűséggel nem a keletkező hő, hanem az elektromágneses tér által kibocsátott szubatomi energiasugárzás pusztítja el a tumort. A magyar gyártmányú MED-INNO CTT 2000 berendezés által létrehozott elektromágneses sugárzást közvetve, vagy elektródák segítségével irányítják a rákos sejtekre. A perkután galvánterápiával elért eredmények meglepően jók, és nagy előnye még ennek a módszernek, hogy az elektromágneses, illetve ennek egyik összetevője a mágneses energiasugárzás az egymást követő kezeléseket során nem adódik össze, nem kumulálódik úgy, mint a röntgensugárzás.

A sokszerűen alkalmazott intenzív szubatomi energiasugárzás viszont arra is képes lenne, hogy egy igen erős elektromágnes segítségével pillanatok alatt elpusztítsa a kórosan elszaporodott sejteket. Ezt közvetlenül az váltja ki, hogy az erős energiasugárzás maradéktalanul elvonja a függetlenné vált sejtek aurájából az egyik energiaösszetevőt, és az energiaegyensúly drasztikus felborulása a

⁵⁷ anyagcseréjét

⁵⁸ A rézkilincs a COVID-19 fertőzés ellen is hatékony. Laboratóriumi mérések szerint a rá tapadt koronavírus 4 óra után elpusztul. Papíron azonban 24 óráig megmarad. Műanyagban és korrózióálló acélon viszont 3 napig életképes marad. Levegőben, szabadban bírja a legkevésbé. Miután nincs mire tapadjon, a légtérbe kerülve 3 óra után elpusztul. Ezüstön, aranyon nem mérték, mert ilyen használati eszközök ma már nincsenek.

beteg sejtek elkerülhetetlen pusztulását okozza. Az egészséges sejteket azért nem károsítja ez az intenzív sugárzás, mert ezek nem önállósították magukat, így a sugárzás megszüntetése után az őket tápláló meridiánokból pótolni tudják az energiavesztést. Ennek az eljárásnak az eredményességét támasztja alá az a kísérlet is, hogy ha rákos növényeket nagyfrekvenciás mágneses mezővel kezelnek, akkor a daganatok elmúlnak. Egyébként feltételezhetően ez a jelenség okozza a Fülöp-szigeteken végzett műtéteknél a fertőző baktériumok megsemmisülését is. Mint ismeretes, ezeknél a beavatkozásoknál a meglehetősen rossz higiéniai viszonyok ellenére sem kell számolni fertőzésveszéllyel, mivel az intenzív energiabesugárzás felborítja a testtől idegen sejtek energiaegyensúlyát, amelyek energiautánpótlás hiányában menthetlenül elpusztulnak. A rák legyőzésének létezik egy harmadik lehetősége is, amelyet a földönkívüliek sugalltak nekünk. Eszerint a szubatomi energiasugárzás frekvenciájának változtatásával módosítani kell a rákos sejtek vibrációs szintjét. Ez feltehetően dematerializációt idéz elő, így a sejtburjánzás nem csak életképtelenné válik, hanem el is tűnik.

Mellesleg a ráksejtek elpusztításának eddig is volt egy hatékony módja (amelyről az emberiség nem nagyon vett tudomást), a böjtölés. A böjtölés során ugyanis a szervezet nem jut táplálékhoz, így kénytelen felélni a saját tartalékait. Amikor már elégette a zsírsejteket, elkezd „megenni” a szervezet kiöregedett sejtjeit, és eközben megemészti a felesleges ráksejteket is. Meg kell azonban jegyezni, hogy csodákra egyetlen módszer sem képes. Végző stádiumban már lehetetlen a rákos betegeket meggyógyítani. Ennek oka a rák természetéből fakad. Májráknál pl. hiába állítjuk meg a rákos sejtek szaporodását, és hiába pusztítjuk el ezeket a sejteket, ha a májnak már nincsenek ép szövetei, akkor a beteg menthetetlen. Májcirrózis (málmoly) esetén csak azt érzük el, hogy az illető nem rákban, hanem a májfunkció hiánya miatt, a testben felszaporodó mérgek következtében fog meghalni. Ennek a betegségnek felszámolása során tehát a gyógyítás önmagában nem elegendő; nagyon fontos a megelőzés, az egészséges életmód, és a rendszeres szűrés.

Maradjunk még egy kicsit a dualizmusból eredő energiaegyensúly megbonthatóságának orvosi alkalmazásánál. Világunkban a kórokozók elleni védelmet mind jobban nehezíti a multirezisztencia, ami azt jelenti, hogy napjainkra a vírusok és a baktériumok már minden elképzelhető antibiotikum ellen rezisztenssé váltak, még azok ellen is, amelyeket nem ismernek. Legsúlyosabb a helyzet a rákgyógyítás terén. Az előbb említett rezisztencia miatt a kemoterápiás módszerek egyre kevésbé hatásosak. Ráadásul a rákos sejtek kifejlesztettek magukban egy kis „pumpát”, melynek segítségével valósággal kiköpik a nekik nem tetsző vegyi anyagokat, még akkor is, ha azokkal korábban soha nem találkoztak, tehát nem volt rá alkalmuk beazonosítani őket, és megtanulni ellenük a védekezést. Már olyan szuperbaktériumok is vannak, melyek nem csak rezisztensek az antibiotikumokkal szemben, hanem táplálékként fogyasztják őket. (Az első szuperbaktérium a XX. század végén jelent meg, és minden antibiotikumnak ellenáll. Az NDM-1 baktériumot Indiából és Pakisztánból már számos nyugati országba behurcolták, és már sok halálos áldozata van a fertőzésnek. Veszélyességét fokozza, hogy génjei más baktériumokba is átvihetők.)

A fertőzést okozó baktérium kiderítésére csak kórházban végeznek mikrobiológiai tenyésztést. A háziorvosoknak nincs lehetőségük célzott kezelést végezni. Ezért felírnak egy széles spektrumú antibiotikumot, ami olyan hatást vált ki a szervezetben, mint egy szőnyegbombázás. A kórokozó baktérium mellett kipusztítja a hasznos baktériumokat (pl. a bélflórát) is a szervezetből. A gyakori antibiotikumszedés ennél is veszélyesebb hatása, a multirezisztencia. A baktériumok egy idő után rezisztensek lesznek az antibiotikumokra, és szuper baktériummá válnak. Ekkor kezelhetetlenek lesznek, mert semmilyen gyógyszer nem pusztítja el őket. Vannak országok ahol csak mikrobiológia lelet alapján lehet felírni antibiotikumot. A célzott kezelés következtében Hollandiában 1% alatt van a multirezisztens betegek száma. Belgiumban viszont mindenki szabadon vásárolhat antibiotikumot a patikában. Ezért itt lényegesen nagyobb a rezisztencia aránya. Legellentmondásosabb a helyzet az Egyesült Államokban, ahol a beteg feljelentheti az orvost, ha nem ír fel neki antibiotikumot. Itt, ha valaki eltüsszenti magát, már rohan is az orvoshoz, hogy antibiotikumot írasson fel. Ezt az orvos akkor is felírja, ha indokolatlannak tartja, mert nem szeret pereskedni.

A legnagyobb tévedés ezen a téren, hogy a beteg vírusos fertőzés (pl. influenza) esetén is ragaszkodik az antibiotikus kezeléshez, holott az antibiotikum teljesen hatástalan a vírusok ellen. Vírusfer-

tőzésre jelenleg egyetlen gyógymód létezik, az immunrendszerünk. Ha erre a védelmi rendszerre nem vigyázunk, ha egészségtelen életmódunkkal legyengítjük, tönkretesszük az immunrendszerünket, akkor a vírusos fertőzésbe, illetve az általa keltett szövődményekbe bele is pusztulhatunk. Nem véletlen, hogy évente világszerte több százmillió ember hal meg különböző fertőzések következtében.

Egyre nyilvánvalóbb, hogy a mikroorganizmusok meg fogják nyerni a háborút ellenünk. Az antibiotikumos és vegyi kezelés korábban hatékony fegyverét lassan letehetjük, mert már csak a káros mellékhatásuk maradt meg, használni egyre kevésbé képesek. Mindezek tetejébe a kivágott őserdők mélyéről szinte hetente szabadulnak ránk új vírusok és baktériumok, amelyek ellen semmilyen módon sem tudunk védekezni. A legtöbbjüket még beazonosítani sem tudjuk, így bármikor felütheti a fejét egy világméretű járvány, amellyel szemben teljesen tehetetlenek leszünk. A virológusok azt sem tartják kizártnak, hogy a dzsungeléhez hasonlóan a sarki jégtakarók alatt is található ismeretlen kórokozók. Ha a globális felmelegedés következtében ezek kiszabadulnak a jég fogságából, egy olyan vírusrobbanás történik a Földön, ami ellen az ép immunrendszerű emberek is védtelenek lesznek. A több mint 10 ezer éves ősvírusokkal szemben ugyanis nem tudott kialakulni az immunitásunk.

A másik gond, hogy az új kórokozók beazonosítása, a velük szemben hatékony szérumok kikísérletezése, gyártásba vitele és gyógyszerként való engedélyeztetése iszonyatosan sokba kerül, nem is szólva a folyamat időigényességéről. Csupán a gyógyszerengedély kiadását megelőző toxikológiai vizsgálatok, valamint az állatokon majd embereken végzett kísérletek min. 5 évet vesznek igénybe készítményenként. A kellő technológiai fejlettséggel rendelkező nyugati országokban egy új gyógyszer kifejlesztése 800 millió dollárt is felemészthet. Ha ezt a helyzetet összevetjük az új kórokozók rohamosan növekvő számával, hamar rá fogunk jönni, hogy az orvostudomány néhány év múlva csődöt vall. A hagyományos úton haladva nem fogjuk bírni az iramot, az idő- és pénzhiány miatt biztos vesztesként kerülünk ki ebből a versenyből. Ezt egyébként már maguk a tudósok is elismerik. Az „Archives International Medicine” című folyóirat ezt írta egyik vezércikkében: *„Ma már nem az a kérdés, hogy az ember elveszti-e a mikrobák világával folytatott harcot, hanem az, hogy mikor veszti el.”*

Ebben a küzdelemben csak egy módon lehet nyerni, ha felhagyunk a vegyi illetve organikus úton történő védekezéssel, és áttérünk a fizikai módszerekre; közülük is a leghatékonyabbra, a szubatomi energiasugárzásra. A kórokozók fizikai úton történő megsemmisítésének nagy előnye, hogy nem fajspecifikus. Minden élőlény ellen bevethető, függetlenül annak származásától és méretétől. A pusztító hatás azonnali, és semmilyen mellékhatással nem jár az alkalmazása. Mint az előzőekben is láthattuk ennek oka, hogy az egészséges sejtek a szubatomi energiahullámok által elvont energiát a meridiánláncból pótolni tudják. Egyébként a földönkívüliek is ezt az egyszerű és olcsó módszert alkalmazzák a számukra ismeretlen földi vírusok ellen. Az általuk elrabolt emberek elmondása szerint a jármű fogadási csarnokában kékes fényt láttak, amely leginkább a mi germicidlámpánk (germicid = csíraölő) fényéhez volt hasonló. Ezeknek a derengő fényt keltő szubatomi energiahullámoknak az a feladatuk, hogy az űrhajóba általunk behurcolt mikroorganizmusokat megöljék, és ezt követően már „sterilen” kerüljünk át a vizsgáló terembe.

Sajnos ezeknek az energiahullámoknak egyelőre sem az intenzitását, sem a frekvenciáját nem ismerjük. Ezt nekünk kell kikísérleteznünk biológusok, orvosok, fizikusok és mérnökök összefogásával. Különösen a kórházakban lenne nagy szükség erre a fertőtlenítő eszközre. Az Egyesült Államokban pl. évente 2 millió ember betegszik meg kórházban szerzett vírusoktól, és baktériumoktól. Közülük 90 ezer meg is hal. Más országokban még rosszabb a helyzet. A szubatomi energiagenerátor előállításig jó eredményt érhetnénk el aranybevonatú ablakokkal is. A legújabb kutatások szerint az arannyal festett üvegfelületek fertőtlenítő hatást gyakorolnak a környezetre. Napsütés hatására az arany nanorészecskék semlegesítik a levegőben levő káros anyagokat. A Queensland Tudományegyetem kutatói szerint a levegőtisztítás azáltal jön létre, hogy a napsugárzás gerjeszti az arany nanorészecskéinek mágneses mezejét, amely akár a százszorosára is nőhet. A megnövekedett mágneses kisugárzás elbontja a levegőben levő szennyező anyagot, illetve szerves vegyületeket. Ez a folyamat csak nagy tisztaságú arany alkalmazása esetén jön létre, a modern vegyipar által gyártott aranyszínű festékek nem váltják ki ezt a hatást.



A negatív energiasugárzás, azaz a gravitáció elválaszthatatlan az anyagtól. Minden létező anyagnak, vagyis mindannak, ami tárgyasult formát öltött, gravitációs kisugárzása van. A III. fejezet végén a parapszichológiai jelenségek tárgyalása során láttuk, hogy a szubatomi energia világában az egynemű töltések vonzzák egymást. Ennek tudható be, hogy minden anyag kölcsönös vonzást gyakorol a körülötte lévő anyagokra. Erre a legszemléletesebb példa, hogy ha valaki felugrik a levegőbe, akkor nagyon hamar visszazuhan a földre, mert a Föld gravitációs kisugárzása vonzást gyakorol az emberre, mint anyagra, illetve annak gravitációs erőterére. Ez azonban nem mindig van így. Továbbra is megmaradva az előbbi példánál, korábban azt is láttuk, hogy ha az ember théta szinten szabad állapotban levő ősenégiát gyűjt magába, akkor súlytalaná válik. Sőt azt is tudjuk, hogy ha valaki többletenergiát vesz fel, akkor repülni is képes. Ez a jelenség nem azért jön létre, hogy az illető kezével csapkod a levegőben, mintha szárnya lenne, de nem is oly módon, hogy ellöki magát a talajtól, és az így szerzett impulzust használja fel a felemelkedéshez. A súlytalanágnak és a talajtól való elszakadásnak kizárólag az az oka, hogy a Föld negatív energiakisugárzása eltaszítja magától a pozitív energiaprészecskékkal telített testet.



Hawking elmélete alapján az univerzum periodikus tágulási és összehúzódási folyamatának feltételezhető okára is magyarázatot találhatunk. A világegyetem ősrobbanás előtti állapota igen nagy hasonlatosságot mutat a fekete lyukak viselkedésével. Ősrobbanás után az energiaprészecskék a tér minden irányába szétszóródnak, fokozatosan távolodva a robbanás helyétől. A részecskék távolodása, vagyis az univerzum tágulása során elkezdődik az anyag kialakulása. Ez a folyamat évmilliárdokon keresztül megszakítás nélkül tart, és energiakoncentráció révén egyre több anyag keletkezik az univerzumban úgy, hogy előbb hidrogéngáz képződik. A hidrogénfelhőket a szupernóvák robbanása által kiváltott lökéshullámok összepréselik. Ebből por lesz, amely ezután szilárd anyaggá, majd égitestekké áll össze. (Ennek a folyamatnak már tudományos bizonyítékai is vannak. Pár évvel ezelőtt a Cornell egyetem csillagászai a galaxisok közötti térben egy hatalmas, ellipszis alakú hidrogénfelhőt fedeztek fel. A feltételezések szerint egy új csillagrendszer keletkezéséről van szó. Ennek a tőlünk 65 millió fényévnire levő galaxiskezdeménynek az átmérője tízszer akkora, mint a mi Tejútrendszerünk, a tömege viszont csak a tizede.)

A világegyetemben szétterülő anyagmennyiség negatív energiasugárzást bocsát ki magából, és mivel folyamatosan növekvő mennyiségű anyag jön létre, a gravitációs erőterük is egyre nagyobb lesz. Egy idő után a világmindenség anyaghalmazainak gravitációs erőtere már oly mértékűvé válik, hogy megállítja az univerzum tágulását. Jelentős mértékben segíti a megállást, hogy az univerzum tágulása nem lineáris, hanem exponenciális görbe szerint zajlik. Ez azt jelenti, hogy a kezdeti óriási sebesség fokozatosan csökken. A nagy mennyiségben létrejött anyaghalmazok olyan erős vonzást gyakorolnak egymásra, hogy ettől kezdve a galaxisok már nem távolodnak egymástól, hanem engedelmessé válnak a növekvő vonzóerőnek igyekeznek egyre közelebb kerülni egymáshoz. Az anyag fokozatos koncentrációja végül egy hatalmas gömböt eredményez, amelyben annyira erős a gravitációs erőter, hogy az anyaghalmaz összeroppan, és korábbi méretének töredékére zsugorodik. Ebben az állapotban megszűnik az anyag atomi szerkezete, az elektronok belezuhannak az atommagba, majd az atommag is alkotóelemeire bomlik.

Ennek a fekete lyuknak is nevezhető tartománynak olyan nagy a sűrűsége, hogy szinte elképzelhetetlen mértékű a gravitációs erőtere. Ez a végtelen gravitációs erőter mindent magához vonz, ezért semmiféle külső behatás nem képes a stabilitását megingatni. Ennek alapján azt hihetnénk, hogy ez az állapot akár az idők végezetéig is eltarthat, mivel az univerzum koncentrációja után már nem található olyan erő a világmindenségben, amely ezt a helyzetet meg tudná változtatni. Külső erő hiányában valóban semmi sincs, ami ezt a végtelen nagy erőkoncentrációt szétrobbanthatná, ez csak úgy következhet be, ha ez az erő önmagát semmisíti meg. Erre viszont minden esélye megvan, mert a sűrűség növekedésével ennek a felmérhetetlen mértékű erőkoncentrációnak a gravitációs erőtere is egyre nagyobb lesz. A gravitációs kisugárzás viszont energiavesztéssel jár, ami

azt jelenti, hogy csökken a részecskékre gyakorolt koncentráció erő, melynek az lesz a következménye, hogy a fekete lyuk felrobban, és energia formájában szétsugárzódik a világűr minden irányába. Univerzális méretekben ez az esemény az ősrobbanás.

Nem zárható ki annak a feltételezésnek a valószínűsége sem, hogy az anyaghalmoz sűrűsége egy bizonyos határon túl oly mértékűvé válik, amely leállítja a leszakadt elektronok és az atommagok, illetve az atommagot alkotó elemi részecskék saját forgását is. A tengely körüli forgásukban meggátolt atomi részecskék ekkor nagy változáson mennek keresztül, mivel a bennük levő szubatomi energiarészecskék vonzóerejüknek engedelmessé válnak egymáshoz tapadnak, és mint anyag megszűnnek létezni. Ettől kezdve az egyre sűrűsödő anyaghalmoz egy még kisebb és tömörebb energiagömbbé (vagy ahogy a fizikusok mondják szingularitássá) válik, amelynek szintén van gravitációs erőtere, ez azonban már nem negatív, hanem pozitív. Ez a pozitív erőterét azután elkezd magához vonzani a világmindenségben mindenütt fellelhető szubatomi energiarészecskéket is. Az éter megszűnése után az egész világegyetem egy roppant sűrűségű energiagömbbe koncentrálódik, amely a dogon mitológia szerint a semmi közepén pihen. Ezután következik be az úgynevezett ősrobbanás, amelynek ereje spirál alakban szétsugározza a hatalmas tömegben összesűrűsödött energiakvantumokat. A szabaddá vált energiarészecskék a tér minden irányába egyenletesen szétszóródnak, és egyre távolabb kerülnek az ősrobbanás helyétől. Az energiarészecskéknél ez a gigantikus méretekben lezajló távolodása évmilliárdokon keresztül tart, és ez okozza a világegyetem tágulását. Az ősrobbanás után energiakoncentráció útján megindul az anyagképződés, és minden kezdődik előlről.

Ez utóbbi feltevésnek a realitását támasztja alá, hogy a fizikusok kiszámították az univerzum kezdeti hőmérsékletét. Mint tudjuk, a kozmikus háttérsugárzás hőmérséklete fokozatosan csökken. Jelenlegi értéke 3 fokkal magasabb az abszolút nulla foknál, azaz -273 °C -nál. Ebből kiszámolható, hogy a világegyetem hőmérséklete 1 másodperccel a tágulás kezdete után mintegy 10 milliárd fok volt. Ilyen hőfokon viszont nem létezhet anyag, ami alátámasztja az univerzum kezdeti anyagtalanság állapotát. Anyag hiányában nem létezett idő sem, sőt az éter megszűnésével tér sem. Azt nem tudjuk, hogy a szubatomi energiarészecskékből álló gömb mekkora volt. A szakirodalomban gyakran emlegetett szingularitás kifejezésből sokan arra következtettek, hogy akkora mint egy pont, vagyis végtelenül kicsi. Ez az elképzelés azonban fordítási hiba következménye. Az angol „singularity” szó köznapi értelemben furcsát, különlegeset, egyedit, különös dolgot jelent. Matematikai szakkifejezésként azt a pontot értik alatta, ahol az értelmezési tartomány véget ér, ahol a megoldás érvényessége megszűnik, ahol bármilyen meglepetésre számíthatunk. A szingularitás tehát ez esetben nem pontot jelent, hanem egy állapotot, ahol a józan ész megáll, ahol a legmeghökkenőbb következtetés is előfordulhat.

A szingularitásnak nevezett energiagömb pontos méretét tehát nem ismerjük, de megközelítő számításokat végezhetünk a kiterjedésére vonatkozóan. A neutroncsillagban egy Nap méretű csillag 10 km átmérőjűre zsugorodik össze. Ennél fogva 1 cm^3 térfogatú neutroncsillag tömege kb. 1 milliárd tonna. A belsejében uralkodó hatalmas hőmérséklet és nyomás felbontja, plazmává alakítja az atomjait. A rohamosan növekvő tömegvonzás az elektronokat belepréseli az atommag protonjaiba, és neutronokká alakítja. A fekete lyukban egy Nap méretű csillag már néhány száz méter átmérőjűre zsugorodik. (A Nap átmérője 1 392 000 km.) Ezekben az égitestekben a neutronokat felépítő kvarkok, és az őket összetartó gluonok forró plazmává olvadnak össze. Csak azért nem látszik az izzásuk, mert a fekete lyuknak már olyan nagy a gravitációs erőtere, hogy a fényt alkotó fotonokat is magába szippantja. Mivel az elektron és a szubatomi energiarészecske közötti méretkülönbség több mint 12 nagyságrendű, ennek megfelelő méretcsökkenés következhet be az anyag szubatomi energiarészecskékké válása, vagyis az univerzum energiagömbbé alakulása után. Ezt hozzáadva a fekete lyuknál tapasztalható közel 6 nagyságrendnyi méretcsökkenéshez, a szubatomi energiagömb mérete kb. 18 nagyságrenddel kisebb a magába szippantott neutroncsillagoknál.

A világegyetem élettartama tehát véges. Ennek számszerű értékét nem ismerjük, de a jelenlegi tudásunk alapján hozzávetőleges becsléseket már folytathatunk. Hawking szerint, ha a világegyetem galaxisaiban fellelhető összes csillag tömegét összeadjuk, akkor a tágulás megállításához szükséges tömegnek alig 1%-át kapjuk. Amennyiben figyelembe vesszük a galaxisokban a bolygók, s a látha-

tatlan por és gáz tömegét, akkor az össztömeg már kb. 5%-ra emelkedik. Ehhez jön még az úgynevezett „sötét anyag”, ami nem más, mint a fekete lyukak által elnyelt anyag. Ennek csillagászok által becsült mennyisége 23%. A maradék 72% az éter, a láthatatlan szubatomi energia, vagy ahogy sokan nevezik a sötét energia. Az összehúzódás valószínűleg akkor fog elindulni, amikor már több anyag lesz az univerzumban, mint energia. Tehát még 13%-nyi éternek kell anyaggá alakulnia. A jelenlegi tudományos álláspont szerint az univerzum 13,7 milliárd éves. Ebből már könnyen kiszámítható, hogy az univerzum tágulási periódusa kb. 25 milliárd évet vesz igénybe. Amennyiben feltételezzük, hogy az összehúzódás sem fog gyorsabban végbemenni, mint a tágulás, akkor az univerzum élettartama, vagyis a teremtés egy-egy periódusa kb. 50 milliárd évig tart. Ez természetesen már nem fog bennünket érinteni; azért sem, mert addigra a Tejútrendszer csillagai kis fehér törpéké vagy neutroncsillaggá válnak, amelyek a galaxisunk közepén korábban kialakult nagy fekete lyukba masíroznak.

A fentiek alapján arra a következtetésre juthatunk, hogy a Mindenható még a világmindenség létrehozását sem saját kezűleg végzi, hanem olyan fizikai törvényeket állított fel, amelyek saját szabályaiknak megfelelően, minden külső beavatkozás nélkül alakítják ki újra és újra az univerzumot. Ezeknek a törvényeknek a legfőbb őre és mozgatórugója a dualitás. A dualitás törvénye azonban nem csak a világegyetem kialakulásának a kényszerítője, hanem az összehúzódási folyamat, vagyis a megsemmisülés előidézője is. A fokozódó anyagképződés ugyanis az anyag-energia egyensúly megbomlásához vezet, és ez az egyensúlyvesztés, a dualizmus törvényének a megsértése váltja ki az univerzum pusztulását.

Ezek után minden bizonnyal sokakban felmerül még egy kérdés: Vajon mióta tart ez a folyamat? Volt-e a teremtésnek kezdete, és lesz-e vége? Ennek a dilemmának az eldöntésére a földi tudomány egyelőre még találgatások formájában sem vállalkozik. A régi írások között azonban található egy részletes számadatokkal szolgáló forrásmű, a Mahábhárata. Ebből a több mint három és félezer évvel ezelőtt keletkezett ősi indiai eposzból megtudhatjuk, hogy a teremtést elindító isten nem él örökké. Élettartama 36 ezer Brahma-nap. Ezt követi Brahma éjszakája, amely ugyanennyi ideig tart. Az univerzum ura tehát 72 ezer égi napig él, ami 311 040 000 000 000 földi napnak felel meg. ($72\,000 \times 4\,320\,000\,000$) Ez az időtartam csak a mi idősíkunkon számít csillagászati értéknek. A mennyei szférában ez kb. 200 éves élettartamot jelent. ($72\,000 : 365,25 \text{ nap} = 197,125 \text{ év}$) Minden Brahma-nap egy világnapnak (szanszkrit nyelven kalpa-nak) felel meg. „A világnappal hajnalán Brahma kiárasztja magából a mindenséget, véghezviszi a teremtés művét. A világnappal végét Brahma éjszakája követi, amikor minden visszaolvad kútfejébe, a végtelen és megközelíthetetlen Brahmanba.” A világnap nem más, mint egy világkorszak, amely két szakaszra oszlik: a folyamatos keletkezésre, majd az ugyanannyi ideig tartó pusztulásra. A hindu felfogás szerint mi az univerzum 18 001. kalpájában, vagyis világkorszakában élünk, ami azt jelenti, hogy a jelenlegi Brahma isten eddig hozzávetőleg 18 ezerszer teremtette újra a világegyetemet, és még majdnem ennyiszor fogja ezt megtenni.

Ezt követően Brahma maga is megszűnik létezni, visszaolvad eredetébe, a személytelen Brahmanba. (Mint már szó volt róla, ez a misztikus állapot valószínűleg nem a megsemmisülést jelenti, hanem azt, hogy a fejlődésének csúcsára ért Brahman léleksejtekre oszlik, és apró lélekkezdeményekként vesz részt a további fejlődésben.) A teremtés ismétlődő folyamata azonban nem ér véget, csupán a tevékeny isten személye változik. Egy új Brahma lép elő az Ősokból, hogy újabb 36 ezer cikluson át végezze a fejlődési spirál szakaszokra osztódó fenntartását. A mindenség ura csupán személyessé vált kisugárzása az igazi Ősoknak, a felfoghatatlan, a szóban és gondolatban kifejezhetetlen Brahmának.

Sajnos ebből még mindig nem világlik ki, hogy mióta tart ez a folyamat, hány Brahma volt eddig, és még mennyi lesz. Erre a kérdésre a nálunk nagyságrendekkel fejlettebb civilizációk sem tudnak felelni. A földönkívüliektől származó információk szerint a személytelen, meg nem nyilvánuló isteni Őserő mindig volt, és örökké lesz, így nincs értelme kutatni a kezdetet és a véget. A hindu mitológia szerinti univerzumképhez szervesen hozzátartozik még, hogy Brahmának csak a teremtés elindításában van szerepe. Az ősenergiából megteremtí az egyetemes élet magvait, kezdetét és alapjait, beleárasztva a természet törvényeit, melyekben a létezés további kibontakozásának lehetősége rejlik. A mérhetetlen időben folyamatosan ható törvényeken azonban már Visnu, a fenntartás istene

uralkodik, ő az aki a világok szüntelen keletkezését felügyeli, a mindenséget fenntartja és élteni. A keletkezéshez szorosan hozzá tartozik az elmúlás is. Az örökös változás fenntartója Siva, a pusztító isten, aki a megszületett világok, végül az univerzum szétbomlását felügyeli, hogy helyet adhasson az újnak, a tökéletesebbnek.

Fejlődésünk buktatói

Bizonyos szempontok miatt szólni kell arról, hogy a világban szaporodnak a hírek a különböző UFO-megfigyelésekről. Technikai fejlődésünk felgyorsulásával a hozzánk legközelebb álló galaktikus civilizációk egyre több felderítő járművet küldenek hozzánk. Egyes hírforrások szerint hivatalos körök évente több mint 2500 UFO-berepülést észlelnek és tartanak nyilván. Az elmúlt 30 év során 15 millió UFO-bejelentés érkezett, és ebből 80 000 bizonyult igaznak világviszonylatban. A bejelentett eseteket a lehető legrövidebb időn belül alaposan kivizsgálják, és a rendelkezésre álló tárgyi bizonyítékokat begyűjtik. A vizsgálatok eredményéről azonban eddig még nem adtak ki széleskörű tájékoztatót. Az egyes országok kormányai azzal az indokkal titkolják el értesítéseiket, nehogy a lakosság körében pánikot keltsenek. Nem akarják tudomásul venni, hogy az emberek túlnyomó részének ma már egyáltalán nem jelent problémát annak a ténynek az elfogadása, hogy léteznek rajtunk kívül is értelmes civilizációk a világűrben.

A titkolódzás másik oka, hogy a világ vezető politikusai félnek egy kozmikus inváziótól. Ezeknek az aggodalmaknak ugyan semmi komoly alapja sincs, de ha lenne, az agyonhallgatás akkor sem a legjobb védekezési forma. Egy világméretű katasztrófa valószínűsége esetén osztársadalmi összefogásra van szükség, de hogyan segítsenek az emberek akkor, ha a leglényegesebb dolgokat eltitkolják előlük, sőt különböző hazugságokkal és dezinformációval félrevezetik őket. Amíg a kormányok az állampolgárokat nem tekintik nagykorúnak, amíg a nép nem ébred rá, hogy mi zajlik körülötte, addig nem tudnak kiválni belőle azok a személyek, akik képesek lennének segíteni a problémák leküzdésében. A problémamegoldáshoz ugyanis információra van szükség; aki nincs tisztában azzal, hogy mi a baj, az nem keres rá ellenszert sem. Egy agyonmanipulált társadalom képtelen hatékony adatszolgáltatásra, a hatalommal való kooperálásra, már pedig ma már világosan látható, hogy a kormányzatok széleskörű segítség nélkül képtelenek megbirkózni a világunkat veszélyeztető problémákkal. Civilizációnk minden egyes tagjának összefogására van tehát szükség, de ez csak akkor lehetséges, ha a hatalom alapvetően változtat eddigi politikáján. A titkolódzás stratégiai szempontból is erősen kifogásolható, mert még ha komoly veszély leselkedne ránk, akkor is előnyösebb a széleskörű tájékoztatás, mint az agyonhallgatás, mivel jobb ma egy pánik, mint holnap egy összeomlás.

Mindenesetre nem ártana megkérdezni az illetékeseket, hogy ha nincsenek földönkívüliek, akkor a jelenleg hatályos amerikai törvények miért tiltják a velük való kapcsolatfelvételt. Az 1969. július 16-án kelt Szövetségi Szabályok Gyűjteményében az 1211. szakasz 14-es bekezdése azt írja, hogy: *„Az Egyesült Államok polgárainak tilos kapcsolatba lépni Földön kívüli egyénnel vagy járműveikkel. Azok, akik ebben vétkeznek találatnak, karanténba zárandók, és egyéves börtönbüntetésre, valamint ötezer dollár pénzbüntetésre ítélandók.”* Ennél is szigorúbb törvények vonatkoznak a kormánytisztviselőkre, valamint a fegyveres erők tagjaira. A költségvetési szervek hivatalnokai UFO-ügyekben a JANAP 146 rendelet szerint kötelesek eljárni. A rendelet végrehajtását az amerikai légierőnél a 200-2. számú parancs szabályozza. Betartása oly drákói cenzúrát eredményez, ami gyakorlatilag meggátolja az ilyen jellegű információk kiszivárgását.

Az amerikai haditengerészet is rendeletben szabályozza, hogy mit kell tenni, ha az állományába tartozók UFO-val találkoznak. A Marine Raport Procedure Nr. OPNAV 94-P-3B számú előírás részletesen ismerteti az ellenség észlelésekor használandó riasztó rendszereket. Az ellenséges hadihajók, tengeralattjárók, repülőgépek és rakéták mellett a kiadványban az Azonosítatlan Repülő Objektumok is szerepelnek. Hogy senkinek se legyenek kétségei miről van szó, a hadihajók és tengeralattjárók legénysége megkapta a két leggyakoribb UFO-típus körvonalrajzát. Ebből is látható, hogy itt nem az elismeréssel van probléma, hiszen már törvény is született a kapcsolatfelvétel korlátozására, illetve ezeknek az eseteknek az eltitkolására. Politikusaink azért nem foglalkoznak az UFO-

jelenséggel, mert megdöbbenő számukra, hogy vannak olyan értelmes lények, akik nem engedelmeskednek az akarataknak, és a hadseregünk is tehetetlen velük szemben.

Úgy látszik, az idegen civilizációk tagjait is bosszantja, hogy a hivatalos szervek tagadják a létezésüket, ezért már nemegyszer megkísérelték felhívni az emberiség figyelmét a jelenlétükre. Korábban különböző állatok egyik helyről másira való átteleportálásával próbálkoztak. 1861. február 16-án Szingapúrban egy földrengés és egy háromnapos özönvízszerű esőzés után mintegy 20 hektárnyi területen ezrével találtak élő törpeharcsákat. A közeli folyó áradása nem magyarázhatta ezt az eseményt, mert zártkertekben is találtak égből hullott halakat, ahová az áradás nem ért el. 1881 májusában az angliai Worchesterben tonnányi hal és rák hullott az égből, amelyeket a helybeliek összegyűjtöttek, és a piacon értékesítettek.

Tanúvallomások szerint 1848. május 5-én délután Londonban hirtelen minden előjel nélkül szél kerekedett. Azután elhomályosodott a nap és a városra sötét éjszaka borult. Egy lépésre sem lehetett ellátni. Ezt követően közel egy óráig tartó víz és haleső eredt el a városban. A tizenöt centiméter hosszú halak ezüstszínűek voltak, nagy uszonyokkal. Az incidens után szinte minden brit egyetemre elküldték a halmintákat. De egyik tudós sem tudott kielégítő magyarázattal szolgálni. Azt nyilatkozták, hogy még sosem láttak hasonló halfajtát. Ennél is gyakoribb volt a békaeső. 1683-ban az angol Norfolk grófságban békák tömkelege árasztotta el Acle falut. 1873. július 12-én a Missouri állambeli Kansas City lakói egy felhőszakadás alkalmával fehér békákat láttak hullani az égből olyan nagy mennyiségben, hogy több négyzetkilométeren lépni sem lehetett tőlük.

Időnként más állatokra is sor került. 1578-ban a norvégiai Bergenben egerek, 1578-ban az USA-beli Utah államban gyíkok, 1977-ben Memphisben kígyók, 1978-ban az ausztráliai Új-Dél Wales-ben pedig garnélarákok estek az égből. Ez a jelenség ma sem ritka. 2004-ben a kínai Dzsincu tartomány Taicsu nevű falujában pintyeső hullott az égből. A közel 10 ezer apró madár teteme percek alatt betemette a települést. A hatósági vizsgálat kizárta, hogy a madárinfluenza lenne a jelenség oka. Az eset a kínai újév első napján történt, ami a hagyományok szerint rossz előjelnek számít. Leggyakrabban halak és békák esnek az égből, de az emberek találkoztak már egerekkel, varánuszokkal, tengeri rákokkal vagy macskákkal is. Néha élve, máskor csonttá fagyva landolnak a földön. Ez utóbbi állapotot a tudósok azzal magyarázzák, hogy az állatok magasabb légköri részekbe jutnak, ahol egyszerűen megfagynak.

De nem csak állatok hullanak az égből. 1786-ban fekete tojások hullottak Haiti fővárosára. 1969-ben Floridában apró golflabdák ezrei potyogtak alá, USA Iowa államának Keokuku nevű városban ásványvizes dobozok, Kaliforniában pedig édes eső, amelyből az amerikai állam lakói azonnal szirupot készítettek. Több alkalommal próbálkoztak növényi eredetű terményekkel is. 1867-ben Dublinra óriási diózáport zúdítottak, amely ellen még a sisakos rendőröknek is menedéket kellett keresniük. 1971-ben egy brazil tanyára afrikai eredetű bab hullott. 1979. február 12-én mustármag és zsázaeső árasztott el Southamptonban egy angol kertet. Az ásványi- és egyéb anyagok sem hiányoztak. 1682 májusában több órán át köeső hullott egy tehetős földbirtokos, George Walton házára. A különböző méretű kövek átszakították a mennyezetet, szétverték a falakat, és megrongálták az épület berendezéseit. A következő köeső már nem kímélte a birtokon élő parasztok házeit sem. A legnagyobb kődarabok súlya elérte a 15 kilogrammot. 1921. és 1922-ben a kaliforniai Chicoban 9 hónapon át hullott a köeső. Az angliai Poole városban nem is olyan régen, 1980-ban széneső hullott a felhőtlen égből. Hamburg lakói szerencsésebbek voltak. Rájuk 1976-ban 2000 márka esett nagy magasságból. 1957-ben pedig a francia Bourgés városra hullott több száz darab ezerfrankos. Ezenkívül hullott már az égből nyers hús és vér is.

Mi sem maradtunk ki az „égi áldásból”. 1642. december 12-én Budán ólom és cinkeső esett olyan nagy mennyiségben, hogy a törökök tálakban vitték a fémeket a pasa elé. Ezt a megszálló sereg fővezére intő jelnek tekintette. Nem tévedett. Néhány évtized múlva véget ért a 150 éves török megszállás Magyarországon. Az emberek többsége azonban nem tulajdonított túl nagy jelentőséget ezeknek a jelenségeknek. A babonások az ördögök művének tekintették a kövek és egyéb anyagok hajjgálását. Mások megpróbálták a dolgot természeti jelenségként elkönyvelni. Sokak szerint forgósél vagy víztölcser idézi elő ezeket a titokzatos erőket. A rejtélyes égi áldások jelentős

része azonban csendes, derült időben, felhőtlen égből hullott alá. A hurrikán-magyarázat azért is sántít, mert a forgósél nem képes kiválogatni a vízből a halakat. Nem szelektálja a tó vagy a tenger élővilágát, hogy most csak törpeharcsákat, vagy békákat – közülük is kizárólag fehéreket – szippantom fel, a többit ott hagyom.

Ennek a jelenségen az előidézésére csak egy intelligens erő képes. Ezt támasztják alá azok az elgondolkodtató esetek is, amikor véreső kíséretében kereszték hullottak az égből. Ez többször is előfordult. Az elsőt 764-ben jegyezték fel Franciaországban. Aztán 1501 húsvétján Németalföldön, majd 2 évvel később Németországban megismétlődött az eset. 1503-ban Lipcse városára fából faragott kereszték hullottak. Tudósainkat még kevésbé gondolkodtatták el a hihetetlen események. Amikor pl. több méteres jégtömbök zuhantak alá az égből, azzal magyarázták a jelenséget, hogy ezek a világűrűből származnak. 1896-ban a németországi Essen városára hullott jégtömbben azonban egy belefagyott pontyot is találtak.

Ennek a jelenségnek az előidézésében a túlvilági erőknek is szerepük lehet. Legalábbis erre lehet következtetni az alábbi történetből: 1856 egy spanyol katolikus misszionárius, José Manuel Subirana ellátogatott a mai Honduras Yoro térségébe. Az ottani szegényekkel történt találkozás során ki mondhatatlan szomorúságot érzett. Ennyi embert étel nélkül már rég nem látott. Ezért szorgalmasan imádkozni kezdett. Három napon és három éjen át könyörgött, hogy Isten adjon ennek a népnek valamilyen táplálékforrást. Azóta a májustól júliusig mindig halak tonnái hullnak a földre. Már több mint 100 éve hullanak halak Hondurasban. A helyi lakosok már úgy megszokták ezt a jelenséget, hogy teljesen magától értetődőknek tekintik. Szemtanúk leírása szerint a haleső minden évben hasonlóan kezdődik. „Az égen minden előjel nélkül sötét felhő jelenik meg. Ezután vakító villámlás, erős szél és heves eső következik. Amint az eső eláll, az utcákon és a földeken élő halak ezrei hemzsegnek.

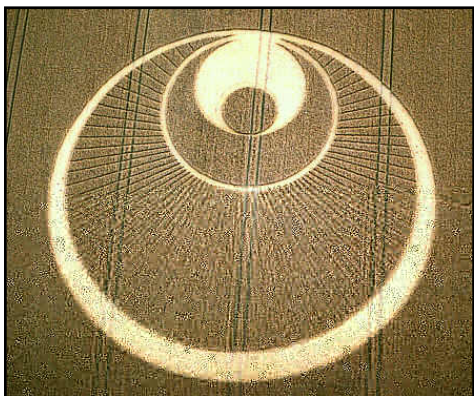


Korunk emberének technikai érdeklődését kihasználva, időközben áttértek a modern világunkhoz igazodó jelenségek előidézésére. Ennek leglátványosabb módja az volt, amikor az UFO-jukból kiáramló koncentrált energiasugázzal angliai gabonátlábkba szabályos mértani alakzatokat, sőt az alábbi szöveges üzenetet rajzolták: **„We are not alone!”** vagyis: **Nem vagyunk egyedül!** Ennek a 12 m magas betűkből szóközmentesen kirajzolt feliratnak a hossza 61 m volt. Bár időközben néhány tréfás kedvű szélhámos is megpróbált különböző mértani ábrákat készíteni, ez azonban mit sem változtatott annak a felmérésnek az eredményén, amely szerint csupán 1990-ben az angliai Stonehenge környékén, egy hatalmas háromszög alakú területen több mint 1200 ilyen ábrát szá-

moltak össze. Ezek az ábrák többnyire éjszaka készültek, de vannak szemtanúk, akik nappal is látták, sőt egy ízben le is filmezték az égből alászálló UFO-kat, amelyek az óra járásával ellenkező irányban kb. 5 perc alatt készítették el egy-egy nagyméretű ábrát. Ennek a mintázatnak a legfeltűnőbb tulajdonsága az, hogy körvonalai élesen elhatárolódnak a környező gabonátláblától, a koncentrált energiasugázzal felpuhított szalmaszálak pedig nem törnek, hanem szabályos ívben meghajlanak. Ennélfogva itt a kalászok egy idő után kiegyenesednek, és tovább növekednek, nem úgy, mint a letaposott gabonaszáraknál. Ráadásul a meghajlott szalmaszálak sokszor bonyolult alakzatokat képeznek: köröket, spirál alakú mintákat, hajfonatszerű szerkezeteket.



Léteznek a megszokottól teljesen eltérő gabonakörök is. Meglehetősen fura ábrára bukkantak Magyarországon, egy Cegléd mellett búzatáblában 2003. május 28-án. Úgy nézett ki, mint egy fél-



behagyott **8**-as szám. Különlegességét az adta, hogy a rajzolatát nem a búzaszálak elhajlítása, hanem az elszíneződése okozta. Kb. 1,5 méter széles sávban egy szabályos körgyűrűt rajzoltak, majd szorosan alája egy nagyobb átmérőjű ellipszist. Ez lett volna a 8-as szám alja, de csak félig készült el. A bal oldala hiányzik. Vagy megzavarták őket a rajzolásban, vagy ez a félig kész 8-as valamilyen szimbólum, amely nálunk ismeretlen. A tájolását sem bízták a véletlenre, mert a hossz tengelye éppen észak-déli irányban helyezkedik el. Vizsgálataik során a magyar UFO-kutatók semmilyen biokémia szer vagy vegyszer nyomát nem találták, ezért nem tudták

megállapítani, hogy a sárga búzatáblába hogyan került a fekete ábra. Égés, pörkölődés nyomaira sem bukkantak, és a radioaktivitás szintje is megfelelt a normál háttérsugárzásnak. Az elszíneződött búzaszálak pozitív mágneses kisugárzását ők sem tudták megmérni, mert az éteri sugárzás kimutatására jelenleg nem létezik műszer. Ennek a fajta sugárzásnak az érzékelése ma még csak varázsvesszővel lehetséges, ami a tudomány jelenlegi álláspontja szerint nem tekinthető egzakt mérési eredménynek.

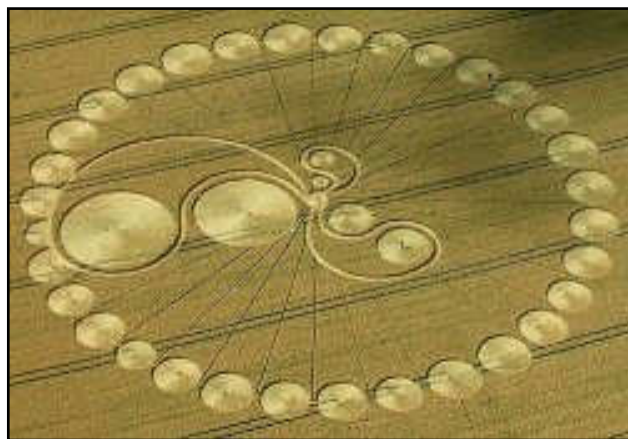
Különös tulajdonságuk még ezeknek az ábráknak, hogy az egyes minták közepén misztikus hangokat lehet hallani. Magnószalagra véve a NASA tudósai ki-elemeztek ezeket a hangokat, és arra a következtetésre jutottak, hogy ez feltehetően egy idegen civilizáció meglehetősen gyors ritmusú beszéde. Valószínűleg így akarnak közölni velünk valamit, de nem értjük, hogy mit. Időközben a kör alakú ábrák ki-

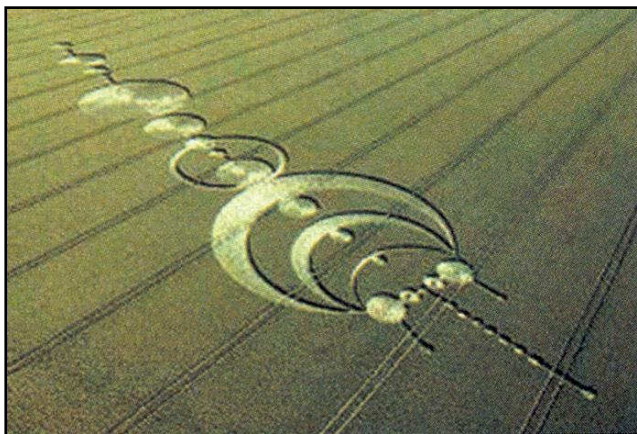


egészültek bonyolult piktogramokkal is, amelyek Földünkön honos állatokat ábrázolnak. Ezek a művészi színvonalú rajzok feltehetően azt a néhány tudós által vallott nézetet akarták szétoszlatni, mely szerint ezeket az ábrákat ionizált légörvények hozzák létre.

Valamivel érthetőbb már az a jelenség, hogy az állatok messze elkerülik ezeket az ábrákat, a különös jelek környékén tartózkodó emberek pedig egy idő után fejfájásra majd hányingerre, szemgyulladásra panaszkodnak. Ennek minden bizonnyal az a magyarázata, hogy az UFO-ból kiáramló koncentrált szubatomi

energiasugárzás elnyelődik az elhajlított gabonaszálakban, valamint a talajban, és az erős sugárzás többletenergiát sugároz a szervezet Yang meridiánjaiba. Mint már szó volt róla, a meridiánrendszer energiaegyensúlyának felbomlása különböző betegségeket vált ki a szervezetben, és ennek legkorábban észlelhető megnyilvánulása a fejfájás. Akadnak azonban olyanok is, akikre éppen ellenkező hatást gyakorol ez a sugárzás, megszabadulnak fájdalmaiktól, és megerősödnek. Ez akkor fordul elő, ha az illető Yang energiahiányban szenved. Az ily módon bevitt többletenergia helyreállítja a meridiánrendszer egyensúlyát, és megszünteti a betegséget. Ennél is különösebb jelenséget idéz elő a gabonakörökben felszedett magvak elfogyasztása. A bennük koncentrált energia megnöveli a szervezet bioenergia-szintjét, ami a felgyorsult anyagcserétől kezdve az álmatlanságon

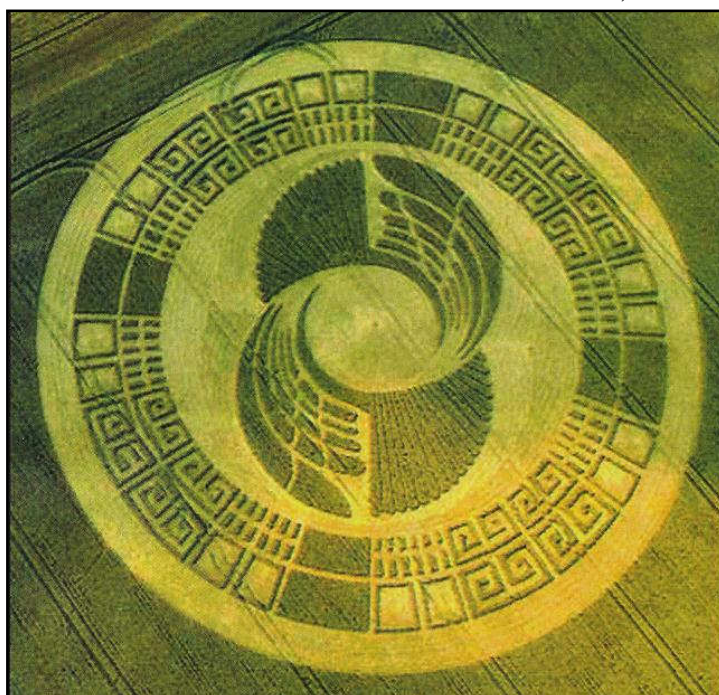




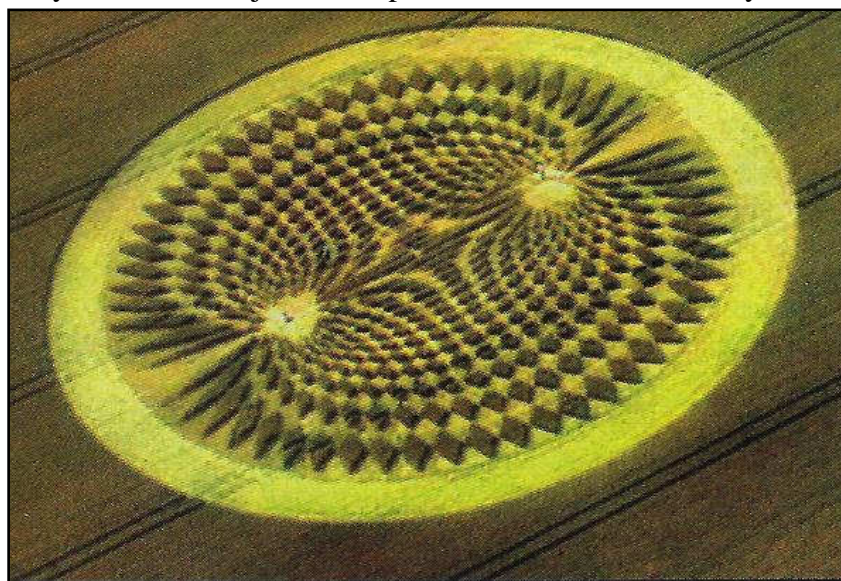
át különböző víziók átéléséig sok mindent okozhat. Gyakran megesik az is, hogy az illető testéből kiáramló fokozott energiasugárzás rövidzárlatot okoz a környezetében levő elektromos berendezésekben. Emiatt kifejezetten veszélyes ezeknek a helyeknek a látogatása a szívritmusszabályzóval élőknel. Az intenzív mágneses sugárzás ugyanis leállítja a szívritmusszabályzó áramforrásban az elektronáramlást, és emiatt működésképtelenné válik a készülék. Ha ez megtörténik, azonnal húzzuk távolabb az ájult embert. A sugárzás csökkenésével a szívritmusszabályzó impulzusok újra

megindulnak.

A koncentrált szubatomi energiasugárzást azonban nem csak közvetett úton lehet érzékelni, hanem minden esetben kimutatható a jelenléte varázsvesszővel is. Erős energiasugárzás esetén a kör középpontjába helyezett iránytű körbe forog, az elektronikus hang- és kép-rögzítő készülékek időlegesen működésképtelenné válnak, a rádiók pedig elhallgatnak. Az iránytű vad forgásának az az oka, hogy a mágnesezett nyelv megpróbál függőleges helyzetet felvenni. Ez is azt bizonyítja, hogy a mágnesező hatás felülről érkezett, de már csak az alsó pólus, a besugárzott föld van jelen. A szubatomi energiasugárzás intenzitására jellemző még, hogy az ezeken a helyeken learatott gabonaszemekben a biológusok különböző génmutációkat fedeztek fel.



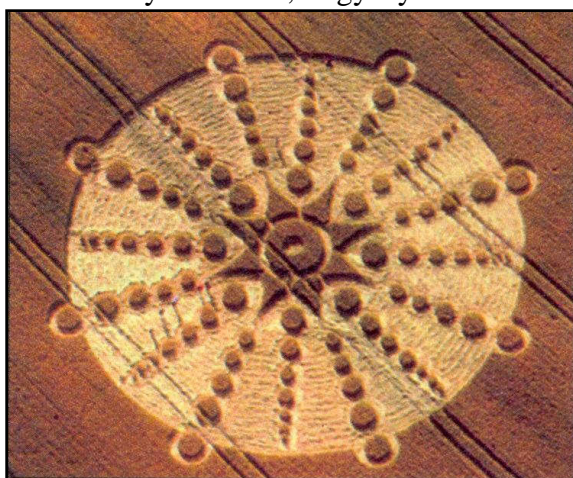
A legelgondolkoztatóbb azonban egy hatalmas ábrának az a négy egymás mellé rajzolt jele volt, melynek megfejtése arra enged következtetni, hogy ebben a figyelemfelkeltő tevékenységben Atlantisz vagy Mukulia elszüllyedt civilizációja is szerepet vállalt. Ez az óhéber nyelven közölt üzenet így szólt: „Hadd él-



jünk!” Ennek realitását támasztja alá az a sokak által nem eléggé hangsúlyozott megfigyelés, hogy a gabonatóblákban a nagyméretű körök mellett nem egy esetben láthatók voltak kisebb háromszögek is. Ezenkívül a körök túlnyomó része is egy óriási háromszög alakú területen található, amely arra utal, hogy ennek a körülménynek alapvető jelentősége van a titok megfejtésében. Nem zárható ki, hogy a két föld alá vonult civilizáció ezzel a képzetársításra ösztönző szimbólummal kívánta felhívni a figyelmünket arra,

hogy ők a Bermuda-háromszög illetve a Sárkány-háromszög térségében élnek.

Mindezen fáradozások ellenére a hivatalos tudomány mind a mai napig nem hajlandó elismerni, hogy ezek az ábrák egy magasan fejlett civilizáció művei. Amíg csak kö-
röket rajzoltak a gabonátlábkba azt mondták, hogy ez a forgószél műve. Erre földi állatokat ábrázoló alakzatokat, majd különféle feliratokat készítettek. Ezt követte egy óriási pókháló pontos kirajzolása, majd egy rúd-
magnes tudományos alapossággal ábrázolt mágneses mezeje. Ekkor azzal álltak elő, hogy ezt a hamisítók művelték. Mindezek láttán új módszerekhez folyamodtak. Egyre bonyolultabb, kézi úton egy éjszaka alatt elkészíthetetlen ábrákat kezdtek el rajzolni. Köztük egy Mandelbrot-ábrát, amelyről még a cambridge-i egyetem matematikai tanszékének professzo-
rai is azt nyilatkozták, hogy ilyen rövid idő alatt, és ilyen precizitással kivitelezve ők sem mernék



vállalni az elkészítését. Ezt követően egy olyan pik-
togramot hoztak létre, amely 175 különböző nagy-
ságú ábrából állt. Erről a 700 méter kiterjedésű, és
teljes egészében csak repülőgépről látható pikto-
gramról már senki sem hihette, hogy az éj leple alatt,
megtévesztés céljából készült; hacsak nem szállta meg
egy hadseregnyi hamisító a környéket, hogy reggelre
készen legyenek vele. Mellesleg ezt az esetet több
szemtanú is látta különböző irányból. Az egybe-
hangzó élménybeszámolók alapján ezt a csodálatos
formációt két szivar alakú UFO készítette 30 má-
sodperc alatt. Miután nekik sem hittek a kutatók, az
idegenek ember által megközelíthetetlen helyeken

kezdték el rajzolni. Sarki területek havában, majd elérhetetlen szakadékok mélyén hoztak létre elké-
pesztő ábrákat. Ezek azonban messze voltak, és a tu-
dósok nem vették maguknak a fáradságot, hogy meg-
tekintsék őket.

A tudati felvilágosításunkat szorgalmazó ide-
genek még ekkor sem adták fel, hanem taktikát vál-
tottak. Technikai fölényüket kihasználva nem csak
megrajzolták az egyre komplikáltabbá váló ábrákat,
hanem besugározták őket gyógyító energiával. Ez
úgy derült ki, hogy egy légzési allergiában szenvedő
angol asszony azt érezte, hogy összeszorul a torka,
amikor belépett egy óriáskereket ábrázoló gabona-
körbe. Miután hazament, néhány napi torokfájás után légzőszervei kitisztultak, és megszűnt az évek
óta tartó betegsége. Cherry Needham gerincbántalom-
ban szenvedett. Egy kora nyári napon valamilyen lát-
hatatlan erő a lockeridge-i alakzat közepébe vonzotta.
Amint távozni akart belőle, a titokzatos erő vissza-
húzta a gabonakörbe. Állj fel, és forogj – suttozta egy
idegen hang. A beteg megszívlelte a tanácsot. A kö-
vetkező héten örömmel tapasztalta, hogy fájdalma
teljesen megszűnt. 1997-ben a petersfieldi Diana M.
szintén egy gabonakörben szabadult meg a csontrit-
kulás által okozott fájdalomtól.



Ezekre az esetekre nem tudnak magyarázatot adni
a tudósok. Ezért most az ilyenkor szokásos taktikát

alkalmazzák, agyonhallgatják az ügyet. Sajnos még az ismeretlentől való félelem is a kezükre játszik. Nem régen két angol szemtanú a Wilt Shire-megyei Knapp dombon állva alacsonyban szálló helikoptereket figyelt meg a frissen készült gabonakörök fölött. Egyikük egy plazmaburokkal körülvett UFO-t üldözött, amikor megjelent egy másik fénygömbnek látszó jármű, és most az kezdte el üldözni a helikoptert. Ezt a bizarr eseményt a szemtanúk videó kamerával rögzítették, de eddig még nem mertek vele a nyilvánosság elé állni. Mindenesetre elgondolkodtató, hogy a brit légierő miért üldöz „nem létező UFO-kat” olyan gabonakörök felett, amelyeket „hamisítók” készítettek.

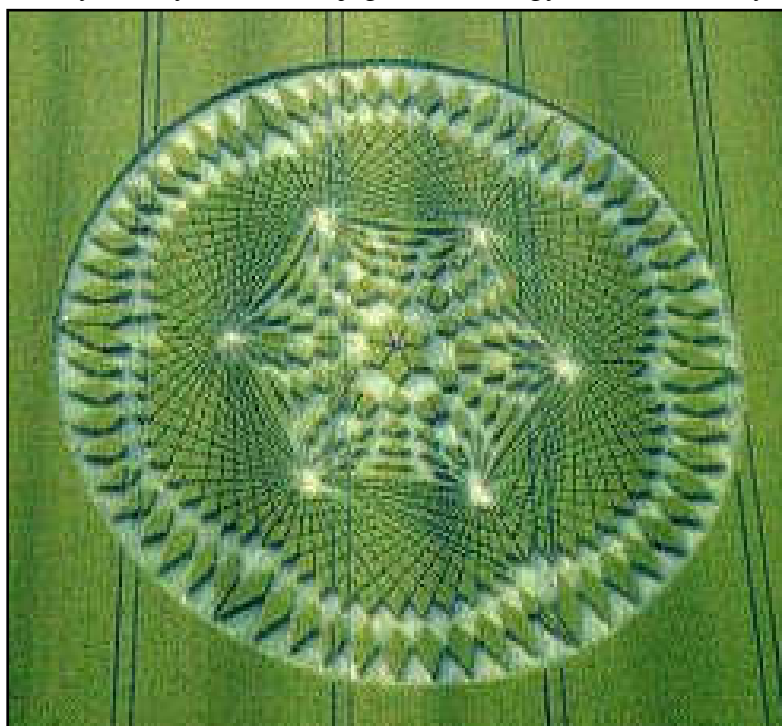


Újabban már jégköröket is készítenek. Az északi államokban, ahol az év túlnyomó részében hó és jég fedi a tavakat nem gabonaköröket rajzolnak, hanem ugyanolyan méretű jégköröket. A megpörgetett UFO



hajtóművéből kiáramló koncentrált szubatomi energiasugárzás percek alatt megolvasztja a jeget, és korong alakú lék keletkezik a tavon. Ilyen léket először Svédországban fedeztek fel, majd megjelent Finnországban, Lengyelországban és Észak-Amerikában is. A legnagyobb átmérőjű elérte a 20 métert. Hamisításról szó sem lehet, mert a hozzájuk vezető hóban nem találhatók lábnyomok. Friss hó sem esett, ami eltüntetné a hamisítás bizonyítékait. Egyébként is ki az a bolond, aki 0,5 méter vastag jeget 120 méter hosszan körbefürészel $-30\text{ }^{\circ}\text{C}$ -os hidegben anélkül,

hogy ebből bármi haszna származna. Volt olyan hely, ahol 6 db jégkör is állt egymás mellett. Gyakoriak a hókörök is. Ezeknél a jégre rakódott havat gyűrű alakban szétfűjják, és csillogó jégréteg látszik az alján. Alulról fakadó hőforrás sem hozhat létre ilyen képződményt, mert annak előbb a jeget kellene megolvasztani. Az is furcsa, hogy a gyűrű alakban kiolvasztott léken belül nem képződik úszó sziget. A belső, kör alakú jégtáblát egy 0,5 méteres kis híd köti össze a külsővel. Ez az alakzat egyébként a meteorológiában a jégréteg nemzetközileg használt szimbóluma. Nem valószínű, hogy a természeti erők tudnának erről, és ilyen piktogramokat alakítanának ki nekünk.



Hivatalos körök gyakran hivatkoznak Orson Welles 1938-ban sugárzott rádiójátékára „Világok harca” címmel, amely az Egyesült Államokban országos pánikot keltett. Ez a balul sikerült rádióadás állítólag rámutatott arra, hogy az ismeretlentől való félelem kollektív hisztériát eredményez. Nagy a valószínűsége azonban annak, hogy a kormánysszervek titkolódzása nem a pánikkeltéstől való félelemnek tudható be, hanem sokkal inkább annak, hogy az ily módon megszerzett információkat katonai titokként kezelik. Erősen gyanítható, hogy a nagyhatalmak szigorúan őrzött laboratóriumaiban, óriási költséggel, és speciális szakemberek bevonásával intenzív ku-

tatások folynak az UFO-k által használt rejtélyes energia mibenlétének kiderítésére. A szerencsétlenül járt UFO-k darabjainak, valamint a különböző meghibásodások folytán viszonylag ép állapotban birtokukba jutott példányoknak az analizálása útján lázas sietséggel folyik a járművek hajtóművének rekonstruálása.

A titok hosszú távú megőrzésének elengedhetetlen feltétele volt a közvélemény manipulálása, az emberek félrevezetése is. Ezt a feladatot a Központi Hírszerző Hivatal látta el. Tevékenységük leghatékonyabb eredménye a „Project Blue Book”-on alapuló Condon jelentés volt, amely megpróbálta nevenségesse tenni a korábban feljegyzett UFO-megfigyeléseket. Edward U. Condon az UFO-jegyzőkönyveket kivizsgáló tudományos bizottság elnöke ezt úgy érte el, hogy a teljesen egyértelmű és megcáfolhatatlan eseteket egyszerűen figyelmen kívül hagyta, a többit pedig meteorológiai megfigyelő ballonnak, földi rakétakísérletnek vagy atmoszferikus optikai jelenségnek minősítette. A Colorado Egyetemen két éven át folytatott vizsgálat 1969-ben fejeződött be, és a tudományos körökben is erősen vitatott értékelés közzététele évtizedekre visszavetette az UFO-kutatást. Ettől kezdve egyetlen neves tudós sem volt hajlandó komolyan foglalkozni ezekkel az észlelésekkel, és az újságírók is lépten-nyomon nevenségesse tették azokat, akiknek ilyen jellegű élményben volt részük. Némi változás csak az utóbbi években, Condon beismerő nyilatkozata után állt be. Közvetlenül halála előtt ugyanis bevallotta, hogy a „Blue Book”-ként hírhedtté vált dezinformációs jelentést a CIA utasítására állította össze.

Ami azt illeti, ez a beismerés a közvélemény számára nem okozott meglepetést. Az emberek kezdettől fogva sejtették, hogy ez a tudományos köntösbe öltöztetett bohóckodás nem más, mint egy átfogó dezinformációs hadművelet. Az újságírók sem titkolták a véleményüket erről az ügyről olyannyira, hogy vicceket is gyártottak róla. Ezek közül legszemélyesebb egy karikatúra volt. Ezen két apró termetű ufonauta magával vonszolja Edward Condont, hogy a háttérben látható repülő csészéaljjal elrabolják. A Colorado Egyetem kapujában álló professzortársai utánaszólnak: *„Nyugalom dr. Condon, mondja csak azt, hogy mi semmit sem hiszünk el az egészből.”*

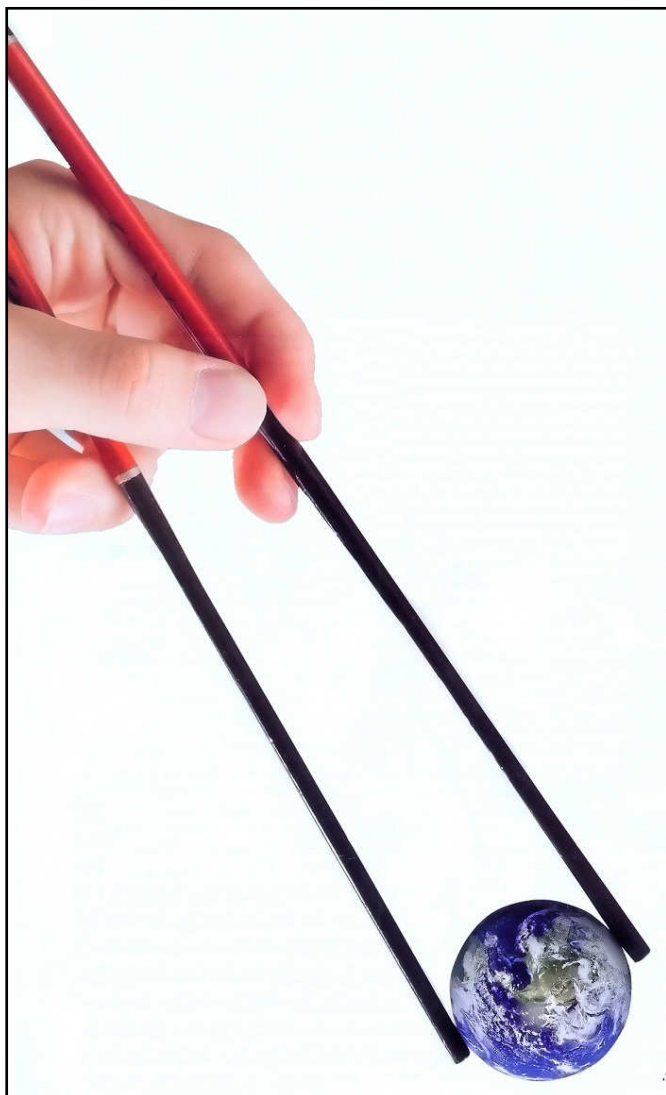
Mivel a világ eddig két egymással szembenálló nagyhatalom érdekszférájába tartozott, biztonsági szempontból érthető volt ez a nagyfokú titoktartás, indokolt volt a technikai fölény megszerzésére való törekvés. A legutóbbi évek politikai eseményei, a nagyhatalmak egymással való kibékülése azonban egyre kevésbé indokolják ezt a titkolódzást. Az enyhülés következtében a katonai tömbök lassan feloszlanak, és belátható időn belül megszűnik a világ megosztottsága. Ilyen körülmények között nem az elzárkózás, hanem a helyzet nyílt feltárása lenne a kívánatos politika. A rendelkezésre álló információk kicserélésével, a kutatási lehetőségek egyesítésével nagyobb eredményeket lehetne elérni, mint egymástól elszigetelt, sokszor párhuzamosan folyó kísérletezgetésekkel.

Nem segíti elő az együttműködést, hogy a nemzetbiztonsági hivatalok által elrendelt kényszerű hallgatásnak politikai okai is vannak. Ez abból a felismerésből ered, hogy ha a szubatomi energia hasznosítási módja széles körben ismertté válna, akkor a fejlődő országok nagyon gyorsan felzárkóznának, és komoly geopolitikai tényezővé válnának a világban. Különösen nagy a valószínűsége Kína és India gyors felemelkedésének, mivel itt még a nyugati országok polgáraiban meglevő hitetlenkedést, kételkedést sem kell legyőzni. A kínaiak és az indiaiak a szabadenergia hasznosítási módjait teljesen természetesnek találnák, úgy kezelnék, mint őseik elfelejtett tudományának újbóli birtokba vételét. (A Raiter News által végzett statisztikai felmérés szerint India lakosságának 45%, Kína lakosságának pedig 40%-a hisz az UFO-k létezésében. Belgiumban, Svédországban és Hollandiában ez az arány 8%.)

Egyébként ez a folyamat már be is indult. 2004-ben az indiai Energiaügyi Minisztérium nyilatkozatot adott ki, mely szerint fokozatosan új energiatermelési eljárásokat, eszközöket vezetnek be, és beszüntetik a kőolajalapú technológiák alkalmazását és gyártását. A hír nagy meglepetést okozott a külföldi újságírók számára. Többen is megkérdezték, hogy miféle technológiáról van szó. Felvilágosítást azonban nem kaptak, mert a kormány a szűkszavú nyilatkozat után mély hallgatásba burkolódzott. Mivel a közeljövőben újfajta repüléstechnikai eszközöket is ígértek, a bejelentés derült égből villámcsapásként érte a nagyhatalmakat. Nem csoda, hogy újabban India bizonyos területein fokozott kémtevékenység zajlik. A nyugati kormányok nagyon kíváncsiak arra, hogy az indiai szak-

emberek hol tartanak a paradigmaváltásban. Azért is nagy a valószínűsége a technikai lemaradás gyors behozásának, mert ezekhez a fejlesztésekhez nincs szükség horribilis összegekre, és csúcstechnológiára sem. A sok pénz egyébként sem mindig előny a fejlesztések során. Amikor az amerikaiak fellőtték az első űrhajóikat, hamar rájöttek, hogy a kozmoszban a golyóstoll nem működik. Gravitáció hiányában nem jön ki a tinta belőle. Erre kifejlesztettek egy tollat, ami fejjel lefelé is ír, és víz alatt is működik. Emellett üvegre is lehet vele írni, és +300 °C-ig működőképes. Mindez egy évtizedbe, és 12 millió dollárba került. Ezzel szemben mit csináltak az állandó pénzsűkében levő oroszok? Ceruzát használtak. Semmibe sem került, és ezzel nem csak nagy melegben, hanem fagypontra is lehet írni.

A fejlődésben jelenleg élen járó 300 millió fős Egyesült Államoknak nem érdeke, hogy másod-, illetve harmadrendű hatalom legyen az 1,3 milliárd fős Kína, illetve az 1,1 milliárd lakosú India mögött. Nem is szólva a régi vetélytárs, Oroszország feléledéséről. A Szovjetunió szétesése nem csak politikai téren, hanem gazdaságilag is padlóra juttatta Oroszországot; a szubatomi energia széleskörű hasznosítása azonban potenciális esélyt adna az oroszok újbóli felkapaszkodására. Ráadásul az ingyenenergia lehetővé tenné a nyomor és a bűnözés felszámolását, így a volt ellenfél ütőképességét belső nehézségek sem nehezítenék tovább. Amerikának jelentős kára származik abból, hogy a titkos kutatások eredményeit nem dobja piacra; de elég gazdagok ahhoz, hogy ezt megtehessek. Ez a gondolkodásmód érthető, de egy dolgot figyelmen kívül hagy. Az új technológia elterjedésének akadályozásával, a régi technológia konzerválásával rohamosan pusztul a környezetünk, és a nagy titkolózások közepette egyszer csak megsemmisül a világunk. Ebben az esetben már nem lesz jelentősége annak, hogy ki járt az élen a fejlődésben, mert a természet tönkremenetelével az elsők ugyanúgy elpusztulnak, mint az utolsók.



Előtte azonban az Egyesült Államok el fogja veszíteni a világgazdaságban betöltött vezető szerepét, és az ázsiai országok mellett egyre jobban lemorzsolódik. Paradox módon ezt éppen ők idézik elő rövidlátó gazdaságpolitikájukkal. A világgazdasági folyamatokat szemlélve egyértelműen megállapítható, hogy Kína felemelkedéséhez, szuperhatalommá válásához éppen a legnagyobb vetélytárs, az Egyesült Államok járul hozzá a legintenzívebben. Az amerikai tulajdonban levő multinacionális vállalatok ugyanis sorra szerelik le csúcstechnológiát megtestesítő üzemeiket Kelet-Európában, és telepítik át Kínába, mert ott még olcsóbb a munkaerő. Ezáltal Kína nem csak gazdaságilag erősödik meg, hanem a korábban embargósnak számító technológia elsajátításával világszínvonalúvá válik az ipara is. Úgy látszik az amerikai pénzvilág irányítói nem tanulnak a hibáikból, nem látnak tovább az orruknál. A nagyobb profit érdekében a jövőjüket is áruba bocsátják. Nem csak a paradigmaváltás késleltetésével, a robbanásszerű fejlődést biztosító ezoterikus felismerések semmibe vételével, hanem a jelenlegi ismereteik elkótyavetyélésével is maguk alatt vágják a fát.

A kiszivárogtatott hírek szerint az UFO-k különböző planétákról érkeznek, és a világ szá-

mos pontján, több ezer méteres mélységbe telepített hatalmas tenger alatti bázisokon állomásoznak. Ezek a városszerű bázisokon 17 különböző faj közel 4000 űrhajója tartózkodik állandó jelleggel, a szakértőkből álló személyzeti állomány pedig meghatározott időközönként cserélődik. A földönkívülieknek azonban nem csak az óceánok mélyén vannak támaszpontjaik, hanem a szárazföldön is. Korábban titkosan kezelt katonai információk szerint az Egyesült Államok területén már több mint tíz földalatti bázis van az idegenek tulajdonában, ezek közül kettő hivatalosan is engedélyezett. A jelek szerint a Földön kívüli asztronauták nem inváziós céllal érkeztek a Földre, szerepük kizárólag a megfigyelésre korlátozódik. Sok ember számára természetes, hogy ezek az űrlények ellátogatnak hozzánk. Korábban a sci-fi írók azzal rémisztgettek bennünket, hogy a galaktikus jövevények elpusztítják a Földet, sugárfegyverekkel lerombolják városainkat és kiirtják az emberiséget. Ezzel szemben a megfigyelések zöme azt bizonyítja, hogy a hozzánk látogató idegenek antik istenekre emlékeztető olimposzi közönnyel viseltetnek irántunk.

Sokan sérelmezik is, hogy miért nem veszik fel a közvetlen kapcsolatot az emberiséggel. Ennek több oka is lehet. Ezek közül a legvalószínűbb, hogy a két civilizáció között óriási a fejlődésbeli különbség, így egyszerűen nem tudnak mit kezdeni velünk. Az ő viselkedésük hasonlatos ahhoz, ahogy mi viselkedünk a természetangyalok társadalmával szemben. Ha valaki meglát az erdőben egy természetangyalavárat, mit tesz vele, elpusztítja? Nem, legfeljebb érdeklődéssel figyeli. Ugyanezt tesz a hozzánk látogató idegenek is velünk. Pusztító szándékuktól azért sem kell tartanunk, mert az univerzum törvényei szigorúan tiltják, hogy egy intelligens erő fejletlenebb civilizációkat megtámadjon és megsemmisítsen. A másik ok, hogy bármely civilizáció csak élve jelent értéket, egy holt bolygó maximum nyersanyagbázisként jöhetne szóba, de az ő fejlettségi szintjükön már nem valószínű, hogy nyersanyagszükségleteiket bányászás útján elégtük ki. Ők úgy lehetnek velünk, mint mi a természettel, ha kipusztítanánk a föld növény- és állatvilágát, mire mennénk vele?

A földi élet, úgy ahogy az univerzum, csonkítatlanul, a természet törvényei által megteremtett harmonikus egységben képes csak kiteljesedni. Sokan feltehetnék azt a kérdést is, hogy jó-jó, de mi van akkor, ha egy paranoiás örült beszabadul az erdőbe, és szétapossa a természetangyalok várat? Ilyen örültek természetesen bármely értelmes lények által lakott bolygón lehetnek, de ezekre a felelősségteljes kozmikus utazásokra olyan személyeket küldenek ki, akik magas intelligenciával és kifogástalan etikai érzéssel rendelkeznek, vagyis olyanokat, akik tisztában vannak cselekedetük következményeivel. Vannak, akik azért aggódnak, hogy az idegenek majd beavatkoznak az életünkbe, megváltoztatják a politikánkat. Erre szintén azt lehet válaszolni, hogy ha mi látnánk, hogy a sötétebb színű hangyák háborút indítanak a világosabb színűek ellen, akkor beavatkoznánk ebbe a konfliktusba? Minden bizonnyal nem, mivel semmi érdekünk sem fűződne hozzá.

Einstein számításai szerint a világegyetem átmérője 216 milliárd fényév. Ez a hatalmas térség kb. 125 milliárd galaxist, és hozzávetőleg 10^{23} számú égitestet tartalmaz. Csupán a mi közvetlen világunk, a 0,1 millió fényév átmérőjű Tejútrendszer csillagjainak a száma is kb. 200 milliárdra tehető. Feltehetően minden nap körül kering legalább 1, maximum 10 bolygó. Ezt átlagolva nagyjából 1000 milliárd bolygóval számolhatunk. Ha csak minden ezermilliomodik planétán alakul ki a kedvező körülmények hatására élet, már akkor is ezres nagyságrendű a körülöttünk lévő élő bolygók száma.⁵⁹ Tegyük fel, hogy minden száz civilizáció közül kilencven életképtelenné válik, vagy elpusztítja önmagát. Még így is marad ötszáz életképes társadalom a környezetünkben. Ha ezeknek a 90%-a fejletlenebb mint mi, akkor nem lehet tudomásuk a létezésünkről, de még ebben az esetben is marad ötven olyan civilizáció, akik tudnak rólunk. A roppant nagy távolságok miatt valószínű, hogy csak egy kis részük képes eljutni hozzánk. A közvetlen környezetünkben lévő és bennünket időnként meglátogató civilizációk száma azonban elérheti a húszat is. Lehet, hogy ezek egy része

⁵⁹ Tülvilági tanácsadóinktól származó adatok szerint csak a Tejútrendszerben 640 millió élő bolygó található. Azt, hogy az univerzumban hány élő bolygó van, még megbecsülni sem tudjuk. A Cornell Egyetem csillagásza, David Kornreich számításai szerint a világegyetemben 10 billió galaxis található. Ha mindegyikben hasonló a helyzet, mint a Tejútrendszerben, akkor igaz az a földönkívüli civilizációktól származó közlés, mely szerint az univerzumban nyüzsg az élet. Ennek ellenére mi egyet sem találunk közülük. Ennek oka, a csillagok egymástól való irdatlan távolsága, és csillagászati eszközeink fejletlensége.

valamilyen szempontból érdektelennek találja a mi fejlődésünket, és közöttük csupán tíz akad, akik rendszeresen érdeklődnek a sorsunk iránt. Ezek a civilizációk feltehetően a közvetlen szomszédaink, és könnyen megeshet, hogy nem pusztán kíváncsiságból figyelik fejlődésünk menetét.

Múltunk érthetetlen hézagai, fejlődésünk menetének ugrásszerű változásai arra engednek következtetni, hogy mi egy galaktikus kísérlet alanyai vagyunk, egy bolygóközi hibridizációnak köszönhetjük a létünket. A beavatkozás több tízezer évvel ezelőtt történt, azután magunkra hagytak minket, hogy lássák, mire jutunk. Az elinduláshoz szükséges segítséget megadták nekünk, a többi már rajtunk múlik. Fejlődésünk menetébe nem avatkoznak be, mert minden civilizációnak be kell bizonyítania az életképességét. Ha ez a saját erőnkéből sikerül, akkor befogad bennünket a galaktikus társadalom. Ha nem sikerül, akkor kiselejteződünk, és helyünket átveszi egy újonnan induló életképesebb civilizáció. Nem zárható ki tehát, hogy minket kozmikus rezervátumként tartanak nyilván. Ez a kísérlet ráadásul egyszerre több szálon fut. Ezt látszik alátámasztani az a tény is, hogy a Földön több, egymástól jól elkülöníthető rassz él, amelyek közvetlenül nem származhattak egy közös őstől. Az egyes népcsoportok sokrétűsége, és az így felhalmozott génanyag gazdagsága is növeli galaktikus szomszédaink évezredek óta tartó érdeklődését.

A galaktikus civilizációk minden bizonnyal nem ok nélkül végzik ezt a tevékenységet. Az élet továbbadása, az értelem terjesztése valószínűleg a globális túlélés érdekében történik. Az univerzális élet feltehetően versenyfutásban áll az idővel. A világegyetem intelligens lényei minden igyekezetükkel megpróbálják kimenteni az értelmet az újabb ősrobbanás előtti teljes megsemmisülésből. Ez azonban csak úgy lehetséges, ha minél rövidebb idő alatt minél több civilizáció alakul ki az univerzumban. A későbbi sikeres menekülés valószínűsége ugyanis annál nagyobb, minél nagyobb tömegű intelligencia segíti elő ennek az akciónak a lebonyolítását. Az élet megindulását követően az első civilizáció feltehetően igen keservesen, és nagyon hosszú idő után alakult ki, az evolúciós fejlődés klasszikus szabályai szerint. Évmilliárdok telhettek el addig, amíg sok-sok sikertelen próbálkozás után végre létrejött az első életképes társadalom. A technikai fejlődés egy adott szintjén azután az univerzum úttörői kijutottak a kozmoszba, és látván, hogy teljesen egyedül vannak, a küldetés vágyától ösztönözve elkezdtek az arra alkalmas bolygókon terjeszteni az élet csíráit. Ez azt eredményezte, hogy a következő civilizációk kialakulásához már jóval kevesebb idő kellett, hiszen egy-egy fejlődési periódus megkezdéséhez szükséges feltételeket készen kapták. A galaktika első értelmes lényei hosszú időn át szerzett tapasztalataik alapján minden bizonnyal tisztában voltak azal is, hogy életképes civilizációt nem lehet máshol kifejlődött élőlények áttelepítésével létrehozni.

Minden egyes bolygónak más a gravitációs kisugárzása. A szomszédos égitestek különböző elrendeződése miatt minden bolygót más jellegű gravitációs besugárzások érnek. Nem utolsósorban az egyes bolygók klimatikus viszonyai, a fényerő, az átlaghőmérséklet, a légnyomás vagy a levegő oxigéntartalma is eltérőek lehetnek. Mindezek együttvéve azt eredményezik, hogy bármely élőlény csak a saját bolygóján kifejlődve lehet életképes. Az élet terjesztése és a fejlődés gyorsítása tehát csak szakaszosan lehetséges. A légkör, a víz és egyéb klimatikus feltételek kialakulása, vagy kialakítása után nem lehet azonnal fejlett élőlényeket telepíteni egy bolygóra. Az életet a legegyszerűbb élőlényekkel, az egysejtűekkel, vagy a rendkívül tűrőképes kék algák betelepítésével célszerű megkezdeni. A következő lépcsőfok, a fejlődés új irányának kijelölése csak akkor lehetséges, ha az előző fejlődési periódus életképes volt. Az újabb csírákat, illetve fejlettebb élőlények esetén a hibridizációhoz szükséges géneket, spermákat mindig az illető bolygón kifejlődött élőlényekbe kell bevenni, mert az ő génjeik az évmilliók során már alkalmazkodtak a helyi viszonyokhoz, így biztosítva van az életképes továbbfejlődés alapfeltétele. A „fajtanemesítés” után létrejött új egyedeket azután megint hosszú időre magukra hagyják, hogy ismét bizonyíthassák életképességüket.

Az emberi faj kialakulásának lépcsőzetes módját számos régészeti lelet is bizonyítja. Ezek közül legrészletesebb adatokkal az agyagtáblákon megörökített sumér nyelvű feljegyzések szolgálnak. Az ékírásos szövegek hitelességét az ősi mezopotámiai templomok épen maradt domborművei támasztják alá, amelyek vizuális formában is megjelenítik az ember teremtésének egyes fázisait. E szerint az első ember a Földön talált majomember és az istenek „megkettőzésével” készült. Ez a kifejezés minden bizonnyal arra utal, hogy a művelet beindításánál sejtfúziót alkalmaztak. Ennél az eljárásnál két különböző fajtájú élőlényből vett sejteket egyetlen szupersejtté egyesítenek, amelyben két sejt-

mag és egy kettős, párba állított kromoszómakészlet van. Amikor ez a sejt osztódni kezd a sejtmagok és a kromoszómák egy új típust hoznak létre, amely különbözik a fúzió előtti sejtektől. Az eredmény két utódsejt, melyek olyan új genetikai kódot hordoznak, ami az őssejthez képest teljesen más. Ehhez az „istenektől vett vér” sejteit használták. Erre a meglehetősen bonyolult átalakításra feltehetően azért volt szükség, mivel a majomember 24 kromoszómapárból álló génkészletét nem lehetett közvetlenül „összeházasítani” az istenember 23 kromoszómapárt hordozó sejteivel.

Az ily módon létrejött előember még meglehetősen primitív volt, testét tetőtől talpig szőr borította, és szokásai, táplálkozási módja alapján inkább hasonlított az állathoz, mint az emberhez. Értelme azonban jóval meghaladta a majomemberét, és ami a legfontosabb, sejteji 23 kromoszómapárt tartalmaztak. Ez lehetővé tette a további finomítás leegyszerűsítését. A hibridizációt most már a kromoszómák egyetlen sejtben történő kombinációjával végezték. A művelethez előemberek hímivarsejteit, és az istenek hitveseinek petesejtjeit használták, és ettől kezdve az új egyedek nem lombikban, hanem mesterséges megtermékenyítés útján, isteni szülőanyák méhében fejlődtek ki. Ezt követően a fajtanemesítés már magától is folytatódott azáltal, hogy a lépcsőzetes beavatkozások eredményeként született egyedek közül csak a hímneműeket tartották meg, nevelték fel. Erre azért volt szükség, mert a nőstény utódok földi világba engedése esetén fennállt a veszélye annak, hogy a korábbi, primitív fajta egyedeivel is párzani fognak, ami a genetikai állomány fokozatos leromlását eredményezte volna. Az „Isten ábrázatára teremtett”, egyre tökéletesebb hímek ilyen irányú tevékenysége azonban minden esetben fajtanemesítéssel járt, ami tovább gyorsította az emberi evolúció menetét.

Ebben a fejlődésgyorsító folyamatban természetesen előfordulhatnak kudarcok is. Ilyenkor az élet irányítását végző, isteni szinten álló értelmes civilizációk valószínűleg elpusztítják a fejlődés legutolsó fázisát, és újraindítják ezt a periódust. Az sem elképzelhetetlen, hogy az új periódus megindítása előtt módosítják az életfeltételeket, pl. a környező égitestek átrendezésével nagyobb lelki megterhelést okozó gravitációs sugárzásokat irányítanak az illető bolygóra annak érdekében, hogy minőségileg fejlettebb egyedeket kapjanak. A mi világunkban ennek egyértelmű bizonyítéka a Hold utólagos pályára állítása a Föld körül, melynek időpontja összefüggésben állhat az előző, elfajzott, a teremtés rendjét végrehajtani nem akaró civilizáció megsemmisítése érdekében keltett özönvízzel. Az égimechanika törvényeit jól ismerő csillagászok sem hiszik, hogy a Hold korábban a Föld kísérobolygója lett volna. Ők ugyanis tudják, hogy egy a Földdel megegyező méretű és tömegű bolygó max. 50 km átmérőjű égitestet képes befogni, magához láncolni, de ez is csak elliptikus pályán képzelhető el. A Hold átmérője azonban egyharmada a Földének.

A földi élet fejlődésében beálló rendellenességek globális megoldására egyébként korábban is találunk példát a Föld történetében. Nem egy tudós állítja, hogy 65 millió évvel ezelőtt a dinoszauruszok hirtelen történt kipusztulása is egy Földünknek ütközött kb. 20 km átmérőjű kisbolygó vagy üstökös becsapódásának a következménye. Ez az égitest azonban feltehetően nem óceánba, hanem a szárazföldre csapódott be, így a keletkező óriási robbanásból az egész Földön összefüggő erdőtüzek keletkeztek. A dinoszauruszok tehát nem vízbe fulladtak, hanem pusztultak el, hanem tűzhalált szenvedtek. A felperzselődött erdők által keltett szén-monoxid felemésztette a levegő oxigéntartalmát, ezért a föld alatt élő állatok is elpusztultak. A különböző földtörténeti korokból származó kőzetlerakódások tanulmányozása során a tudósok azt is megállapították, hogy ennél a kataklizmánál olyan intenzív hő keletkezett, amely az erdőknél és a felső talajrétegekben levő olajpalán kívül a levegő nitrogéntartalmát is elégette. Az ily módon képződő nitrogénvegyületek később savas esőket eredményeztek, amelyek a koromfelhők miatti huzamos fényhiánnyal együtt az akkori növényvilág teljes pusztulását okozták. Ennek következtében megszakadt a tápláléklánc, ami a katasztrófát túlélő állatfajok, így a föld alatt megmaradt sárkánygyíkok sorsát is megpecsételte. Hasonló sorsra jutottak az óceánokban élő őshüllők is, mivel a tartós fényhiány eredményeként kipusztult a tengerek planktonállománya, ami a vízben élő állatok láncreakciószerű éhenhalásához vezetett.

Ezt követően a Föld élővilágát szinte teljesen újra kellett teremteni, így ennek tudható be, hogy a jelenlegi növény- és állatvilág jóformán nem is hasonlít arra, amely évmilliárdok során jellemző volt a bolygónkra. Ez a totális pusztítás valószínűleg a végső állomása volt a természet megteremtésének. Legalábbis ezt a következtetést lehet levonni a „Héber mítoszok” című szöveggyűjteményből: „*Ezer világot teremtett az Úr kezdetben, majd megint csak újabb világokat hozott létre, és a*

szemében mindez semmi sem volt. Az Úr világokat formált, majd lerombolta őket; fákat ültetett, majd kitepte őket, mert még kuszán nőttek, és egyik a másik rovására növekedett. Újabb és újabb világokat teremtett, majd rombolt le, mígnem megalkotta a mi világunkat. Ekkor így szólt: Ebben a világban örömet lelem, amazok nemtetszést keltettek bennem.”

A későbbi kataklizmák már nem jártak ilyen mértékű következményekkel a Föld élővilágában, mert a „Nemezisként” érkező égitestek nem a szárazföldre, hanem az óceánba csapódtak be, de a globális méretű pusztulást ezekben az esetekben is radikális változások követték a természetben. Ez nem azt jelenti, hogy a nagy világegés óta eltelt 65 millió év alatt kizárólag özvíz pusztított a Földön. A geológiai kutatások szerint az egyes özvizek között periodikusan megfigyelhetők tűz általi pusztulások is. Ezeket a kataklizmákat azonban nagy valószínűséggel nem totális pusztulást eredményező kisbolygó-becsapódás, hanem aktív vulkáni tevékenység okozta, amit szintén égitestek váltottak ki, de más formában. A fizikusok már régóta tudják, hogy több bolygó együttállásakor egyfajta gravitációs ágyú irányul a Napra, melynek felületén intenzív napfolttevékenység indul el. Ez a gravitációs anomália mágneses viharokat kelt a Föld magnetoszférájában, ami kihat a nagy vastartalmú belső magra is. A Föld belsejének háborgása óriási erőket gerjeszt, amelyek vulkáni tevékenység formájában törnek a felszínre. Ne becsüljük le ezt a gerjesztő hatást, mert egyetlen napkitörés energiája 10 millió hidrogénbomba erejével ér fel. Azt még egyelőre nem tudjuk, hogy ennek a gravitációs ágyúnak a Földre gyakorolt hatását pontosan mi váltja ki, de az ily módon fellépő erőt már megmértük.

Régóta ismert tény, hogy az inga lengési síkja a Föld forgása miatt lassan elfordul. Maurice Allais⁶⁰ francia professzor éveken át kutatta ezt a jelenséget egy óriási inga segítségével. 1954. június 30-án a párizsi teljes napfogyatkozás alkalmával azonban meglepő változást tapasztalt. Abban a pillanatban amint a Hold eltakarta a Napot, az inga lengési síkja hirtelen 5°-kal elfordult. A Nap-Hold-Föld együttállás alatt az elfordulási szög tovább nőtt, majd a fogyatkozás végén visszaállt a szokásos értékre. Az eredmény annyira meghökkentő volt, hogy később Erwin Saxl, a harvardi egyetem professzora és Mildred Allen⁶¹, az 1970. március 7-i bostoni napfogyatkozás alkalmával ellenőrizték a kísérletet. A Physical Review⁶²-ban közölt beszámolójuk alapján az eredmény ugyanaz volt.

Jelenlegi eszközeinkkel nem tudjuk megállapítani, hogy ennek az erőnek mi a kiváltó oka; a Nap gáztömegének háborgása, vagy a Nap-Hold együttállásból eredő gravitáció-növekedés. Ha az utóbbi, van okunk a félelemre, mert akkor a számítások szerint már teljes napfogyatkozáskor is százmilliószorosára felerősödik a gravitációs erő, ami arra vall, hogy a gravitációs kölcsönhatás nem lineáris természetű. Többszörös bolygóegyüttálláskor ez az erő tovább hatványozódik, ami nem csak az inga szárát képes elmozdítani, hanem a Föld belső magját is. Ennek elkerülhetetlen következménye a sorozatos vulkáni tevékenység, amely a Föld felszíni világára nézve nem sok jót ígér. Nem zárható ki, hogy a Mukuliát elpusztító földrengéssorozat és tűzözön is egy többszörös bolygóegyüttállás következménye. A csendes-óceáni kontinens azonban nem csak romhalmazzá vált, de el is süllyedt, ami feltehetően annak tudható be, hogy Atlantiszhoz hasonlóan Mu szigetét is egy hatalmas gázbuborék nyomta a felszínre. Az intenzív földrengések következtében azonban ez a gáz elillant, esetleg meg is gyulladt, így a továbbiakban nem volt ami a felszínen tartsa ezeket a földrészeket.

Ez a jelenség az ókori tudósok előtt sem volt ismeretlen. Az i. e. III. században élt kaldeus csillagász és látnok azt állította, hogy meg tudja jósolni a világ pusztulását. Baljós jóvendőmondása így szól: „*En Berószosz, a Bellus értelmezője állítom, hogy a Föld a lángok martaléka lesz, amikor a Rákban összegyűlnek a bolygók, és egy sorban rendeződnek oly módon, hogy gömbjeiken keresztül egyenes vonal lesz húzható.*” A legközelebbi jelentős bolygóegyüttállás 2012. december 22-én várható. A maják szent könyve, a Popol Vuh szerint az ötödik civilizáció, vagyis a mi világunk ekkor ér véget. Csillagászaink utánajártak ennek a dátumnak, és kiszámították, hogy valóban rendkívüli bolygóállás lesz ebben az időpontban. Ez a naprendszerbeli planétaelrendeződés annyira ritka, hogy csak 45 200 évenként kerül rá sor. A maják szerint a sorozatos földrengések elsősorban a Csendes-óceán nyugati partvidékét, a jelenlegi Kaliforniát fogja tragikusan érinteni. Helyzetünk azonban

⁶⁰ morisz alle

⁶¹ mildred elin

⁶²fizikel rivjú

nem teljesen reménytelen. A földrengésveszélyes területeken a lemeztektonikai mozgások által keltett feszültségek szubatomi energiabesugárzással megszüntethetők. Erre ugyan technikailag mi még nem vagyunk képesek, de Földön túli erők igen. Egyes médiumoktól származó információk szerint ezt a szívességet a múltban már többször is megtették nekünk. Nem egy esetben háritottak el a Földön katasztrófális kimenettel fenyegető földrengéseket, illetve csökkentették a kitörések erejét. A hopi indiánok mondái alapján erre a segítségre a későbbiek során is számíthatunk, ha kiérdemeljük. Mítoszaik szerint: *„Ennek a világnak a sorsa attól függ, hogy lakói a Teremtő tervei szerint viselkednek-e”*.

Platon: Timaiosz című művében Szuchisz, az egyiptomi Szaisz templomának papja így foglalta össze Szolón számára a világpusztulásokkal kapcsolatos ismereteket: *„Sokszor és sokféle módon pusztultak már el emberek a Földön, leggyakrabban tűz és víz által. Ti csak egy vízözönről tudtok, holott oly sok előzte már meg. A ti (minoszi kultúrának nevezett) ősi civilizációtok a legutolsó özönvízben pusztult el. Nálatok és a többi országban az írás és az állami élet csak most fog kifejlődni, amennyiben a szokásos idő letelte előtt az ég áradata rátok nem tör. Ez csak a primitív életviszonyokhoz alkalmazkodni tudó írástudatlanokat és műveletleneket hagyja életben. Akkor megint fiatalok lesztek, és nem fogtok tudni semmit a mi történelmünkről, de a tiétekről sem. Az egyes világkorok között gyakori volt a tűzözön is. Amikor az égitestek letérnek pályájukról, mindent tűz emészt el a Földön. Az emberek tűzhalált halnak az istentelenségük miatt. Ám még rosszabb idők is lesznek, az emberek megundorodnak majd az élettől, és nem tisztelik többé a világot. Így a világ elkorhad, és tűz által fog megsemmisülni.”* Ez utóbbi jövendölés sajnos a mi korunkra vonatkozik.

Némi vigasz a túlélők számára: *„A vízözönt mindig leszálló szakasz követi az egymást váltó civilizációk életében, míg a tűzözön után felemelkedés következik.”* A XXI. század elejére jósolt esetleges apokalipszis után tehát több ezer éven át tartó aranykor várható. A nagy bölcsek szerint a földrengések, cunamik, időjárásai szélsőségek szülési fájdalmak, amelyek az új kort megteremtik. A változás mindig tragédiákkal kezdődik, amit a megtisztulás, az újjászületés követ. Tudósaink tagadják ugyan a bennünket megelőző civilizációk létét, de a múltban történt világégések tényét nem vitatják. Őslénytani kutatóink megállapították, hogy eddig legalább ötször sújtotta a bolygónkat olyan kataklizma, melynek során az élővilág úgyszólván teljesen kihalt. Az első a földtörténeti ókorban, 440 millió évvel ezelőtt; a második pedig 360 millió éve történt. A harmadik és a negyedik a földtörténeti középkorban zajlott, 250 illetve 200 millió évvel korábban. Az ötödik, a dinoszauruszokat kiirtó csapás volt, 65 millió évvel ezelőtt.

A legutóbbi vízözön előidézője egy kb. 10 km átmérőjű kisbolygó lehetett, ami az Atlanti-óceán közepén ütközött a Földnek. A becsapódás pontos idejét nem tudjuk. Az évezredek múltja visszatekintő népek szent könyvei mind más adatot említenek. A kiváltó ok időpontjára vonatkozóan asztrológiai utalások is fennmaradtak. Egy régi felső-egyiptomi templom mennyezeti freskóján még most is látható az a rejtélyes csillagtérkép, amely az egymást követő főpapok állítása szerint a hozzánk legközelebb állócsillagok állását mutatja az atlantiszi civilizáció pusztulását eredményező erők hatalomra jutásának idején. Csillagászati számítások alapján a tudósok megállapították, hogy ez a bolygóállás i.e. 9792-nek felel meg. Az égitest atmoszférán való áthaladása során jelentős mértékben megnőtt a légnyomás, és ennek következtében viharos szelek keletkeztek. Közvetlenül a tengerbe való becsapódás után a kráter körül több ezer °C-ra emelkedett a levegő hőmérséklete, és egy pillanat alatt vízgőzzé vált az üstökös által kiszorított roppant vízmennyiség, amely a számítások szerint kb. kétszeresére emelte a levegő páratartalmát. Ez a jelenség rövid időn belül trópusi esőzésekre emlékeztető, szünni nem akaró záporokat okozott az egész földtekén.

A tragédiát azonban nem ez okozta, hanem az a becslések szerint 200 köbkilométernyi por és kőzetmennyiség, amely az ütközés következtében felforrósodott kráterből kilöködött, és a robbanás-hőtől elpárologtatott tengervízből eredő vízgőzzel együtt a felső légrétegbe került. Ráadásul közvetlenül az ütközés után földrengések sokasága rázta meg a kontinenseket, és ez is hozzájárult ahhoz, hogy rövid időn belül eget eltakaró por- és hamufelhő borította be az egész földgolyót. Mivel a napfény nem tudott áttörni ezen a vastag felhőrétegen, hónapokig tartó vaksötétség borult az egész világra. A jelek szerint ezzel egyidejűleg 5 km magas szökőár tört a szárazföldekre, és a több mint

100 km/h sebességgel rohanó áradat még azt is elpusztította, ami a sorozatos földrengések és a viharos szelek után megmaradt. Az özönvíz következtében a magas hegycsúcsok kivételével minden víz alá került. Miután az összefüggő por és vízgőzfelhők elzárták a napsugarak útját, ezért rohamosan csökkent a hőmérséklet, így az irtózatot pusztulást túlélő élőlényeket még a fagyhalál is fenyegette. A tragédia méreteire jellemző, hogy tudósaink szerint egy 10 km átmérőjű kisbolygó becsapódása esetén 200 km átmérőjű kráter keletkezne a Föld felszínén, ha pedig vízbe zuhanna, akkor 1,5 másodperc alatt leérne egy 5000 méter mély tenger fenekére. A robbanás hő következtében az égítést becsapódásának közvetlen környezetében a levegő 18 ezer °C-ra hevülne fel, ami háromszorosa a Nap felszínén mérhető hőmérsékletnek. A detonáció ereje becslések szerint többszörösen meghaladná az atomhatalmak teljes nukleáris arzenáljának (kb. 50 ezer atomtöltetnek) a robbanóerejét, és ez a XX. század embere számára is jól érzékelteti, hogy egy ilyen kataklizmának milyen következményei lehettek a valóságban.

A csekély számú, primitív életviszonyok közé süllyedt túlélő megpróbáltatásai azonban ezzel nem értek véget, mert a földgolyó elfordulása miatt hosszú időre megszűnt bolygónk mágneses védőköpenye. A magnetoszférával együtt valószínűleg az ózonpajzs is feloszlott. Ennek eredményeként rendkívüli mértékben megnőtt az ultraibolya sugárzás. Erre utal az ausztrál bennszülöttek teremtésmítoszában egy részlete: *„Ekkor a vizek elárasztották a szárazföldeket. Később visszatértek a medríkbe, majd hosszú ideig elviselhetetlenül forróvá vált a föld lehelete.”* Az elektromágneses védőernyő hiányának másik kihatása, hogy az ultraibolya sugárzás és a káros kozmikus sugarak különböző mutációkat idéztek elő a túlélők utódai között. Emiatt évszázadokon keresztül szerencsétlen torzszülöttek tömege jött a világra, és ezek a genetikai károsodások még ma is éreztetik hatásukat.

Ez a kozmikus csapás az előző civilizáció elpusztításán kívül alapvetően megváltoztatta a Föld klimatikus viszonyait is. Ebben az esetben a nagyméretű égítést becsapódása következtében nem csak erős vulkáni tevékenység és szökőár keletkezett, de a földgolyó is kibillent eredeti tengelyéből, és becslések szerint 30°-kal elfordult a nappálya mentén. Ezt a jelenséget igen találóan így örökítették meg a hopi indiánok mítoszaikban: *„A Föld gömbje letért tengelyéről.”* Ezek a változások együttes hatásukban oly módon formálták át a világot, melynek következményei mind a mai napig meghatározzák időjárásunkat, és ezáltal az életterünket. Az Atlantiszként emlegetett hetedik kontinens totális elpusztulását eredményező becsapódás olyan irányban mozdította ki a Föld forgástengelyét, hogy Európa és Észak-Amerika területén hirtelen véget ért a jégkorszak. A földgolyó ellenkező oldalán viszont a korábban virágzó, zöld Szibéria északabbra, a hideg égövbe tolódott át, és hasonló okok miatt vált a mérsékelt éghajlatú Antarktisz is az örök tél birodalmává. Az egyenlítő áthelyeződése következtében a passzát szelek kiszáraitották és elpusztították Szahara egykor dús növényvilágát, és a Kara-kum, Kizil-kum, Takla-Makán, valamint a Góbi sivatag után most ezt a vidéket változtatták homoktengerré. A klímaváltozás járulékos hatása volt még, hogy az Északi- és a Déli-sark eredeti helyén a jéghegyek megolvadtak, és emiatt kb. 150 méterrel megemelkedett az óceánok vízszintje, amely sok kis sziget, valamint a kontinensek eredeti partvidékének eltűnését eredményezte.

Az események láncolatának tanulmányozása arra enged következtetni, hogy az evolúció az emberi civilizáció megjelenése után is érvényre jut az univerzumban, a különbség csak annyi, hogy a kiválasztódás már nem spontán módon megy végbe, hanem egy magasabb rendű értelem céltudatosan irányítja a folyamatot, jelentősen gyorsítva ezzel a fejlődés menetét. A mi világunk tehát egy programozott világ. Ennek a teóriának a beigazolódása esetén sokakban felmerülhet a gyanú, lehet hogy kárt okoztak nekünk ezek az időszakos beavatkozások, mert megfosztottak bennünket fejlődésünk természetes menetétől. Nagyon valószínű azonban, hogy az evolúciónak nem a klasszikus, darwini formája a fejlődés legcélravezetőbb útja. Egy irányított tevékenység az élet bármely területén mindig tökéletesebb formában megy végbe, mintha az spontán módon zajlana. Egyáltalán nem zárható ki, hogy a Mindenható az univerzum fejlődésébe már eleve belekalkulálta az interplanetáris segítségnyújtást; így lehet, hogy a mi evolúciónknak ez a természetes menete.

Ha a mi fejlődésünk nem irányított evolúció formájában történe, akkor valószínű, hogy most mi is olyan úton haladnánk, mint azoknak a néha hozzánk is ellátogató civilizációknak a tagjai, akik hajlott háttal és a kezükre támaszkodva járnak, testüket mindenütt szőr borítja, kezükön ujjak he-

lyett karmok vannak, magasságuk pedig az 1 métert sem éri el. Az evolúció törvénye szerint az értelem előbb-utóbb minden élő bolygón kifejlődik, és ha más testet nem talál, akkor állati testben érlelődik egészen a kozmikus intelligencia szintjéig. Ezek a lények túl korán kezdték a fejlődést, így a bennünket irányító emberi civilizáció még nem volt képes eljutni hozzájuk, nem tudtak idejében beavatkozni fejlődésük menetébe, és az irányítatlan evolúciónak ez lett az eredménye. Ugyancsak a gyorsított evolúció valószínűségét támasztja alá az a földönkívüliektől származó információ, mely szerint az intelligens ember kialakulásához 10 milliárd évre van szükség. Földünk élővilága viszont max. 3,5 milliárd éves, így a mi civilizációnk semmiképpen sem lehet egy klasszikus módon, háborítatlanul zajló evolúció eredménye.

Ennek az elméletnek a realitását bizonyítja, hogy 1967-ben Kanadában megtalálták egy két lábon járó krétakori őslény, a sztenonihoszaurusz csontvázát. Ez a dinoszauruszfaj mind fizikailag, mind szellemileg messze felülmúlta hüllőtársait. Különösen fejlett kisaggyal és gerincvelővel rendelkezett. Később számítógépes szimulációval kimutatták, hogy ha a dinoszauruszok nem pusztultak volna ki 65 millió évvel ezelőtt, akkor az evolúciós fejlődés következtében ezek a hüllők emberszerűvé váltak volna, és igen fejlett civilizációt alkotva most ők uralnák a Földet. A számítógép képernyőjén megjelent alak megdöbbenően hasonlított azokra a bennünket látogató földönkívüliekre, akiket mi „kis szürkék”-nek nevezünk.

Az irányított evolúció tehát nem ártott nekünk, hanem óriási minőségi változást eredményezett a fejlődésünkben. E nélkül mi is oda jutottunk volna, mint a többi, természetes úton kifejlődött faj. Az univerzumban található kb. 70 milliárd intelligens civilizáció 75%-a vizes bolygókon, tengerekben, óceánokban fejlődött ki. Ezért fizikai megjelenésük halszerű, illetve poliphoz vagy rákhoz hasonló. Amelyik égitesten számottevő szárazföld is volt, ott az evolúció magasabb fokot ért el, de beavatkozás hiányában nem jutott el a legmagasabb szintig. Ezekben a bolygókon a civilizációk 60%-hüllőszerű, vagyis megrekedt a dinoszauruszok szintjén. 30%-uk oldalágban fejlődve madárszerűvé vált. Egy idő után ők is elkezdtek két lábon járni, és már nem tudnak repülni, de megmaradtak a szárnyaik és a tollazatuk. Csupán 10%-uk az emlős, de közöttük is nagy eltérés mutatkozik a megjelenésüket illetően. A kb. 1,75 milliárd emlős faj több mint 90%-a meglehetősen groteszk külsevel rendelkezik. Bár többnyire két lábon járnak, karomszerű körmeik és egzotikus állatokra emlékeztető ábrázatuk van. A testüket csaknem mindenütt szőr fedi. A több ezer évvel ezelőtt átadott ismereteket rögzítő Bhagavad Purána 400 ezer emberi fajról ír, melyek között vannak csúnyák, rémisztően torzok, de csodálatosan szép, Adonisz kinézetű lények is. A hozzánk valamennyire hasonlító humanoid fajok száma nem haladja meg a 100 ezret.

A hasonlóság főleg a fejformában nyilvánul meg, mert a testmagasságuk igen eltérő. A nagy tömegű bolygó erős gravitációs vonzása ugyanis visszafogja a növekedést. Ezekben a helyeken liliputi termetű emberek keletkeztek. (Az óriásbolygókra be sem tudnak települni nagy tömegű idegenek, mert az erős gravitációs vonzás következtében összemorzsolódnak a csontjaik, és leszakadnak a belső szerveik.) A kis bolygókon viszont mind a növények, mind az emberek óriásira nőnek. A Földnél valamivel kisebb (marsi méretű) bolygókon pl. 3-3,5 méter testmagasságú emberek fejlődtek ki. Nem kizárt, hogy az ókorban nálunk élt „óriások” a Marsról származtak, a kb. negyedmillió évvel ezelőtt lezajlott katasztrófa során hozzánk telepítették át őket. Túlnyomó részük a vízözönben elpusztult, a megmaradók pedig elvadultak. Ezért a bennünket felügyelő civilizációk harci úrműveikkel kiirtották őket. A javát azonban előzőleg kiválogatták, és áttelepítették egy másik bolygóra. Nem zárható ki, hogy a Mars belsejében, egy kéreg alatt kialakított mesterséges világban, vagy a Phobos bolygón élnek. Onnan látogatnak meg bennünket időnként.

Néha 10-12 méteres óriások is megfordulnak nálunk. Ők egy egészen apró bolygón, vagy valamely bolygó holdján fejlődtek ki. A velünk teljesen megegyező kinézetű fajok száma nem több fél-tucatnyinál. Ezek néhányszor tíz, illetve száz fényévnnyire élnek tőlünk, és nagy szerepük van civilizációnk alakításában. Génjeikkel nemesítették ki az emberi fajt, illetve saját bolygójukról 6 rasszt telepítettek ide, hogy lehetővé tegyék az egészséges vérkeveredést, egy új, még tökéletesebb faj kifejlődését. (Volt egy hetedik rassz is, a kék bőrűek, de ők a vízözön után úgy döntöttek, hogy nem költöznek vissza a Földre. Csupán India népeinek segítésére, fejlődésük támogatására tértek vissza néha a történelem kezdetén.) Így maradt a fehér, a sárga, a barna, a fekete és a rézbőrű, valamint az

eszkimó rassz, melyeknek értékes tulajdonságait összegezve egy kiváló képességű, sokoldalú és kiegyensúlyozott fajt kell létrehozunk. Egyelőre ez a mi feladatunk az élet univerzumban való terjesztésében, az intelligens fajok alakításában. Ha nem irtjuk ki egymást, és sikerrel járunk, akkor ennek az általunk létrehozott tökéletes fajnak a génjeit, illetve egyedeit fogják továbbvinni a teremtésben segédkező civilizációk a ma még kezdetleges szinten álló bolygókra, hogy az intelligens fajok egyre magasabb szintet érjenek el az univerzumban.

Egyébként ma már a kutatók sem hisznek egyöntetűen az evolúciós fejlődés darwini vonalában. Évtizedeken át tartotta magát az a teória, hogy az élet a Földön az úgynevezett ősselevesben keletkezett. Nemrég azonban egy biológusokból és matematikusokból álló tudóscsoport alaposan megvizsgálta ezt az elméletet, és kiderítették, hogy ennek valószínűsége $1 : 10^{113}$. Ehhez csak annyit kell hozzáfűzni, hogy a matematikusok már az $1 : 10^{50}$ arányt is a soha meg nem valósuló események közé sorolják. Ugyancsak ellentmond a valószínűség-számítás törvényeinek, hogy bolygónkon az élő szöveteket alkotó fehérjék mind „balra forgatók”. Mint tudjuk több mint száz aminosav van, de az élő fehérje felépítéséhez csupán háromra van szükség. Az általuk alkotott molekulák kétféle szerkezetben fordulhatnak elő: jobbra- és balra forgatók. A véletlen kialakulás, a statisztika törvényei szerint kb. fele-fele arányban kellene hogy előforduljanak az élővilágban. Ennek ellenére Földünk összes élőlényében balra forgató molekulák vannak. Még azt sem lehet mondani, hogy valamilyen univerzális rend alakítja így az élő szövetek fejlődését, mert a hozzánk érkező meteoritokban több jobbra forgató molekulát is találtak. Ez azt jelenti, hogy máshol, más bolygókon éppen ellenkező módon történt az élet formálása.

A kövületek is ellentmondanak a darwini evolúció által hirdetett fokozatos fejlődésnek, az élőlények egysejtűekből való kialakulásának. A paleontológusok értetlenül állnak az általuk megállapított tény előtt, hogy a Föld kialakulásának első hárommilliárd éve alatt semmi jele sincs az élet csírájának. Aztán a kambrium kor kezdetén hirtelen teljesen kifejlődött, tökéletes tengeri állatok jelentek meg, igen változatos formában. Nem egy közülük kemény külső vázzal is rendelkezett, ami az evolúció törvényei szerint egy későbbi fejlődési lépcsőnek felel meg. Az élőlények robbanásszerű kialakulásának eredményeként bolygónkon megjelent a gerinctelen állatok összes fő csoportja. A korábbi kőzetekben nyoma sincs azoknak az ősmaradványoknak, amelyekben felismerhető lenne a primitív teremtményektől magasabb rendű formáig vezető láncolat. Nemhogy könnyen felismerhető kövületek, de az őket alkotó komplex vegyületek is hiányoznak. Tehát azt sem lehet állítani, hogy az élet kezdetének bizonyítékai a kőzetek felgyűrődése, elsüllyedése következtében, vagy a nagy hó és nyomás hatására megsemmisültek. Az összekötő láncszemek hiánya tehát nem az enyészetnek tudható be, hanem annak, hogy nem léteztek.

Harold Coffin zoológus megállapítása szerint pl. a bogarak hirtelen, sokrétűségük teljében jelentek meg a kőzetekben anélkül, hogy bármilyen evolúciós előfutárakat ismernénk. Ez annál is furcsább, mert utána meg szinte semmi fejlődés nem történt. A kardfogú tarisznyarak lényegében 200 millió éve változatlan formában él a Földön. A dinoszauruszok is hirtelen tűntek fel a kövületekben, majd több száz millió éves pályafutásuk után ugyanolyan hirtelen eltűntek. A növény- és állatvilág tehát nem mutat túl nagy hajlandóságot a gyors fejlődésre. Akkor mitől táltosodtak meg hirtelen, minek tudható be a korábbi ugrásszerű fejlődésük? Az általunk elképzelt ütemű evolúciós fejlődés lehetlenségét bizonyítja az a lelet is, amelyből egyértelműen megállapították, hogy a 40 millió évvel ezelőtti légy felépítése teljesen megegyezik a jelenlegivel. A ma élő növény- és állatvilág alkalmazkodóképessége sem jobb a több száz millió éves elődeiknél. A legnagyobb szakadék azonban az állatvilág fejlődési szintje, és az ember között van. Amíg az állat az ösztöneire hallgat, az ember logikusan gondolkodó lény. Beszédkészsége, intelligenciája kezdetektől fogva adva volt. Csupán a képességei csiszolódtak a társadalmi fejlődés során. Így biológiai fejlődésről aligha beszélhetünk.

Ez persze nem jelenti azt, hogy evolúciós fejlődés nem létezik. Ez a jelenleg is zajló folyamat kihat az élet fejlődésére, de nem olyan léptékben, mint gondolnánk. Ahhoz, hogy a Földünkön tapasztalható ütemű változás létrejöjjön, időnként be kellett avatkozni az evolúciós folyamatba. A darwini evolúciós elmélet megszületése után a tudósok azt várták, hogy az élőlények leszármazási vonalából a kezdetektől fokozatosan követhető teljes kövületi anyag fog összegyűlni. Ennek hiánya,

a fejlődés ugrásszerű változása előtt azonban értetlenül állnak. A Biblia 6000 évre visszanyúló teremtetéstörténetét sikerült megcáfolniuk, de nem tudnak mit kezdeni az ugrásszerű változásokkal. Ilyesmi csak külső beavatkozás hatására jöhet létre, ami viszont azt feltételezi, hogy rajtunk kívül is élnek értelmes lények az univerzumban. Ennek gondolatától ugyanúgy irtóznak, mint az ateista evolúciópártiak a teremtő Isten létének feltételezésétől.

Néhány kutató igyekszik ugyan felnyitni társai szemét, megpróbálja rávenni őket a realitások elfogadásra, de mindhiába. A hivatalos tudomány nem vesz tudomást az egyetlen lehetséges magyarázatról, a külső beavatkozásról. Hogy ennek mi az oka, kideríthetetlen. Talán a sötét erők készítése váltja ki belőlük ezt a hozzáállást? Mindenesetre érdekes, hogy amikor a régészek egy dárdahegy alakú éles követ találnak, mindjárt arra gondolnak, hogy ez nem jöhetett létre magától. A természet nagyságrendekkel bonyolultabb megnyilvánulásait látva azonban ez eszükbe sem jut. A 600 oldalas könyvet kitevő utasítássorozat tartalmazó DNS kettős spirál, vagy a 20 millió kötetnyi információ befogadásra képes emberi agy magától alakult ki. Nem volt szükség semmilyen tervező munkára, irányításra ahhoz, hogy agyunk 100 billió neuronja felfoghatatlan működésű és képességű egységgé álljon össze. Mindezt véletlen események sorozata alakította ki. A kör tehát ezen a téren is bezárult. A hit hiánya, a betokosodott szemléletmód ez esetben is megálljt parancsolt a tudomány fejlődésének. Korunk tudósait nem jellemzi Einstein hozzáállása, aki gyakran hangoztatta: „Tudni akarom, hogyan teremtette Isten a világot!” Hitelenségünk persze a legcsekélyebb mértékben sem zavarja a bennünket létrehozó civilizációk tevékenységét. Isten megbízása, jóváhagyása alapján továbbra is töretlenül végzik irányító, felügyelő tevékenységüket.

A galaktikus civilizációk látogatása azonban nem minden esetben a passzív megfigyelés szándékával történik. Mostanában a hírforrások egyre több olyan esetről számolnak be, amikor Földön kívüli civilizációknak egy csoportja rendszeresen elrabol, illetve elhurcol fiatal nőket és férfiakat, és „erőszakoskodnak” velük. Az esetek túlnyomó részében azonban a nemi erőszak általunk ismert primitív megnyilvánulási formájáról szó sincs. Ezeknek az akcióknak sohasem az élvhajzászat a célja, hanem a fajunk génjeihez akarnak hozzájutni. A hímvivősejtek és petesejtek megszerzését kizárólag az motiválja, hogy általunk próbálják felfrissíteni a saját génállományukat, hibridizáció útján a mi génjeinkkel szeretnék elkerülni a biológiai elöregedésüket.

Ezeknek a civilizációknak a küldöttei tehát nem bántanak bennünket, már csak azért sem, mivel nekik is van gondjuk elég. A több millió éves beltenyészet egyetlen fajnak sem válik előnyére. A rohamos urbanizálódás folytán a természettől való elszakadás, az érzelmek és ösztönök elsatnyulása, a fokozott elidegenedés, a lelki sivárság előbb-utóbb életképtelenséghez vezet. Az emberi agyban az ösztönök, az érzelmek és az értelem szoros egységet képeznek. Egyik képességet sem lehet kifejleszteni a másik rovására, mert ez az evolúció természetes folyamatának felbomlását vonja maga után. Ha kiemeljük az értelmet és elkezdjük az ösztönök és az érzelmek rovására gyarapítani, akkor a fejlődés elkerülhetetlenül zsákutcába jut. Amennyiben egy faj ösztön- és érzelmi világának alakulása nem tud lépést tartani az értelmi gyarapodásával, akkor a fejlődés egyoldalúvá válik. Az egyensúly megbomlása miatt az evolúció természetes menete megtorpan, és hibát jelez. Ekkor szükségszerűen működésbe lépnek azok a mechanizmusok, amelyek a hibás fejlődési irányt leblokkolják, és az életképtelenné ítélt fajt kiselejtezik. Folyamatos fejlődés csak harmonikus egységben, a dualizmus törvényének érvényesülése esetén lehetséges. Ha bárhol, bármilyen téren hiba csúszik ebbe a folyamatba, akkor az előzőleg említett okok miatt a fejlődés megáll, és a faj kipusztul.

A törzsfajlás törvényei nem csak a növény- és állatvilágra hatnak, hanem az emberi társadalmak életét is könyörtelenül kísérik. Ez alól semmilyen társadalom nem vonhatja ki magát, legyen az akármennyire civilizált. A fejlődés törvényei egyben a túlélés törvényei is. Ha egy faj ezeket a törvényeket figyelmen kívül hagyja, semmibe veszi, az a saját jövőjét kockáztatja. **Annak a civilizációnak, amely felborítja az evolúció természetes folyamatát, számolnia kell a biológiai leépüléssel, a fizikai elkorcsosulással, és a végleges kihalással.** Végso fázisban ennek a folyamatnak olyan tragikus megnyilvánulásai vannak, hogy az utódok nem képesek felnőni, sejtjeik aktivitása annyira gyenge, hogy már gyerekkorukban elpusztulnak. Ez a korai halál ráadásul óriási kínok között, lassú agonizálás formájában megy végbe. A személyes érintkezésből eredő információk szerint ezt a hely-

zetet a jelen esetben tovább súlyosbítja a természetes környezet hiánya is. A kozmoszban ugyanis nem ritka jelenség, hogy egy-egy civilizáció a környezet fokozott szennyezése, vagy egy végzetes nukleáris háború következtében elpusztítja a felszíni élővilágot, így idő előtt kénytelenek bolygójuk belsejébe, mesterséges környezetbe költözni. A föld alatti városokban, alacsony technikai szinten kialakított mesterséges környezet azonban nem képes az evolúciós fejlődést természetes módon szabályozni, és ez megpecsételi a korábbi életterüket elpusztító fajok sorsát.

Természetesen minél fejlettebb egy civilizáció, annál kevésbé tud beletörödni fájának kipusztulásába. Mindent elkövetnek annak érdekében, hogy fenntartsák az évmilliók során felhalmozott tudásukat, kultúrájukat. A saját biológiai hanyatlásukat megpróbálják minden eszközzel megállítani, és ennek a kísérletnek vagyunk mi az áldozatai. Mentségükre legyen mondva, hogy eközben igyekeznek nekünk a legkevesebb kellemetlenséget okozni. Senkit nem bántanak, senkit sem kínoznak meg, elképesztően fejlett telepatikus tudásukat felhasználva a szadizmus legcsekélyebb jele nélkül végzik tevékenységüket. Az ivarsejteket egyre finomabb eszközökkel gyűjtik be, gondosan ügyelve arra, hogy se testileg, se lelkiileg ne okozzanak túl nagy traumát nekünk. Az akció lezajlása után gondosan kitörlik a tudatból az esemény minden emlékképét, hogy ez az incidens ne okozzon az illetőnek a további életében lelki válságot.

A hozzánk látogató magasan fejlett civilizációk között tehát vannak olyanok is, akik élet-halál harcukat vívják, és élő példaként állnak előttünk, hogy mivé válhatunk mi is, ha a nyomdokaikban haladunk. Ezek a civilizációk a mi genetikai állományunkkal kísérlik meg a fajukat fenntartani, de kétséges, hogy ez sikerül-e nekik. A szemtanúk beszámolója szerint az általuk létrehozott hibrid utódok már kétségtelenül életképesebbek és jobban is hasonlítanak ránk, de még nem tökéletesek. Nagyon valószínű, hogy tökéletes egyedeket csak úgy lesznek képesek létrehozni, ha egyre nagyobb mértékben veszik át a mi génjeinket. Ha ezen az úton haladnak, akkor az a kérdés, hogy végül mi marad belőlük. Egy idő után akaratlanul megjelenünk mi, emberek, az ő bolygójukon, egy nálunk jóval fejlettebb civilizáció tudásával és képességeivel felruházva. Végül is ismereteiket át tudják majd menteni, de biztosan nem a saját fajtájuknak. **A fejlődés törvényeit nem lehet kijátszani, az életképtelen fajok** vagy így, vagy úgy, de **menthetetlenül kipusztulnak**.

Ha érzelmi világunkat, természetes ösztöneinket és lelki szenzibilitásunkat tönkretesszük, mi is könnyen oda juthatunk, ahová ők. Ezért kellene végre abbahagynunk érzelmi és ösztönvilágunk módszeres elsilányítását. Az értelem önmagában nem segít túléléshez, az értelmi fejlődés minden áron való erőltetése zsákutcába visz minket. Nekünk még nem késő meggondolni magunkat, mi még a természettől való elszakadásban, az elidegenedésben, az ösztön- és érzelmi életünk tönkretételében nem járunk olyan fokon, hogy ez a folyamat visszafordíthatatlan lenne. Most még helyreállíthatjuk biológiai egyensúlyunkat, még nem késtünk el vele.

Az értelem önmagában nem sokat ér. A társadalmi fejlődés elkerülhetetlen velejárója, hogy előbb-utóbb minden civilizáció eljut a technikai fejlettség legmagasabb fokára. Ezt a folyamatot tehát nem érdemes mindenáron siettetni. Ebben a versenyben nem az győz, aki hamarabb ér célba. A célbaérés után **csak az a faj marad** továbbra is **fenn, amely** mindvégig **megőrzi fejlődésének harmonikus jellegét**. Ha nem fordítunk kellő figyelmet érzelmi fejlődésünkre is, és szándékosan elnyomjuk természetes ösztöneinket, akkor idő előtt kidőlünk mi is a sorból, könyörtelenül kiselejtezz bennünket az élet. Megszerzett tudásunkat egy későbbi hibridizáció útján valószínűleg mi is át tudjuk majd menteni egy fejletlenebb, de életképes civilizációba, a biológiai megsemmisülésünket azonban mi sem leszünk képesek elkerülni.

Érzelmi világunk módszeres elsilányításának nagy veszélye, hogy bizonyos határon túl ez a folyamat természetessé válik. Az egyre fokozódó értelem egy idő után nem érzi majd hiányát az ösztönvilág létének. Ennek legjellegzetesebb példáját éppen ezeken az idegeneken figyelhetjük meg, mert a zsákutcába jutott civilizációk képviselőire annyira jellemző az érzelmi sivárság, hogy már el sem tudják képzelni, hogy együttérzéskeltéssel próbáljanak segítséghez jutni. Az elraboltak közül többen említették, hogy ha nyíltan elmondták volna nekik a problémájukat és bizalommal fordultak volna hozzájuk, akkor ők önként is hajlandóak lettek volna segíteni. Úgy látszik azonban, hogy az érzelmek rovására kifejlesztett magas fokú értelmük azt diktálja nekik, hogy kérés helyett a közvetlen elvétel a célszerűbb, kevesebb komplikációval jár.

Nem valószínű, hogy közülünk bárki is vonzónak találná ezt a perspektívát. Egyetlen józanul gondolkodó ember sem akarhat ilyen jövőt az utódainknak. Mindent meg kell tehát tennünk, hogy saját fajunk további hanyatlását meggátoljuk. Természetes világunk lerombolásával, természetellenes életvitelünkkel azonban csak gerjesztjük ezt a folyamatot. Egyre súlyosabbá váló környezetvédelmi gondjainkra valószínűleg megoldást találunk majd az őenergia birtokbavételével. A szubatomenergia forradalmasítani fogja majd az ipart, a mezőgazdaságot és a közlekedést is, megszüntetve a levegőszennyezést, a vizeink és a talaj mérgezését. Energia- és táplálkozási gondjaink megszűnése azonban nem oldja meg a társadalmunk lelki válságát. Az emberi együttélés normalizálása ránk vár, érzelmi problémáinkat csak mi tudjuk megoldani. A természetes életmódtól való eltávolodásunkon csak mi tudunk segíteni.

Jövőnk alakulása

Az eddigiekben arról volt szó, hogy mi vár ránk, ha felelőtlenül alakítjuk a jövőnket. Most nézzük meg, hogy feltehetően milyen jövő elé nézünk, ha belátjuk hibáinkat, és közös erővel a helyes irányba tereljük társadalmunk fejlődését. A következő évezred a kozmikus öntudattal rendelkező galaktikus embertípus kialakulásának évezrede lesz. Számos forradalmian új technikai felfedezés vár ránk, amelyek viharos sebességgel fogják követni egymást, és minden tekintetben meg fogják változtatni életünket. Ezzel egyidejűleg nagymértékben változni fog gondolkodásunk, etikai értékrendünk, sőt még a vallással kapcsolatos felfogásunk is. Az újonnan megismert technológiák és tudományos felfedezések alaposan átalakítják eddigi világrendünket, és korábbi életvitelünket. Egyelőre azonban ne szaladjunk annyira előre, hanem nézzük meg, hogy nagy valószínűséggel mi fog történni az elkövetkezendő évtizedekben.

A Vízöntő korszakba lépve a tudatilag felvilágosult ember legelső dolga lesz a környezet megmentése. Már a XXI. század elején egy olyan új világrend alakul ki, amely a meddő politizálás helyett a civilizációnkat sújtó válságok gyors megoldását helyezi előtérbe. Mivel a hatékony cselekvés előfeltétele az együttműködés, a Föld országai között megindul egy gyors integrálódási folyamat. Minden jel arra mutat, hogy már a közeljövőben el fognak tűnni az országhatárok. Az egyes országok etnikai alapon vagy földrajzi régiók szerint (pl. egy közös folyó, tenger illetve hegység mentén elhelyezkedő szomszédos államok) államszövetséget fognak alkotni, és ügyeiket a nemzeti kisebbségek érdekeinek maximális szem előtt tartása mellett közösen fogják intézni. Ezek az államszövetségek később egy-egy kontinens egészére ki fognak terjedni, a tájegységek szerinti országcsoportosulások pedig önálló közigazgatási területek lesznek. Később a gazdasági erők fokozatos koncentrációja, valamint egy újabb végzetes világháború elkerülése érdekében a kontinensek tovább integrálódnak, és az egész világ egységes államot fog alkotni. Ezt az államot egy szövetségi parlament irányítja majd, melynek határozatai a világ bármely földrajzi régiójára kötelező érvényűek lesznek. Ezzel egyidejűleg a nemzeti hadseregeket összevonják, és egy közös főparancsnokság alá fogják rendelni. Ennek a hadseregnek a jövőben csak rendfenntartó és katasztrófaelhárító szerepe lesz.

Az integrálódás következtében elkerülhetetlenné válik a közös nyelv használata is. A közös nyelv minden tagállamban való kötelező oktatása fokozatosan megszünteti a nyelvi nehézségeket. A világ népei egyre szorosabb kontaktusba kerülnek egymással, egyre jobban megismerik majd egymás szokásait és kultúráját. A személyes kapcsolatok bővülése csökkenteni fogja a nemzetek közötti feszültséget és nézeteltéréseket, ami nagymértékben hozzá fog járulni a világbéke stabilitásához. Nem zárható ki azonban az a lehetőség sem, hogy a dualitás jegyében nem egy, hanem két konföderáció jön létre a világban, amelyek a nyugati és a keleti kultúrához tartozó országokat tömörítik magukba. A kétpólusú világ nagy előnye a rivalizálás, ami a jövőben nem katonai szembenállásban, hanem gazdasági és kulturális versenyben fog megnyilvánulni.

Saját témánknál maradván az iskolákban mindenütt be fogják vezetni a parapszichológia, illetve az Agykontroll kötelező oktatását. Erre egyébként már ma is van példa, az Egyesült Államok nem egy általános iskolájában az Agykontroll évek óta órarendbe iktatott tantárgy. Az Agykontrollt azonban nem csak általános iskolákban, hanem fakultatív jelleggel számos középiskolában és több

tucat egyetemen is tanítják. Parapszichológiai képességeiknél fogva az emberek tudatosan fogják irányítani életüket. Az önpusztító, egészségromboló életmód a múlt emléke marad. Az egészséges táplálkozás elterjedésével az emberek átlag élettartama már a jövő évszázadban 100-120 évre növekedik. A környezetszennyezés fokozatos megszűnésével, a természet ökológiai egyensúlyának helyreállításával azonban néhány évszázad múlva elérhető lesz a 220-240 éves átlagélettartam is. Ahogy a tudomány fejlődni fog, nem zárható ki, hogy elérjük az emberi élettartam genetikailag lehetséges legvégső határát, amely sejtjeink jelenlegi osztódóképessége alapján 400 év, de a távoli jövőben bizonyos gének átalakításával, illetve a matuzsálem gén visszahelyezésével elképzelhető lesz az 1000 év is. Ezzel egyidejűleg azonban kénytelenek leszünk szigorú születésszám-szabályozást bevezetni, az emberiség mértéktelen szaporodásának elkerülése érdekében.

Áttérve a technikai újításokra, egy idő után a természet harmóniáját már semmi sem fogja megbontani. Nem lesznek vízi erőművek, nem lesznek füstölő szénfűtéses erőművek, a veszélyes atomerőművek emléke a múlté lesz. Az erdőket nem pusztítják többé a savas esők, a mezőket pedig nem fogják villamos távvezetékek keresztül-kasul átszelni, mivel a földet jelenleg behálózó villamos távvezetékrendszer valószínűleg megszűnik. Ezt követően többé nem veszélyeztetnek bennünket az áramütéses balesetek, a jelenlegi földelt rendszerből eredő halálos kimenetelő tragédiák. A villamos távvezeték felszámolása a madárállományra is kedvező hatást fog gyakorolni. Csupán nálunk 45 ezer védett madár pusztul el évente áramütés következtében. Az energiatermelés mindenütt helyileg, a fogyasztónál megy majd végbe. Ez annál is inkább elképzelhető, mert az energia előállítása a jövőben rendkívül egyszerű folyamat lesz. Az energiát ugyanis nem kell megtermelni, hiszen az mindenütt jelen van, csak fel kell használni. Egyébként bármilyen lehetetlennek tűnik, de ilyen közvetlen energiafelhasználó gépek már ma is léteznek. Egy amerikai feltaláló kis szériában elkezdte gyártani azokat a gépkocsiba szerelt motorokat, amelyekben villamos erőterrel nyeri ki egy sokmenetű réztekercsből álló villanymotorból a szubatomi energiát, és túlnyomórészt ez az energia hajtja a járművet. A Newman-féle elektromotor százezer menetes tekercseinek huzalvastagságára jellemző, hogy 55 mérföld hosszú rézdrótot használnak fel hozzá. A széleskörű elterjedés egyetlen gátja, hogy a szabadalmi hivatal rásütötte találmányára, hogy az egy perpetuum mobile; ilyen pedig fizikailag nem létezik, tehát hivatalból nem engedélyezhető az alkalmazása. Egy darabig tehát még fulladoznunk kell a benzingőzben, amíg ez az eljárás utat nem tör magának a bürokrácia útvesztőiben.

Ennek a helyzetnek leginkább az üzemanyaggyártók örülnek, de lehet hogy nem sokáig. Egy friss hír alapján elképzelhető, hogy szubatomi elektromotorok nélkül is hamarosan megszabadulunk a bűzölgő robbanómotoroktól. A német Motor Development International ugyanis nemrég bejelentette, hogy elkezdte a sűrített levegővel működő gépkocsik gyártását. A 35 kilogrammos motor max. 110 km/h sebességgel hajtja az autót. Az üzemanyagtankba 330 liter levegő fér, ami 200 km megtételére elegendő. A benzinkutaknál 3 DM lesz majd a tankolás díja. Ez kb. harmada a benzin- illetve dízelolaj árának. Ráadásul a sűrített levegő a legcsekélyebb mértékben sem szennyezi a környezetet. El sem fogy, mivel munkájának elvégzése után visszajut a légtérbe. Nem ég el, mint a hidrogén a hagyományos robbanómotorokban. Miután a sűrített levegő nem gyúlékony, a balesetveszély is minimális. A jármű beszerzési költsége egy középkategóriás autó árának felel meg, azaz kb. 25 ezer DM lesz. Ebből is kitűnik, hogy a fejlődés nem állítható le. Ha az emberek eltorlaszolnak egy kaput, a sors nyit helyette másikat. A sűrített levegővel hajtott turbinában egyetlen olyan alkatrész sincs, amibe a bürokraták és a szabadalmi ügyvivők beleköthetnének. A régi, az elavult, a kártékony eljárások tehát előbb-utóbb megszűnnek. Ha a változtatás nem megy csúcstechnológiával, akkor átmenetileg alternatív megoldások lépnek a helyébe.

Most még elég szokatlan gondolatnak tűnik, de a jövőben valószínűleg megszűnik a távolsági út- és vasúthálózat is. Ez nem azért fog megtörténni, mert az emberek tömegesen fognak teleportáció útján helyet változtatni. Az ily módon történő közlekedésre különben ma is van példa. Tibetben az eldugott hegyi kolostorokban élő szerzetesek körében a helyváltoztatásnak ez a formája évszázadok óta ismeretes. A hagyományos kétdimenziós közlekedés megszűnésének sokkal valószínűbb oka lesz, hogy a közlekedésünk háromdimenzióssá válik. A szubatomi energia hatékony felhasználási módja lehetővé fogja tenni a földi UFO-k kifejlesztését. Mivel ezzel egyidejűleg megoldódik majd a gravitáció és a tehetetlenségi erő legyőzése is, így nem lesz szükség leszállópályára. Ezek a jármű-

vek már képesek lesznek a Föld bármely pontjáról fel- és leszállni, a pillanat törtrésze alatt megállni, vagy irányt változtatni, ezért nagymértékben csökkenni fog a balesetek száma is.

Nagyvárosokban a baleseteket oly módon kerülik el, hogy minden repülő jármű számára kötelező útvonalat jelölnek ki, amelyet aztán betáplálnak a fedélzeti számítógépbe. Ezáltal az égbolton cirkáló járművek még véletlenül sem találkozhatnak egymással, így kizárt az ütközéses baleset. (Nem összevissza száguldoznak az égen, mint az a sci-fi filmekben látható.) Mivel az autópályákkal ellentétben a levegőben több száz jármű is elfér egymás mellett, egymás felett pedig több ezer, még a metropoliszokban sem következik be útvonalhiány, és a forgalmi dugók is megszűnnek.

A járművet körülvevő energiapajzs megszünteti a közlekedési zajokat, nem is szólva a légszennyezésről, ami szintén elmarad. A sebesség növekedése miatt az utazási idő nagyságrendekkel csökkenni fog. Az üzemanyagköltség elmaradása következtében ugyancsak nagyságrendnyi csökkenéssel lehet számolni az utazási költségek terén is. A jövőben a teherfuvarozás sem fogja igényelni a közút- és vasúthálózat fenntartását. Az új típusú járművekkel való fuvarozás nagy előnye lesz, hogy az árut háztól-házig fogják szállítani. Az áruszállító konténereket nem kell többé kivinni a vasútállomásra vagy a reptérre, mert ezek a járművek nyugodtan leszállhatnak a gyárudvaron is.

UFO formájú járművek egyébként már ma is léteznek. Egy amerikai feltaláló szériában gyártja az általa kifejlesztett repülő csészealjkat. Ezek a ventilátorszerű propellerekkel hajtott járművek már most is hasonló sebességgel képesek haladni, mint az útpályához kötött kerekeken guruló gépkocsik. A tengeri közlekedés is nagy átalakuláson fog keresztülmenni, mivel a jövő univerzális hároméltű járművei nem csak a víz felszínén tartózkodhatnak, hanem képesek lesznek több ezer méter mélyen a víz alá merülni, és a vízből kiemelkedve a levegőbe repülni. Mivel a mi UFO-inknak sem kell majd üzemanyagot magukkal vinniük, így világúri utazásaink során szükségtelenné válnak a költséges rakétakilövések. A Föld vonzaskörétől való elszakadás nem lesz már függvénye az indító impulzus mértékének, vagyis az indítás pillanatában fellépő gyorsító erőnek, a szökési sebességet tetszőleges gyorsulással is elérhetjük. Miután állandó tolóerővel, lassan is elszakadhatunk a Földtől, az utasoknak nem kell gyorsulási problémákkal küszködniük. Ennélfogva kortól és egészségi állapottól függetlenül bárki kiutazhat az űrbe.

A kilövés elmaradása következtében pályaszámításokkal sem kell többé bajlódni. A Föld légterébe való belépés során az energiapajzs megvédi a visszaérkező járművet a levegősúrlódás következtében fellépő túlmelegedéstől. Az általunk készített UFO-k maximális sebessége is olyan nagy lesz, hogy fél óra alatt körbekerülhetjük vele a Földet. Ez azt jelenti, hogy negyedóra alatt eljuthatunk bármely kontinens legtávolabbi pontjára is. (Jelenleg a Föld körberepüléséhez a Concorde utasszállító repülőgéppel is 32 órára van szükség.) Így ezeken a járműveken ételt-italt sem kell felszolgálni, ami tovább csökkenti a menetjegy árát. A repülőút lerövidítésével nem alakul ki mélyvénás trombózis sem. Korábban a 10-12 órás repülőutak után világszerte több száz utas halt meg amiatt, hogy a légnyomáskülönbség és a mozgáshiány következtében vérrögök képződtek az ereikben, amelyek végzetes elzáródáshoz vezettek. Mivel az UFO zajtalanul közlekedik, nem szennyezi a levegőt, továbbá fel- és leszállásához nincs szükség kiépített repülőtérré, akár a városok fötéren is landolhat. Ennek következtében elmarad a repülőtér megközelítésével járó idővesztés, amely sokszor több mint maga a repülőút.

Jelentős változások várhatók a városi forgalomban is. A nagyvárosok tömegközlekedése túlnyomórészt leszorul a föld alá. Az ehhez szükséges alagutakat nem hagyományos bányaművelési technikával fogják kialakítani, hanem tömörítéssel. Ehhez olyan fúrópajzsokat használnak majd, amelyek nem marják a talajt, hanem zömítik úgy, hogy teljes felületükön koncentrált szubatomi energiát sugároznak ki. Az erős szubatomi energianyalábok megolvastják a kőzetet, és az előre nyomuló pajzs összetömöríti az izzásig hevített földet. Mivel ez a folyamat igen nagy nyomáson megy végbe, az alagútfalak olyan keménnyé válnak, mint a gyémánt. Ennek következtében nincs szükség aládúcolásra, tartógerendázatra, öntöttvas tübbing falazatra, és a hányót sem kell kitermelni. A létesítési költség jelentős csökkentésén kívül ezeknek az alagutaknak a fenntartása is igen olcsó lesz, mert az üvegszerű alagútfal nem korrodál, nem engedi át a talajvizet, így karbantartást nem igényel. A járatokban a szerelvények mágnespárnán lebegve, súrlódásmentesen fognak közlekedni. Ennek következtében azon túlmenően, hogy zajtalaná válnak, a sebességük elővárosi forgalomban elérheti a

3000 km/órát is. Miután a lineáris motorok táplálását a szerelvénybe épített energiaellátó konverterek végzik, így az alagutakban villamos kábelekre, illetve áramvezető sínekre sem lesz szükség.

Nagy a valószínűsége annak, hogy száz év múlva már tetszés szerint tudjuk szabályozni az időjárást is. Koncentrált energiasugárzással esőt fakasztunk a felhőkből, vagy ha szükséges, el is tudjuk kergetni azokat a nap elől, sőt a nem kívánt esővizet is el tudjuk majd párologtatni adott helyekről. Erre a természet is képes. Brazíliában a XIX. század elején találtak egy fát, amelynek levelei összehúzódtak a légkörben található nedvességet, és a vizet zápor formájában bocsátották le a földre. 50 évvel később Peruban is találtak egy ilyen esőfát. A felfedezők is hasonló jelenségről számoltak be a kelet-indiai szigetekről és Guineából. Ebből arra lehet következtetni, hogy viszonylag csekély energiakonzentrációval is elő lehet idézni ezt a jelenséget. Az esőcsinálás nem csupán vágyalom, mert a köd megszüntetése pl. már ma sem megoldhatatlan feladat. Az Agykontrollt végzett hallgatók közül sokan képesek arra, hogy mindenféle segédeszköz nélkül, pszichoorientációs úton feloszlassák a környezetükben levő ködöt.

A távolabbi jövőben elképzelhető, hogy végleg megoldódnak időjárási gondjaink, mivel a technikai fejlődés előrehaladtával valószínűleg lehetőségünk lesz arra, hogy a kifogyhatatlan szubatomi energiakészlet segítségével temperáljuk Földünk légkörének hőmérsékletét, ami azt eredményezi majd, hogy megszűnik a tél a bolygónkon. Ennek ellenére a téli sportok kedvelőinek a +23 °C-on stabilizált léghőmérsékletű örök nyár beköszönte után sem kell lemondaniuk kedvenc időtöltésükről, mert a magas hegyekben a fizikai törvények következtében továbbra is megmarad a hó. A temperálást hőtranszformátorok felállításával érjük el, amelyek a hideg égöv alatt Yin-, a trópusi övezetben pedig Yang jellegű energiát sugároznak a légterbe.

A mezőgazdaság nem fogja többé mérgezni a vizeinket és a talajt, mivel a növényeket várhatóan nem műtrágyával, hanem optimális mértékű energiasugárzással fogjuk intenzívebb növekedésre, nagyobb termés hozamokra készíteni. Ezt a legegyszerűbben és a legolcsóbban úgy valósíthatjuk meg, hogy szubatomi energiasugárzással kezelt vízzel öntözzük a termőföldeket. Erre a módszerre azért is nagy szükség lenne, mert a kemikáliák mértéktelen alkalmazásával történő intenzív növénytermesztés során kimerítettük a talaj tápanyagkészletét, és ezzel súlyos nyomelemhiányt okoztunk. Ennek következtében a gabona- valamint zöldség- és gyümölcsstermesztésben, de a tej- és tojástermelésben is csökkent a beltartalmi érték, ami legfőképpen abban nyilvánul meg, hogy mostanában a mezőgazdasági termékeknek nincs ízü. Remélhetőleg a műtrágyázás abbahagyása most még visszafordíthatóvá teszi ezt a folyamatot, és idővel a talaj ismét regenerálódni fog.

Azonban nem csak a mezőgazdasági termékek mennyiségét lehet mágneses sugárzással növelni, hanem ennek a módszernek az elterjesztésével olcsóbbá válik a papír, a bútor és az építőipari faárú is. A későbbiek során ugyanis az erdőket is szubatomi energiával kezelt vízzel öntözzük majd, amely elősegíti a fák gyors növekedését. Az árcsökkenéshez jelentős mértékben hozzájárul az a szerencsés körülmény is, hogy a mágneses sugárzással kezelt fában a száraz és nedves korhadást előidéző gombák nem képesek elszaporodni, és a szú sem telepedik bele. Így a fából készült termékek élettartama gondos felületvédelem esetén szinte korlátlan lesz. Hasonló hatást fog gyakorolni ez a növekedésserkentő eljárás a virágtermesztésre is. Járulékos előnyként a vágott virág nem csak olcsóbb lesz, hanem az éltető energiasugárzás hatására hetekig friss marad.

Ennek megvalósulására már nem is kell olyan sokat várni, mivel Japán tudósok nemrégén röptették világgá a hírt, hogy sikerült előállítaniuk az „élet vizét”. A kutatások az 1950-es években kezdődtek, és a „pí-víz” -nek nevezett folyadék előállítására szolgáló Life Energy készüléket dr. Soji Jamasleita szabadalmaztatta 1983-ban. A pí-víz látszatra semmiben sem különbözik a közönséges víztől. Öntözővízként való felhasználása esetén viszont a termés hozam csaknem 30%-kal nő, a termés hamarabb fejlődik ki, és szebb lesz, mint a műtrágyával kezelt földeken. Mellesleg az esővíz éltető hatása is annak tudható be, hogy éteri energiárészecskék szorulnak a nagy sebességgel le hulló esőcseppekbe, amelyek a vízzel együtt felszívódnak a növénybe. Ezért nem képes az öntözővíz pótolni az esővizet, pedig a vezetékes vízben tápsók is vannak, míg az esővíz tulajdonképpen desztillált víz. (Részletes működési mechanizmust lásd a VII. fejezet végén.) Ráadásul a pí-vízzel kezelt növények termés hozama mellett szárazságtűrő képességük is nő, ami a jelenlegi aszályos időjárást tekintve nem elhanyagolható előny. Különlegessége még ennek az eljárásnak, hogy az

„élet vizével” átmosott földeken a kemikáliákon kívül tápoldatokra sem lesz szükség, ennek ellenére nem merül ki a talaj. A növények a számukra szükséges ásványi sókat szubatomi energiárészecskékből fogják szintetizálni. Ez a jelenség már ma is megfigyelhető az inediánoknál, vagyis azoknál az embereknél, akik évek óta nem vesznek magukhoz sem táplálékot, sem vizet, ennek ellenére kitűnő egészségnek örvendenek.

Ezenkívül ennek a folyadéknak tartósító hatása is van, mivel a pí-vízzel kezelt zöldség és gyümölcs a szokásosnál jóval később kezd el romlani. Az állattenyésztésben is jelentős haszonnal jár az „életvíz” alkalmazása, mivel azonos súlygyarapodás 25%-kal kevesebb takarmánnyal is elérhető, a baromfiállomány tojástermelő időszaka pedig duplájára növelhető. Ráadásul ez a víz elriasztja a legyeket az állattenyésztő telepek környékéről, és nagymértékben javítja a termőtalaj állapotát. A pí-víz ugyanis közömbösíti a talajba került vegyszereket, így újra megjelennek a giliszták, és rövidesen helyreáll a mérgezett talaj eredeti, természetes állapota. (A vízben élő állatokra is különös hatást gyakorol ez a víz. Ha aranyhalat helyezünk egy lezárt akváriumba, azok 24 órán belül elpusztulnak. Ellenben ha a medencét „életvízzel” töltjük fel, akkor a halak 1 nap után is vidáman úszkálnak benne. Különös, hogy azok a halak, amelyek ebben a szubatomi energiával dúsított vízben születnek, nyomban elpusztulnak, ha normál vizes tartályba kerülnek.)

Ezen túlmenően sok más területen is eredményesen alkalmazható a pí-víz, pl. a szennyvíztisztításban, a tavak és folyók vizének regenerálásában, a tengervíz sótelenítésében, az élelmiszeriparban tartósítószer kiváltására, vagy a festékiparban korróziógátló, deionizációs lakkok gyártására. A legjelentősebb eredményeket azonban a gyógyászatban érték el vele. Az „életvíz” rendszeres fogyasztása sok embert kigyógyított már a gyomorfekélyből, a cukorbetegségből, de jól használható emésztési zavarok, reumás fájdalmak, szívbántalmak, ödéma, lábszárfekély, vesegyulladás, vesekő, májgyulladás, magas vérnyomás, epebántalmak, herpesz és különböző bőrbetegségek, influenza, migrén, álmatlanság, potenciazavarok, sőt hajhullás ellen, de legjelentősebb hatása az, hogy képes a rákos daganatok visszafejlesztésére is. Az imént felsorolt betegségek azonban csak kiragadott esetek, mivel hetente hallani újabb alkalmazási példákról, ahol a pí-víz szintén segített. Sokan vannak pl. akik zúzódások vagy nyílt sebek gyors gyógyítására használják ezt a vizet, mert fokozza a sarjadzást, de egészséges emberek is isszák vitalitásuk és szellemi koncentrációjuk, valamint stressztűrő képességük növelése érdekében. Még kozmetikai célokra is jó, mivel fokozza a különböző hatóanyagok bőrbe jutását, és rendszeres fogyasztása eltünteti a terhességi csíkokat.

Mivel semmiféle kémiai változás nem mutatható ki rajta, a tudósok egyelőre nem tudják, hogy az energiával telített víz valójában milyen alapon hat. Ez azonban nem gátolta meg a japánokat abban, hogy elkezdjék a gondosan megszürt, majd permanens mágnessel kezelt pí-víz előállítására szolgáló készülékek nagyüzemi gyártását, és az egész világon való terjesztését. Mellékesen megjegyezve, a „pí” nem a görög „π” betű, latin betűs átírása, hanem egy sumér szó, ami életenergiát jelent. A teljesség érdekében meg kell említeni, hogy a vizet a mágneses sugárzáson kívül elektromos árammal is lehet kezelni. Ha ásványi sókat tartalmazó normál csapvízen meghatározott ideig egyenáramot vezetünk át, akkor elektronvizet kapunk. A pí-vízhez hasonlóan az elektronvíz is könnyen felszívódik a szervezetbe, és elősegíti vitalitásunk megőrzését. Ezenkívül simává teszi a bőrt, javítja az étvágyat és székrekedés ellen is hatásos. Elektronvízzel való öntözés és mosás esetén a gyümölcsök cukortartalma magasabb lesz, és még 10 nap múlva sem kezdenek el rothadni. A tudományos vizsgálatok szerint ez a víz aktiválja azon reakciókat is, amelyekben az enzimek olyan fehérjékre és glikolipidekre hatnak, melyek gyorsítják az élőlények növekedését.

A szubatomi energiasugárzás alaposabb megismerése után vegyszereket még permetezés céljára sem fogunk használni. A biokertészekhez hasonlóan a rovarokat és egyéb növényi kártevőket előreláthatólag mindenütt a fák törzsére csavart rézspirálok mikrorezgéseivel riasztjuk el. Zöldségnövények esetén a permetezőszerek káros következményeit legegyszerűbben a csalános vízzel történő öntözéses módszer ipari méretekben történő elterjesztésével kerülhetjük el. Ezen túlmenően ismét divatba jönnek az ősrégi módszerek: vetésforgó alkalmazása, a növények párosítása; ahol az egyes vegetációk sajátos energiasugárzásuk révén riasztják el egymásról a kártevőket. A vegyszermentes növénytermesztés leghatékonyabb módja azonban a pí-víz alkalmazása lesz. A szubatomi energiá-

val kezelt víz ugyanis azon kívül, hogy feleslegessé teszi a műtrágyát, kisugárzásával távol tartja a rovarokat, valamint a különféle vírusokat és gombákat a növényektől.

Korábbi kísérletek alapján a magvak vetés előtti koncentrált energiával való besugárzása esetén is minimum kétszeres termésátlag-növekedés várható. A fagykárrok kivédése érdekében általános gyakorlat lesz a vetőmag szubatomi energiával való előcsíráztatása, amely lehetővé teszi majd a vetésidő kitolását is. Ennek a módszernek az alkalmazásával a mezőgazdasági kultúrák északabbra fognak húzódní, olyan területeken is megoldható lesz majd a zöldség- és a gabonatermelés, ahol csupán 1-2 hónapból áll a nyár. Táplálkozási szokásaink is gyökeresen átalakulnak. A jövőben megszűnik a húsevés. Nem fogjuk naponta százmilliószámra lemészárolni az állatokat azért, hogy felfaljuk a húszakat. Az emberekben tudatosulni fog, hogy az állatoknak is van lelkük, és nem fogjuk kannibál módra megenni lélektestvéreinket. A húsevés egészségkárosító következményei is széles körben tudatosulnak, ami szintén visszatartja az emberiséget a ragadozó táplálkozási módtól.

Áttérve az élet más területeire muszáj szóba hozni azt a sokak számára kellemetlen fejleményt, hogy a jövőben meg fog szűnni a versenysport. A parapszichológiai képességek kifejlődése esetén már nem a testi erőnlét, az ügyesség és a szívósság fogja eldönteni, hogy ki lesz a győztes, hanem az, hogy ki mennyi szabadenergiát tud magába szívni. Ebben a szituációban az élsport para-fenomének küzdelmévé válna, ahol az bírja tovább a megterhelést, aki az ellenfélnél több szubatomi energiát képes az izmaiba „pumpálni”. A fáradtság ugyanis nem más, mint energiaveszteség. A bio-energia azonban agyfrekvenciánk delta tartományba csökkentésével gyorsan és szinte korlátlan mértékben növelhető, ami megszünteti mind a testi, mind a szellemi fáradtságot. Ebben a szituációban már nem számít a testi felépítés, az edzés mértéke, sőt az életkor sem. A helyezést az dönti el, hogy a mérkőzés megkezdése előtt a versenyző mennyi energiát tud a szervezetében elraktározni, illetve a küzdelem során képes-e a veszteséget pótolni.

Ez ellen lehetetlen védekezni. Amíg a doppingszerek vegyelemzéssel kimutathatók, a bioenergia szintjét nem tudjuk mérni. Graviméterrel ugyan rendelkezünk, de jelenleg nincs olyan műszer, amivel az éteri (Yang) energiát mérni tudnánk. Ha lenne, se mennénk vele sokra. Amennyiben a versenybírák észlelnék, hogy valakinek magasabb a bioenergia-szintje az átlagnál, hogyan bizonyíthatják be, hogy ez nem természetes eredetű. A hiperaktív gyerekek pl. azért izegnek-mozognak állandóan, mert túl sok bennük az energia. Akkor őket eleve ki kell zárni a különféle erőpróbáló versenyekből. A bioenergianövelő Tesla-generátor rendszerbeállítás után nem csak meridiánjaink rendeződnek, hanem többletenergiára is szert tehetünk. (Ezt már most is megtehetjük, ha az ösztönösen cselekvő magyar csodaló, Kincsem példáját követve kifekszünk az Attila domb tetejére.)

A meditációs gyakorlataink elmélyülése során lehetőségünk lesz a kundalini energia elindításra is, ami amellet, hogy tökéletes egészséggel örvendeztet meg bennünket, jelentősen megnöveli a bioenergiánkat. A csakratisztítási gyakorlatok elterjedése után képesek leszünk a környezetünkől felvett Yin és Yang energiát növelni. Ez oly mértéket érhet el, hogy kisugárzódhat belőlünk. Ezt követően hogyan határozzák meg, hogy ki indulhat el egy versenyen. Akinek már olyan nagy az aurája, hogy a fején látható a glória, az már nem indulhat?

A legnagyobb zavart azonban az aszimmetrikus energiafelvétel és -kibocsátás fogja okozni. Azt a birkózót pl. aki jelentős mennyiségű Yin jellegű szubatomi energiát bocsát ki a lábain, nem lehet padlóra küldeni, mivel úgy odatapad a földhöz, hogy feldönthetlenné válik. Ha a rúdugró sok Yang energiát szív magába, súlytalanná válik; és 8-10 méter magasra ugorva rúd nélkül is átszáll a lécc felett. Ilyen körülmények között minden csúcseredmény megkérdőjelezhető lesz. Mivel a világversenyek és az olimpia nem válhat para-fenomének vetélkedőjévé, a versenysport abbamarad. Nem véletlen, hogy a földönkívüli civilizációknál nincsenek sportversenyek. Ők már rájöttek arra, hogy ennek a technikai rivalizálásnak nincs semmi értelme. A tömegsportot azonban nem veszélyezteti a megszűnés veszélye, mert mozgásra továbbra is szükségünk lesz. Mivel ennek során nem kell senkit legyőznünk, kik-ki az erőnlétének megfelelő sportágot választ magának, és ezt addig üzheti, ameddig az energiaszintje engedi.

Ez a jelenség hatással lesz a szellemi sportokra is. Két azonos képességű sakkozó közül pl. az fog győzni, aki a játszma végéig képes lesz megőrizni szellemi frissességét; illetve az, aki hatékonyabban képes a jobb agyféltekéjével kapcsolatba kerülni. A jó memória ugyanis nem más, mint a

nagyságrendekkel nagyobb tárolókapacitású jobb agyféltekénkkel való kapcsolatfelvétel átlagosnál magasabb hatásfoka. Ráadásul itt fennáll egymás gondolatainak kifürkészési lehetősége is, vagy a függőlépés kiolvasása a borítékból. Nem kizárt, hogy a közönség soraiból a parapszichológiai képességekkel rendelkező ellendrukkerek koncentráció- vagy memóriazavaró telepatikus üzeneteket juttatnak el az ellenfél agyába. Erre állítólag már napjainkban is sor került. Ez ellen azonban védekezni lehet, ha a játékos szubatomi energiárészecskékből egy áthatolhatatlan burkot von maga köré. Ilyen körülmények között viszont a sport elveszti eredeti szerepét, és átalakul parapszichológiai képességek vetélkedőjévé. Mivel ezek a behatások egyelőre ellenőrizhetetlenek, így a sportversenyeken napirenden lesznek a gyanúsítgatások, óvások, veszekedések; amelyek teljesen szétzúzzák a sportszellemet. Sokak szerint már ma is ez a helyzet, mert a jelenlegi doppingháborúban annak a nemzetnek a sportolói kerülnek dobogóra, amelynek több pénze van drága és kimutathatatlan vegyszerek beszerzésére. Az érzékelhetetlenséget maszkírozó anyagokkal érik el. Ilyenek pl. a dopping-szerek bomlástermékeihez kötődő antibiotikumok, vagy a nagy molekulájú keményítőkészítmények, amelyek sokáig a vérben tartják a bomlástermékeket. Frank Shorter, az Amerikai Doppingellenes Hivatal vezetője már ki is fejezte aggodalmát emiatt: *„A NOB-nak gyakrabban kellene ellenőriznie a sportolókat. Ha nem változtatunk a jelenlegi gyakorlaton, a jövőben nem atléták, hanem gyógyszerészek fognak versengeni egymással.”*

Egyelőre nem merült fel a bioenergia manipulálásának lehetősége, de a jelek szerint nem várat sokáig magára. Mi sem bizonyítja jobban ennek veszélyét, mint a genetika rohamos előretörése. Néhány évtizeddel ezelőtt a tudományos fantasztikum világába tartozott a génterápia, ma pedig mindennapi valósággá vált. A hivatalos tiltások ellenére egyre-másra érkeznek hírek az embereken való alkalmazásáról is. Szakértők szerint ha ez így megy tovább, pár év múlva hajmeresztő atlétikai eredmények születnek, és a sportszenzációk öles szalagcímekké válnak az újságokban. A szervezet teljesítőképességének génmanipulációs növelése alapvetően új helyzetet teremt a sportvilágban. Az élsportolók a jelenleg alkalmazott ajzószer, tiltott vegyszerek helyett módosított géneket tartalmazó folyadékot juttatnak a szervezetükben, amely tartósan megnöveli izommennyiségüket, oxigénfelvétel-képességüket. A Nemzetközi Olimpiai Bizottság is kezdi felismerni a génterápiában rejlő veszélyeket. *„Tudomásunk van arról, hogy bizonyos módszerekkel már kísérleteztek.”* Miután a genetika egy új tudományág, kevés tapasztalattal rendelkezünk alkalmazásának későbbi veszélyeiről. Ez azonban a sportolók többségét nem riasztja el ettől a módszertől. Amikor akadt olyan kosárlabda-játékos, aki eltörette a kezét csak azért, hogy műtéttel meghosszabbíttassa, nem valószínű, hogy néhány milliliternyi folyadék lenyelése bárkinek is gondot fog okozni.

Különösen vonzóvá teszi ez az eljárást, hogy alkalmazása semmilyen módszerrel nem mutatható ki. Egy született „izompacsirtából” átültetett gén ugyanis lehetett a sportoló saját örökítő anyaga is. Miután eddig egyetlen élsportolóról sem készítettek géntérképet, a későbbiek során gyanússá váló rekorderek DNS-állományát nem lesz mivel összehasonlítani. Arról nem is szólva, hogy a genetikai elemzés meglehetősen költséges művelet, tömeges alkalmazása iszonyatos összegeket emésztene fel. Ezt belátva a NOB már azt fontolgatja, hogy meg kellene változtatni a versenyszabályokat, és külön erőpróbákat kellene rendezni a génkezelt sportolók részére. Igen ám, de ki fogja elárulni magáról, hogy génmanipulációval „tunningolták” fel, ha ezt nem lehet kideríteni. Miért versenyezzen valaki egy erős mezőnyben, amikor a gyengébben játszi könnyedséggel első lehet? Az sem jelent megoldást, ha a kiugró eredményeket elérő sportolókat adminisztratív eszközökkel kényszerítik az egymás közötti küzdelemre, mert ettől kezdve a világ csak velük fog foglalkozni. A szurkolók elfordulnak az átlagos teljesítményt produkáló sportolóktól, mert az embereket csak a csúcseredmények izgatják. A klasszikus olimpiai játékok szellemében vetélkedő sportolók úgy fognak járni, mint a paraolimpiai játékok résztvevői. A részvéten kívül nem sok elismerésben lesz részük. Ezt elkerülendő mind több élsportoló kényszerül majd rá a génmanipuláció igénybevételére. Dr. Theodore Friedmann, a San Diego-i Egyetem génterápiái programjának vezetője szerint nincs messze az idő, amikor a sportoló embernek látszik ugyan, de egyes szerveit már annyira átalakították, hogy inkább hasonlít egy androidhoz, mint a homo sapiensre.

Könnyen lehet, hogy egy idő után a tömegsportmozgalom is felbomlik. Amikor az ember képes lesz szervezete bioenergia-szintjét megnövelni, már nem lesz szüksége testgyakorlatokra, edzésre ahhoz, hogy jó kondícióban tartsa magát. Annak érdekében, hogy fittekek és egészségesek legyünk, elég az agyfrekvenciánkat lecsökkenteni, és máris tetszőleges mennyiségű energia áramlik belénk. A többletenergia kialakítja, formában tartja izmainkat, atlétatermetet kölcsönöz testünknek. Acélos-sá válnak izmaink, és öreg korunkra is megőrizzük testünk ruganyosságát.

Az elkövetkező századokban feltehetően megszűnik a turizmus jelenlegi módja is. A pénz megszűnésével ugyanis a nagy érdeklődésnek kitett helyeken élők már nem fognak örülni a turisták rohamának, mivel nem lehet rajtuk keresni. Emiatt a turistalátványosságokkal rendelkező települések lakói egyáltalán nem fognak örülni annak, hogy idegenek jönnek a nyakukra. Miután semmi hasznuk sem származik belőle, nem hajlandóak gondoskodni róluk, eltartani őket. Nem fognak örülni annak, hogy kíváncsiskodók megzavarják a nyugalmaikat. Senkinek sem lesz érdeke, hogy hívatlan vendégek körül ugráljon.

Földünk távoli vidékeinek megismerésére azonban továbbra is lehetőségünk nyílik, mert ekkor már általános gyakorlat lesz a Hatékony Érzékelés Kivetítés, illetve a lélekkiléptetés technikája. Így lelki mivoltunkban fogjuk a korábban közkedvelt turistacélpontokat bejárni. A megismerésnek, az élményszerzésnek ennél a formájánál nincs szükség fárasztó utazásra. Nem kell repülőjegy, szállás és vízumok után futkosni, nem érhet bennünket közlekedési baleset és egyéb inzultusok. Asztráltestben utazva egy pillanat alatt ott vagyunk, ahol akarunk, bármit megtekinthetünk, bármennyig maradhatunk anélkül, hogy bárkinek a terhére lennénk. A lezárt vagy még fel sem tárt objektumokba is könnyen bejuthatunk, sőt nagy valószínűséggel lehetővé válik az időutazás is, ami azt jelenti, hogy a bennünket érdeklő terület, népcsoport múltjával is megismerkedhetünk. És mindezt otthon, a károsszékből, vagy egy erre a célra berendezett stúdió relaxáló díványán fekvéssel tehetjük meg.

Visszatérve az időjárás-szabályozásra ez a művelet nemcsak a környezeti hőmérséklet stabilizálására fog korlátozódni. A későbbiek során koncentrált energiasugárzással képesek leszünk befolyásolni a légköri mozgásokat, meggátolva ezzel a pusztító szelek, viharok kialakulását. A sűrűn lakott települések felett tehát nem lesz többé borús, szeles idő, és könnyen megoldható lesz, hogy a növényvilág számára szükséges csapadék ne nappal, hanem az éjszakai órákban induljon meg. Mivel a lezuhló csapadék mennyiségét is szabályozni tudjuk majd, nem lesz már aszály vagy árvíz, és az esőfelhők átcsoportosításával megnyílik az út a föld sivatagos területeinek fásítása, a korábbi növénytakaró pótlása előtt.



Vihar Magyarországon (2020. június 12.)

Környezetvédelmi szempontból szinte forradalmi változást fog jelenteni a dematerializáció alkalmazása, mert ennek a hulladékmegsemmisítésre is alkalmas módszernek a segítségével nyomtalanul eltüntethetjük a nagyvárosaink környékén felgyülemelő szeméthegegyeket, soha el nem bomló műanyag zacskókat és palackokat, valamint a mérgezettemetőkben szaporodó vegyi anyagokat. A dematerializációs megsemmisítő eljárásnak azonban a nukleáris hulladékok felszámolása terén lesz majd felbecsülhetetlen szerepe, mert ezzel a módszerrel egyszer s mindenkorra megszabadulhatunk ettől az időzített ökológiai bombától. Különös alkalmazási területe lesz a dematerializációnak a hulladék tetemének nyomtalan és rendkívül higiénikus feloszlatása. Hamvasztás helyett minden bi-

zonnal sokan választják majd porhüvelyük e világból való kivonására ezt a korszerű, olcsó, és minden további következményektől mentes módszert.

A jövőben megszűnik az éhínség is, és ez nem kizárólag a termésátlagok növekedésének, a mezőgazdasági kultúrák földrajzi kiszélesedésének, hanem a megtermelt élelmiszerek hosszú idejű eltarthatóságának, veszteségmentes szállíthatóságának lesz köszönhető. A koncentrált szubatomi energiasugárzás baktériumölő hatását kihasználva, a közvetlenül fel nem használt élelmiszereket raktározás előtt energiával fogják kezelni, minimálisra csökkentve ezáltal a romlásveszélyt. A konzerveket ezután nem rákkeltő vegyszerekkel, nem is vitaminkárosító hőkezeléssel tartósítják majd, hanem energiabesugárással teszik őket hosszú ideig frissé és gusztusossá. Az élelmiszeripari termékek tartósítása terén ennek az új sterilizáló módszernek főleg a tejiparban lesz nagy jelentősége, mivel a jelenleg alkalmazott pasztörizálás nagymértékben károsítja a tej vitaminjait, és elpusztítja az enzimtartalmát.

Sugárással történő sterilizálást egyébként már ma is használnak mind az élelmiszeriparban, mind pedig az orvosi segédeszközök gyártása során, pl. injekciós tűk csíramentesítésére. Ez idő szert azonban a sterilizálás radioaktív sugárforrással történik, ami nagyon megdrágítja az eljárást. A tetemes költség egyrészt a gamma sugarakat előállító kobaltágyú magas árából, másrészt a kezelő személyzetet a káros radioaktív sugaraktól védő biztonsági felszerelés kényszerű alkalmazásából ered. Miután a szubatomi energiabesugárással nem jár ilyen hátrányokkal, ezért semmi sem fogja meggátolni ennek a tartósító eljárásnak a széleskörű elterjedését. Ráadásul a radioaktív sugárással ellentétben a tartósított élelmiszerben nem keletkeznek szénhidrogének valamint szabadgyökök, amelyek rákot, érelmeszesedést és korai öregedést okoznak. Mindemellert a besugárázott élelmiszer biológiailag holt anyaggá válik. Ennek egyértelmű bizonyítéka, hogy a gamma sugárral kezelt burgonya, fokhagyma, vöröshagyma nem csírázik ki. Ezt eddig járulékos előnyként könyvelték el az élelmiszerforgalmazók, de ennek árát egészségkárosodással fizetjük meg. A koncentrált mágneses sugárással azonban nem roncsolja a sejteket, nem teszi élettelené a csíramentesített élelmiszert.

Mellesleg az ökotermékeknél⁶³ szigorúan tilos a sugárkezelés, ezért a biogazdálkodásban már régóta alkalmaznak egy egészségre ártalmatlan fertőtlenítést. Ennek során az élelmiszereket vákuumtérbe helyezik, majd kis mennyiségű vizet fecskendeznek be, ami hirtelen gőzzé válik, és szinte lerobbantja róluk a kórokozókat. Nagy hátránya ennek a módszernek, hogy tetemes beruházást igényel. Jelentős mértékben csökkenti a veszteséget az is, hogy megszűnik a fagykár. Az ingyenenergia következtében ugyanis télen fűteni fogják az élelmiszerraktárakat, és elárúsítóhelyeket. A távoli jövőben erre sem lesz szükség, mert a +23 °C-on temperált hőmérséklet az egész földgolyón megszünteti a telet. Ennek a helyzetnek a legnagyobb előnye azonban az lesz, hogy duplájára emelkedik a mezőgazdasági termények mennyisége. A tél megszűnésével ugyanis a mérsékelt égöv alatt is kétszer teremnek a gyümölcsfák, és a gabona- s egyéb haszonnövények termését is évente kétszer takaríthatjuk be.

Az éhínség megszűnéséhez várhatóan az egészséges táplálkozási szokások is jelentős mértékben hozzá fognak járulni, mert a húsevés fokozatos csökkenése következtében jelentős – eddig takarmánytermesztésre használt – földterület szabadul fel világszerte. Mivel az állattenyésztés során átlagosan 10 kg takarmányból lesz 1 kg színhús, a korábban takarmánytermesztésre használt szántóföldek emberi táplálkozásra alkalmas növényekkel való betelepítése egyik évről a másikra tízszeresére növelheti a rendelkezésre álló élelmiszer mennyiségét. Miután ilyen nagy tömegű élelmiszere nem lesz szüksége az emberiségnek, a termőterület egy része kivonhatóvá válik a művelés alól, ami lehetővé teszi a vetésforgó visszaállítását. Jelenleg a minél nagyobb haszon elérése érdekében már sehol a világon nem alkalmazzák a termőföld regenerálásának ezt az ősi módszerét. Pihentetés helyett műtrágyával próbálják pótolni az elhasználandó ásványi anyagokat. A talajerő vegyi anyagokkal való pótlása azonban nem érte el a kívánt hatást. A nem megfelelő módon, és nem megfelelő mennyiségben kiszórt műtrágya, valamint a gyomirtó- és permetezőszerek megmérgezték a talajt, a rajtuk termelt zöldségek, gyümölcsök pedig az embereket. A fenti módszerek együttes alkalmazá-

⁶³ Angol nyelvterületen az „organic” jelzót használják ezekre a termékekre.

sával azonban ez a helyzet megváltoztatható. A tudati felvilágosítás, és a szubatomi energia széleskörű alkalmazása lehetővé teszi a kellő mennyiségű és minőségű táplálék előállítását.

A vetésforgó alkalmazásával lehetőség nyílik a gyomoktól való végleges megszabadulásra is. Jelenleg vegyszeres irtással próbáljuk visszaszorítani a gaz terjedését, de ez a haszonnövényekbe is felszívódik, és az emberi szervezetbe jutva különféle betegségeket vált ki. A Hirosima Egyetem kutatói azonban nemrégiben találtak egy páfrányfélélt, ami azzal tűnik ki a többi közül, hogy közötté nem marad meg más növény, sőt a rovarokat is távol tarja. Ennek következtében a nagy telepeken tenyésző „uradzsiro” páfrány alkalmas lenne arra, hogy a művelés alól kivont területeken kiirtsunk minden növényi és állati kártevőt. Néhány év múlva a páfránytelep kiszántásával, a növények öszszegyűjtésével és megsemmisítésével biológiailag tiszta területeket kapnánk, ahol a kultúrnövények zavartalanul növekedhetnek. A kutatók a páfrány gyökeréből kloroform segítségével kivonták a hatóanyagot, így arra is lehetőség van, hogy ezen a módon emberre veszélytelen, mellékhatásmentes növényvédő szert állítsanak elő. Jellemző ennek a szernek a hatékonyságára, hogy amikor csírázásnak indult magot kezeltek vele, a növekedés azonnal megállt, majd a mag vörös színű lett, és hamarosan elhalt. Eddig az összes növényi maggal végzett kísérletek hasonló eredménnyel végződtek. A kutatók most azon fáradoznak, hogy a koncentráció beállításával meghatározzák a szer alkalmazási módját.

A forradalmi változások azonban az iparban fognak leginkább mutatkozni. Szinte nem lesz olyan iparág, amelyet ne érintene a szubatomi energia koncentrált felhasználási lehetősége. Az energiasugárzás kohézióerő-csökkentő képességét valószínűleg a gépipar fogja leginkább kihasználni. A korábban alkalmazott mechanikus daraboló, vágó módszerek helyett a fémeket koncentrált energiasugárzással szabjuk majd megfelelő méretre. Ez a fajta sugár még a lézernél is precízebben és hatékonyabban vágja az anyagot.

Mellesleg a „szubatomi energiakést” a földönkívüliek nálunk is gyakran alkalmazzák az állatcsonkításoknál. Segítségével élő állatokból pillanatok alatt távolítanak el különböző szerveket, többnyire azért, hogy megállapítsák a környezetszennyezés mértékét a Földön. A „kis szürkéék” által végzett kísérletek sajátos indítéka még, hogy az emlősállatok is rendelkeznek érzelmekkel. Miután ennek a civilizációnak az érzelmi világa leépült, az „ész-érzelem-ösztön” egyensúlyának helyreállítása érdekében az embereken végzett kísérletek mellett elkezdték állatvilágunk tanulmányozását is. A koncentrált szubatomi energiasugárzás használatának egyértelmű bizonyítéka, hogy a visszamaradt tetemeket még a közismerten dögevő prérifarkasok sem hajlandók eltakarítani. Mind a prérifarkas, mind a kutyák néhány méterrel a tetem előtt megállnak, majd érzékelve az energiasugárzást eliszkolnak. Az intenzív szubatomi energiasugárzásnak tudható be az is, hogy az ily módon elpusztult állatok sebfelülete sokáig nem indul oszlásnak. A szubatomi energiakés érdekessége, hogy nem csak a molekulákat hagyja épen, hanem a sejteket is, az egyes szöveteket a sejtfalak mentén választja el egymástól.

A IV. fejezetből tudjuk, hogy az állatok agyfrekvenciája megrekedt alfa szinten, ezért igen érzékenyen reagálnak a szubatomi energiasugárzásokra. Ennek alapján Klein-alakzatban tekerceselt koncentrált energiasugárzókkal könnyen megoldható lesz a nem kívánt helyekről való távol tartásuk. A mezőgazdaságban pl. nem lesz többé szükség költséges vadvédelmi kerítésekre, és a meglehetősen alacsony hatásfokú madárijesztőkre. Elég lesz a védendő terület közepére leszúrni egy elemmel gerjesztett, hajszálvékony huzalból tekerceselt sugárforrást, és ettől kezdve a vadak, illetve a madarak nagy ívben elkerülik a környéket. Mivel a szubatomi energia elnyelődik a talajban is, egyúttal megoldódik a mezőgazdaságilag hasznosított földterületek rágcslómentesítése. Ez nem fogja károsan befolyásolni a termőföld állagát, mert a giliszták kifejezetten kedvelik a szubatomi sugárzást, így talajporhanyósító feladatukat továbbra is el fogják látni. A rágcslómentesítés jelentős mértékben hozzá fog járulni az éhínség felszámolásához is. A termést nem csak a mezei-, hanem a városi rágcslók is nagymértékben pusztítják. Jelenleg tízszer annyi patkány él a Földön, mint ahány ember. Indonéziában a rizstermés kb. 15%-át a patkányok falják fel. Csupán ezzel a mennyiséggel 20 millió ember lakna jól egész éven át.

Ezen a módon könnyen megoldható lesz a madarak elriasztása a repülőgépek, illetve a repülőterek közeléből. Jól használható ez a módszer a műemlékek védelmére is. Egyébként Párizsban már

elkezdtek egy hasonló elven működő rendszer kiépítését. Először a Louvre épületére szereltek fel egy elektromágneses riasztót, és az eredménnyel igen elégedettek voltak. Ezt követően a Palais Royal árkádjai alatti drága butikokat és vendéglőket szabadították meg a galamboktól. Korábban semmilyen eszközzel nem tudták elérni, hogy a boltívekben ne rakjanak fészket. Most megpihenni sem hajlandók a közelben, nemhogy letelepedni. Hátránya azonban ennek a kezdetleges rendszernek, hogy a telepítése nagyon drága. A gyengeárammal táplált vékony drótok elöntelen tulajdonsága még, hogy egyszerre bocsátanak ki Yin és Yang jellegű sugarakat, ezért a hatásfok nem túl magas, és a huzalokkal átszótt épületek, szobrok látványa sem éppen esztétikus. A koncentrált sugárforrás viszont mentes ettől a hátránytól, és az ára is olyan alacsony lesz, hogy sokan az otthonaikban is alkalmazni fogják az egerek, patkányok, csótányok, poloskák, pókok, molyok, hangyák, atkák kiűzésére, illetve a szúnyogok és a legyek távol tartására.

Ennek az egészségügyi szempontból igen előnyös helyzetnek azonban lesz egy hátulütője is. A szubatomi sugárforrás nem csupán a rágcsálókat és a rovarokat fogja elüldözni, hanem megőrjíti, menekülésre készíti a szomszédban tartott háziállatokat is. Ennélfogva törvényalkotással rendezendő ellentét fog kialakulni az eb- és egyéb háziállattartók, valamint a kártékony élősdiektől szabadulni akaró polgárok között. Ez nem lesz könnyű, mert ma már a kutya és a macska a legtöbb családban a gyerek szerepét tölti be. Eredeti funkciójukat (házőrzés, egérfogás) már csak vidéken látják el. Akinek nincs, vagy nem lehet gyereke, örökbe fogad egy kutyát, illetve egy macskát. Aztán ennek megfelelően bánik vele. Élete végéig kényezteti, és ha kimúlik, megsiratja. Régen az állatok megdöglöttek, ma már meghalnak. Pusztulásuk után a döngkútba dobták őket. Ma már koporsós temetés jár nekik. Még jó, hogy papot nem hívnak a szertartáshoz. Jellemző érzelgős viselkedésünkre, feje tetejére állított értékrendünkre, hogy ma már a híradásokban is nem elpusztulnak az állatok, hanem meghalnak.

A szubatomi energiasugárzó hordozható változatának a kirándulók, a turisták látják majd nagy hasznát. Övükre erősítve távol tarthatják maguktól a szúnyogokat, a kullancsokat, a méheket, darazsakat és egyéb rovarokat. Még a kutyák és a különféle vadállatok harapásától is megvédi őket. Nem kell többé tartaniuk a maláriától, a Lyme kórtól, a veszett állatoktól és a ragadozók támadásától. Ez a módszer a cápák elriasztására is alkalmas. Az ausztráliai Sea Change vállalat olyan szűrődeszkát fejlesztett ki, amely mágneses mezővel távol tartja a tengeri ragadozókat. Az előzőekben ismertetett szubatomi germicidlámpa a bakteriális és vírusos fertőzésektől fogja az utazókat megóvni. A trópusi országokban is nyugodtan ehetnek-ihatnak bármit, ha előtte ezzel a csíramentesítő eszközzel besugározzák.

A szubatomi energiasugárzó segítségével a kártevő-mentesítésen kívül egy sok gondot okozó egészségügyi és esztétikai problémát is megoldhatunk. Különösen földszintes épületekben igen gyakori jelenség, hogy szigetelési hiányosságok miatt a falak átnedvesednek, salétromossá válnak, majd leomlik a vakolat. Ez a baj azonban elhanyagolható amellet, hogy a vizes falak miatt megnő a belső terek relatív páratartalma. Ennek következtében megindul a penészképződés, az épület dohos-sá, nyirkossá válik. Ez azon túlmenően, hogy a nedves helyiségben élők, dolgozók közérzetét rontja, előbb-utóbb asztmát, tuberkulózist és reumát okoz. Emellet télen jelentősen megnő az épület fűtési költsége is. Sokan úgy próbálják ezt a problémát megoldani, hogy a leomlott fal helyére víz-záró vakolatot hordanak fel. Ez azonban nem segít, mivel a fal belső szerkezetén át felszivárgó víz és ásványi sók egy idő után megjelennek a csodavakolat felett. Végleges megoldást eddig csak a hiányzó, illetve tönkrement szigetelés pótlásával lehetett elérni. Ennek több módja is van, pl. a nedves falakat szakaszosan elfűrészelik, és a résekbe szigetelő lemezeket ütnek be, vagy lyukakat fúrnak bele, amelyen keresztül műgyantát injektálnak a falba, ami megszilárdulva eldugaszolja a hajszálcsovecskéket.

Ezek a rendkívül fáradságos és költséges eljárások azonban mellőzhetők, ha az épület közepén elhelyezünk egy Yang jellegű energiát kibocsátó szubatomi sugárforrást. A generátorból kiáramló pozitív mágneses sugárzás semlegesíti a kapilláris csövekben uralkodó intenzív gravitációs vonzást, és emiatt a hajszálcsovecskében nem tud többé felszivárogni a víz. Ennél a megoldásnál nincs szükség elektródákra, és az egyes helyiségeket sem kell külön-külön készülékekkel ellátni, mert a szubatomi energia átszivárog minden anyagon, és a hatókörzetén belül az egész épületet kiszárítja.

Nagy hatásfokú elektromágnes alkalmazva hálózati táplálásra sincs szükség, mivel a készülék gerjesztésről egy beépített telep is képes gondoskodni. Ezt a készüléket már nem kell kifejleszteni, mert készen van. Az osztrák Wilhelm Mohorn szabadalma alapján gyártott szubatomi falszárítót mind belföldön, mind külföldön évek óta nagy sikerrel alkalmazzák. Nálunk ezt a készüléket a BHI Kft. forgalmazza. Címük: 3527. Miskolc, Zsigmondy Vilmos u. 2. Tel: (06-46) 416 445. E-mail: info@aquapol.hu További információ: <http://www.aquapol.hu>

A jövőben kör alakú, kupolatetejű házakban fogunk lakni, mivel a kupolaalakzat a piramishoz hasonlóan összegyűjti az éteri sugárzást, és az épületben tartózkodókra koncentrálja, ami jótékony hatást gyakorol az egészségre. Emellett kioltja az alatta levő Hartmann-ingersávokat, ami a bent tartózkodó emberekben a végtelen nyugalom érzetét kelti. A henger alakzat nagy előnye még, hogy földrengésbiztos. A minden irányból boltívszerű falak még erős földrengés esetén sem engednek összedőlni az épületet. Az emeletes házakban a liftet nem villanymotor húzza fel és engedi le acélsodronykötelekkel, hanem az antigravitáció mozgatja. Felfelé menet a liftszekrény aljába épített anti-gravitációs hajtómű növeli a taszító hatást, ami gyors felemelkedést eredményez. Lefelé a gravitáció mozgatja a liftszekrényt. A megállást is az antigravitáció mértékének gyors változása teszi lehetővé. A vezérlőelektronika a terhelést is figyeli, vagyis hogy hány személy tartózkodik a liftben, és az antigravitációs erő mértékét ehhez igazítja. Mivel ennél a liftnél nincsenek mozgó alkatrészek, a műszaki meghibásodás lehetősége is minimális.

Visszatérve az ipari felhasználásra a hegesztések során nem hőenergiával, hanem szubatomi energiasugárzással fogjuk a kohéziós erőt megszüntetni, és a fématomokat egymásba folytatni. Az öntés művelete is jóval egyszerűbbé válik, mert az energiasugárzással meglágyított fémet viszonylag egyszerű módon lehet majd a kívánt formára idomítani. Mivel ez a technológia nem jár hőfel-lődéssel, az egymáshoz hegesztendő anyagok nem égnek el, ami azt eredményezi, hogy a fémeken kívül más anyagok is összeköthetők lesznek ezen a módon. Ez azt jelenti, hogy a későbbiekben nem lesz szükség ragasztókra. Ha eltörik valami, vagy ha két azonos, illetve különböző anyagot egymáshoz akarunk erősíteni semmi mást nem kell tenni, mint az összeillesztendő felületeket Yang jellegű elektromágnessel besugározni, majd egymáshoz préselni. Az ily módon létrejött kötés felülmúlja a legjobb ragasztó által biztosított szilárdságot is, mivel anyagfolytonosságot hoz létre.

Amennyiben az anyagból nem vonjuk ki a Yang energiát, ez azzal a következménnyel jár, hogy eltaszít magától minden más anyagot. Ily módon megvalósítható az ideális sűrűlódásmentesség. Ennek szintén a gépipar veszi a legnagyobb hasznát, mert ha a fém alkatrészeket pozitív szubatomi energiarészecskékkel sugározzuk be, akkor megfoghatatlanul síkossá válnak még akkor is, ha egyébként érdes a felületük. A sűrűlódásmentesség nem csak a különböző gépek hatásfokát fogja növelni, hanem megszűnik az alkatrészek kopása, és nem lesz szükség kenőolajra sem. Ezáltal minimálisra csökken a mechanikus szerkezetek karbantartásigénye. Nem zárható ki, hogy szubatomi sugárkezeléssel megoldható lesz a vas rozsdamentesítése is. Ennek lehetőségét az a megfigyelés támasztja alá, hogy a meteoritokban és a Holdról származó kőzetekben levő vasszemcsék nem korrodálódnak. A tudósok szerint ennek oka a kozmikus sugárzásban keresendő.

A jelenlegi néhány százalékos hatásfokú lámpáink helyett olyan fényforrásokat gyártunk majd, ahol a fotonokat valamely anyag atomjainak szubatomi energiarészecskékkel való bombázása útján fogjuk gerjeszteni. A jövőben tehát a fény nem egy hőforrás mellékterméke lesz, így a fényerő növelését várhatóan nem akadályozzák többé hőelvezetési nehézségek. A nagy hatásfokú fénykeltés másik lehetséges módja, hogy belülről fluoreszkáló festékréteggel ellátott üvegballonba szubatomi energiagenerátort helyezünk, és a fényt a kisugárzott energia kelti a fluoreszkáló réteg gerjesztése által. Az American Electric Power Co. egyébként már ma is gyárt ilyen fényforrásokat, azzal a különbséggel, hogy a 20 évig is használható és csak negyedannyi villamos energiát igénylő „E-lámpában” a gerjesztést nem szubatomi, hanem elektromágneses sugárzás végzi.

Néhány száz év múlva már nem koncentrált fényforrást használunk világításra, hanem a falakat olyan festékréteggel vonjuk be, amelyek elektromos gerjesztés hatására fényt bocsátanak ki magukból. Ezáltal a lakótér, illetve az üzemek, szolgáltató létesítmények minden pontján azonos fényerő fog uralkodni. A magasabb rendű civilizációk már meg is mutatták nekünk ezt a világítási módot. Az UFO-elrablások során a szemtanúk így számoltak be az űrjárművek belső helyiségeinek világí-

tásáról: „Lehetetlen volt meghatározni a fény forrását. Olyan volt, mintha a világosság a falakból, a mennyezetből és mindenhonnan egyszerre jönne. A fény színe sem volt állandó. Egyik helyen zöldes árnyalatú, máshol kék, összehatásában pedig fémes izzásra emlékeztetett.”

A legfejlettebb civilizációk bármilyen helyiséget képesek tökéletesen bevilágítani. Ennek során a levegő molekuláit ionizálják. A mágneses hullámokkal történő besugárzás először ködszerű jelenséget hoz létre, majd a gerjesztett levegőmolekulák elkezdnek világítani. Ezt a jelenséget már nálunk is többször előidézték. Egy szemtanú beszámolója szerint. „Egy sárga füst gomolygott szét, és szép lassan betöltötte az egész szobát. Mikor már a plafonig emelkedett, egyik pillanatról a másikra mintha berobbant volna, nappali világosság öntötte el az egész szobát. A helyiség legsötétebb zugában is egyforma világos volt. Minden csillogott annak ellenére, hogy a fény forrása nem látszott.” Fő jellemzője ennek a fénynek, hogy mivel nem egy pontból árad szét, hanem mindenütt jelen van, a helyiségben nincsenek árnyékok. Annak ellenére, hogy ez a fény mindent tökéletesen megvilágít, nem vakító, nem árt a szemnek. A mágneses sugárzás miatt a megfigyelők nem szenvedtek semmilyen egészségkárosodást.

A költséges villanyárammal működő klímaberendezéseket felváltják majd a szubatomi energiával működő környezetkímélő fűtő és hűtő berendezések. Elsősorban életünk minőségét fogja javítani, hogy a későbbiek során az ipar átáll a zajmentes szerszámok gyártására. A készülékház alatt egy vékony szubatomi energiafal távol tartja a levegőt a zajkeltő mechanizmustól, így nem kell többé szenvednünk az aszfalttörő kalapácsok, láncfűrészek és egyéb munkagépek fülsiketítő lárma miatt. A zajártalom csökkenéséhez jelentős mértékben hozzá fog járulni, hogy a városokban a felszíni közlekedés is nesztelenné válik. Nem lesz többé motorzaj és a gumiköpenyek által keltett surrogás is megszűnik, mert az állórész nélküli hibridmotorokkal hajtott gépjárművek kerekek nélkül fognak siklani az út felszíne felett. Így az utak sem fognak kopni, ráadásul a jegesedésből eredő csúszásveszéllyel, és a kátyúk okozta gépjárműrongálódással sem kell számolni.

A leglátványosabb változásokat azonban az építőiparban fogjuk tapasztalni, ahol a jövőben valószínűleg nyugdíjba fogják küldeni a toronydarukat, mivel Yang jellegű energiabesugárzással bármekkora méretű és tömegű tárgy súlytalaná tehető, így az utánunk következő generációk számára az emeletes házakat feltételezhetően már előre gyártott lakásonként fogják könnyedén egymásra emelni, és néhány nap alatt összeszerelni. A hidakat sem építik többé a folyók felett, az áramló víz által akadályozva. A folyóparton készre szerelik, majd rálebegtetik a pillérekre. Érdekes alkalmazási területe lesz a szubatomi energiának, hogy koncentrált Yin jellegű energiasugárzással le lehet lassítani, ki lehet tágítani az időt. Ez lehetővé teszi a gyorsított öregedés-vizsgálatot. Ebben a zónában ugyanis pár óra alatt több évtizedet öregedik az anyag, így mentesülünk a költséges fárasztó-vizsgálatoktól.

Az már szinte természetes, hogy mint minden új dologban, így a szubatomi energiában rejlő lehetőségek kihasználása terén is az elektronikai ipar fog élen járni. A jövőben a számítógépek használata általános lesz, mert megszűnik a programnyelv, nem lesz szükség külön előképzettségre ahhoz, hogy valaki számítógéppel kommunikáljon. Ez a közvetlen kommunikáció várhatóan nem beszéd útján fog létrejönni. Utódaink minden valószínűség szerint telepátiával, vagyis az agyból kiáramló gondolati kisugárzások útján fogják a számítógépeket különféle feladatok elvégzésére utasítani. Ilyen irányú kísérletek egyébként már évek óta folynak Japánban, nagy sikerrel. Ugyanígy fogjuk használni a híradástechnikai készülékeket, gondolatainkkal szabályozzuk majd a fűtést, a világítást, sőt még az ajtó kinyitását is telepátiás úton végezzük majd. Erre nem kell sokáig várni, mert telepátiás vezérlésű autó már most is létezik. Egy kambodzsai feltaláló csak gondol egyet, és kinyílik a kocsija ajtaja. Az 51 éves férfi egyelőre nem kívánja felfedni, hogy milyen elven működik a telepátiás érzékelője. Túl bonyolult nem lehet, mert a telepátiás vezérlésű autó megépítése kevesebb mint 1 millió forintjába került, és 19 hónapig dolgozott rajta.

Információtárolásra nem kompakt-, vagy mágneslemezt, hanem kristálykorongot fogunk alkalmazni. Ezen a videolemezhez hasonló eszközön a mechanikus bemélyítések illetve vaspapor helyett nagyságrendekkel nagyobb tárolókapacitású kristályszemcsék rögzítik majd az adatokat. A jelenleg legígéretesebbnek tűnő biochip azért nem fog bevalni, mert mint minden élő szervezet ez is öregedik, így hosszú távon megbízhatatlanná válik. Ennek alapján úgy tűnik, hogy elhamarkodott volt

fizikusainknak az a bejelentése, hogy a Single-Electron Tunneling effektus „a legvégső miniatürizálásnak tekinthető a mikroelektronika területén”. A SET-nek is nevezett villámgyors kapcsoló és tároló egység elvét az orosz Konsztantyin Liharev és Alekszander Zorin dolgozták ki, és a komputertechnikában lázasan vizsgálják alkalmazásának lehetőségét. A legparányibb bináris tárolókban azonban az „igen-nem” állapotot nem irányított elektronok, hanem szubatomi energiarészecskék fogják megjeleníteni. Ez azt jelenti, hogy a miniatürizálásnak, illetve a tárolókapacitás növelésének nem lesz fizikai határa. Csupán a mindenkori technológiai fejlettségünk szabja meg, hogy mennyi információt tudunk beleírni a kristályba.

A jelenlegi adatrögzítő technikánk egyébként nem csak a jövővel, hanem a múlttal összehasonlítva is lemaradásban van. Az inka birodalomban egy rövid kötélbe font zsinórfüzér szolgált az államháztartással kapcsolatos adatok tárolására. Ennek a „quipu” (kipu)-nak nevezett ősi komputernek a leolvasásánál a zsinórok számán, hosszán, a szálak színein, és a különböző szövésmintákon kívül figyelembe vették a zsinórokra kötött csomók elhelyezési módját, követési távolságát, sőt még a csomó formáját is. Nálunk a legmodernebb adatrögzítőnek tekintett kompakt lemezen is csupán két jellemző hordozza az információt: az azonos mélységű és szélességű vajatok hossza és követési távolsága. Nem csoda, hogy ezekkel a többszörös jellemzővel bíró kisméretű eszközökkel a több ezer évvel ezelőtt élt hivatalnokok olyan pontos nyilvántartást tudtak kialakítani, hogy a hatalmas birodalomban még egy nyílvesző sem tűnhetett el nyomtalanul.

Nincs kizárva, hogy a telefon szerepét is átveszi majd a telepátia, de ehhez az szükséges, hogy előbb mindenki megtanulja az agyfrekvencia lecsökkentésének módszerét. Amíg ez nem történik meg, addig mi is kénytelenek leszünk agyhullámerősítő készüléket alkalmazni, ahogy egyes Földön kívüli civilizációk tagjai, akiknél az övükre csatolt fémdoboz valószínűleg ugyanezt a célt szolgálja. Egy fejpántként felrakható hatékony tolmácsoló eszköz megszünteti a különféle nyelven beszélő emberek közötti kommunikációs nehézségeket is. Az idegen nyelveken nyomtatott szöveg megértése sem fog gondot okozni. Erre a célra telepátiás írásértelmező ceruzákat használunk majd. Ennek a Földön kívüli civilizációk által általánosan alkalmazott eszköznek az egyik végén egy lencseszerű mikrokamera van, amely a sorok fölött végighúzva leolvassa az egymás után következő betűket. Egy beépített mikrochip a szóközök segítségével értelmezi a szavakat, és ezeket egy konverterbe juttatja, ami a szöveget szubatomi energiahullámokká alakítja át. Végül a szöveg tartalmától függő különböző frekvenciaspektrumú energiahullámok a toll másik végén elhelyezett mini antennára kerülnek, amely telepátiás úton agyunkba sugározza az információt.

A természetes gyógy módok és a technika segítségével az orvosok munkája is átalakul. Az általános sugarakat kibocsátó röntgenátvilágítás szerepét átveszik a bioenergia-érzékelő rendszerek. Ezek legegyszerűbb változata a magnetokardiográf lesz. Ez a készülék alapvetően három egységből fog állni: egy Faraday-kamrából, egy kamerászerű detektorból, amely a mennyezetről nyúlik majd alá egy gömbcsuklós kar segítségével, valamint a jelfeldolgozó és megjelenítő egységből. A baleseti sebészetre szállított beteget nem kell költséges, hosszadalmas és veszélyes röntgenátvilágításnak alávetni, mert a szuperérzékeny tekercsekből álló detektor ráirányításával azonnal láthatóvá válnak a belső szervei. Az EKG-val ellentétben az MKG-s vizsgálatnál még elektródákkal sem kell teleagatni a páciens. Ennek ellenére igen részletes és plasztikus kép rajzolódik ki az érzékelőfejhez csatolt monitoron, amit az tesz lehetővé, hogy az élő sejtek nem csak felvesznek, hanem ki is sugároznak magukból bioenergiát. Szöveti károsodás esetén az energiasugárzás mértéke is megváltozik, ami az egészséges sejtektől való éles elhatárolódásban nyilvánul meg. Miután az MKG passzív képalkotó rendszer, vagyis semmilyen sugarat nem bocsát ki magából, a beteg belső szervei tetszőleges ideig vizsgálhatók a károsodás legcsekélyebb veszélye nélkül. Így arra is mód lesz, hogy műtét közben más szerveket is megfigyelés alatt tartsanak. Segítségével a gyógyulás folyamata is könnyen figyelemmel kísérhető. A vizsgáló helyiség elektromágneses leárnyékolására azért van szükség, mert a környezetünkben fellépő zavaró mágneses sugárzások százszor erősebbek, mint amelyeket a szervezet generál.

A későbbiek során nem lesz szükség erre a berendezésre, sőt árnyékoló kalitkára sem, mivel várhatóan kifejlesztünk egy olyan összetételű kristályt, amely mágneses sugárzás hatására látható fény-sugarat bocsát ki magából. Ez a lencsévé formált kristály fémkeretbe foglalva, és egy kis nyéllel

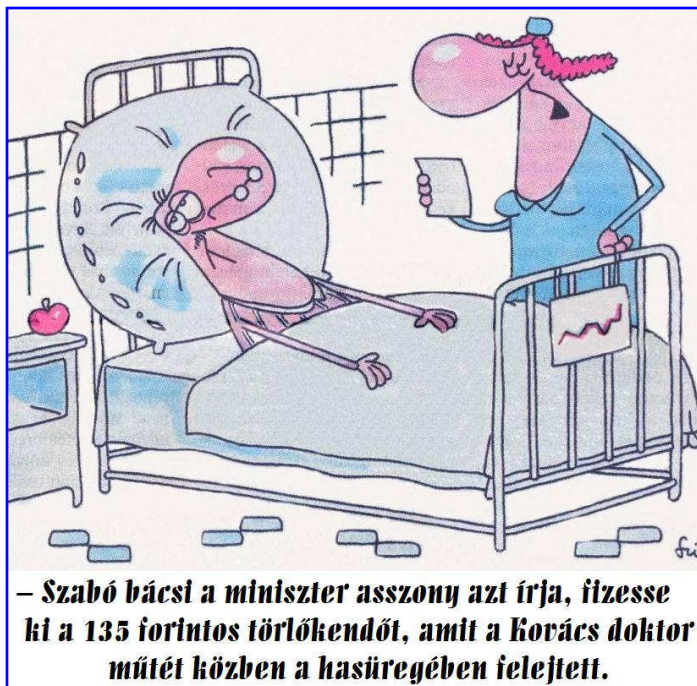
ellátva kerül majd forgalomba. Az orvosok ezt az eszközt a monoklihoz hasonlóan fogják hordani, vagyis a nyeléhez csatlakoztatható fémlánc segítségével a gomblyukukhoz erősítik, és köpenyük szivarzsebébe rakják. Így szükség esetén egy pillanat alatt kézbe vehetik, és miközben az egyik szemükkel a beteg belső szerveit vizsgálják, a másikkal figyelemmel kísérhetik a külső állapotát. Miután a testbe pillantva közvetlenül látható lesz a betegség kiváltó oka, elmaradnak a több napos kivizsgálások. Nem kell többé a mellékhatásokból visszakövetkeztetni a betegség okára, így a téves diagnózisok száma elenyésző lesz. Szellemi fejlődésünk előrehaladtával nem fogunk használni mágneses kisugárzás-érzékelő segédeszközöket sem. Az orvosok a Hatékony Érzékelés Kivetítés technikáját alkalmazzák majd, mind a betegség megállapítása, mind pedig a gyógyítás során.



Ennek a folyamatnak az eredményeként a jövőben a gyógyítás módja fokozatosan leegyszerűsödik, és egyre olcsóbbá válik. Ennek legfőképpen a társadalombiztosítási intézmények fognak örülni. Az érzéstelenítőkön, fájdalomcsillapítókon, és kötszereken kívül nem lesz többé szükség olyan drága műszerekre sem, mint az endoszkóp, laparoszkóp, hiszteroszkóp, a belső szerveket ultrahanggal vizsgáló szonográf, vagy a csillagászati összegekbe kerülő komputertomográf, a mágneses rezonanciaképet szolgáltató MR, illetve a nukleáris mágneses rezonancián alapuló MRI, a pozitron emissziós rétegvizsgáló, a PET, illetve az ultrahangos tomográf, a HUTT.

Lenyelhető minikamerával sem kell bűvészkedni, amely egyelőre nem a kívánt módon halad, hanem oda fordul a gyomorban, illetve a bélrendszerben, ahová akar. Jellemző a hagyományos gyógyítás költségességére, hogy Kínában az emberek 90%-a a tradicionális gyógyítást veszi igénybe, és csak 10%-uk fordul a nyugati orvoslás művelőjéhez. Ennek ellenére az egészségügyi kiadások 90%-át a nyugati gyógyászati módszerek gyakorlásához szükséges eszközök beszerzésére és fenntartására fordítja a költségvetés. (Egyébként ugyanez a helyzet Indiában az ajurvédikus gyógy móddal.) Igazán nagy megtakarítást viszont a betegségek megelőzésével lehetne elérni. A WHO (Egészségügyi Világszervezet) legutóbbi jelentése szerint az életmód 43%-ban, környezetünk 27%-ban, a gyógyászati ellátás színvonala pedig csak 11%-ban befolyásolja a lakosság egészségi állapotát. Jelenleg azonban a megelőző gyógymódok csak azok számára hozzáférhetők, akik meg tudják fizetni.

A műszerek egyszerűsödésével párhuzamosan fokozatosan visszaszorul a gyógyszergyártás is, mivel a jövőben nem alkalmazunk szintetikus készítményeket gyógyászati célra. Az operációk vértelenné válnak, mert a testet kizárólag szubatomi energiát kibocsátó manipulátorokkal fogják felnyitni. A legbonyolultabb szervátültetés is mindennapos, bevett gyakorlat lesz. A varratok, sebhelyek megszűnnek, ezért elmarad a



több hetes kórházi ápolás, a betegek még az operáció napján hazamehetnek. A műtét alatt sem fájdalom, sem fertőzés nem lép fel, így feleslegessé válik az altatás, és gyulladásokból eredő későbbi komplikációktól sem kell tartanunk. A kórházi kezelés szükségtelenné válásával megszűnnek a felfekvéses tüdőgyulladásból eredő elhalálozások is. Az idős betegek többsége ugyanis nem a műtétbe hal bele, hanem a hetekig tartó fekvés okozta tüdőgyulladásba.

A gyors műtéteknek is a társadalombiztosítás lesz a legnagyobb haszonélvezője, mert az ápolás szükségtelenné válásával óriási összeget takarítanak meg. Hihetetlenül hangzik, de jelenleg a lába-dozással járó kiadás magasabb, mint a műtéti költség. Az Egyesült Államokban a megbiztosító társaságok 68 milliárd dollárt fizetnek ki évente kórházi számlákra. Ennek túlnyomó részét, 41 milliárd dollárt a kórházi ápolási költsége teszi ki. Az egészséges életmód következtében jóval kevesebb beteg lesz mint ma, műtéteket szinte kizárólag csak balesetek esetén fognak végezni. A vértelen műtétek járulékos következménye lesz még, hogy szükségtelenné válik a vérátömlesztés, így megszűnik az oly sok gondot okozó véradás problémája. A kórházi ágyak megszüntetéséhez jelentős mértékben hozzá fog járulni a természetgyógyászati módszerek általános alkalmazása. Ezek segítségével minden ember önmaga orvosa, saját testének tudatos karbantartója lesz.

A sci-fi irodalomban gyakran lehet olvasni, hogy a jövő nemzedéke lombikban, azaz „in vitro” fog megszületni. A lombikbéli eljárás azonban várhatóan csak kísérleti célokat szolgál majd, mivel a természetellenes körülmények, az emberi testen kívüli fejlődés nagy valószínűséggel érzelmi károsodást okozna az utódokban. Sokkal reálisabb elképzelés az, hogy a gyermekek továbbra is természetes úton, az anya testében fognak kifejlődni, a szülés pedig a császármetszés egy továbbfejlesztett változata útján, fájdalom nélkül zajlik le. Ennél az újfajta eljárásnál a hasfalat energiasugárzó manipulátorokkal nyitják meg, szülési komplikációk és a vérzés, a fájdalom, valamint a fertőzésveszély legcsekélyebb kockázata nélkül. A műtét után nem keletkezik sebhely, nem lesz szükség kórházi ápolásra, az ily módon véghezvitt császármetszés pedig nem korlátozza a további szülések számát sem. Ennek az eljárásnak a bevezetésével minden bizonnyal feledésbe merül a bérshülés intézménye is. Miután a terhességből már csak a gyermekvárás öröme marad meg, és nem kell többé tartani a szülés alatti fájdalmaktól, valamint az azt követő esetleges elváltozásoktól, ezért egyetlen nő sem fog idegenkedni többé gyermekei világrahozatalától. Az egészséges és minél jobb képességű utódok életre hozatala érdekében egyre több szülő fogja majd igényelni, hogy a megtermékenyítés testen kívül, a legéletképesebb ivarsejtek kiválasztása útján, ellenőrzött formában történjen.

Mint minden új korszaknak, sajnos ennek is lesznek negatív megnyilvánulásai. Sokakban ugyan ellenérzést fog kiváltani, de rohamosan fejlődni fog a génebeszet. Genetikai átültetés révén mi is elő tudunk majd állítani kimérákat, azaz vízi sellőket, farkasembereket, emberfejjel és lótesttel rendelkező kentaurokat, és egyéb szörnyeket. Ezeknek a sejtfüziós kísérleteknek az eredményességét feltehetően egy nálunk fejletlenebb bolygón fogjuk kipróbálni úgy, ahogy azt a régi történeti leírások szerint egy magasabb rendű civilizáció annak idején nálunk végezte. Ezt nem azért tesszük, hogy ártsunk az ott élőknek, hanem azért, hogy megteremtsük a mitológiájukat, hogy legyen miről regélniük a későbbi nemzedékeknek. Mellesleg ilyen jellegű génmanipulációkra már ma is képes a földi tudomány. Ennek leglátványosabb bizonyítéka a birke. Ezt a különös állatot néhány évvel ezelőtt a birka és a kecske hibridizációjával hozták létre.

Már a sci-fi regényekből ismert félig állat, félig ember rabszolgák létrehozására is képesek vagyunk. A hírek szerint az Egyesült Államokban illegális kísérleteket folytattak, melynek eredményeként az ember és a csimpánz keresztezésével megszületett a csimber. A felnevelésére azonban nem vállalkoztak a tudósok. A várható botránytól tartva nem sokkal a megszületése után elpusztították. Nem is lenne értelme egy olyan világban modern rabszolgákat előállítani, ahol több száz millió ember van munka nélkül, az alkalmazottak zömével pedig rabszolgaként bánnak. Minek a rabszolga egy olyan társadalomnak, amely önmagát is rabszolgasorba taszította.

Már ennek az évezrednek a végén sor kerül a klónozásra, ami a génmanipuláció első botrányköve lesz. A várható világméretű felháborodás azonban csak részben indokolt. Sokan azzal magyarázzák a félelmüket, hogy így sorozatban „gyárthatók” lesznek az Einstein-képességű egyedek, akik bűnözővé vagy diktátorra nevelve elpusztítják a világot. Ez az aggodalom nagyfokú tájékozatlanság-

ra vall. Az ember lényege ugyanis nem a testben, hanem a lélekben van. Hiába születnek klónozás útján azonos kinézetű emberek, ezek mind különböző lélekkel fognak rendelkezni, így még annyira sem hasonlítanak majd egymáshoz, mint az egypetűjű ikrek. Testi adottságaik megegyeznek ugyan, de a természetük és a szellemi képességeik eltérőek lesznek. Ennek oka, hogy lelket nem lehet klónozni, sőt még megrendelni sem; nem tőlünk függ, hogy egy-egy testbe ki fog születni hozzánk a Földre. Einsteint sem a teste tette azzá, ami volt, hanem a lelke. Ezt az is bizonyítja, hogy a halála után megvizsgálták az agyát, és semmi különös nem találtak rajta. Ennél meglepőbb bizonyítékkal is rendelkezünk a testi adottságok másodlagosságának bizonyítására. Anatol France Nobel-díjas író boncolásakor kiderült, hogy agyvelejének súlya az átlagos értéknek csupán a fele volt.

Ha csak a testi adottságoktól függne az érvényesülésünk, akkor az evolúciós fejlődési lánc csúcán most nem az ember, hanem a delfin állna. A delfin agya ugyanis 30 dekagrammal nagyobb tömegű, mint az emberé, és jóval barázdáltabb is, melynek következtében agytekevényeiben 50%-kal több neuron van, mint a miénkben. Ezzel azonban csupán annyit sikerült elérnie, hogy az állatok között a legintelligensebbé vált. Hiába van egy élőlénynek szuperagya, ha nincs aki használja. A lélek színvonalától, fejlettségi fokától függ, hogy a test adottságait milyen mértékben képes használni. Az agytérfogatnak azért sincs meghatározó szerepe, mert a jelenlegi lerövidített életünkben kapacitásának csak a 10%-át használjuk. Ez a jelenség magyarázza a hidrokefáliában (vízfejűségben) szenvedők életképességét is, azt az orvosilag feltárt tényt, hogy viszonylag jól boldogulnak az életben annak ellenére, hogy gyakorlatilag nincs agyvelejük.

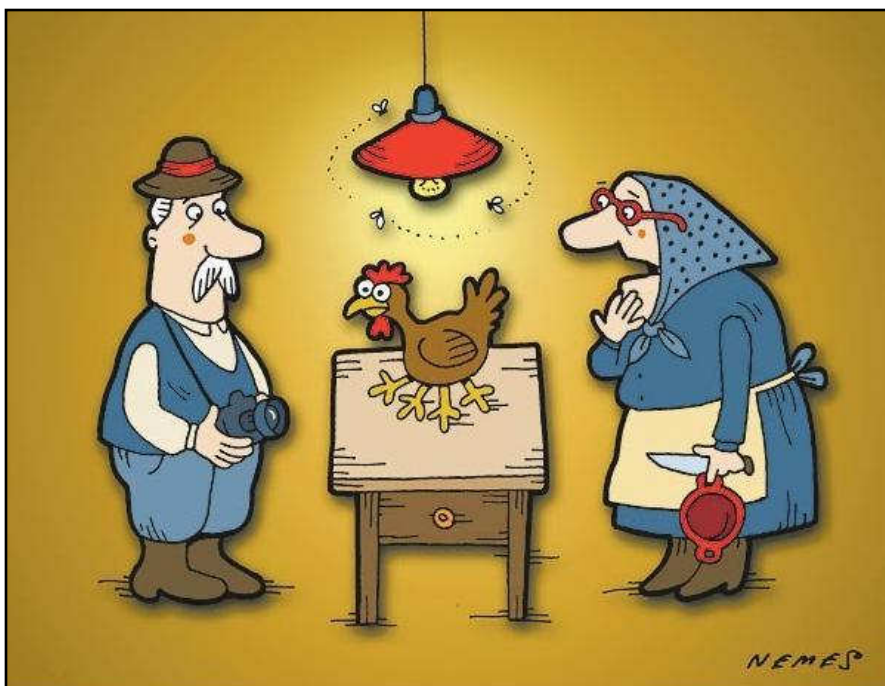
Hasonló okok miatt nincs értelme annak a törekvésnek sem, hogy sokan mesterséges megtermékenyítés útján próbálnak átlagon felüli képességű utódokra szert tenni. Manapság egyre több nő fordul a spermabankokhoz azzal a céllal, hogy a tudományos élet kiválóságaitól begyűjtött ivarsejtekkel termékenyítse meg magát. Arra számítanak, hogy ily módon zseni lesz a születendő gyermekük. Az esetek túlnyomó részében azonban csalódnuk kell, ugyanis a statisztikai kimutatások szerint a kiemelkedően tehetséges embereknek többnyire átlagos képességű gyermekeik születnek. Persze akadnak kivételek, de ennek az az oka, hogy a születni szándékozó léleknek szüksége van arra az alkotó légkörre, ami a tehetséges apa családjában uralkodik. Arra is van példa, hogy a hozzánk készülődő lélek azért választ magának világhírű apát, mert folytatni akarja az életművét. A fogantatásnak mesterséges módjánál azonban nem alakulhat ki a kívánt állapot, mert eleve hiányzik az apa. Miután az utódlásnak ezt a módját jobbra olyan emancipált nők választják, akik egyedül kívánják gyermeküket felnevelni, még arra sincs remény, hogy legalább férji minőségben átvegye valaki a nevelőapa szerepét. Ilyen körülmények közé egyetlen értékes lélek sem kívánkozik. Így hiába az igyekezet, kárba vész az amúgy kiváló genetikai adottságokkal rendelkező test, illetve elfoglalja egy olyan lélek, akinek a fennálló körülmények is megfelelnek.

Visszatérve a klónozásra, ennek az eljárásnak az igazi veszélye abban rejlik, hogy megszűnik a világ változatossága, beszűkül az emberiség génállománya, és mi is arra a sorsra jutunk, mint azok a földönkívüliek, akiket kimentettek bolygójuk végső pusztulásából. Eredetileg ők is különbözőek voltak, de az alacsony egyedszám miatt utódaik egyre jobban hasonlítanak egymásra. Elmondásuk szerint azért járnak hozzánk szívesen, hogy gyönyörködjenek fejlődésünk sokrétűségében, és tanulmányozzák azt a végtelen lehetőséget, amit a mi változatos fajunk kínál. Ennek bármilyen ideológia alapján való beszűkítése azért sem célszerű, mert könnyen meglehet, hogy az elkövetkező évszázadok legkiválóbb tudósainak és művészeinek világrajjontéhez, kiteljesedéséhez éppen azokra a génekre lesz szükség, melyeket a most lenézett népcsoportok hordoznak magukban.

A különböző rasszok vérkeveredéséből eredő kedvező folyamat egyébként már most is érezteti hatását. Kiri Te Kanawa, az opera világának „legszebb és legtehetségesebb dámája” nem született volna meg, ha az elmúlt évtizedek fajgyűlölete nem hagy alább, és a határok nem válnak nyitottá. Freddie Mercury párszi indiai származású volt. Ha szülei nem vándorolhattak volna be Amerikába, nem jött volna létre a legendás Queen együttes. Steve Jobs pedig szír bevándorló gyermekeként született az Egyesült Államokban. Szülei lemondtak róla, ezért örmény nevelőszülőkhöz került. Hánytatott gyerekkora ellenére ő alapította meg az Apple céget, amely a világ legnyereségesebb vállalata, és évente 7 milliárd dollár adót fizet. Az erőszakkal betelepítettek utódai is világraszóló eredményeket értek el. A kiváló énekes és dalszerző Prince nyolc dédszülője közül hat megláncolt rab-

szolga volt. A rockzene királyának nevezett Michael Jackson ugyancsak örökre beírta nevét a könnyűzene történetébe. Dalait, lemezeit halála után is tízmilliók hallgatják.

Nem véletlenül mondja a Biblia, hogy az embernek nincs joga beavatkozni a teremtés rendjébe. Ha csak egyetlen egy társunkat megöljük vagy különböző tudományos manipulációkkal meggátoljuk világrajöttét, végzetes hibát követhetünk el. Hasonló tragédiát okozna a fasiszta fajvédő törvények feltámasztása, vagy az utazási szabadság politikai okokból történő korlátozása. Sohasem tudhatjuk ugyanis, hogy ezáltal nem egy olyan ember későbbi megszületését tesszük lehetetlenné, aki egy távoli vilákkatasztrófától menthetné meg az emberiséget. Életképességünk megőrzése érdekében sem szabad megakadályoznunk az egészséges vérkeveredést. A világunkat megteremtő és felügyelő Földön kívüli civilizációk azért telepítettek a bolygónkra hat különböző rasszt, hogy elkerüljük a belterjes nemzéstől eredő genetikai zsákutcát. Ha ennek a folyamatnak útját álljuk, mi is elkorcsosulunk, arra a sorsra jutunk, mint az évszázadokon át egymás családjából házasodó arisztokraták.



- Gondold csak végig te is, papa! Bulvár sajtó, kibeszélő-show, lesifotósok, pletykák, pikáns részletek, válás... Szerintem mégis inkább vágjuk le!

Mellesleg, még ha akar-nánk sem tudnánk elárasztani a Földet klónozott szuperemberekkel, mert ennek biológiai akadályai vannak. Nemrég derült ki ugyanis, hogy az időközben elkezdődött génmanipulációs kísérletek első eredménye Dolly, a klónozott juh öregén született. Erről Ian Wilmut skót tudós számolt be, az általa életre keltett világhírű juh genetikai vizsgálata után. Dolly kromoszómái olyan komoly szerkezeti elváltozásokat tükröznek, amelyek csak öreg állatoknál figyelhetők meg. (Időközben már el is pusztult. 6 évig élt, fele annyi ideig, mint egy átlagos juh. A végzetét ízületi gyulladás és tüdőpanaszok okozták.) Eszerint a klónozott állat

életkora nem a bejegyzett születési idejével azonos, hanem annak az állatnak az életkorával, amelyből létrehozták. A klónozott egyed tovább klónozása esetén ez a jelenség felgyorsul, és négy-öt generáció után már olyan mértéket ér el, hogy az embrió ki sem fejlődik, az új élet létre se jön. Ezt a folyamatot csak úgy lehetne lelassítani, ha az újszülötteket klónoznánk. Ennek viszont semmi értelme sincs, mert a kiugró testi vagy szellemi adottságok csak felnőtt korban mutatkoznak meg. Jellegzetessége még ennek a jelenségnek, hogy minél nagyobb fokot ért el az egyed az evolúciós fejlődési folyamatban, annál intenzívebben lép fel a halmozott öregedés. Úgy látszik a természet ily módon védekezik az ember illetéktelen beavatkozása ellen.

Az alacsonyabb rendű élőlények esetén azonban lehetséges, sőt hasznos a klónozás. Ezzel a módszerrel ugyanis a növények közül kiválaszthatók a legéletképebb egyedek, és továbbszaporításukkal számos előnyhöz juthatunk. A klónozás tette lehetővé a növénytermesztésben a vírusmentes egyedek létrehozását is. Az ily módon előállított növények mentesek a fajtára jellemző kártevőktől, ami feleslegessé teszi a növényvédőszer-felhasználást. A klónozás a fokozatos elkorcsosulástól is megvédi a fajtát. Aki pl. fokföldi ibolyát vásárol, az biztosan klónozott dísznövényt vett. Amikor szárdarabolással szaporítjuk a muskátlit, szintén klónozást végzünk.

Vigyázni kell azonban az emberi táplálkozásra szolgáló növények öröklődési tulajdonságainak a megváltoztatásával. Már 10 éve állítunk elő génmanipulált növényeket, de még soha sehol nem vé-

geztek kísérleteket arra vonatkozóan, hogy a belőlük készített élelmiszerek hogyan hatnak az emberi szervezetre. A káprázatos terméseredmények, a kártevőkkel szembeni nagyfokú ellenálló képesség következtében a tudósok elfeledkeztek ezekről a vizsgálatokról. Egy magyar származású skót kutató viszont hivatalos felkérésre elkezdte az élettani kísérleteket. Először fiatal patkányokat vizsgált, melyekkel genetikailag módosított burgonyát etettek. Sajnos a kísérletsorozat végeredménye ez esetben a kételkedőket igazolta. A patkányok nem kaptak ugyan semmilyen betegséget, de a génmanipulált élelem hatására egyes szerveik (pl. az agyuk) lassabban, míg mások gyorsabban növekedtek. Ezen túlmenően érzéketlenné vált az immunrendszerük. A szakértők szerint egyelőre nincs okunk az aggodalomra, mert az állatkísérletekből még nem lehet egyértelmű következtetéseket levonni. Ehhez embereken kellene széleskörű vizsgálatokat végezni, önkéntes alapon. Erre azonban nem került sor, mivel a hatóságok úgy megijedtek a jelentés láttán, hogy az állatkísérleteket végző tudóst, Puztai Árpádot azonnali hatállyal nyugdíjazták.

Eközben folyamatosan nő a géntechnológiai eljárást elfogadó és alkalmazó országok száma. Jelenleg már 100 millió hektáron természetesen transzgenikus növényeket szerte a világon. 23 országban vetnek GMO magvakat, és 29 államban engedélyezték a forgalmazását. A Föld lakosságának több mint fele él olyan országban, ahol nap mint nap ki van téve ennek a veszélynek. Mindezt annak ellenére teszik, hogy a fogyasztóvédelmi szervezetek egyre nagyobb nyomást gyakorolnak a kormányokra a génmanipulált növények termesztésének betiltása érdekében. A GMO-val bevetett területek 99%-a az Egyesült Államokban, Argentínában, Brazíliában, Kanadában, Kínában és Dél-Afrikában található. (A Egyesült Államok termőterületének 50%-án természetesen GM-növényeket. A második helyen Argentína, a harmadikon pedig Brazília áll.) A legtöbb kísérletet a kukorica, szója, repce, és gyapotfajtákkal végezték. Ezeket nem csak állati takarmányozásra használják, hanem emberi táplálkozásra is. A svájci biotechnológusok által módosított csemegekukoricafajták forgalmazását már az Európai Unióban is engedélyezték. Szerencsére nálunk csak úgy hozhatók forgalomba génmanipulált termékek, ha a csomagolásukon feltüntették, hogy 0,9%-nál nagyobb arányban tartalmaznak GMO-t.

Ma már a génszűrés fellelőjében, az Egyesült Államokban sem lelkesednek annyira az emberek az ilyen jellegű beavatkozásokért. A nem romló paradicsom, a nagyobb fehérjetartalmú szója, a bő terméshozamú és ezáltal olcsóbb kukorica, a vírusoknak ellenálló banán kezdetben lelkesedést váltottak ki a termesztők és a fogyasztók körében. Később azonban szembesülniük kellett a génszűrés fonákjával is. A genetikailag manipulált növények a különféle szervi elváltozásokon kívül számos betegség kiváltói is lehetnek. Ezek egyike az allergia. Ha a burgonyát vagy a paradicsomot tengeri halak génjével módosítják azért, hogy fagyállóvá tegyék, akkor a halra allergiás ember nem tudja, miért támadnak kiütései egy tányér krumpli, vagy egy adag paradicsomsaláta elfogyasztása után.

Ez ellen már védekezni sem lehet, mivel azokban az országokban, ahol engedélyezték a génszűrés növények termesztését, lassan lehetetlen hagyományos mezőgazdasági termékekhez jutni. A szél ugyanis kilométerekre elsodorja a génszűrés növények virágporát, és előbb-utóbb az érintetlen növények is kereszteződnek. A biológia sokszínűség veszélyeztetésén kívül fennáll a függőség kockázata is. A bonyolult és rendkívül költséges eljárás következtében csak óriás cégek képesek genetikailag módosított vetőmagot előállítani, ezért a termelők teljesen ki lennének szolgáltatva nekik. A haszonnövények genetikai manipulálásának másik oka, hogy „vegyszermentessé” tegyék a mezőgazdaságot. Az átalakított génkészletű növények ugyanis jobban ellenállnak a kártevőknek. A génszűrés növényekből azonban a módosított gén átjuthat a gyomokba is, és ezzel „szupergyomok” alakulnak ki, amelyeknek az elpusztításhoz a korábbiaknál is több vegyszert kell bevetni. (Indiában a Bt-gyapottal beültetett területeken a gazdák növényvédőszer-költsége már tizenháromszorosára nőtt.) Így semmit sem csökken a talaj és az élővizek mérgezése. Csupán a mérgek fajtája és mennyisége változik.

Egyébként a génmanipulált növények maguk is élen járnak a talaj mérgezésében. A génszűrés kukoricát pl. azért termesztik sok országban, mert önmagát védi a kártevőktől, nem igényel permetezőszert. Ezt oly módon teszi, hogy rovarmérget termel. Miután az Európai Unió engedélyezte a genetikai úton előállított növények termesztését, magyar kutatók alapos vizsgálatnak vetették alá a

génkezelt kukoricát. Ennek során kiderült, hogy az általa előállított toxin háromszor annyi, mint amennyit a permetezőszer tartalmaz, és ennek a rovarméregnek egy része a betakarítás után is a talajban marad. A biológusok azt is megállapították, hogy a kukoricában kárt tevő molylepke tíz év alatt immunissá válik a toxinnal szemben, és egy még ellenállóbb mutánszt hoz létre. Ez újabb és újabb genetikai beavatkozást igényel, melynek során mind több és egyre erősebb mérgek kerülnek a talajba.

Mivel a baktériumok gyorsabbak, mint a génszerek, újabban a GM-növényeket is permetezik. Sőt a szupergyomok ellen háromszor annyi permetet kell kiszórni a földekre, mint korábban. Hogy miért nem hagynak fel a génkezelt magvak előállításával, ha már nem képesek megvédeni önmagukat a kártevőktől? Mert a szupergyomok elleni permetszereket is a GM-cégek gyártják és forgalmazzák. Ezen van a legnagyobb hasznuk. Ebben a helyzetben kézenfekvő megoldás lenne, ha a parasztok abbahagynák a GM-növények termesztését, és visszatérnének a hagyományos földművelésre. Ezt szívesen megtennék, de már nem lehet. A talajba került superbaktériumok a kezeletlen magvakból kikelt növényt már a növekedés kezdetén elpusztítják. A GMO termesztés tehát egy olyan költségnövelő spirálba kényszeríti a gazdákat, amiből nincs menekvés. Ennek vége a teljes eladósodás és az öngyilkosság. Nagyrészt ennek a helyzetnek tudható be, hogy Indiában a GM-növénytermesztés kezdete óta 150 ezer paraszt lett öngyilkos.

A gazdák és a fogyasztók tehát nem járnak jól, csak a genetikailag manipulált vetőmagvakat előállító biotechnológiai cégek gazdagodnak meg. Erre mind többen kezdenek rájönni. A velük kapcsolatba kerülő cégek ugyanis mindörökké függővé válnak tőlük. (A génkezelt növény magjait hiába vetik el, az nem csírázik ki, ezért a parasztok minden évben kénytelenek megvenni a GM-cégek drága vetőmagjait. A korábban megújuló, önmagát regeneráló forrás egy meg nem újuló áruvá vált. A steril mag miatt a földművesek nem tudják megújítani terményeiket, hanem kénytelenek a monopóliumokhoz fordulni. Ezzel a GM-cégek korlátlan profitra tehetnek szert.)



Argentínában hatalmas területet ültettek be génkezelt szójjával. A földek túlnyomó része időközben terméketlenné vált, a parasztok pedig különféle betegségekkel küszködnek. Közben a gyomnövények is rezisztenssé váltak a genetikailag módosított szója által termelt méreggel szemben. A méreg már csak az emberre hat, a termelőre és a fogyasztóra egyaránt. Nemrég derült ki, hogy a génmanipulált növények virágpora is betegségeket okoz. Prof. dr. Terje Traavik⁶⁴, a Norvég Genetikai Ökológiai Intézet igazgatójának beszámolója szerint a génmanipulált kukorica termesztésével foglalkozó maláj kolónia tagjai sorra betegedtek meg. Láz, légzési elégtelenség, emésztési- és bőrrendellenességek léptek fel náluk. A vérvizsgálat egyértelműen bebizonyította, hogy a tüneteket a szél által széthordott mutált kukoricapollen okozza. Nem egyszerű pollenallergiáról van szó, mert az emberek évtizedek óta kukoricatermesztéssel foglalkoznak a vidéken, és soha, semmilyen bajuk nem volt a növény virágzása idején. Ezek a tünetek a génkezelt kukoricára való átállás után jelentkeztek.

A genetikailag módosított növények a méheket is megtizedelik. Egy magyar kutatócsoport GMO-kukorica virágporával táplált méhbábokat. Kifejlődésük után a manipulált pollennel etetett állatok testtömege lényegesen kisebb volt kezeletlen társaiknál, és a betegségekre is jóval fogékonyabbá váltak. A génkezelt kukorica virágpora a lepkeállományt is pusztítja. Az amerikai Cornell Egyetem tudósai genetikailag módosított kukorica virágporával hintették be a királylepke hernyóinak táplálékául szolgáló selyemkóró leveleit. A hernyók többsége elpusztult, míg a kezeletlen kukorica virágpora nem okozott károsodást.

A keresztbeporzás és kiirthatatlan gyomok mellett nagy nyugtalanságra ad okot az a megállapítás is, hogy az átültetett gének nem rögzülnek stabilan, könnyen kimozdulnak az örökítő anyagból. Tudományos vizsgálatok kiderítették, hogy a genetikailag módosított szójból átjutott, gyomirtó szerrel szembeni rezisztencia az ember bélrendszerében élő baktériumokra is hat. Általuk antibiotikummal szembeni védelemmel vértéződnek fel, és szuperkórokozókká válnak. Rosszindulatúvá válásuk esetén akár az életünkre is törhetnek. A Frankenstein-élelmiszereknek már megvannak az első áldozatai is. Egy japán cég 1998-ban új, gazdaságos eljárással kezdte el gyártani a triptofán nevű élelmiszerkiegészítőként használt aminosavat. Ennek érdekében genetikailag úgy módosítottak egy baktériumot, hogy nagy mennyiségben termelje ezt a táplálékkiegészítőt. A végterméket utólagos vizsgálat nélkül, gyorsan piacra dobták. Az eredmény: 37-en meghaltak, 1535 ember megbénult, 5000 fogyasztó egészsége pedig átmenetileg károsodott.

A genetikailag módosított baktériumok alkalmazása ellen a bioszféráért felelősséget vállaló tudósok is tiltakoznak. Elain Ingham⁶⁵ új-zélandi kutatónő felhívta kormányának figyelmét arra, hogy a *Klebsiella planticola* nevű baktérium genetikailag manipulált változata a szabadba jutva elpusztítja a növények jelentős részét, és ellenőrizhetetlen szaporodásával potenciálisan veszélyezteti az emberi faj fennmaradását. Véleményét arra alapozta, hogy amikor ezt a baktériumot laboratóriumi körülmények között a búza talajába juttatta, valamennyi növény egy héten belül elsorvadt, tönkrement. Mivel ezt a baktériumot azért módosították, hogy alkalmassá tegyék szerves hulladékból alkohol előállítására, könnyen előfordulhat, hogy kikerül a szabadba. A biotechnológiai ipar támogatói „tudományosan elfogadhatatlan világvége forgatókönyv” terjesztésével vádolják a kutatónőt, és minden fórumon igyekeznek elhallgattatni. Ellenfelei az állásából is megpróbálták elmozdítani. Valami alapja azonban lehet az állításának, mert az Amerikai Környezetvédelmi Hivatal visszavonta a genetikailag manipulált baktérium szabadföldi kipróbálására kiadott engedélyt. A sorozatos botrányok után mind többen hangoztatják, hogy a genetikusok orosz rulettet játszanak a természettel és az egészségünkkel.

Már az amerikai kutatók is kezdenek rájönni, hogy „bakot lőttek” a genetikailag módosított növényekkel. A kezdeti sikerek, az első évek eufóriája után kiderült, hogy a növényvédő szerek használatának elkerülése csak átmenetinek bizonyult. 2010-ben egy amerikai tanulmány kimutatta, hogy a gyomirtókat is termelő növények csak néhány évig védték meg magukat a kártevőktől. Aztán a környezetben megjelentek azok a szupergyomok, amelyek már ellenálltak az általuk kibocsátott mérgeknek, és azok a rovarok, amelyek szintén rezisztensek a genetikailag termelt mérgekkel szemben. Ezért újabban már a GMO növényeket is permetezni kell, ráadásul sokkal erősebb mérgekkel, mint

⁶⁴ trávik

⁶⁵ elén ing(e)m

korábban. Ugyanaz a helyzet, mint Indiában, illetve a közép- és dél-amerikai államokban. Az Arkansas Egyetem kutatói két olyan növényre is rátaláltak, amely egyszerre két módosított mesterséges gént tartalmazott, holott eredetileg csak egyet ültettek bele. Kiderült, hogy a természetbe kiszabadult mesterséges gének szaporodnak, és nem csak a biológiailag tiszta növényekbe képesek bejutni, hanem más GMO növényekbe is. Ezáltal kombinálódnak, és hatásuk kiszámíthatatlanná válik. (Először Mexikóból jelentették, hogy kiszabadultak a transz gének a természetbe. 2001-ben két biológus jelezte, hogy módosított kukoricagéneket találtak a hagyományos mexikói kukoricafajtákban.) Egyre több kutató ismeri el, hogy a „génszökés” következtében a módosított gének előbb-utóbb elkerülhetetlenül átkerülnek a teljes haszonnövény-állományba. Christoph Then, a német Testbiotech szakértője szerint a helyzet annyira ijesztő, hogy azonnal be kellene tiltani a genetikailag módosított vetőmagok forgalmát az egész világon.

A genetikailag módosított növények növelik a munkanélküliséget is, és nyomorba döntik a helyi parasztságot. Argentínában pl. a termőterületeket amerikai cégek vásárolták fel, és a parasztokat elzavarták a földjeikről. A kisbirtokok helyén gépesített mamutültetvények jelentek meg. A szója-táblákon emberi közreműködést egyáltalán nem igénylő permetező és betakarító gépek mozognak. A nincstelenné vált egykori földművelők pedig nyomorognak, mert nem találnak munkát. Ennek következményeként az argentin lakosság drámai módon elszegényedett. Az 1870-es években Argentína még a világ tíz leggazdagabb állama közé tartozott, alig 5%-os rátával. Ma viszont 51 százaléknyan élnek a szegénységi küszöb alatt. India is elindult ezen az úton. A Vision 2020 program keretén belül Andhra Pradesh államban hatalmas, génkezelt gyapotot termesztő ültetvényeket akarnak létrehozni, melynek következtében legalább 20 millió kistermelő válik majd földönfutóvá. Családtagjaikat, valamint a kiszolgáló kisipart is figyelembe véve, ez százmilliós nyomorgó tömeget jelent. Ez azonban csak a kezdet, mert a GM-monopóliumok terjeszkedési törekvése határtalan. Egyedül a Monsanto 14 millió hektáron termel GM-szóját Argentínában. Ez az ország termőterületének több mint fele.

A génmanipulált növények termesztése könnyen az emberiség időzített bombájává válhat. A kutatók és az ipari- mezőgazdasági szakemberek szerint nincs mitől félni. Ez a nyugtatás nagyon hasonlít ehhez a környezetvédők által terjesztett vicchez: Két ember áll a csernobili atomerőmű kerítésénél. Egyikük hangosan olvassa az avatáskor odahelyezett táblát: „A létesítmény olyan biztonságos, hogy százévente legfeljebb egyszer történik benne kisebb baleset.” Hirtelen hatalmas robbanás rázta meg a levegőt, mire a másik megszólal: „Nahát, hogy repül az idő!” Néhány évtized múlva majd bennünket is egy ilyen „robbanás”, az emberiség megtizedelése fogja rádöbbeneni arra, hogy már megint gyanútlanul bedőltünk a technokratáknak.

A műanyagiparra is jelentős fejlődés vár. A nagy atomszámú elemek előállításával számunkra is lehetővé válik olyan szilárd anyagok előállítása, amelyek mechanikai úton roncsolhatatlanok lesznek. Semmilyen ütő-, vágó- vagy prészerszámmal nem lehet kárt tenni bennük. Ellenállnak a savaknak és a magas hőnek is. A lövedékek, robbanószerkezetek sem képesek szétszakítani őket. A fejlődés másik iránya a környezetbarát műanyagok létrehozása lesz. Ezeket nyugodtan ki lehet majd dobni, mert komposztálhatók lesznek, a természetben nyomtalanul lebomlanak. A trágyaként hasznosítható műanyag első változata már meg is született. A BASF vegyi konzern kutatóinak sikerült biológiailag teljes körűen lebomló műanyag fóliát kifejleszteni. A biohulladékhoz hasonló módon elrothadó fólia építőelemei az adipinsav, a butadinol és a tereftalsav molekuláris szinten a természetes anyagokkal azonos kémiai kötések szerint rendeződnek el. Ezáltal a mikroorganizmusok képesek a műanyagot „feltörni”, és azt vízzé, szén-dioxiddá s biomasszává alakítani. Az új polimerkeverékből készült talajtakaró fóliát a betakarítás után nem kell felszedni, hanem trágyaként beszántható. A három rétegben elhelyezkedő molekulaláncok hosszának megváltoztatásával ebből a fajta műanyagból bevásárló szatyrot, szemetes zsákot és a páraelszívó fejekre szűrőt is elő lehet állítani.

A jövőben a házasságok sem spontán módon fognak kötődni. A jelen embere még megérvés alapján választja ki partnerét, de a későbbiek során a tartós kapcsolatok ki-alakítása már tudományos alapon fog történni. A jövő házasságközvetítő és házasság előtti tanácsadó szolgálatait a testből

kiáramló energiasugárzás spektrumának és intenzitásának alapján fogják kiválasztani az egymáshoz illő, egymással minden tekintetben harmonizáló embereket, vagy jelenlegi szóhasználatul élve a „rokon lelkeket”. Az aurogramok elemzése során az is kideríthető lesz, hogy a partnerek között nincs-e olyan „taszítás” amely meggátolja a gyermekáldást, minimálisra csökkentve ezzel a meddőséget. A tervezett házasság kilátásainak elemzése során valószínűleg alkalmazni fogják a chirológiát⁶⁶ is, mely a tenyérvonalak analizálása útján képes messzemenő következtetéseket levonni a partnerek várható élettartamára, a későbbiek során megszületendő gyermekek számára, valamint a házasságkötés utáni években esetlegesen felmerülő súlyos problémákra vonatkozóan. Miután a kéz és az ujjak formája összefüggésben áll tulajdonosának jellemével, belső értékeivel, ezért az arcvonások előzőekben említett hasonlóságán kívül ezen az úton is következtetni lehet a vizsgált személyek lelki rokonságára.

Egyébként az asztrológusok már ma is meg tudják állapítani, hogy két ember között harmonikus vagy diszharmonikus lesz-e a viszony úgy, hogy a partnerek születési konstellációját egymásra helyezik, és megvizsgálják az egyes



planéták közötti szögállásokat. Ez azért is fontos, mert az egymással nem harmonizáló partnereknek sokszor gyermekük sem lehet. (Mellesleg ennek a rejtélyes jelenségnek már tudományos bizonyítéka is van. A lombikbébi program tapasztalatai alapján „egymást taszító erők” fennállása esetén a férj spermiumai „menekülni” kezdenek, ahogy a petesejt közelébe érnek. Ugyanaz ismétlődik meg a testben, ami a lélekben történik.) Különböző a testszagból, a bőrünkől kipárolgó ve-rejték illatából is messzemenő következtetést lehet levonni az összeillőségre vonatkozóan. Az arab országokban olyan szigorúak az erkölcsök, hogy a házasulandók egymás kezét sem foghatják meg az esküvő előtt. A vőlegény azonban

engedélyt kap arra, hogy megszagolja a menyasszonyt. Ha véleménye szerint „nem szaglik jól”, akkor elállhat a házasságtól.

A jövő szakemberei a partnerek rejtett hibáinak, negatívumainak feltárása, valamint az önismeret elmélyítése érdekében minden részletre kiterjedő tanácsadásaik kialakításánál fel fogják használni a grafológia eredményeit is. Az sem zárható ki, hogy hipnózist alkalmazva a partnereket visszavezetik néhány előző életükre, hogy megtudják, van-e egymással szemben fennálló karmikus adósságuk. A minden tekintetben tökéletes társ megtalálásának leghatékonyabb módszere azonban a „baserolás” lesz. Ennek a zsidó hitközségben élők által jelenleg is gyakran alkalmazott eljárásnak a lényege, hogy Földön túli erők segítségét kérik a társlélek kiválasztásánál, így olyan emberek kerülnek össze, akik előzőleg már több életet is leéltek egymással.

A férfiak és nők szerelemmel kapcsolatos felfogása is változni fog. A jövőben a párkeresésben nem a testiség lesz a fő motiváció. Egy régi indiai mondás szerint a szerelem három húron pendül. Az első az értelmi, a második az érzelmi, a harmadik az érzéki; amelyeket az ész, a szív és a test szólaltat meg. Maradékaltan boldogság csak akkor várható, ha a három húr összhangban szólal meg. A távoli jövőben mint minden emberi kapcsolatban, a férfi és nő közötti viszonyban is jelentős vál-

⁶⁶ kirológia

tozás megy végbe. A szerelem mindenekelőtt ember és ember között fog kialakulni, és nem férfi és nő között. A szerelmet többé nem oldás és kötés, a nemek közötti ellentét, hanem az univerzális szeretet fogja áthatni.

A jövőben a bűnözés is teljesen meg fog szűnni. Ez nem csak azért történik meg, mert a következő évezred embere fejlettebb erkölcsi érzékkel fog rendelkezni, hanem egyszerűen értelmetlen lesz bármilyen bűncselekményt elkövetni. A parapszichológia módszerével való bűnüldözés során ugyanis a tudat múltba való kivetítésével vagy kronovizor alkalmazásával egyértelműen és tévedhetetlenül megállapítható lesz a bűnelkövető személye, így egyetlen bűneset sem marad felderítetlen. Nem lesz tehát szükség rendőrökre, ügyészekre, ügyvédekre és bíróságra sem. A bíró leül a kronovizor elé, megtekinti a sértett által kifogásolt bűncselekményt, majd fellapozza a törvénykönyvet, és a paragrafusok alapján kiszabja a büntetést. Ezt követően a börtönőrök kimennek a bűnöző lakására vagy búvóhelyére, és az elítéltet beviszik a fogdába. Egy idő után a börtönöket is bezárhatjuk, mert ha a bűnözők tudatára ébrednek annak, hogy a büntetést semmiképpen sem kerülhetik el, abbahagyják ezt az életformát. Aki pedig ilyen körülmények között sem hagy fel ezzel az életmóddal, az nem normális. Ez esetben nem a börtönben, hanem az elmeegógyintézetben a helye. Egyébként sem lenne sok esélye tervének végrehajtására, mivel a tudat jövőbe vetítése útján a bűnmegelőzés is rendkívül hatékonyvá válik. A szándékos rongálók és az anarchisták sem érhetik el céljukat, mert az őrizet alatt álló objektumokat radarernyőszerűen körbe forgó auraérzékelő berendezések fogják felügyelni, amelyek a közeledő emberi testet képesek lesznek tetszőleges távolságból kimutatni. Idővel a terrorizmus és az árucsempészség is lehetetlenné válik. Mivel minden anyag eltérő frekvenciaösszetételű energiasugarakat bocsát ki, a későbbiek során speciális szubatomi detektorok segítségével az elrejtett robbanószer, kábítószer, vagy különféle értéktárgyak megtalálása rutin jellegű feladat lesz.

A prekogníció módszerének elterjedésével a bűnözésen kívül a szerencsejátékok is megszűnnek. Nem lesz értelme pl. lottózni, ha mindenki előre megtudhatja a kihúzott számokat, mert ebben az esetben a sok telitalálat miatt még a szelvény árát sem fogjuk visszanyerni. Hasonló sorsra jutnak majd a részvény, a nyersanyag és a valutaárfolyamokra vonatkozó spekulációk is. Az abszolút világ segítségével tehát a társadalom alapos megtisztuláson megy keresztül, a jövőben a jövedelemszerzés egyetlen lehetséges forrása a munka lesz.

A szerencsejátékoknak technikai vívmányaink is véget fognak vetni. Ez a folyamat már el is kezdődött. 2004 márciusában világszerte óriási feltűnést keltett annak a kelet-európai triónak a bravúrja, amely két egymást követő este összesen 1,3 millió fontot „rabolt” az elegáns londoni Ritz szálló kaszinójában. A 38, illetve 33 éves szerb férfi és 32 éves magyar hölgy mobil telefonba rejtett lézerszkennel segítségével számította ki, hogy a rulettasztal mely pontjára érdemes jelentős összeget tenni. Még a harmadik kör előtt, amikor a krupié megállítja a téteket, a maroktelefonon keresztül visszajutott a házárjátékosokhoz az információ, hogy mely szekcióban fog megállni a golyó. Így elég idejük volt arra, hogy a megfelelő kockákra helyezhessék zsetonjaikat. Hogy teljesen biztosra menjenek és 37-1-ről 6-1-re javítsák nyerési esélyeiket, a rulettasztal jelzett részének mind a 6 számát megjátszották. Utána elfoglaltságukra hivatkozva visszautasították a szálló igazgatójának pezsgős-kaviáros vacsorameghívását, és sürgősen távoztak a helyszínről. Az ilyenkor szokásos ünneplés visszautasítása gyanút keltett a vezetőségben, és vizsgálatot rendeltek el.

A kaszinó biztonsági szakértői a zárt rendszerű televízió felvételeiről visszapergették az eseményeket, és rájöttek a turpisságra. Ezt követően a Scotland Yard szerencsejáték-kommandója őrizetbe vette a szemtanúk szerint „sikkes és szép” magyar nőt és társait. A történetek óta a feltételeken szabadlábba helyezett csapat nem hagyhatta el Nagy-Britanniát. Néhány hónap után azonban a Yard úgy döntött, nem indít eljárást a társaság ellen, mert nem sértették meg a törvényt. Megtarthatják az 1,3 millió fontot. Ennek megfelelően megkapták a lefoglalt csekket, és hozzáférhettek befagyasztott bankszámláikhoz is. Hozzáértők szerint a lézerszkennel nem zavarta meg a golyó vagy a rulettkerék mozgását. Csak információt nyújtott, de nem manipulálta a játékot. A szakértők azonban aggodalmukat fejezték ki az új jelenség láttán. A rendőrségi vizsgálat befejezése után a nottinghami Trent Egye-

tem szerencsejáték tanszékének professzora, Mark Griffiths⁶⁷ közölte: „Ha ezek az emberek megszűnnek a lézerskenner használatát, mások előtt is megnyílik az út hasonló cselekmények előtt”.

A későbbiek során valószínűleg meg fog szűnni a készpénz- és a csekkforgalom is. A jövő pénztárgépei olyan áramköröket fognak tartalmazni, amelyek auránk alapján tévedhetetlenül megállapítják a személyazonosságunkat, és összeköttetésbe lépve a központi bankokkal ellenőrzik a fizetőképességünket, majd a fizetendő összeget automatikusan levonják a bankszámlánkról. (Minden ember aurája rá jellemző rezgést bocsát ki, mely rezgésminőség őt mindenki mástól megkülönbözteti.) A fejlődés természetes folyamata, az emberek erkölcsi érzékének növekedése azonban egy idő után oda fog vezetni, hogy megszűnik a pénz is. A jövő kommunisztikus alapokon álló társadalma csak a nevében fog emlékeztetni napjaink halódó kommunista diktatúráira, mivel ez az ideális társadalom valóban mindenki számára biztosítja majd a magas életszínvonalat, és a személyiségjogok maximális tiszteletben tartását.

Az aura személyazonosító szerepe azonban továbbra is megmarad, mivel semmilyen adottságunk nem őrzi meg a kilétünket olyan megbízhatóan, mint testünk energiasugárzásának a jellege. Az aurát még a korunk sem befolyásolja. Ez a tulajdonságunk ősidők óta jellemző ránk, amit egy közismert görög hősköltemény is bizonyít. Többévtényi bolyongás után Odüsszeusz már egyáltalán nem hasonlított hajdani önmagára. Nem is ismerte meg senki háza népéből, csak a kutyája. Az aurája ugyanis nem változott, és az állatok ezt is látják, sőt elsősorban ennek alapján tájékozódnak a világban. A külső megtévesztő lehet, de auránk speciális energiaterképét nem tudjuk sem megváltoztatni, sem leplezni.

A biometrikus azonosítás egyszerűbb módjára, az ujjlenyomat- és íriszvizsgálatra már várni sem kell, mert bevezetés alatt áll. Amennyiben általánossá válik az alkalmazása, akkor a személyazonosítás rendkívül egyszerűvé és bürokráciamentessé válik. Megkérdezik az illető nevét, megvizsgálják az ujjlenyomatát vagy az íriszét, és ha megegyezik a központi nyilvántartásban tárolttal, már tovább is engedik. A British Airways⁶⁸ beléptető rendszerénél már ezt a módszert alkalmazzák. Meg sem nézik az utasok útlevelét. Az íriszazonosító számítógép ugyanis kapcsolatban áll a belügyminisztérium adattárával, amely egyértelműen közli, hogy az illető kapott-e útlevelet, elhagyhatja-e az országot. Így nincs értelme könnyen hamisítható papírokat vizsgálgatni. Ettől függetlenül a fényképes és ujjlenyomattal ellátott igazolványok kiadása egy darabig még megmarad, mert ahol nincs lehetőség számítógépes összeköttetésre, ott továbbra is az okmányok vizsgálatára kell szorítkozni. Az ujjlenyomat-vizsgálat ugyanis bárhol elvégezhető. Nem kell hozzá más, mint egy festékpárna, és egy nagyító.

Az ujjlenyomat-vizsgálathoz használt készülékek ma már olyan olcsóvá váltak, hogy szinte mindenütt használják őket. Nem csak a biztonsági beléptető rendszereknél, hanem éttermekben is. A digiPROOF⁶⁹ fizetési rendszert alkalmazó éttermekben már a vendég hitelkártyáját sem kérik el. Amikor fizetésre kerül sor, elé tesznek egy kis kézi készüléket, amelyre ráhelyezi a korábban regisztrált ujját, és máris rendezve van a számla. A háttérben elhelyezett pénztárgép azonosítja a vendég ujjlenyomatát, és leemeli a bankszámlájáról a fogyasztás összegét. Nemrég az Egyesült Államokban bevezették az ujjlenyomattal ellátott vízumkiadást a terroristák és az illegális munkavállalók kiszűrésére. A nyugat-európai országok pedig tervbe vették a biometrikus azonosítóval ellátott személyi igazolványok és útlevelek bevezetését. Az igazi megoldás azonban az auravizsgálat lesz, ami remélhetőleg már a XXI. században megvalósul, és általánossá válik. Az aurogram tárolása a bűnüldözést is megreformálja. Ma a bűnözők úgy kerülnek el a lebukást, hogy vékony gumikesztyűt húznak a kezükre. Így nem hagynak maguk után ujjlenyomatot. Néhány évtized múlva azonban a bűnüldöző szervek már nem az ujjlenyomatokat fogják tárolni, hanem a bűnözők aurogramját. Bárki bárhol megfordul, bármit megfog, azonosítható energiamintát hagy maga után. Nem árnyékolja le semmi, a kesztyű sem. Ez az anyagba beivódott energiaspektrum egyedi. Ugyanolyan, mint az ujjlenyomat. Csak arra az egy emberre jellemző. Nincs két egyforma ember, így energiakisugárzásunk

⁶⁷ márk grifitsz

⁶⁸ britis ervéjz

⁶⁹ digiprúf

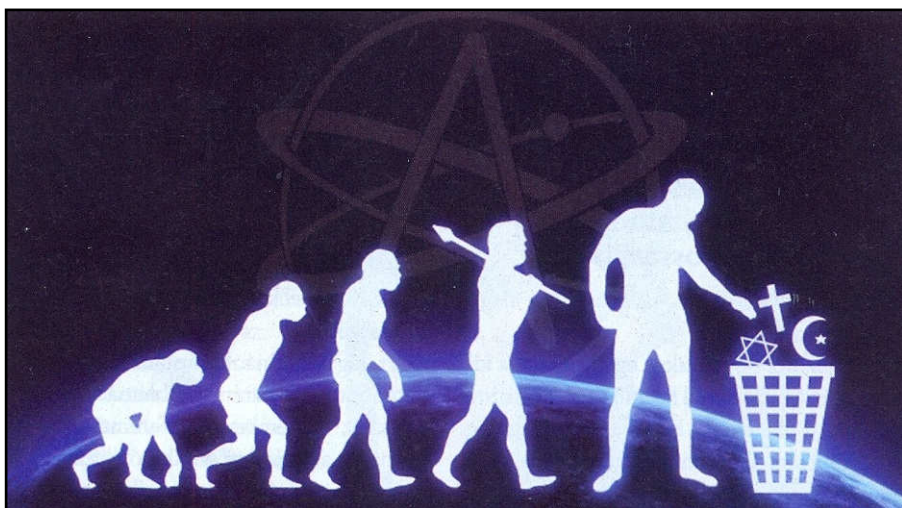
spektruma, azaz frekvencia-összetétele is más és más. Így könnyen beazonosíthatók lesznek a bűnelkövetők.

A tárgyakból kisugárzó energiának a mindennapi életben is lépten-nyomon hasznát fogjuk venni. Nem lesz többé rejtve előttünk semmi; mindenbe „belelátunk”, minden szemmel nem látható dolgot ellenőrizhetünk. A jövőben pl. elképzelhető, hogy energiadetektorral járunk majd vásárolni, amely kimutatja nekünk az egyes termékek beltartalmi értékét. Egy hétköznapi példával illusztrálva, nem vezetnek többé eredményre az olyan trükkök, hogy olcsó borokat úgy sóznak rá a vevőkre, hogy díszes címkével felcícomázzák, és csak otthon derül ki, hogy löre van az üvegben. De komolyabb vásárlásoknál is hasznát fogjuk venni ezeknek a detektoroknak. A fejlett nyugati államokban az óriási árudömping miatt már ma is gondot okoz a vevőnek, hogy melyik terméket válassza. Mivel minden egyes termék értéke aurogram formájában kisugárzódik a tárgyakból, nem lesz nehéz eldönteni, hogy pl. komolyabb műszaki termékek vásárlása esetén melyik a legtükéletesebb konstrukció, vagy melyik termék értéke áll arányban az árával. Ezzel a módszerrel egyébként könnyen ellenőrizhetők lesznek az esetleges rejtett hibák is, amelyek az aurogramban jól érzékelhető törésvonalként, vagy elszíneződött foltként mutatkoznak meg.

Ennek a helyzetnek egyenes következménye lesz, hogy fokozatosan elveszti jelentőségét a reklám, mert az emberek az áru valódi értéke alapján fognak vásárolni, a figyelemfelkeltés szerepét pedig az Agykontroll tanácsadói látják el. A későbbiek során megszűnik az irodalmi és egyéb művészi alkotások, valamint a tudományos művek elbírálása során tapasztalható bizonytalanság is. A szubjektív megítélés helyett erre a célra is energiadetektorokat fogunk alkalmazni, amelyek kimutatják, hogy a szerző mennyi energiát fektetett a művébe, illetve tartalmaz-e pozitív, előrevívó gondolatokat az alkotás.

A háborúnak sem lesz többé értelme, mivel a filmekben látott sugárfegyver mindennapos eszköz lesz, amellyel az ellenséges gyalogság könnyen megbénítható. Páncélozott járműveket már csak a múzeumokban fogunk látni, mert a szubatomi energiasugárzásnak semmilyen anyag, még a legvastagabb páncél sem lesz képes ellenállni. Koncentrált energiasugárzás hatására a jelenlegi tankjaink egy pillanat alatt megolvadt fémbugává válnának. A légvédelem számára nem fog nehézséget okozni a beható harcra eszközök dematerializálása sem. Megszűnnek a hadititkok, nem kell többé rajtaütésszerű támadásoktól, vagy országon belüli katonai puccstól tartani, mivel parapszichológiai módszerekkel minden titok bárki számára könnyen hozzáférhetővé válik. A Magasabb Intelligencia valószínűleg engedélyezni fogja minden olyan titok felfedését, amely kárt okozhat az emberiségnek. A jövőben tehát semmit sem lehet majd elhallgatni, nem lehet ostoba tévtanokat hirdetni, az egyéneket és a tömegeket félrevezetni. Lehet, hogy a későbbiek során sok országban származástól, vallási hovatartozástól és képzettségtől függetlenül fogják kijelölni a legfőbb politikai vezetőket is a Magasabb Intelligencia tanácsai alapján. Ezt a módszert egyébként a tibetiek kissé komplikált formában ugyan, de már évszázadok óta alkalmazzák a dalai láma megválasztásánál.

Ezzel egyidejűleg a politika is nyílttá és őszintévé válik, nem szolgálhatja többé szűk hatalmi csoportok érdekeit. A hazudozás, a képmutatás, a demagógia többé nem vezet eredményre, még átmenetileg sem. Minden ember szabad lesz, a korlátlan energiabőség, és az olcsó élelmiszerek következtében megszűnik a szegénység. Az oktatás magas fokúvá és teljesen ingyenessé válik. Mindenki számára alapvető jog lesz, hogy képességeit maximális mértékben kifejlessze. Minden ember azzal foglalkozik majd, amihez ért, és amihez kedve van. Az álláskeresés során nem azt fogjuk nézni, hogy anyagilag hol járunk jobban; hanem azt, hogy hol van ránk nagyobb szükség, hol használhatunk legtöbbet a társadalomnak. A rutinszerű munkát robotok fogják végezni, az emberek munkahelyeiken kreatív tevékenységet folytatnak majd, kötetlen munkaidőben. A munkaadók várhatóan nem álláshirdetések útján próbálják munkaerő-szükségleteiket kielégíteni, hanem személyre szóló ajánlatokat tesznek azok számára, akik az Agykontroll tévedhetetlen tanácsadói szerint a leginkább alkalmasak az állás betöltésére. Így mindenki oda kerül, ahol a leghatékonyabban tudja kifejteni képességeit, és olyan munkát végez, amelyben örömet leli. Az átlagélettartam és a felhalmozódó ismeretanyag növekedésével várhatóan mind az iskolai képzés időszaka, mind a munkában eltöltött évek száma növekedni fog.



A vallás is nagy átalakuláson megy át. Az idegen civilizációk egy idő után felfedik majd az emberiség érdekében korábban alkalmazott földi beavatkozásaik okát és módját. A részletek tisztázása után a bibliai csodák és jelenségek egzakt módon értelmezhetők lesznek. Lehet, hogy a jövőben az is kiderül majd, hogy mind a Gilgames-eposzban, mind pedig az antik görög mito-

lógiaiában említett istenek valóban léteztek. Ezek a különböző időszakokban hozzánk érkezett magasan fejlett lények kiválasztottak maguknak egy-egy népcsoportot, és jól körülzárt hegycsúcsokon kialakított bázisaikról, vagy a Föld körül keringő űrhajóikról irányították fejlődésük kezdeti menetét. Múltunk és eredetünk megismerésével a hit és az egyház előreláthatóan nagy átalakuláson megy majd keresztül, a különböző Istenek imádását a Mindenható tisztelete fogja felváltani. A jelenlegi fejlődésképtelen, dogmává merevedett vallások, a liturgikus egyházak helyét egy újfajta monoteista vallás fogja átvenni, amely a mindenk felett álló EGY elismerésében nyilvánul meg. Az ökumenikus egyház létrejöttének első állomása az iszlám, a judaizmus és a kereszténység összeolvadása lesz. Sajnos a nagy világvallások egyesülése nem fog simán menni, mivel a fanatikus hívők felháborodása fegyveres incidenseket is kiválthat. A józan ész és a szükségszerűség azonban idővel elsimítja az ellentéteket, s a különféle dogmák hangoztatói is belátják, hogy a fejlődést ezen a téren sem lehet megakadályozni. Ez az új vallás mindenféle külsőségektől, ceremóniáktól mentes, vagyis emberközeli lesz. A papság szerepe is jelentős mértékben átalakul, legfőbb feladatuknak a spirituális tanulás és továbbfejlődés elősegítését tekintik.

A hit életünkben betöltött szerepében azonban az lesz a legnagyobb változás, hogy a későbbiek során a vallás és a tudomány egybe fog olvadni. Tudósaink rájönnek arra, hogy a világegyetem Isten alkotása, így annak bármely részlete csak általa érthető meg. Mind több kutató osztja majd Einstein véleményét, mely szerint: „A tudomány vallás nélkül sánta, a vallás tudomány nélkül vak.” Ennél is egyértelműbb kijelentése: „Bárki, aki a tudománnyal elmélyülten foglalkozik, meggyőződhet arról, hogy az univerzum törvényeiben egy felsőbbrendű lény léte mutatkozik meg, akinek hatalma mellett eltöri a mi hatalmunk.” Nobel-díjas tudósunk Szent-Györgyi Albert arra intett, hogy nem lesz érthető a sejt működése, ha csakis kémiában gondolkodunk, mert a lényeg nem anyagi természetű.

A Mindenható létének elfogadása alapvető feltétele az univerzumot működtető erők megértésének. Ennek következtében az ateizmus meg fog szűnni. A tudományos ismeretek gyarapodása, a világ titkainak feltárása ugyanis mind több hitetlen tudóst és átlagembert fog meggyőzni arról, hogy ez az egész nem jöhetett létre külső közreműködés nélkül. A világegyetem rendkívül precízen behangolt működése elengedhetetlenné teszi egy nálunk jóval magasabb képességű intelligencia, a Teremtő létét. Belátják, hogy Heisenbergnek igaza volt, amikor azt állította, hogy: „Az első korty a természettudomány kelyhéből ateizmushoz vezet, de a pohár alján megtaláljuk Istent.”

A hit terjesztői is egyre inkább tudományos alapon közelítik meg a Teremtőt. Nem lesz többé szükség liturgiákra, a hit formákkal, egyházi rituálékkal történő erősítésére, mivel a tudomány mélyreható eredményei a kételkedők számára is egyértelmű bizonyítékokat fognak szolgáltatni a Mindenható létezéséről. Tudományos ismereteink gyarapodásával már nem hit kérdése lesz, hogy elfogadjuk-e Isten létét. A racionális alapon gondolkodók is vallásossá válnak. Elismerik a Mindenható világunkat teremtő és felügyelő szerepét, hiszen felvilágosodott elméjükkel ezt lépten-nyomon tapasztalni fogják.

Idővel meg fog oldódni az elsüllyedt Atlantisz rejtélye is. Ahogy csökkenni fog a közöttünk és a közel 12 000 évvel ezelőtt elsüllyedt civilizáció közötti fejlődésbeli különbség, úgy egyre nagyobb lesz a valószínűsége annak, hogy elődeink felveszik velünk a közvetlen kapcsolatot. Az eddigi egyoldalú kapcsolattartás helyett, a jövőben várható lesz a külső civilizációkkal való kétoldalú kapcsolatfelvétel is. Ez mindenképpen be kell hogy következzen, mert a későbbi sugárfegyvereink birtokában a kozmoszból érkező járművek már kénytelenek lesznek berepülési engedélyt kérni a földi hatóságoktól, ha továbbra is látogatni akarnak bennünket. Természetesen nekünk is lehetőségünk lesz majd arra, hogy meglátogassunk más galaktikus civilizációkat.

Nem szabad azonban elhallgatni, hogy ezeknek a változásoknak a pozitív hatásokon kívül negatív következményei is lesznek. A legnehezebben megoldható problémákat az a küszöbönálló folyamat fogja kiváltani, hogy az élet minden területére betör a minőség forradalma. Ez a társadalomtól magasan képzett, kiművelt emberfők sokaságát fogja igényelni. Az iparban a minőségi követelmények növekedése egyre tökéletesebb kivitelű árucikkek megjelenésében, és a végtermék selejtszázalékának nullára csökkenésében nyilvánul meg. A mezőgazdaságban szintén előtérbe kerül a minőség, melynek következtében a nagyüzemi termelők is kénytelenek lesznek elővenni a korábbi jóízű gyümölcs- és zöldségfajtákat, mivel a nagy terméshozamú, de ízetlen hibrid fajták senkinek sem kellene majd. Ez a kényszerű váltás azonban nem okoz veszteséget, mert ezeket a növényeket szubatomi energiakezeléssel fogják nagyobb terméshozamra készíteni. A jövőben tehát ismét ehetünk majd málnaízű málnát, és olyan ribizlit, amely nemcsak külsőleg hasonlít ízletes elődjére. Remélhetőleg hamarosan megérjük azt is, hogy a jelenlegi fűízű zöldpaprikák helyett újra természetien fogják a régi, átható illatú, zamatos paprikafajtákat. Ezen az úton továbbhaladva gyermekeink megismerhetik majd az egykor világhírű szabolcsi jonatánalmát, őket talán már nem fogják „fűrészpör” ízű hibrid almával traktálni.

Méltánytalan lenne azonban azt állítani, hogy a hibridizáció minden esetben ízromláshoz vezet. Világszerte sok sikeres keresztezést tart számon a szakirodalom. Ilyen pl. a magyar „zalagyöngye” amely több szőlőfajta előnyös tulajdonságainak az összegzéseként született. Ráadásul ennek a sokszoros keresztezéssel előállított csemegeszőlőnek még a kártevőkkel szembeni ellenálló képessége is növekedett, ami azt eredményezte, hogy ezt a rendkívül ízletes (friss fogyasztásra és feldolgozásra egyaránt alkalmas) fajtát már Kínában is honosították. Világhírnévre tett szert a néhány éve nemesített Cserszegi fűszeres szőlőnk is. A belőle készített bor az 1999-es londoni borversenyen az év bora lett. A vékony héjú, mézédés csemegeszőlő kedvelői a Lakhegyi mézes fajtát termesztik. A Csizmadia Darab József által nemesített szőlőfajták között legnagyobb népszerűségnek azonban a Bianca és a Néró örvend. Nagy előnyük, hogy bioszőlőként is termeszthetők, mivel kártevőkkel szembeni rendkívüli rezisztenciájuk következtében nem igényelnek permetezést. Piaci szempontból az érési idejük is igen kedvező. A Néró a legkorábban, a Bianca pedig a legkésőbb érő szőlőfajtánk, így majd fél éven át fogyaszthatjuk ezt a finom és értékes gyümölcsöt.

Az egész világon növekvő elismerést arat az ÖKO-10 fajtanévű tönkölybúzánk, amely hosszas szelekciós és fejfenntartó munka eredménye. Kísérletező kedvű növénynemesítőinknek köszönhető egy új takarmánynövény, a tritikale is; amit a búza és a rozs hibridizálásával állítottak elő. (Közbevetőleg megjegyezve, ez a keresztezett gabona kenyérsütésre is alkalmas, bár a belőle készített kenyér enyhén takarmányízű. Az állatokat azonban nem zavarja az általuk megszokott íz, és nagy kedvvel fogyasztják ennek az újfajta növénynek a magvait.) A hibridizáció tehát nem vezet törvényszerűen a mezőgazdasági termények lesilányodásához, megfelelő szakemberek úgy is képesek a korábbi fajták méretét, állagát, szállíthatóságát, feldolgozhatóságát, ellenálló képességét vagy más egyéb tulajdonságát javítani, hogy az íz- és zamatanyagai megmaradjanak. A jövőben tehát mindnyájunk érdekében fokozottan teret kell engedni a szaktudásnak. El kell érni, hogy a támogatás mértéke, és a szakmai elismerés csupán egyetlen tényezőtől függjön: a fogyasztó, a felhasználó által méltányolt végeredménytől.

A minőségi követelmények fokozódásával rendkívüli mértékben megnő azoknak a szakembereknek az ázsiója, akik képesek lesznek eleget tenni ezeknek az elvárásoknak. A későbbiek során a tudás, a kreativitás és az információ válik fő termelési tényezővé. A „megfelelő embert a megfelelő

helyre” szlogen élet-halál kérdéssé válik a vállalatok számára. A nem elég rugalmas és nyitott személyzeti politika rövid idő alatt tönkretelheti a legnagyobb vállalatokat is; egy-egy jó ötlet viszont a legkisebb céget is csillagászati magasságba röpítheti. A szürkeállomány „trónra emelését” már ma is jól példázza, hogy a mikrochipek árának 1%-át sem teszi ki a nyersanyag és a gyártásra fordított energia költsége. A tudás fokozott megbecsülésének folyamata már el is kezdődött. A több ezer éves ezoterikus hagyományokkal rendelkező Kína évekkel ezelőtt felismerte a meglévő tudásanyag továbbfejlesztésének szükségességét. Miután felkutatták az ehhez szükséges rendkívüli képességű embereket, olyan életkörülményeket teremtettek számukra, ami kiugró teljesítményekre sarkallja őket. A fantasztikus pszichokinetikus képességekkel rendelkező Zang Bao-seng pl. tizenkét szobás házban él. Szakács és inas áll a rendelkezésére, az utcákon pedig egy amerikai álomautóval furikázik. Mindezt egy olyan országban, ahol a lakosság zöme vályogból és bambusznádból tákolts viskókban lakik, és 90%-uk kerékpáron közlekedik, mivel egy élet munkájával sem képes annyi pénzre szert tenni, hogy kocsit vegyen magának.

Zang Bao-seng képességeit speciális katonai kutatóberendezésekkel vizsgálják. Ezek egyike egy filmfelvétel gépe, amely percenként 400 felvételt készít. A kísérlet kezdetén egy tablettát üvegcsőbe zártak, és lepecsételték. A szemtanúk csak azt látták, hogy a pirula egy pillanat alatt kikerült a kémcsőből. A teleportáció igen gyorsan végbemenő jelenségét a szem nem képes követni. A filmfelvétellel azonban feltárta a jelenség folyamatát. Három kockán látható volt, amint a tableta benyomul az üvegfalba, áthatol rajta, majd kijut a szabadba. Kínán kívül Japán is élénken érdeklődik az ezotéria iránt. Nemrégén létrehoztak egy szabadenergia-hasznosítással foglalkozó kutatóintézetet. Ugyancsak Japánban már 100 egyetemi tanszéken tanulmányozzák ezt a témát, és kísérleteket is folytatnak a szubatomi energia hasznosításával kapcsolatban.

Mindezek alapján arra következtethetünk, hogy a kiválasztódás társadalmi szinten is érvényesülni fog, ami sajnos azt eredményezi, hogy még jobban szétnyílik az „olló két szára”, azaz még nagyobb lesz a technológiai szakadék a fejlett és fejlődő országok között. Azok a kevésbé fejlett országok, amelyek nem képesek bekapcsolódni a technológiai versenybe, vagy nem használják ki a lehetőségeiket, végképp lemaradnak és lesüllyednek a harmadik világ szintjére, végül olyan sorsra jutnak, mint amire az indiánokat kárhóztatta az evolúció. Az újkori területfoglalás már nem tömeges vérengzés formájában megy végbe, mivel a mi erkölcsi törvényeinkkel nem egyeztethető össze a

népirtás. Nincs is szükség erre, mert a hódításnak a fegyvereknél van egy hatékonyabb eszköze is, a pénz. Azért sem szükséges erőszakot alkalmazni, mivel a lepusztulóban levő országok önként felkínálják magukat a XXI. századi konkvizistádoroknak.

A bekebelezés két úton megy végbe. A tehetős szomszédos országok polgárai sorra felvásárolják az értékes házakat, telkeket, erdőket; befészkelik magukat a legszebb helyekre. Ezzel egyidejűleg a külföldi nagytőkések megveszik az ország gyárait, üzemeit, és minden számottevő létesítményét. Ezt követően a helyi lakosság szolgasorsra kényszerül. A férfiakból bérrabszolgák, a nőkből pedig cselédek vagy kitarított örömlányok lesznek. Sanyarú helyzetük ellen nem mernek lázadni, mert féltik a nyomorúságos állásukat, a megélhetésüket. Kezdetben még örülnek is az új tulajdonosoknak látván, hogy sok valuta és „működő tőke”



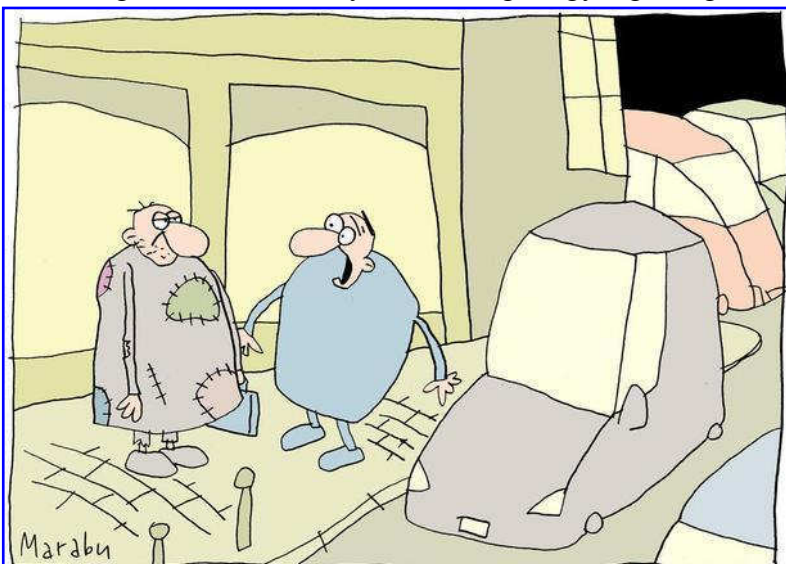
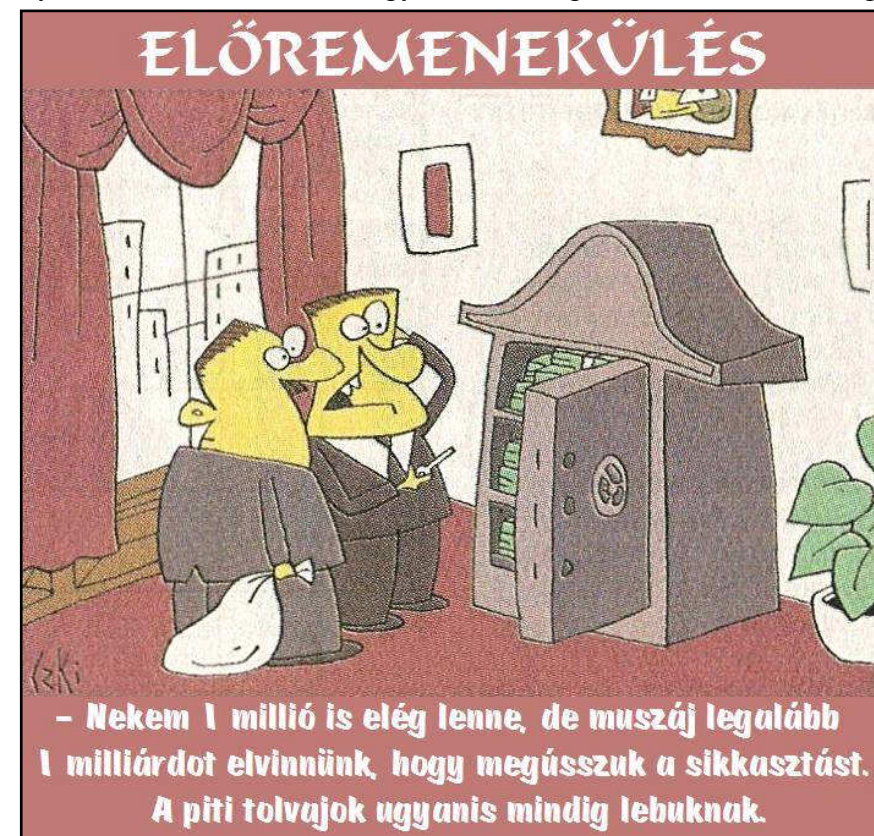
– Most mondja meg, tizedes!... Hát honnan a fenéből tudjam én, hogy beépült-e az alvilág a politikába, ha azt sem tudom, hogyan különböztessen meg a kettőt?

áramlik az országba. Később azonban rájönnek, hogy uraik csak annyi pénzt hagynak az országban, amennyi a megélhetésükhöz, és a bennszülött szolgák, cselédek bérének kifizetéséhez szükséges, a többit kiszivattyúzzák, átmentik a saját hazájukba. Ez a jutalmuk azért, amiért a lepusztult területeket visszakapcsolták a világgazdaság vérkeringésébe. Isten annak adja a világot, aki jó gazdaként kezeli, aki biztosítja a töretlen fejlődését, aki megteszi azt a lépést, amit az ott élők elmulasztottak. A fejlődésképtelen nemzetek életterüket veszítve tengődnek tovább, és soha többé nem lesz esélyük arra, hogy visszanyerjék önrendelkezésüket, és felkapaszkodjanak a világ élvonalába.

A gazdasági romlás első jele a bizalmi válság lesz. Ez abban nyilvánul meg, hogy a gazdagok lát-

va az állam tehetetlenségét, a problémák sűrűsödését és megoldatlanságát eltitkolják a jövedelmeiket, visszatartják az államkincstár javára való befizetéseiket. Attól tartva, hogy összeomlik az államháztartás, igyekeznek minél több pénzt felhalmozni a saját háztartásukban, a túlélés érdekében. Mivel nem bíznak nemzeti valutájuk stabilitásában sem, az összegyűlt pénzt kimenekítik az országból. Vagyonukat külföldi ingatlanvásárlásokra fordítják, vagy nyugati országok bankjaiban helyezik el. Az értékmegőrzésen kívül ezek a pénzügyi tranzakciók azt a célt is szolgálják, hogy szükség esetén elhagyhassák az országot, biztosítva legyen a kinti meg-

élhetőségük. Ennek éppen ellenkezője figyelhető meg a jól működő országokban, pl. az Egyesült Államokban. Amerikában a gazdagok érzelve az állam mindenre kiterjedő figyelmét, a költségvetési hiány fokozatos felszámolását, igyekeznek eleget tenni a kötelezettségeiknek. Náluk egyre kevésbé di-



**- Ferikém! Mi történt veled? Csak nem...?
Csak nem a tisztességes utat választottad?**

vat az adócsalás, sőt az ottani gazdagok a hétvégeken társadalmi munkával segítik a környezetüket, mert látják, hogy a közös erőfeszítésnek van értelme. A lecsúszóban levő államok tehetősei azonban nem látnak mást, minthogy állandóan nő a korrupció, a csalások, sikkasztások száma. Az általuk befizetett összegek a legfelső szinteken kézen-közön eltűnnek, és ezáltal mind több megoldatlan probléma nyugtalanítja az embereket. Semmire sincs pénz, ami van, az is elúszik a panamák és a dilettáns gazdaságirányítás következtében. Azokat a lehetőségeket sem ragadják meg, amelyek ugrás-szerű javulást hozhatnának a fejlődésben, és ezáltal javulna az ország versenyképessége, pénz-

ügyi helyzete.

A zavaros helyzetben egyre aktívabbá válnak a bűnözők is, mivel a bűnüldözésre sincs elég pénz. A maffia módszereit átvéve a profi bűnözők sorra rabolják ki a bankokat, állítják meg a pénzszállító autókat. Egy idő után nem lesz olyan nap, amikor ne rabolnának ki legalább egy pénzintézetet, vagy valamilyen kereskedő-, szolgáltató céget. Miután a magánszemélyek könnyű prédának számítanak, rendkívüli mértékben megnő a lakáskirablások, a nyaralófosztogatások száma is. Elég ha csak pár órára kiteszi a tulajdonos a lábát a lakásból, mire visszatér az utolsó szegig mindent elszállítanak az otthonából. Nem kutatnak rejtett értékek után, hanem költöztető cégnek álcázva magukat mindent elvisznek, és egy elhagyott helyen aztán átvizsgálják a zsákmányt. A szomszédok és kirámolását, de a sok baj az embereket fásulttá teszi; annyira közömbösek lesznek a világ és egymás iránt, hogy senkit sem érdekel majd, hogy a másikkal mi történik.

A közösséggel szembeni felelősségérzet már most is mélyponton van. A nemtörődömség tipikus

példája az a lakótelepi eset, ahol egy özvegyasszony 1,4 millió forintnyi melegvízszámlát halmozott fel. A több száz köbméter meleg vizet nem használta el, hanem a meghibásodott csapon keresztül a csatornába engedte. A fürdőszobájában 8 hónapig át ceruzavastagságnyi sugárban folyt a víz. Egy új csaptelep 3 ezer forintba került volna, de ő nem törődött vele. Amikor megkérdezték tőle, hogy nem zavarta a víz csobogása, azt felelte, hogy egy idő után megszokta. Miután az idős hölgy fizetésképtelen volt, a szolgáltató a csaknem másfél millió forintos számlát ráterhelte a lakóközösségre. Ők meg más lehetőség híján fizettek. Ha nem rendezik a tartozást, az egész lakótömbben elzárják a vizet.



– Ha jók lesztek, a Jézuska majd bekapcsolja egy napra a fűtést a lakásban, gyerekek!

A nyilvántartás szigorodásának ellenére a gépkocsilopások száma is emelkedni fog. A hatósági intézkedések következményeit úgy fogják kivédeni, hogy az ellopott autókat szétszerelik, és alkatrészként forgalmazzák. Soha nem látott méretűvé duzzad a szesz- és dohányárú-csempészet, valamint a kábítószer-kereskedelem. Ezt a kereslet növekedése fogja kiváltani, mivel az ellehetetlenülés határára állók közül mind többen fognak az élvezeteki cikkek által kínált mámorba menekülni. Egyre gyakoribb jelenség lesz az emberrablás is, mert ez a tevékenység jóformán semmilyen beruházást nem igényel. Ilyen körülmények között aki teheti önmaga megmentésére rendezkedik be, és veszni hagyja a közösséget, nem siet az állam, a társadalom megmentésére.

Nem kis gondot fog okozni a bűnözésnek egy sajátos ága: az egész társadalomra kiható egyéni megtorlás. Az egyre elviselhetlenebb életkörülményeikért az állampolgárok a hatalmon levőket hibáztatják, és tehetetlen dühükben némelyek úgy próbálnak elégtételt venni rajtuk, hogy sorra gyűjtik, illetve robbantják fel az állami intézményeket. Mivel ezek az épületek nincsenek biztosítva, az újraépítésük roppant terheket ró az amúgyis tetemes költségvetési hiánnyal küszködő államháztartásra. Tovább tetézi ezeket a károkat, hogy az elkeseredett polgárok egy része önmaga ellen fordul. Miután semmilyen kiutat nem talál a bajaiból, magára gyűjtja a lakását, vagy kinyitja a gázcsapot. A gázrobbanás többnyire a szomszédos lakásokat is romba dönti, nem is szólva a kioltott életéről. Ez esetben a biztosító megtéríti ugyan az okozott kárt, de ez a veszteség végső soron az egész társadalmat sújtja, a nemzeti vagyont értékét csökkenti. A lakástüzek száma is növekedni fog, amit a csonkig égő gyertyák okoznak. Hogy miért világítanak az emberek a XXI. században mind nagyobb számban gyertyával? Mert a kifizetetlen számlák miatt kikapcsolják a lakásukból az ára-

mot. Jelentős mértékben fokozza a pusztító indulatokat a leépülő országok kormányai által folytatott sikerpropaganda. Miközben szemmel láthatóan minden téren egyre rosszabb állapotok uralkodnak, a hatalom birtokosai a statisztikai adatok manipulálásával próbálják politikájuk eredményességét bizonyítani. A pénzügyi gondokat tovább növelik az egész világot érintő globális éghajlatváltozások. Az évről évre mind nagyobb területre kiterjedő árvizek, belvizek, szél- és hóiharok, valamint a sorozatos földrengések óriási károkat fognak okozni minden országban. Ebben a helyzetben a pénzügyi tartalékokkal nem rendelkező államokban a gazdasági hanyatlás megállíthatatlanná válik, ami maga után vonja az életkörülmények rohamos rosszabbodását, széles néprétegek egyre nagyobb mértékű elszegényedését, nyomorba taszítását.

Az ellehetetlenülés határán levő országokban a munkanélküliség is mind nagyobb mértéket ölt, ami a fizetőképes kereslet szűkülését, a gazdaság pangását eredményezi. A negatív tendenciák együttes hatásaként a költségvetési hiány minden erőfeszítés ellenére fokozódik, amelyen a szűk látókörű kormányok a szociális kiadások megnyirbálásával próbálnak úrrá lenni. Ennek következtében még nagyobb lesz a szegénység, a polgároknak a megfelelő táplálék beszerzésén kívül a gyógyszerek kiváltása is megoldhatatlan problémát okoz, így egészségi állapotuk rohamosan romlik. Siettetni fogja ezt a folyamatot az olcsó üdülési lehetőségek, valamint az ingyenes orvosi ellátás megszűnése. Az állami bevételek mindenáron való növelése érdekében emelni fogják a lakbéreket és a szolgáltatások árát, melynek hatására a diktatúrákban és a látszatdemokráciákban élő emberek létük alapvető feltételeit sem tudják biztosítani. A kiegyenlítetlen számlák miatt széles néprétegek lakásaiból kapcsolják ki az áramot, elzárják a vizet, megszüntetik a fűtést, sőt a tetemes lakbérhátralék miatt tömeges kilakoltatások várhatók.

Ilyen körülmények között törvényszerű, hogy rohamos növekedésnek indul a megélhetési bűnözés. A létfenntartásukért viaskodók mindent ellopnak, ami pénzzé tehető. Először a közlekedési táblákat és az utcai villamos áramelosztók alumínium fedeleit szerelik le. Utána a telefonkábeleket és a vonatok közlekedését irányító rézkábeleket húzkodják ki a föld alatti csatornákból. A szakértelemmel rendelkezők a nagyfeszültségű távvezetékek kábeleit szerelik le, és lecsapolják a transzformátorállomások olaját. Később a szakértelem hiánya sem fogja elriasztani a bűnözőket ettől a pénzszerzési lehetőségtől. Ők csakánnyal átszakítják a transzformátor oldalát, és így folytatják ki belőle a hűtőolajat. Mivel hűtés hiányában a helyi áramellátást biztosító transzformátorok leégnek, nagyságrendekkel nagyobb kár keletkezik, mint a fűtés céljára elvitt olaj ára. Nem is szólva a lakosságnak és az ipari áramfogyasztóknak okozott kárról, mert egy nagy teljesítményű transzformátor cseréje fél napot is igénybe vehet. A rendőrség tehetetlenségét látva egy idő után vérszemet kapnak, és darus teherautókkal járva kirángatják a földből az útjelző táblákat tartó oszlopokat, kitépik a helyéről a közlekedési lámpákat irányító szekrényeket, és elhurcolják a köztéri bronzszobrokat is.

Nem tisztelnek senkit és semmit, még a temetőket is feldőlják, és lefeszégetik a síremlékekről a fémkereszteket. Az összerabolt szerelvények és dísz tárgyak az illegális színesfémöntödékekben kötnek ki, ahol felismerhetetlen öntecsekké alakítják őket, majd jó pénzért eladják a fémkohóknak. Budapesten a Luxus Áruház kirakatáról loptak le 2 tonna bronz- és sárgaréz díszítést. A kb. 40 méternyi színesfém-dekoráció Bloch Richárd terve alapján készült. Jelenlegi ára megközelíti a 100 millió forintot. Beolvasztva pár százezer forintnál többet nem adnak érte. A Margit-szigetről sorra tűnnek el történelmi nagyjaink bronzszobrai. Egy szakmailag hozzáértő csoport a Petőfi híd aljáról vágott le egy 2,5 km hosszú elektromos kábelt. Az okozott kár 25 millió forint volt. A kábeltől kiolvasztott rézért még 25 ezer forintot sem kaptak. Moszkvában már az alumínium liftajtókat is ellopják. Eddig 8000 darabot szereltek le, és olvasztottak be. Magyarországon a liftajtók acéllemezből készülnek, de a lakótelepi tűzcsapok nem. Ezért a panelházakból az egyes szinteken elhelyezett alumínium tűzcsapokat szerelik le, és gyűjtik be tonnaszámra a tolvajok. Emiatt a tűzoltók nem tudják használni az épületekbe épített felszálló vezetéket. Tűz esetén kénytelenek több száz méter tömlőből saját vezetéket kiépíteni, ami nagy idővesztéssel jár.

A színesfém tárgyak fogyasztásával a vasúti síneket fogják felszedni, ami az anyagi károkon túlmenően már tömegkatasztrófákat is okozhat. Csehországban nemrég 400 méter hosszú sínpart loptak el a prágai metró egyik használaton kívüli szakaszából. Az eddigi rekord egy 7 kilométer hosszú vasúti sín felszedése, és beolvasztása. Szlovákiában már a harangokat is lopják. Két dél-

szlovákiai falu templomából három harangot szereltek le és vittek el az éj leple alatt. A merészebbek megcsapolják majd a föld alatti gáz- és olajvezetékeket. Miután szakszerűen elzárni nem tudják a vezetéket, és erre idő sincs, a kiömlő nyersanyag helyrehozhatatlan károkat fog okozni a környezetben. Mindennaposá válnak az illegális fakivágások, az erdőletarolások is. A vidéken élők kénytelenek lesznek abbahagyni a földművelést, mert a termést éjszaka tevékenykedő bűnbandák takarítják be. Az állattartás is lehetetlenné válik, mivel napirenden lesz az ólak, istállók fosztogatása. Már a halastavakat sem kímélik a tolvajok. Régen kerítőhálóval lopták a halakat, majd átértek a robbanószerke használatára. Most már ezzel sem bajlódnak. Baranya-megyében egy halastó zsilipjéről leverték a lakatot, és leeresztették a tó teljes vízkészletét. Aztán 2 mázsányi pontyot és amurt zsákokba gyömöszöltek, és kereket oldottak. A tóban hagyott kb. 40 mázsányi hal elpusztult. Eközben a városokban élő társaik sem tétlenkednek. Sáska módjára lekopasztják az utcákat, a tereket, az épületeket. Semmit sem kímélnek, semmit sem tisztelnek, mindent elvisznek, ami mozdítható. Végül az egész ország egy lepusztult táj benyomását fogja kelteni, ahol a csupasz, agyonfirkált falakon és a tönkretett természetén kívül alig marad valami.

A katasztrofális helyzet láttán a társadalmi ranglétra tetején állók még idegesebbek lesznek, és

pozíciójuk révén egyre nagyobb részt próbálnak meg kiszakítani a még meglévő javakból, hogy tartalékot képezzenek. Gátlástalanul emelni fogják a vállalkozásaikból származó árucikkek, szolgáltatások árát, ami az infláció elszabadulását eredményezi. Ezt a folyamatot a legfőbb politikai vezetők nem tudják megakadályozni, mivel ebben a stádiumban ők már könnyéig vájkálnak a rájuk bízott közpénzekben, így az alattuk levők csak azt teszik, amit előljáróiktól látnak. Mindez tovább szélesíti a társadalmi konfliktusokat, ami végül az állami struktúrák teljes összeomlásához vezet. Ezután a gazdaságilag tönkretett országokban élő emberek megpróbálják sorsukat a saját kezükbe venni, és öntevékeny módon boldogulni. Ez a primitív szinten szerveződő élet azonban a természeti környezet további kizsákmányolását eredményezi, ami negatív visszacsatolás

formájában még lehetetlenebb helyzetet teremt. A környezet teljesen lepusztul, mindenütt az enyészet, a romlás, a zuillus jelei mutatkoznak. A pénzhiány miatt megszűnő oktatás következtében ugyanis a fiatalok tömegesen válnak bűnözővé, és féktelen bosszúvágyukban mindent elpusztítanak, amit balsorsukat okozó elődeik létrehoztak, illetve amit a fosztogatók meghagytak. A legrosszabb azonban ezután következik, mivel a végkifejlet már a Mindenható ítélete alapján zajlik, ami nem sok jót ígér az ebben a térségben élőknek.

Más formában ugyan, de a forradalmi változások a haladást vállaló fejlett ipari államok társadalmát sem fogják kímélni. Ezekben az országokban elsősorban a termelés strukturális átrendeződése fog megrázkódtatásokat okozni. Az életfelfogás megváltozása, a fogyasztás átrendeződése követ-



– Tudja főtörzs, nem csak arra kellett volna ügyelniük, hogy az alvilágból senki ne épülhessen be a politikába, hanem arra is, hogy a politikából senki ne épülhessen be a bűnözői körökbe!

keztében valószínűleg egész iparágak fognak a jövőben tönkremenni. Pl. a húsfogyasztás csökkenése miatt néhány évtized múlva az állattenyésztő telepek elnéptelenednek, a nagyobb vágóhidak leállnak, és a húsfeldolgozó üzemek jelentős része kénytelen lesz elbocsátani az alkalmazottait. Mivel a műanyagipar a következő évszázadban képes lesz arra, hogy olyan anyagokat állítson elő, amelyek tökéletesen kiváltják a bőrt és a gyapjút, így a jövőben az állattartás szerepe már csak a tej és a tojástermelésre korlátozódik. Hasonló sorsra jut a borászat, mert az egészséges életmódra való áttérés következtében mind kevesebb ember fogyaszt alkoholt. A borkészlet már most is megnyilvánuló halmozódása a borospincék fagyasztókamrákká való átalakításával, a szőlő levének mustként történő forgalmazásával kerülhető el. Ugyancsak nagyfokú leépülés várható az élelmiszer-feldolgozó iparban, mert a szubatomi tartósítószerkevény elterjedésével nem kell többé feldolgozni, és vegyileg tartósítani a télre eltett zöldséget, gyümölcsöt. Ezek a hűtőagregáttal kombinált elektromágneses tartósítószerkevények hónapokon át frissen tartják majd a bennük tárolt élelmiszereket, és ezt követően is csak aszalódás megy végbe, így a feldolgozással ellentétben a zöldség, gyümölcs és egyéb élelmiszerek nem veszítik el vitamin- és enzimentartalmukat.

Ez azonban csak egy töredéke lesz az elkerülhetetlen változásoknak, mivel előreláthatóan hasonló sors vár a gyógyszeriparra, a dohány- és a szesziparra, a cukorgyártásra, sőt még az édesiparnak is komoly keresletcsökkenéssel kell számolnia. A játékipart is jelentős veszteség éri, mert ismét divatba jönnek a kezűgyesség-fejlesztő kreatív játékok. A jövő gyermekei sokkal jobban szeretnek majd a saját maguk által készített játékokkal játszani, mint a méregdrága gyári csodákkal. Miután a nemzeti hadseregek fokozatosan leépülnek, az erőszakos bűncselekmények száma pedig egyre kevesebb lesz, a hadiipari termelés is szinte teljes egészében megszűnik. Hasonló távlatok elé néz a szénbányászat, ugyanis az emberiségnek nem lesz többé szüksége fosszilis tüzelőanyagokra. Az uránbányászat szintén meg fog szűnni, és nagymértékben csökkenni fog a kőolaj- és földgázkitermelés is, mert ezekre a nyersanyagokra a továbbiakban már csak a vegyipar tart igényt.

A változások szele a szolgáltatóipart sem fogja elkerülni. Mint már szó volt róla, rohamosan csökkenni fog a jövőben a reklám szerepe. A társadalom fokozatos tisztulása következtében egyre kisebb lesz az érdeklődés a horror- és a pornófilmek, illetve az ilyen jellegű könyvek és folyóiratok iránt. Az erőszak és a bűn öncélú, alantas ösztönöket kielégítő ábrázolása mind kevesebb ember figyelmét fogja felkelteni. A kozmikus szex megismerése visszavezeti az erotikát a pornográfia mocskából, és a kultúra szintjére emeli. A rövidesen ránk köszöntő új korszak sajnos a művészi értéket hordozó filmek alkotóinak sem fog kedvezni. Szinte biztos, hogy teljes mértékben meg fog szűnni a történelmi filmek gyártása, mivel az emberek kronovizoron megtekinthetik a múltbeli eseményeket eredetiben is. Hasonló sors vár a természetet vagy más népek kultúráját bemutató filmekre, mert a Delta-T antennákkal a világ bármely pontja a szobánkban elhelyezett képernyőre vetíthető anélkül, hogy bárkinek is a helyszínre kellene utaznia, hogy ott rögzítse az eseményeket. Dokumentumfilmekre sem lesz többé szükség, mivel ezekkel az új technikai eszközökkel bármilyen eseményről bármikor megtudhatjuk a teljes igazságot.

Szórakoztató és oktató filmeket azonban továbbra is készítünk majd. Ezek a filmek a világ bármely országában levetíthetők lesznek anélkül, hogy szinkronizálnák. Az általános megértést az teszi lehetővé, hogy a szubatomi érzékelővel kiegészített képmagnó nem csak a képet és a hangot, hanem a szereplők agyából kiáramló gondolatokat is rögzíteni fogja. Mint tudjuk szavainkat már a gondolat megszületésének pillanatában specifikus energiasugárzások kísérik, amelyek kizárólag arra a fogalomra jellemzőek. A speciális frekvenciaspektrumú energianyálábokat az új típusú tévékészülékekbe illetve filmvetítőkbe szerelt szubatomi erősítő egységek felerősítik, és meghatározott hatótávolságban kisugározzák. Ezek a hullámok a nézők agyába eljutva anyanyelvüktől függetlenül lehetővé teszik a cselekmény megértését.

Ez a technikai rendszer lehetőséget ad a színészi képességek eddigieknél sokoldalúbb kibontakoztatására is. A szubatomi érzékelő egység ugyanis a gondolatokon túlmenően az érzelmi megnyilvánulásokat kísérő energiakisugárzásokat is rögzíti, így a kitűnő színészi játék a nézőket még intenzívebben képes magával ragadni. A szinkronizálás elmaradása módot ad arra is, hogy a világhírű színészek hangját eredetiben hallhassuk. Így teljes képet kaphatunk az egyéniségükről, és mellesleg még a nyelvi ismereteinket is gyarapíthatjuk. A jövőben tehát nem csak viselkedési mintákat

kaphatunk példaképeinktől, hanem szórakozás közben idegen nyelveket is tanulhatunk. Ezen az elven könnyen és olcsón létrehozhatunk abszolút tökéletes fordítógépeket is. Ehhez semmi más nem kell tenni, mint a szöveget egyszer érthetően, tagoltan, és mellékgondolatoktól mentesen felolvasni, majd a gondolathullámokat rögzíteni. Ezt a lehetőséget valószínűleg az Interneten böngészők fogják leginkább kihasználni, mert nagyságrendekkel több anyagot tudnak majd áttekinteni, mint most. A régészet, mint szakma is el fog tűnni. A múltunkra kíváncsi szakemberek nem turkálnak többé a föld alatt, hogy személtre hányt cserépdarabok összeragasztása, illetve porladozó csontok elemzése útján ismerjék meg őseink életét. Egyszerűen betáplálják a kronovizorba a látni kívánt időpontot és helyszínt, s tökéletes valóság-hűséggel tekinthetik meg a múltbeli eseményeket. Minden részletében tanulmányozhatják a használati tárgyakat, és eredeti állapotukban láthatják a letűnt korok épületeit.

Nem csak gondolkodásmódunkat, hanem külsőnk megítélését illetően is jelentős fordulatnak nézünk elébe. Ennek következtében a jövőben egyre kevesebb lesz a buta, üresfejű, narcisztikus hajlamú egyének száma, akiknek csak mulandó szépségük és fiatalságuk adja az élet értelmét. Ez a szemléletváltozás szintén komoly hatást gyakorol majd a gazdaságra. Az emberek érdeklődésének befelé fordulása, a belső értékek és a lélek előtérbe helyeződése csökkenteni fogja azoknak az iparágaknak és kereskedelmi egységeknek a forgalmát, amelyek az egyén külső tulajdonságainak kihangsúlyozását helyezik előtérbe.

Igy jelentős veszteség fogja érni a divatszakmát, és a kozmetikai cikket gyártó cégeket. A nők ugyanis egyszerűen és természetesen fognak öltözködni, nem fogják magukat festeni, és a szörmebundák is végleg kimennek a divatból. Miután a jövőben egyre kevesebb nő fog magából „feldíszített karácsonyfát” csinálni, ezek a változások az ékszer- és a bizsuiparra is jelentős kihatással lesznek. A tönkremenés veszélye azonban nem fenyegeti ezeket a szakmákat, mivel a nőkből a tetszés-vágy remélhetőleg sohasem fog kiveszni, csupán az öltözködés módja fog radikálisan megváltozni. A tudati fejlődés előrehaladtával egyre kevesebb nő fogja vakon követni a divatot. Az éppen aktuális divatirányzatból csak annyit építenek be az öltözködésükbe, amennyi az egyéniségükkel és a lelki világukkal összhangban van. Nem egymást majmolják divat címen, hanem az öltözködésükben is egyéniséggé válnak. Ruhatarukat nem a divatdiktátorok, hanem lelki készítésük, vagyis az ízlésük fogja alakítani. Nem kényszerülnek más „bőrébe” bújni, olyan ruhát hordanak majd, amelyben jól érzik magukat. Egyéniségüket nem csak az arcuk, a mozdulataik, hanem az öltözködésük is tükrözni fogja.

A XXI. század lányai és asszonyai valószínűleg ugyanúgy nem fogják visszasírni a divat jelenlegi kellékeit, mint ahogy ma sem hiányzanak egyetlen nőnek sem dédanyáink halcsontos fűzői, turnőrjei; vagy a malomkeréknyi tollas, bokrétás kalapok és hömpölygő uszályok. Amennyire groteszk számunkra ma már ez a viselet, ugyanolyan nevetséges lesz a jövő század nemzedékei számára jelenkorunk divatos hölgye, aki dauervízzel meg különböző festékekkel agyonmaratja a haját, Jancsi bohóc módra több „kiló” festéket ken az arcára, a lábát középkori kínzóeszközökhöz hasonló túsarkú körömcipőbe bújtatja, és teleaggatja magát mindenféle csingilingivel.

A jövő lányainak öltözködését minden bizonnyal alapvetően befolyásolni fogja az a ma még nem eléggé tudatosult mondás is, hogy: „*Nem az a fontos, hogy mi van rajtad, hanem az, hogy miként viseled*”. Az elegancia ugyanis belülről fakad. Nem a ruhája, hanem személyiségének kisugárzódása tesz valakit előkelővé. Van aki egy darab zsákvásznat is méltósággal tud viselni, másokon viszont a hermelin palást is úgy áll, mint tehéneken az a bizonyos fehérnemű. A divat önkritikával nem rendelkező rabjai jobban tennék, ha a testük cicomázása helyett a lelkük szépítésével törődnének. A szép lélek ugyanis kihat a testre is, finomítja a mozgást, nemesíti az egyén viselkedését. Ennek tudható be, hogy az igazán értékes nő nem csak hordja, hanem viseli az öltözékét. Sok nő tévesen hiszi azt, hogy akkor tetszik leginkább a férfiaknak, ha a legutolsó divat szerint öltözködik, ha kritikátlanul követi az éppen aktuális irányzatokat. Az értékes férfi messze elkerüli ezeket a divatbábukat, komoly kapcsolatot csak olyan nővel kezdeményez, akinek természetes báját nem kendőzi el az arcára kent vastag festékréteg, és az öltözködését sem a kihívás, hanem az egyéniségével harmonizáló szolid elegancia jellemzi. Egyébként nincs az az ócska, divatjamúlt ruha, amelyről ne lenne képes elterelni a figyelmet a szívből jövő kedvesség, az eredetiség vagy a jó humorérzék. Mellesleg

a divatirányzatok alakítói sem tartják sokra a modellek kritikátlan majmolóit. Az olasz divatdiktátor, Giorgio Armani szerint: „Egy igazi nőt nem az éppen aktuális divat irányít, hanem saját öltözködési stílust alakít ki magának.”

Közbevetőleg megjegyezve, a haj dauervíz nélküli hullámosításának van egy rendkívül egyszerű módja is. Mosás után töröljük a haját szárazra, majd a jobb- és a bal oldalon készítsünk belőle egy-egy varkocsot. Utána a szorosan befont haját alaposan szárítsuk meg, és éjszakára hagyjuk befonva. Az ily módon készült hullám egy hétig is kitart, és nem kell hajcsavarókkal vagy sütővassal bajlódunk. Az arc ápolásához, bőrünk rugalmosságának megőrzéséhez sincs szükség különböző vegyszerekkel átitatott szintetikus készítményekre. Az ősidők óta alkalmazott zöldség, gyümölcs, méz, tojás és egyéb természetes anyagokat tartalmazó pakolások ugyanolyan jó hatásokkal alkalmazhatók, mint a gyári kozmetikumok, és nem kell tartanunk a bőrben felhalmozódó mérgező anyagok káros hatásától sem. A mérgező kozmetikumoknál sokkal hatékonyabban óvja a bőr üdeségét, természetes színét a Cayce által javasolt kenőcs: 17 dg vegytiszta mogyoróolajhoz adjunk 6 dg olívaolajat, 6 dg rózsajelét és 1 evőkanálnyi felolvasztott lanolint. Ezt a szépségmegőrző elegyet fürdés után kell a bőrbe dörzsölni. A masszázsszerű bedörzsölés fokozza a hatást, az arc szöveteit azonban mindig meg kell paskolni, mert ez serkentő hatását tekintve többet ér bármilyen arcizomgyakorlatnál. Használat előtt az oldatot jól rázzuk fel. Az időnkénti iszappakolás tovább segíti a bőr kislányos hamvasságának megőrzését. A modern kozmetikai ipar sem tudott olyan hatékony bőrradírt létrehozni, mint amelyet a XVI. században használtak. Az agyagból, mészből, gabonából és tejből készült pakolás gyönyörűen letisztította, és felfrissítette a bőrt.

Az eddig elmondottak azonban a változások láncolatának csak egy részét képezik, mivel a jövőben minden megszűnik ami „talmi”, az emberek csak az igaz értéknek fognak jelentőséget tulajdonítani. Ennek a folyamatnak a fejleményeként a mostani munkahelyek jelentős része megszűnik. Ez azonban azokban az országokban ahol a jelenlegi válságból való kiút keresés során az „előremene-külést” választják nem fog társadalmi összeomláshoz, az ipar és a mezőgazdaság tönkremeneteléhez vezetni. Táplálkozni ugyanis a jövőben is kell, az emberek a továbbiakban sem fognak jóval kevesebbet enni, mint eddig, csak a táplálkozási szokások változnak meg. Ebből kifolyólag óriási feladatok várnak a jövő józanul gondolkodó és a fejlődés szükségszerűségét belátó politikusaira, mert a korábbi acélipari válsághoz hasonlóan most is emberek tömegét kell majd átkepezniük, és átirányítani őket a biofeldolgozó üzemekbe, a szójagyárakba, és egyéb természetes élelmiszereket előállító egységekbe. A hadiipari dolgozók jelentős részét valószínűleg a hihetetlen perspektívával rendelkező űrtechnikai eszközöket gyártó ipar fogja felszívni, de a megnövekedő feladatköre következtében a villamos és elektronikai ipar is igen nagy számban fog többletmunkaerőt alkalmazni. Ezenkívül jelentős mértékben fokozódik majd a tudományos kutatóintézetek munkaerő-szükséglete.

Az emberek túlnyomó részét azonban továbbra is a szolgáltatóipar fogja lekötni, mert a munkaidő folyamatos csökkenésével, és az élettartam kitolódásával egyre nagyobb lesz az igény a szabadidő értelmes eltöltésére. Ezzel egyidejűleg jelentős mértékben megnő a kereslet a pedagógusok iránt, mivel az egyén felvilágosodása és az általános értékátrendeződés következtében az emberek szinte egész életükön át fognak valamit valamilyen szinten tanulni, hogy minél nagyobb tudásra, azaz maradandó értékre tegyenek szert. A jövőben az oktatás szerepe annyira felértékelődik, hogy külön tudományág foglalkozik majd az önmegvalósítással, önmagunk kiteljesítésével. A mezőgazdaságban dolgozók sem maradnak munka nélkül, mert minden valószínűség szerint rendkívüli módon meg fog növekedni a kereslet a zöldség, a gyümölcs, a tejtermékek, valamint a méz, az olajos magvak és a természetgyógyászati gyógynövények iránt.

Kétségtelen azonban, hogy még így is jelentős lesz a munkaerő-felesleg, amihez nagymértékben hozzájárul majd a fennmaradó iparágak termelésének további automatizálása. A létszámcsökkentésre irányuló tendencia a termelésen túlmenően az adminisztráció területén is jelentkezni fog. A későbbiek során ugyanis feleslegessé válik az a bürokratikus apparátus, amely korábban rátelepedett a termelő egységekre, mivel a jövőben mindenki saját magát fogja adminisztrálni. Ennek a rendszernek a bevezetését nem az teszi lehetővé, hogy egy csapásra minden ember becsületessé válik, hanem az a lehetőség, hogy az Agykontroll elterjedésével, illetve a kronovizor segítségével bárkinek a munkája

könnyen ellenőrizhetővé válik, így bármilyen csalás pillanatok alatt felderíthető lesz. Az ily módon előálló munkanélküliség azonban már nem fog krónikus társadalmi feszültséget kelteni, mert az élelmiszerárak jelentős csökkenése, és az ingyenenergia felszámolja a nyomort. Az élelmiszerek árát nem terheli többé a talajmegmunkáló-, növényápoló- és termésbetakarító gépek üzemanyagköltsége, és a fentiekben említett okok miatt nem lesz szükség műtrágyára, valamint növényvédő szerekre sem. Ráadásul a szubatomi energiával kezelt földeken jelentős mértékben nő a termésátlag. A megélhetési gondokat tovább enyhíti majd az a helyzet, hogy az energiaárak zuhanása következtében jelentős mértékben csökkenni fog az iparcikkek ára is. Mivel az energiaköltség elmaradása kihat az építőanyagok gyártására is, a lakásárak szintén csökkenni fognak. Ezzel együtt csökken a szolgáltatások ára, mert ez a szektor szintén jelentős mennyiségű energiát használ fel.

A társadalmi fejlődésnek ezen a szintjén tehát már senkinek sem kell félnie attól, hogy éhen hal, vagy kilakoltatják az otthonából, ha nem megy el dolgozni, illetve pénzt keresni; így a jövőben főleg azok fogják a betöltendő állásokat megpályázni, vagy az állásajánlatokat elfogadni, akik életük fő céljának az önmegvalósítást, a kreatív munkát tekintik. Azonban azoknak sem kell majd tétlenkedniük, akik nem lesznek képesek a különböző munkahelyek megnövekedett igényeinek eleget tenni. Ezek az emberek minden valószínűség szerint a természet gondozásával, tájrendezéssel, és egyéb közszolgálattal fogják a munkaerejüket lekötöni, vagy a világpolgári jogon járó létminimum feletti életszínvonalhoz szükséges többletköltséget előteremteni.

Amennyiben ez a tendencia tovább folytatódik, eljutunk oda, hogy az elkövetkezendő századokban a munka nem kényszer, nem is kötelesség, hanem kiváltság lesz. Csak azok fognak dolgozni, akik életük nélkülözhetetlen elemének tekintik a munkát, és magas fokon képesek a követelményeknek eleget tenni. Az sem lehetetlen, hogy az önmegvalósításnak ezt az útját járó emberek ingyen, csupán a munka, az alkotás örömeért fognak dolgozni. Erre az ad lehetőséget, hogy a megélhetés feltételei minden ember számára biztosítva lesznek, így zavartalanul kiélhetik kreatív, új értéket teremtő hajlamaikat. Sokan viszont a tanulást fogják életcéljuknak tekinteni annak tudatában, hogy a megszerzett tudás örökre a sajátjukká válik, és mindenhova elkíséri őket. Lesznek olyanok is, akik a szórakozást tekintik majd életük fő céljának, arra hivatkozva, hogy számukra ez okoz igazán örömet. Ebből is látható, hogy a Vízöntő korszakban megszűnik minden kényszer ami az emberre nehezedett, a new age emberének megadatik a lehetőség, hogy szabadon döntsön a sorsáról.



Kiegészítés

Az előző fejezetekhez híven, foglalkozunk most ismét néhány parajelenséggel, és azok sajátos társadalmi vetületével. A IV. fejezetben említésre került a keleti jógik misztikus kapcsolata az ősenergiával. A pszichikai úton, vagy jógalégzés során testünkbe juttatott Yang energia sok csodával határos jelenséget képes előidézni. Korábban a tűztánc leírásánál szó volt arról, hogy a magunkba szívott energia bármely testrészünkön képes kisugárzódni, megvédve bennünket a káros külső behatásoktól. Lehetséges, hogy a fakírok azért képesek hegyes szögekkel kivert deszkára feküdni, mert előzőleg a meditáció során felvett energiát a hátukon kisugározzák, és ily módon egy rendkívül sűrű és kemény energiaréteg védi bőrüket a felnyársalástól. Mivel a levitáció szintén a magunkba gyűjtött többlet Yang energia következménye, nem zárható ki az a lehetőség sem, hogy a fakírok ezzel a többletenergiával csökkentik a testsúlyukat, és már szinte lebegő állapotban fekszenek fel a szegekkel kivert ágyra. Az ősi kínai írások szerint a súlytalanság állapotát vegyileg, bizonyos narkotiku-

mokkal is elő lehet idézni. Liu An alkimista i. e. II. században olyan főzetet készített, amellyel lehetővé vált a súlytalanság elérése.

A magunkba juttatott energia testünkben való kisugárzása nem csak irányítatlan, hanem tudatosan irányított formában is lehetséges. Ebben az esetben a koncentrált energia az ujjainkból áramlik ki, és besugárzódik a céltárgyba. Ezt a jelenséget figyelhetjük meg a pszichokinézis során, amikor úgynevezett „extraszensz” személyek két kezük között különböző tárgyakat lebegtetnek anélkül, hogy hozzáérnének. Az indiai fakírok számára is ez az energiakisugárzás teszi lehetővé, hogy vastag tűkkel a fájdalom legcsekélyebb jele nélkül át tudják szűrni a fülüket, karjukat vagy bármely testrészüket. Ilyenkor a Fülöp-szigeteki healerekhez hasonlóan valószínűleg az ujjainkból kiáramló energia nyitja meg a tű előtt a bőrfelületet, és állítja meg a vérzést. Mivel a behatolás sejtroncsolás nélkül történik, a tű kihúzása után a bőrfelületen sebhely nem képződik. Mély transzban arra is képesek, hogy levágnak egy darabot a nyelvükből, majd mintha mi sem történt volna „visszaragasztják” a helyére.

A hagyományos gondolkodásmód számára érthetetlennek tűnik a levágott testrészt pontos visszaillesztési módja. Orvostudományunk jelenlegi fejlettségi szintjén már egy levágott ujj visszavarárása is többórás műtétet igényel. A fakírok viszont csak egymáshoz illesztik a két elválasztott testrészt, és egy pillanat alatt összeforrnak. Ezt az teszi lehetővé, hogy a roncsolásmentes anyagszétválasztásnál nem sérülnek meg a szövetek, hanem csak eltávolodnak egymástól. Ismét egymáshoz illesztve őket a mikrogravitáció összezárja a szétválasztott molekulákat. Az illesztés sem történik véletlenszerűen. Ezt az étertest irányítja. Anyagszétválasztásnál nem sérül a szubatomi energiárcsöcskékből álló étertest. Mindkét anyagdarab tartalmazza az egész étertestet. Ezért összeillesztésénél az étertest úgy irányítja a molekulákat, hogy megfelelő szövetdarabok kapcsolódjanak egymással. Ez olyan, mint amikor két mágnesrudat illesztünk egymáshoz. Hiába rakjuk őket egymás mellé, a mágneses térerő úgy rántja őket egymáshoz, mintha folytonos rudat alkotnának.

A földönkívüli civilizációk is így végzik az agyműtétet. Szubatomi energiakéssel körbevágják a koponyát, leemelik a koponyatetőt, majd a minden oldalról elérhető agyvelőn elvégzik a műtétet. (pl. kioperálják az agydaganatot.) Ezt követően pozícióhelyesen visszarakják a koponyatetőt, a pontos illesztést pedig az étertest már magától elvégzi. Ez az illesztés annyira precíz, hogy a műtét után semmilyen sérülés sem látható az arcon. Vérzés, nyirokérzivárgás sem történik a levágott testrészekben, mert az elválasztott szövetek cipzárszerűen bezáródnak. Az eltávolított testrész visszaillesztése során ez a cipzárszerű záródás a szétválasztott molekulák között jön létre. Ezt követően a levágott testrészben is megindul a véráramlás, a nyirokérkeringés. Minden molekula a helyére kerül. Ebben a folyamatban nagy szerepe van az étertestnek is. Az étertest roncsolásos anyagszétválasztás esetén is képes regenerálni a fizikai testet, de embereknél ezt csak kisebb baleset esetén (pl. bőrsérülés) képes megtenni.

A roncsolásmentes testmegnyitás előbbinél is meghökkentőbb módját produkálta egy holland bűvész. Minin Dajo egy zürichi kórház orvosai előtt adta elő azt a mutatványát, hogy asszisztense a vesék magasságában beledöfött egy 70 cm hosszú és 8 mm vastag vívótört a hátába, melynek hegye a melléből állt ki kb. 30 cm hosszán. Ebben az állapotban felsétált az I. emeleti röntgenosztályra, ahol átvilágították. A nyársat 20 perc múlva húzták ki a testéből, és se előtte, se utána nem vesztett egy csepp vért sem. A röntgenfelvétel egyértelműen kimutatta, hogy kétszer is átszűrődött a hashártya, de a penge áthatolt a vesén, a gyomron, a beleken és a májon is. Normál körülmények között ilyen esetben azonnal beáll a halál. Amikor a bűvész az izgalmakat tovább fokozva egyszerre három tört szúrta a testébe, a hatóságok betiltották a mutatványt.

A jógalézés formájában felvett és az ujjainkon keresztül átadott energia legegyszerűbb megnyilvánulási formáját már sokan tapasztalták. A világ számos országában az iskolás gyerekek kedvenc játéka, hogy valakit leültetnek egy székre, ketten melléállnak, kezüket a feje fölé tartva besugározzák éteri energiával, és mély lélegzetet véve két ujjal felemelik társukat. Minél jobban koncentrálnak a két gyerek a feladatra, annál több gravitáció-semlegesítő energia áramlik be a széken ülő társuk fejtetőcsakrájába, és annál könnyebben emelik fel az egyre súlytalanabbá váló testet.

Az energiát azonban nem csak tudatosan szívhatjuk magunkba, hanem kényszer hatására is belénk áramolhat. Ezt az eljárást használják a bűvészek is az emberi test lebegtetése során úgy, hogy a médiumot hipnotizálják, azaz agyának frekvenciáját lecsökkentik théta szintre, és ebben az állapot-

ban utasítják őt telepatikus úton arra, hogy energiát vegyen fel. A hozzánk látogató idegen civilizációk képviselői is gyakran alkalmazzák ezt a módszert, amikor valakit meg akarnak vizsgálni. Többen is beszámoltak már arról, hogy ezek az idegenek rendkívül fejlett parapszichológiai képességeiket kihasználva behatolnak a megvizsgálandó személy tudatalattijába, energiát irányítanak a testébe, és az ily módon súlytalanná tett testet beszívják az űrhajóba. A vizsgálat elvégzése után a súlytalan testet ugyanoda helyezik vissza, ahonnan elmozdították, és utána telepatikus úton kivonják belőle a többletenergiát. Egy másik gyakran alkalmazott módszer szerint koncentrált Yang jellegű sugárnyalábot irányítanak a kiválasztott személyre, és így teszik a testét súlytalanná.

Mostanában olyan esetekről is hallani, hogy nagy forgalmú országutak felett a megvizsgálni kívánt személyeket gépkocsijukkal együtt emelik be az UFO-kba, és a tudat kitörlése után ugyanúgy helyezik őket vissza. Ehhez az eljáráshoz feltehetően azért folyamodnak, hogy minél kevesebb feltűnést keltsenek. A hátra maradt, üresen álló gépkocsi ugyanis felhívhatná az arra járók figyelmét erre a rendellenességre. A zavarkeltés további csökkentése érdekében ezeket a vizsgálatokat többnyire a látóhatár fölé emelkedve végzik el, és csak annyi időre szállnak le ismét, amíg a gépkocsit visszahelyezik az útra.

Az akciók során sokszor előfordul az „agyleszívás”. Ezt a módszert főleg azok a civilizációk alkalmazzák, akik ritkán látogatnak hozzánk, és ily módon próbálnak minél többet megtudni rólunk. Az agyba való pszichikus behatolás a homlokon keresztül, vagy hátul, a tarkótájon történik. Ennek során nem a tudatalattit bolygatják, hiszen tökéletesen tisztában vannak azzal hogy honnan jöttünk, sokkal többet tudnak az abszolút világról, mint mi. Behatolásaik során a tudatot „lapozzák át”, arra kíváncsiak, hogy a magunkkal hozott tudásból mennyi került át a tudatba, illetve a fizikai világban megszerzett tudásunk hol tart. A tudathoz ugyanis nem lehet távolról hozzáférni, a bal agyfélteke tartalma kizárólag akkor sugárzódik szét az univerzumba, ha rágondolunk dolgokra. A rejtett gondolatok csak az agy közvetlen letapogatásával fürkészhetőek ki, amihez szükség van a személyes érintkezésre.

A lebegtetés gyakori mellékjelensége az izommerevség. A gömbvillámnál, illetve az UFO-k hajtóművéből kiáramló energia eredetének kutatásánál már kiderült, hogy az energiabesugárzás hatásával van az elektronok mozgására. Ez a leginkább cirkuszi mutatványok során megfigyelhető kataléptikus merevedés hasonló okokra vezethető vissza, mint az elektronok fémes anyagokban való lebénulása energiabesugárzás hatására. Azonban a hozzánk látogató kevésbé fejlett idegenek is ezt a fizikai hatást alkalmazzák, amikor az általuk nem kívánt harmadik típusú találkozások során sugárfegyvereiket ráirányítják az őket megtámadó emberekre. Mivel ebben az esetben a szubatomi sugárforrás csak kis felületen éri a testet, így a testnedvekben mint elektrolitban található negatív ionok a koncentrált sugárforrás irányába indulnak meg. Eközben ez az idegingerülethez hasonló gyenge villamos áram áthalad a test izmain is. Mivel az izmokat az agyból kiinduló gyenge villamos impulzusok irányítják, ez a sajátos elektron- illetve ionáramlás görcsbe merevíti az összes izmot, amely a test teljes lebénulását eredményezi. Csak a szemmozgató izmok, valamint a belső szerveket működtető izmok, inak hártályk maradnak működőképesek. Így ebben az állapotban nem fenyeget bennünket a szívbénulás, vagy a megfulladás. A hipnózis során ugyanez a jelenség lép fel. Itt azonban a szubatomi energiaforrás szerepét minden valószínűség szerint a fejtetőn beáramló pozitív szubatomi energia tölti be. Ez az energia szétárad ugyan az egész testben, és ez okozza a lebegést, de a beáramlás helyén olyan koncentrációban van jelen, hogy képes elindítani a negatív töltésű ionok izombénító áramlását. Ez a különös fizikai jelenség leglátványosabb módon akkor észlelhető, amikor „extraszensz” személyek villanylámpát érintenek meg. Ebben az esetben az izzószálban levő szabadelektronok olyan nagy sebességgel indulnak el a parafenomén által megérintett pólus irányába, amely az izzólámpa felvillanását eredményezi.

Pszichikai úton a pozitívon kívül a negatív energia kisugárzását is növelni lehet. A kínai Chi Kung harcművészet fő gyakorlatai közé tartozik, hogy a harcok pszichikai úton intenzív Yin energiát sugároz ki a lábán, amely kölcsönhatásba lépve a Földből kiáramló gravitációs kisugárzással szinte odacövekeli az illetőt a talajhoz. Ez azzal az előnnyel jár, hogy az ellenség számára az ilyen harcmodort alkalmazó katona szinte megmozdíthatatlan, a „földbe gyökerezett” lábak úgy tartják a testet, mintha egy nehéz kőszobor lenne.

Természetesen a Yang energiához hasonlóan a Yin energia kisugárzásának sem egyetlen módja a koncentrált energiakibocsátás. A negatív energia teljes testfelületen történő kisugárzásának leglátványosabb megnyilvánulása a tibeti fakíroknak az a gyakorlata, amikor a Himalája hófödte hegycsúcsain akár egy egész telet eltöltenek ruhátlanul anélkül, hogy az egészségük a legcsekélyebb mértékben károsodna. Vannak közöttük olyanok is, akik a melegítő hatást kiváltó negatív szubatomi energiát olyan intenzíven képesek a testükből kisugározni, hogy a jeges vízbe mártott kendőt is meg tudják magukon szárítani. A gyakorlott tumo-mesterek egy éjszaka alatt a testükre csavart és jéggé fagyott kendőket egymás után negyvenszer felolvasztják, majd megszáritják. Champong mester 140 másodperc alatt megszárit egy vizes törölközőt magán, miközben a hó fél méteres körzetben megolvad körülötte. Testünk nem csak meleget, hanem intenzív hideget is képes magából kiárasztani. Egy iráni férfi a csikorgó hideget és a +50 °C-os meleget egyaránt jól viseli. A -30 °C-os hideget inguujban is jól tűri, és nem izzad a legnagyobb hőségben sem. Ez a ritka képesség feltehetően annak tudható be, hogy nagy melegben Yang jellegű energiát bocsát ki magából, ami hűti a szervezetét.

Az intenzív gravitációs vonzás nem csak úgy állítható elő, hogy belőlünk áramlik ki a koncentrált Yin energia, hanem úgy is, hogy a padló, amire ráállunk, sugároz ki intenzív Yin energiát. Ez természetesen nem úgy jön létre, hogy a Föld kezd el a korábnál jóval nagyobb gravitációs energiát kisugározni, hiszen ehhez nagyságrendekkel nagyobb tömegre lenne szükség. Ez a fura jelenség akkor lép fel, ha egy elektromosan vezető, különleges anyagba áramot vezetünk, és rálépünk erre az anyagra. Ennek a szovjet mérnökök által évekkal ezelőtt kidolgozott eljárásnak a lényege az, hogy az áram bekapcsolásakor az anyag felületén jelentős számú elektron sűrűsödik össze, az atomok legkülső elektronhéja telítődik, és ennek következtében a sztatikus vonzáshoz hasonló jelenség lép fel. Ezt a hatást azonban nem ionizált töltéshordozók váltják ki, hanem a koncentráltan megnyilvánuló Yin-jellegű részecskesugárzás. Ennek a művi úton megnövelhető gravitációnak nagy hasznát vehetnénk a biztonságtechnikában. Amennyiben a jelentősebb értéktárgyakat tartalmazó helyiségek padlózatát ilyen anyagból készítenénk, akkor a betörőket a riasztáson kívül el is tudnánk fogni.

Valószínű, hogy ez a koncentrált Yin energiakisugárzást eredményező jelenség alkalmas lenne az anyagi természetű fény elnyelésére is. A Véda-könyvek szerint az óindiai népeket látogató istenek repülőgépeiket szükség esetén láthatatlanná tudták tenni. Nem elképzelhetetlen, hogy ezt oly módon valósították meg, hogy elektromos áram segítségével igen sűrű elektronréteget hoztak létre a jármű külső felületén, és ez váltotta ki ezt a hatást. A tapasztalatok szerint ez a jelenség csak a látható elektromágneses hullámokra, vagyis a fényre terjed ki, mivel az ily módon láthatatlanná tett tárgyak radarhullámokkal, illetve hangdetektorokkal továbbra is érzékelhetők.

A jelek szerint a szubatomi energiasugárzás hatással van a levegő nedvességtartalmára is, mivel a benne levő vízmolekulákat felbontja. Az így felszabaduló hidrogén reakcióba lép a levegő nitrogénatomjaival, és ammóniát hoz létre. Az oxigén-felszabadulás ózonképződéshez vezet, amelyet az elrabolt emberek közül sokan „elektromos szag”-nak neveznek. Ezek a gázok együttesen fahéjra emlékeztető illatot is eredményezhetnek, amit a földönkívüliek által elhurcolt személyek gyakran testszagnak vélnek. Érdekessége ennek a sugárzásnak, hogy nem mindig Yang jellegű, tehát nem minden esetben vált ki súlytalanságot. Megfigyeltek már olyan eseteket is, amikor ez a legtöbbször kék, fehér vagy zöld színű sugárnyaláb Yin jellegű volt, vagyis ráirányítás után úgy odaszegezte a menekülő személy lábát a földhöz, mintha leragasztották volna. Ebben az esetben a mozgásképtelenségnek nem az izommerevség volt az oka, mivel az illető a többi testrészét szabadon tudta mozgatni, csak a lábait tapadtak úgy a földhöz, hogy képtelen volt bármerre lépni. A negyedik típusú találkozásokról szóló élménybeszámolók alapján pozitív jellegű sugárnyalábot a földönkívüliek gyakran használják liftként is, mert ezen át siklanak le a földre, illetve emelkednek fel a levegőben álló járművükhöz.

Ennek a sugárzásnak az intenzitására jellemző, hogy még a legnehezebb gépkocsikat is könnyedén emeli a magasba. Az ily módon történő eltérítések minden esetben úgy kezdődnek, hogy az energiasugárzás hatására előbb elkezd a rádió recsegni, majd megszűnik a jármű áramellátása, ezért leáll a motor. Ennek ellenére sok esetben előfordul, hogy a kocsit álló motorral is tovább robot. Ilyenkor telekinetikus úton mozgatják és irányítják a járművet, és csak ezután a bűvészmutatvány után emelik fel a magasba. Mivel a víz jó villamos vezető, ezért gyakori jelenség az is, hogy a kon-

centrált mágneses sugárzás hatására felforr és elpárolog a hűtővíz, sőt lecsökken az akkumulátor folyadékszintje.

Ezeknek az akcióknak a során szinte minden esetben megfigyelhető az úgynevezett „ÓZ” tényező fellépése. Ennek a különös jelenségnek a lényege, hogy a szubatomi energiával besugárzott területen belül kísérteties csend tapasztalható, a zónában tartózkodók számára a külvilág zaja teljes mértékben megszűnik. A jelek arra engednek következtetni, hogy ez a fizikai hatás ugyanarra az okra vezethető vissza, ami az UFO-k zajmentes közlekedését lehetővé teszi. A koncentrált energiasugárzás távol tartja a levegőmolekulákat a besugárzott tértől, így a hanghullámok nem tudnak bejutni erre a területre. Érdekes adalékként megjegyezhető még, hogy koncentrált szubatomi energiasugárzás hatására csak a benzinbefecskendezésű motorral üzemelő járművek állnak le, hiszen a dízelüzemű járművek nem igényelnek elektromos gyújtást. A világítás azonban itt is megszűnik, és mivel ezek az elrablások többnyire éjszaka történnek, így a dízelmotorral ellátott járművek tulajdonosai sem tudják az útjukat folytatni.

Akik nem járatosak az UFO-k szakirodalmában, azok számára itt célszerű röviden vázolni a különböző típusú találkozások jellemzőit. **Első típusú találkozás:** Az UFO nem lép kapcsolatba a környezetével, sem a megfigyelővel. Nehéz ellenőrizni a történetek hitelességét, mert egyedül a szemtanú által elmondottakra hagyatkozhatunk. Ezeknél az eseteknél a megfigyelők különös, felhőszerű képződményekről, magányosan vagy csoportosan feltűnő fénypontokról, járműveket követő plazmagömbökről, illetve a legkülönbözőbb formájú repülőszervezetekről számolnak be. **Második típusú találkozás:** Az UFO szemmel látható, mérhető nyomot hagy a környezetben, vagy változást idéz elő a megfigyelő egészségi állapotában. Előfordulhat, hogy magát a járművet nem is látjuk, viszont olyan nyomokat, esetleg anyagmaradványokat hagy hátra (pl. gabonakörök, angyalhaj) amelyeket egyértelműen az UFO-knak tulajdonítanak. Gyakori eset még, hogy elektromos zavarok lépnek fel, pl. leáll a járművek motorja; ezek a hibák azonban az UFO-k távozásával megszűnnek. **Harmadik típusú találkozás:** Személyes kontaktus alakul ki a Földön kívüli járművek személyzete, és a megfigyelő között. A beszélgetés történhet szóban, vagy telepatikus úton. Ebben az esetben gyakran előfordul, hogy UFO nem található a közelben. Az idegen civilizációk küldötteinek megjelenése nem csak szokványos módon, hanem teleportációval, vagy falon, illetve csukott ablakon átrepülve is megtörténhet. **Negyedik típusú találkozás:** A földönkívüliek a megfigyelőt felviszik a járművükre, ahol vizsgálatnak vetik alá. Eközben haj-, szőr-, könny- és vérmintát vehetnek tőle, de sokszor megesik, hogy spermát vagy petesejtet „vételeznek”. A vizsgálat során gyakran meg is gyógyítják az illetőt, végül kitörlik az esemény emlékképét a tudatából. Néha előfordul, hogy az elhurcolt embereket elviszik a saját bolygójukra, hogy megmutassák nekünk a világukat. **Ötödik típusú találkozás:** Ezt a kategóriát akkor szokták alkalmazni, ha a megfigyelő számára a földönkívüliekkel való találkozás végzetessé vagy véglegessé válik. Ebbe a csoportba sorolhatók a halállal végződő összeütközések (földön, vízen, levegőben) sugárfegyverek alkalmazása földi megfigyelőkkel szemben, és azok az elrablások, ahol az illetőt nem hozzák többé vissza a Földre. A végleges elrablás vagy a jövőbe való átteleportálás a megfigyelő járművével együtt is történhet.

Visszatérve a cirkuszi mutatványokhoz, minden valószínűség szerint a világhírű bűvészek és illuzionisták is parapszichológiai módszerekkel dolgoznak, amikor embereket tüntetnek el, vagy tárgyakat lebegtetnek. Ők ugyan erősen tiltakoznak az ilyen jellegű célzások ellen, és váltig állítják magukról, hogy ők illuzionisták, szemfényvesztők. Belegondolva a helyzetükbe, ez a magatartás nagyon is érthető. Képzeljük el, hogy mi lenne akkor, ha színt vallanának, és nyíltan elismernék, hogy amit ők csinálnak, az nem más, mint létező fizikai jelenségek alkalmazása. Ki váltana jegyet egy olyan cirkuszba, amely úgy reklámozza magát, hogy egész este fizikai kísérleteket fog bemutatni. A legtöbb ember ezeket a kísérleteket már az iskolában is unta, ilyen előadásra még akkor sem menne el, ha ingyen beengednék. A titok csak addig érdekli az embereket, amíg megismerik. Ahogy tudomást szereznek róla, érdektelenné válik az egész. Az élet titkaival is ez a helyzet. Amint megismerik, máris megunták.

Egy ilyen beismerés után a ma körülrajongott, dicsfényben úszó és jól kereső bűvészek egyik napról a másikra elvesztenék állásukat, és munkanélkülivé válnának. A helyükben mi is így cselekednénk, ezért nem szerencsés dolog parapszichológiai kísérletekbe bűvészeket bevonnunk. Persze

azért akadnak kivételek is. David Copperfield, a nagy amerikai mágus sohasem tagadta, hogy fantasztikus mutatványait a „szellem erejével” hajtja végre. Parapszichológiai képességeinek bizonyítására arra is vállalkozott, hogy megjósolja a német lottó nyertes számait. Február 17-én felírta egy papírra, hogy október 13-án milyen számokat fognak kihúzni az Amerikától 6000 kilométernyire levő országban. A cédulát átvette egy közjegyző, és borítékba zárva lepecsételte. A sorsolás után 1 órával élő televíziós adásban felnyitották a borítékot, és a két számsorozat teljesen megegyezett.

Mostanában a holland illuzionista, Hans Klok kápráztatja el nézőit fantasztikus mutatványaival. Nagy valószínűséggel ő is parapszichológiai módszereket alkalmaz, de ezt nem árulja el. A holland televízió show műsorában előadott meglepő produkciója ezen a webcímen tekinthető meg⁷⁰: <http://www.flixy.com/worlds-fastest-magician.htm> Szintén parapszichológiai módszereket alkalmaz a német varázsló és performansz művész Simon Pierro is egy iPad táblagéppel. Webcím: http://www.youtube.com/watch_popup?v=6a8Eimr-fm0 Ezen a honlapon több HD-felbontású videóklip is található Simon Pierro produkciójáról. Érdemes mindegyiket megtekinteni. Saját Honlapja: <http://www.simonpierro.com/>



A teljesség kedvéért beszélni kell még a babonáról is. A modern kor felvilágosult embere nem hisz a babonákban, és mereven elutasítja azok létjogosultságát. Az igazság azonban az, hogy az emberek nem ostobák, az életképtelen dolgok nem maradnak fenn évezredekig. A babonák annak köszönhetik mai napig is tartó pályafutásukat, hogy kisebb-nagyobb mértékben közülük van a parapszichológiához. A keleti kultúrákban a Yi-Ching (ji csing), a nyugati világban pedig a kártyavetés nem más, mint az Agykontroll kezdetleges módon való alkalmazása. Akik járatosak az Agykontrollban, azok tudják, hogy életünk alakulásával kapcsolatban a legtökéletesebb és legmegbízhatóbb tanácsokhoz úgy juthatunk, ha közvetlenül a túlvilági tanácsadóinkhoz fordulunk. A szubjektív világban tartózkodó tanácsadók azonban más módon is segítenek, mindig olyan formában, ahogyan azt kérjük. Ha valaki primitív módon kérdez, az kezdetleges formában, pálcikák vagy kártyalapok elrendeződése útján fogja megkapni a választ. Még ennél is megbízhatóbb módszer a kávézaccból, vagy az ólomöntés útján való jóslás. Rendkívül egyszerű a magyarázata a kristálygömbből vagy tükörből való jóslásnak is. A kristálygömb illetve tükör tulajdonképpen nem más, mint egy alfa tartományban megjelenített képernyő. A jóslást végző személy a képernyőnek használt kristálygömbben pergeti a képeket vissza a múltba, vagy előre a jövőbe, és ily módon látja meg az őt érdeklő eseményeket.

Az Agykontroll gyakorlásának ezek az ősi, kezdetleges módjai természetesen nem túl hatékonyak. A jók gyakori melléfogásaikat úgy próbálják palástolni, hogy tevékenységüknek rituális jelleget adnak. Ezért gyakori az ilyen jellegű jóslások során a misztikus ruházat és egyéb hókuszpókuszok alkalmazása. Ezek a szemfényvesztések csak arra jók, hogy növeljék a jók személyébe vetett hitet, és eltereljék a figyelmet az így kapott jóslatok sokszor homályos részleteiről. Nagymértékben rontja ennek a tevékenységnek a hitelét, hogy a könnyű pénzszerzés reményében gátlástalan szélhámósok is gyakran valódi jósként lépnek fel. A hiszékenységnek eme vámszedői kuruzslással, kóklerséggel pótolják a hiányzó jóstehetségüket, lejáratva ezzel a parapszichológiai képességekkel rendelkező szakavatott jók hitelét. Sarlatánok azonban az élet más területein is szép számmal akadnak, csak elfogulatlanul körül kell nézni a világunkban.

A szellemvilággal kapcsolatban nem álló „jóskok” közös jellemzője, hogy csupa általánosságot mondanak. Olyan homályos célzásokkal szolgálnak, amelyek bárkire vonatkozhatnak. Ezt a jóslásban hinni akaró kliensük személyes közlésnek tekinti, és erre megered a nyelve. Ezáltal sok hasznos információt ad ki magáról, melyeket aztán a sejtelmesen hallgató álmédium később úgy tesz közzé, mintha tőle származna. Mivel egy szélhámós semmit sem bíz a véletlenre, a botcsinálta sorselemző is gyakran megfogja a kliense kezét, mielőtt jósolni kezd. Ezáltal érzékelni tudja látogatója öntudatlan izomreakcióit, amelyből meg tudja állapítani, hogy helyes úton jár-e. Ha azt érzékeli, hogy tévúton halad, azonnal korigál, mielőtt még kliense megszólalhatna. Ha nincs rá mód, hogy meg-

⁷⁰ Lejátszásához a Flash player program szükséges, ami automatikusan elindul. Ha a hang nem hallható, akkor az integrált hangkártyát telepíteni kell. Ennek módja a „Szövegszerkesztési ismeretek” című könyvem II. kötetének: **A zenehallgatás feltételeinek megteremtése** című rovatában található. Webcím: <https://kunlibrary.net>

fogja ügyfele kezét, akkor feszülten figyel az arckifejezését és egyéb reakcióit, ami szintén kellő biztonsággal tükrözi, hogy szavaival jó vagy rossz nyomon jár. Az álmédium tehát nem a feladatára koncentrál, hanem a belépésétől kezdve gondosan tanulmányozza kliense viselkedését, és azt vezérfonalként használva tulajdonképpen azt mondja vissza, amit ő hallani szeretne. Ennek a jóslatnak semmi köze sincs a valósághoz, és többnyire csak pozitív közléseket tartalmaz abban bízva, hogy az ügyfél a jó hírt bőkezű honoráriummal viszonozza.

Jelentős mértékben könnyíti ezeknek a csalóknak a helyzetét, hogy a sorsüldözött emberek zöme rettenetesen ki van éhezve a vigasztaló szóra, görcsösen kapaszkodnak minden pozitív tartalmú kijelentésbe, és eközben fel sem merül bennük, hogy rászedik őket. Eleve hisznek az önmagát ügyesen reklámozó kókler képességeiben, ezért elsikkadnak az általa alkalmazott trükkök felett. Jócskán elősegíti ennek a kalandor tevékenységnek a fennmaradását, hogy az áldozatok egy része nem is bánja, hogy rászedték. Azzal vigasztalják magukat, hogy legalább átmenetileg abban a hitben ringatózhattak, hogy őket is érheti szerencse. Ezekben az esetekben csupán anyagi kár történik. A hamis jóslatoknak azonban lehet egy sokkal messzebb menő következménye is, a beteljesítési kényszer. Amennyiben valakinek balesetet jósolnak – hiába nem igaz – a hiszékeny ember könnyen szerencsétlenül járhat. Az elbizonytalanodás, az önszuggesztívó sodorja olyan helyzetbe, hogy végül is bekövetkezik a baleset. Olyan eseteket is feljegyeztek, hogy egyesek megbetegedtek, sőt meghaltak. Nem a megjósolt betegségbe haltak bele, hanem szívinfarktust kaptak az izgalomtól, amikor elérkezett „haláluk” előre beharangozott időpontja.



Az okkultizmus kedvelt területe a számmisztika is, melynek alapja az az ősrégi megfigyelés, hogy egyes számoknak különös hatásuk van életünk alakulására. C. G. Jung szerint az emberiség nem kitalálta, hanem felfedezte a számokat. Galilei egyenesen azt vallotta, hogy „a természet könyvét a matematika nyelvén írták”. A IV. fejezetben már említett Euler-féle szám ($e = 2,7183$) az élővilág szinte minden megnyilvánulását átszövi és szabályozza. Nem véletlen, hogy jól alkalmazható a fák és az élő szövetek növekedésének kiszámításában, de használják az elektronikában, a biztosítási matematikában, és sok más helyen.

Érdekes módon a numerológia létjogosultságát a modern tudomány sem tagadja. A tudósok szerint a matematika olyan kulcsot ad a beavatott kezébe, amelynek segítségével megfejtheti a kozmosz titkait. Ezen a haladó nézeten nincs mit csodálkozni, hiszen már ókori elődjük Pitagorasz is azt vallotta az i. e. VI. században, hogy a kozmosz rendje a számok összefüggésein alapul, és bizonyos számokat misztikus jelentőséggel ruháztak fel. Ennek igen sok bizonyítéka található a naprendszerünkben, sőt a Földünkön. A Földnek szinte nincs is olyan paramétere, amely valamilyen módon ne függne össze a bűvös számként kezelt kozmikus számértékekkel. A $7 - 12 - 30 - 36 - 40 - 50 - 54 - 72$ stb. számoknak és ezek többszöröseinek földi életünkkel kapcsolatos összefüggései részletesen megtalálhatók a szakirodalomban.

Vannak azonban olyan összefüggések is, amelyekre eddig még senki sem gondolt. Vajon a véletlen műve, hogy Brahma isten világának egyetlen másodperce alatt a Földön éppen 50 ezer év telik el? Valószínűleg nem; főleg ha tudjuk, hogy a földi év és Brahma isten 1 napja olyan arányban vannak egymással, hogy az átszámítások során a szubatomi energiárészecskék áramlási sebessége kerek értéket eredményez. A Földnek azonban nem csak a Nap körüli, de a precessziós mozgása is hasonló pontossággal lett beállítva. Tudjuk, hogy a Védák könyve szerint a „nagy világev” 25 920 földi évnek felel meg, ami azt jelenti, hogy 1 világhónap 2160 évig tart. Brahma isten 1 napja ennek az értéknek éppen a kétmilliárdszorosa. Egyébként a Védák könyve szigorú formai követelmények szerint íródott. Pontosán 432 000 szótagot tartalmaz, ami Brahma isten 1 napjának tízezred része, és a világhónap 200-szorosa. Ezek után már nem meglepő az időmérésünk kialakítása. Mint tudjuk 60-as számrendszerben mérjük az idő múlását, ami azt eredményezi, hogy 1 földi nap 86 400 másodpercből áll. Ez a számérték Brahma 1 napjának éppen az ötvened része. Az égiek oly nagy gondot fordítottak ennek a bolygónak a fejlődésére, hogy a Hold keringési idejét is a számmisztika jegyében állították be. Újkori kísérlők igen fontos szerepet tölt be az élővilág szabályozásában, ezért bi-

zonyára nem véletlen, hogy egyes negyedei éppen 7 napig tartanak. Pitagorasz azt is felismerte, hogy a számok a zenében is nagyon fontos, sőt meghatározó szerepet játszanak.

A számok bűvös ereje annyira erős, hogy az átlagemberekre is hatást gyakorol. Nem véletlen, hogy oly sokan félnek a 13-as számtól. Ez a világszerte főbiává terebélyesedett ellenérzés, minden bizonnyal nem alaptalan. Ezt támasztja alá az alábbi anekdota: A babonás tengerészek a péntek 13-i indulástól annyira rettegettek, hogy a brit kormányzat 1790-ben elhatározta, véget vet ennek a „sületlenségnek”. Utasításukra egy új hajót „Ófelsége Péntek”-nek kereszteltek el, és a legközelebbi péntek 13-i napon nagy csinnadrattával vízre bocsátották a londoni kikötőben. Soha többé nem hallottak róla, de a legénységéről sem. „Ófelsége Péntek”-et az óceán nyomtalanul elnyelte. Ezek után nem csoda, hogy amikor egy londoni hajózási vállalat, amely 12 hajóval rendelkezett, és szüksége volt egy új járatra, egyszerre 2 hajót rendelt, nehogy 13 vitorlása legyen.

Mi sem bizonyítja jobban a számmisztika természetes eredetét, hogy a középkori babonák mára már elfelejtődtek, de megmaradt a 13-as számtól való félelem. Sok ország szállodáiban pl. átugorják a 13-as számot, a 12. szoba után a 14. következik. Kétszeres szerencsétlenségnek számít, ha 13-a péntekre esik. Ennek eredete a Bibliában keresendő, mert mint tudjuk a Megváltót ezen a napon feszítették keresztre. A másik elátkozott szám a 666-os. Az Apokalipszis szerint ez a „fenevad”, vagyis a Sátán száma. Nem zárható ki, hogy van némi alapja ennek a félelemnek is, mivel sokan panaszkodtak, hogy furcsa dolgok történnek velük, amikor ilyen rendszámú autóval találkoznak, vagy ilyen rendszámú gépkocsiban ülnek. Emiatt az angliai Rendszám- és Forgalmi engedély-nyilvántartó Iroda 1991-ben bejelentette, hogy a 666-os számot a továbbiakban nem adják ki senkinek. A tudományos élet „felvilágosult” képviselői azonban nem hajlandók tudomásul venni ezt a jelenséget. Ettől függetlenül azonban rájuk is hatást gyakorol. Ennek legismertebb példája az Apolló-13 űrhajó, amelyet 1970. április 13-án, pénteken lőttek fel 13 óra 13 perckor. Ráadásul az indítás a 39-es állványról történt, és ez a szám 3×13 -at tesz ki. Így nem csoda, hogy küldetése sikertelen volt, feladatát nem tudta teljesíteni. A legénységét csak nagy nehézségek árán lehetett élve visszahozni.

Úgy tűnik, mintha az egyszerű és összetett számok specifikusan kötődnének bizonyos energiasugárzásokhoz, szemmel látható formában megtestesítve azok jellegét. Születésünk időpontja nem csupán lelkünk energiaösszetételével áll szoros kapcsolatban, hanem elválaszthatatlanul kötődik hozzá egy szám is. Ezt a számot úgy kaphatjuk meg, hogy születési dátumunk számjegyeit egymás után összeadjuk addig, amíg el nem jutunk a számok gyökeréhez, vagyis amíg egyjegyű számot nem kapunk. Ahogy az egyes planéták születési konstellációkkal harmonikus vagy diszharmonikus szöghelyzetbe kerülve kedvezően vagy kedvezőtlenül befolyásolják sorsunkat, a születésünkre jellemző szám is bizonyos napokon előnyös, vagy előnytelen hatást gyakorol életünk alakulására. Az ókori kaldeusok megfigyeléseiket kiterjesztették a nevekre is úgy, hogy minden egyes betűhöz hozzárendeltek egy számot. Ebből kifolyólag a nevünkhöz is szorosan kötődik egy szám, melynek szintén meghatározott szerepe van sorsunk alakulásában. Ennek alapján egyébként nem csak személyek, hanem városok, vagy akár egy hajó nevéhez is hozzárendelhető egy-egy szám. A számmisztika szabályai szerint a születésünkre és a nevünkre vonatkozó számokat összekombinálva a lakóhelyünk nevéhez hozzárendelhető számmal, vagy annak az épületnek a házszámmával, amelyben lakunk, messzemenő következtetéseket vonhatunk le dolgaink alakulásával kapcsolatban. Hasonlóan a horoszkópokhoz, a személyünkhöz fűződő számok segíthetnek a megfelelő partner kiválasztásában is. A számmisztika avatott mesterei a ránk vonatkozó számokat összekombinálva különböző naptári dátumokkal, sokszor megdöbbentően pontos jóslásokra is képesek.

Feltehetően a két lábon járó számítógépeknek nevezett fejszámoló művészek is rendelkeznek parapszichológiai képességgel. Különböző nehezen lenne érthető, hogy egy tizenkét gyermekes szegény indiai családból származó tanulatlan kislány hogyan tudott volna Sydney egyetemén több számítógéppel szemben diadalmaskodni. Shakuntala Dévi ugyanis a legnagyobb számokból is másodpercek alatt képes volt ötödik-hatodik, sőt hetedik gyököt vonni. Világ körüli útja során Texasban ötven másodperc után megmondta egy kétszáz számjegyű szám huszonharmadik gyökét. Az egyik számolózseni nem is tagadta, hogy nem kerül különösebb erőfeszítésébe a megoldás, mert agyának belső képernyőjén látja a végeredményt. A túlvilág közreműködésére utal az a vizsgálati eredmény is, mely szerint ezek a fejszámoló zsenik az intelligenciateszteken csupán átlagos eredményt értek

el. Szintén a Magasabb Intelligencia közreműködésére utal az a megfigyelés, hogy ezeket a képességeket rendkívüli mértékben zavarja a légköri elektromosság. A színpadi fejszámoló művészek is jól ismerik ezt a jelenséget, és úgy fogalmazzák, hogy „zivataros napokon nem megy a munka”. De nem csak ez nem megy, hanem az ingával való jóslás, az elhunyt lelkek megidézése, és minden olyan tevékenység, ami a túlvilági kapcsolatfelvétellel, és ennek közvetítő közegével, a szubatomi energiaáramlással kapcsolatos.

Ha netalántán matematikai őstehetségre, egy ki nem bontakoztatott képesség időnkénti megnyilvánulására gyanakodna valaki, akkor zsákutcába jut. Erre a feltételezésre egy autista ikerpár esete cáfol rá az Egyesült Államokból. Az *American Journal of Psychiatry*⁷¹ -ban megjelent cikk szerint George és Charles rendkívül alacsony intelligenciaszinttel rendelkeztek. Ennek ellenére mindketten hátborzongató pontossággal „emlékeztek” dátumokra. Bármely dátumról pillanatok alatt megmondták, hogy mely napra esett, sőt azt is, hogy milyen idő volt akkor. Az 1582 előtti dátumok azonosításánál számításba vették a tíznapos időkülönbséget is, holott soha életükben nem hallottak a Julianus és a Gergely naptár közötti eltérésről. Aki esetleg azt feltételezné, hogy bemagolták a kettőtől négyszázig terjedő öröknaptárt, majd a táblázatra emlékezve a megadott képlet alapján fejben elvégezték az átszámítást, szintén rossz nyomon jár, mivel a hétezredik év utáni dátumokat is gondolkodás nélkül közölték. Ez a képességük azért is döbbenetes, mert egyébként egyáltalán nem tudnak összeadni, kivonni, osztani, szorozni, sőt azt sem képesek felfogni, hogy mi az egyszeregy. Az iskolából is kimaradtak, mivel a memóriájukban semmilyen tananyagot sem tudtak rögzíteni.

Ennél is meggyőzőbb esetről számol be a *Scientific American*⁷². Egy Reuben Field⁷³ nevű férfi szellemi képességei megrekedtek az óvodás gyerek szintjén, ezért be sem írárták az iskolába. Testvérei ugyan megpróbálták megtanítani legalább a betűvetésre, de minden fáradozásuk kárba veszett. Egyetlenegy betűt vagy számot sem volt képes felismerni, így mindenki komplett idiótának tartotta. Ennek ellenére a gyengeelméjű testvér a legbonyolultabb matematikai problémával is pillanatok alatt megbirkózott. Amikor megkérdezték tőle, hogy hány darab egytizenkettő hüvelyk átmérőjű lencsemaggal lehetne körberakni a Földet, azonnal rávágta, hogy 19 008 000 000 -val. Jó néhány percbe telt, amíg a jelen levő kutatók ellenőrizni tudták az eredményt. Az autistákról azt tartják, hogy vannak közöttük olyanok, akik egy-egy témában zseniális teljesítményekre képesek. Ez esetben azonban az autizmus rejtélyes megnyilvánulásáról nem lehet szó, mivel Reuben Field egy olyan képességgel is rendelkezett, amelynek nem sok köze van a matematikához. Bármikor percre pontosan meg tudta mondani, hogy hány óra van. Órája nem volt, de hiába is nézett volna rá, mert nem ismerte a számokat.



Nem tartozik ugyan szorosan a parapszichológia jelenségköréhez, de évszázadok óta izgatja mind a regényírók, mind a nagyközönség fantáziáját a szellemidézés, a szellemjárás, a túlvilági lelkek időnkénti visszatérése a földi világba. Ez a sokak által hihetetlennek tartott jelenség a test és a lélek meglehetősen misztikus kapcsolatának tudható be. A lélek egy rendkívül összetett, bonyolult teremtmény, amelynek semmi köze sincs az anyagi világhoz, csupán azért költözik a testbe, hogy fejlődhessen. A lélek azonban nem kötődik szorosan a testhez. Többen tapasztalták már, főleg a klinikai halál állapotában, hogy lelkük kilépett a testükből. Léteznek azonban a léleknek ennél meghökkentőbb kilépési módjai is az emberi testből. Egyelőre még nem tisztázott, hogy az Agykontrollban a Hatékony Érzékelés Kivetítés technikáját alkalmazva a tudatunk egy része kerül-e kivetítésre, vagy maga a lélek száll ki időlegesen a testből, és indul el felfedező körútra. A lélek és a test kapcsolatában néha előfordulnak olyan fura esetek is, amikor egy testbe több lélek költözik. A pszichológusok ismernek olyan személyt is, akiben összesen 23 lélek lakik együtt, és ezek különböző időpontokban lépnek fel. Mindegyik lélek a tudat meghatározott tartományát aktiválja, és a többi léleknek megfelelő személyiségjegyek ilyenkor háttérbe szorulnak. Egy-egy átváltozás során az

⁷¹ amerikai dzsörmel orvos szíkiatri

⁷² szájeftifik ameriken

⁷³ rúben fild

illető viselkedésén kívül külső megjelenése is megváltozik, és ezzel egyidejűleg teljesen megfelelnek a többi énjéről.

Egyébként a földi világtól elszakadni képtelen lelkek meglehetősen gyakran költöznek mások testébe, hogy ily módon hosszabbítsák meg fizikai létüket. Az utóbbi évek pszichológiai vizsgálatai kiderítették, hogy az esetek túlnyomó részében a szexuális identitászavarok is a megszállottságra vezethetők vissza. A transzvesztiták és a homoszexuálisok normálistól eltérő viselkedésének többnyire az az oka, hogy a testüket egy ellenkező nemű szellem megszállta. Az idegen lélek uralma néha olyan erős, hogy áldozatukat transzszexuális operációra kényszerítik azért, hogy a teste jobban hasonlítson a megszálló korábbi testére. Mellesleg a test elhalt személyek vagy démonok által történő megszállása a múltban is gyakori jelenség volt. A Biblia pl. huszonhat helyen említi, hogy Jézus szellemeket űzött ki különböző emberek testéből. A középkorban az ördögűzés elismert tudomány volt. Az egyház erre a célra speciálisan képzett papokat alkalmazott, akik a megelőző vizsgálatok után egy jól kidolgozott szertartást, a Római rituálét hajtották végre. Gonosz szellemekkel, démonokkal való találkozásakor az ördögűző pap nem egyszer komoly fizikai, mentális és érzelmi sérülést szenvedett, sőt az is megesett, hogy életét vesztette.

A felvilágosodás kora után ezekben az esetekben elektrosokkot alkalmaztak, ami szintén hatásosnak bizonyult, de sokszor maradandó agykárosodást okozott. Jelenleg klinikai pszichológusok és erre a feladatra specializálódott terapeuták végzik ezt a tevékenységet, hipnózis segítségével. Ez a módszer a rábeszélésen alapul, így a páciensre nézve teljesen ártalmatlan. Általában két-három kezelés már meghozza az eredményt, az illető végleg megszabadul a testi-lelki szenvedést okozó „társbérloktól”. Ma már az egyház is elismeri, hogy a pszichológiai módszerek alkalmasabbak az ördögűzésre, mint a vallási rituálék. Ezért az ördögűző papok tevékenységét irányító püspökök többsége tiltja a réveteg recitálást, a gyertyaégetést, a szenteltvízhintést. Arra kérik a papjaikat, hogy helyette próbáljanak a pszichiáter szerepébe bújni.

Még mielőtt bárkiben alaptalan félelmet keltene ennek a jelenségnek a létezése, le kell szögezni, hogy nem vagyunk teljesen kiszolgáltatva a számunkra láthatatlan, kártékony erőknek. Az igaz, hogy az alvilági szféra megnyilvánulása szempontjából alapvető fontosságú az emberek megkísértése, megszállása, de ez ellen védekezni tudunk. A Sátán és csatlócai ugyanis nem képesek közvetlenül ölni, pusztítani; ez számukra nem megengedett. Pszichokinézis útján senkit sem tehetnek el láb alól „saját kezűleg”. Céljukat csak az emberek manipulálásával, emberi test által képesek elérni. Erre az alvilági szférából felemelt és emberi testbe született lelkeket használják, akik még az ő fennhatóságuk alatt állnak, vagy súlyosabb esetekben ártatlan embereket szállnak meg, és szolgálatukba kényszerítik őket. Ebből következik, hogy fenyegetőzéseik mindig üresek. Olyanok, mint az Amerikában oly gyakori MIB (Men in Black) esetek. Ezek a fekete ruhába öltözött robotszerű emberek ismeretlen rendszámú fekete autóikon érkezve sokszor megfenyegették már az ufológiában élenjárókat, hogy ha nem hagyják abba a tevékenységüket, akkor elteszik őket láb alól. Ez azonban sohasem következett be.

A sátáni lények akárcsak a MIB-ek csupán egy módon érhetik el céljukat, ha hiszünk bennük. A gonosz erők egyetlen hatékony fegyvere, a beléjük vetett hit. Minél jobban hiszünk bennük, minél jobban félünk tőlük, annál nagyobb lesz a hatalmuk rajtunk. Ha nem félünk, ha nevén nevezve elküldjük a settenkedő Gonoszt, akkor az el fog tűnni, keres magának más áldozatot. Ehhez azonban szükségünk van a jóakarató erőkbe vetett hitünkre, amit a Teremtőhöz, illetve a Megváltóhoz intézett imáinkkal fejezhetjük ki a legeredményesebben. Mindebből egyértelműen következik, hogy mi vagyunk a Sátán legfőbb letéteményesei; mi tehetünk arról, hogy egyre gonoszabb világban élünk. Félelmeink leküzdése által nem állunk ellen a kísértésnek, sőt mind több az olyan ember, aki evilági létének megkönnyítése érdekében szívesen lép szövetségre a pokol világunkat megrontó küldötteivel, pénzért eladja lelkét az ördögnek. Ezek az emberek nincsenek tisztában azzal, hogy milyen következményekkel jár a gonosz erők szolgálata. Erre csak akkor döbbennek rá, amikor haláluk után a Sátán benyújtja nekik a számlát, és a birodalmába üzetve a pokolban találják magukat.

A középkorral ellentétben a Sátánnal kötött szövetség ma már nem nyíltan megy végbe. A mi világunkban az ördögök, démonok, fantomok már nem öltönek fizikai testet. A háttérből, láthatatlanul manipulálnak bennünket úgy, hogy sokszor észre sem vesszük. Minden bizonnyal ennek tudható be, hogy a legtöbb ember nem hisz a pokolban, és tagadja az alvilág őreinek létezését. Olyanok is van-

nak, akik gúnyt űznek a gonosz erőkből. Ez a felelőtlen cselekedet azonban könnyen megbosszulhatja magát. Tanulságként idézzünk egy olvasói levélből, amely Árvai Attila: Paranorma című könyvében jelent meg: Egyik este összejöttünk egy csendes, szolid szórakozóhelyen a haverokkal. Mindenféléről beszélgettünk, aztán valahogy a szellemekre, a Sátánra, meg ilyenekre terelődött a szó. Öten ültünk ott, és valaki azt mondta közülünk: „*Ugyan már fiúk, ez az egész egy nagy baromság!*” Majd gúnyos hangon folytatta: „*Jaj ne fáraszatok már ilyenekkel! Miféle Sátánról beszéltek? Ezek csak a Bibliában léteznek, meg a keresztények fejében. Ébredjétek már fel!*”

Ez a kijelentés volt a fordulópontja további életünknek. Ezután heves vita alakult ki közöttünk. A csapat két részre oszlott, ketten állították azt, hogy van Sátán és Isten is, a többiek tagadták a létezésüket. Mindkét csoport egy sor érvet sorakoztatott fel a maga állításának bizonyítására, mígnem egyikünk azt javasolta: „*Ide figyeljétek! Ha olyan nagy szátok van, menjünk és bizonyosodjunk meg róla, hogy kinek van igaza.*” Erre a többiek: „*Mégis hogyan?*” – „*Már láttam ilyet a tévében, idézzük meg a Sátánt.*” Első hallásra idélennek tűnt az ötlet, de miután este 11 óra után sem tudtunk dűlőre jutni, felkerekedtünk, és elmentünk egyikünk éppen üres lakásába. Tibor a látottak alapján a szoba közepére állított egy nagy asztalt, és kérte, hogy üljük körbe. Utána összeérintettük a kezeinket, és vártunk. Nem történt semmi. Erre valakinek a tanácsára gyertyát gyújtottunk, és leoltottuk a lámpát. Tibor fennhangon ezt mondta: „*Sátán! Idézzünk, jöjj el hozzánk! Itt várunk rád, ha létezel adj jelet!*” Továbbra sem történt semmi, de amikor már vagy 20 perce próbálkoztunk, egyszer csak lassan emelkedni kezdett az asztal egyik lába. Csak kuncogtunk rajta, azt hittük valamelyikünk tréfát űz velünk. De hamar kiderült, hogy senki sem emelgette közülünk az asztalt, és ekkor kezdtünk megijedni. Valaki közbeszólt: „*Én nem akarom tovább csinálni, hagyjuk abba!*” Mikor ezt kimondta a függöny elkezdett össze-vissza táncolni a karnison, majd teljesen felemelkedett a levegőbe. Ez már mindnyájunkat megrémítette, és azonnal be akartuk fejezni a játékot, de azon vettük észre magunkat, hogy képtelenek vagyunk felállni az asztaltól. Valami láthatatlan erő odaragasztott bennünket a székeinkhez. Ekkor az asztal lapján lassan betűk kezdtek el kirajzolódni. Összeolvasva ez állt rajta: „**MINDNYÁJATOKAT UTOLÉR A BALSZERENCSE!**” Erre már nagyon „berezeltünk”, gyorsan felálltunk az asztaltól, és döbbenet gyújtottunk lámpát. Az iszonyatos élmény után Tibor halkán megjegyezte: „*Ez elképesztő, még most sem tudom elhinni.*” Erre én: „*Látjátok megmondtam, minek kellett ezt csinálni! Most mi lesz, ha mindegyikünk meghal, vagy ilyesmi?*” Valaki ezt válaszolta: „*Nyugodj meg, hazamegyünk, és elfelejtjük az egészet. Néhány hét múlva már nem is fogsz rá emlékezni.*”

Bárcsak igaza lett volna, de sajnos tévedett. Három hónap múlva Tibor autóbalesetet szenvedett, és deréktól lefelé megbénult. Most tolókosiban tengeti napjait. László egy ígéretes üzleti vállalkozást vezetett, de egy év után csődbe jutott. Mindenét elvesztette, majd öngyilkosságot kísérelt meg. Péter barátomat elhagyta a felesége és három gyermeke. Miután teljesen kisémmizték, hajléktalan lett. Én ez év végén totálkárosra törtem össze a vadonatúj személygépkocsimat. A biztosító egy fillért sem fizetett, nem beszélve a sérüléseimről, amelyek az egész testemen látszanak. Csoportunk ötödik tagja alkoholista lett. Nemrég kaptam hírt róla, hogy most éppen börtönben ül, emberölésért. Szóval így végződött a sátánidézés. Egyébként korábban mindnyájan kiegyensúlyozott, boldog családi életet élünk, és ígéretes karrier állt előttünk. Életünk azt követően fordult fel fenekestől, miután elkövettük ezt az ártatlannak tűnő „tréfát”. Mára már nagyon megbántuk amit tettünk, de nem lehetett visszacsinálni. Tehetetlenül sodródtunk viharossá vált életünk hullámain. A Sátán betartotta ígétét.

Ez az est is azt bizonyítja, hogy sokan nincsenek tisztában azzal, hogy milyen hatalmas erővel játszadoznak. Csúfot űznek a Sátánból, úgy gondolnak rá, mint néhány csintalan ördög főnökére, aki manapság már „nem sok vizet zavar”. A Jó ellenpólusát azonban nem akármilyen hatalom képviseli a világunkban. Letaszíttatása előtt Lucifer volt a legrangosabb angyal a mennyben. A neve is erre utal, mivel a Lucifer „fényhozó”-t jelent. Ő volt a legtökéletesebb, a leghatalmasabb, ő állt legközelebb Istenhez. Gúnyolódásaink során tehát jusson eszünkbe, hogy a Mindenható egykori helyettesével van dolgunk, aki alulról kormányozza a világot. Mindent képes megtenni, amit a Teremtő, de ő sajnos nem a javunkat akarja, hanem a vesztünkre tör. Segítőikben sincs hiánya, mert sok kiváló képességű angyalt vitt magával, akik most őt szolgálják. E döbbenetes történet után térjünk vissza az inkorporációhoz.

Mint később látni fogjuk nem csak a gonosz lelkek költözhetnek az emberbe, hanem átmenetileg olyan lélek is elfoglalhatja a testünket, amely a javunkat akarja, vagy rajtunk keresztül próbál valamilyen információt, kulturális értéket átadni a civilizációnknak. Ezt a jelenséget inkorporációnak vagy egy angol kifejezéssel channelingnek⁷⁴ nevezzük. Többnyire médiumoknál, vagyis olyan személyeknél fordul elő, akik képesek a jobb agyféltekéjükkel közvetlen kapcsolatot teremteni. Ebben a folyamatban a médium a szellem eredeti (földi életében) ismert hangszínén szólal meg, és a gesztusai, sőt néha testi jellemvonásai is megváltoznak, a szellemével azonosává válnak. A szakirodalom által nyilvántartott esetek közül legismertebb az amerikai Jane Roberts⁷⁵-é, akin keresztül egy Seth⁷⁶ nevű szellem több száz oldalnyi ismeretet diktált le számunkra.

Az inkorporáció sajátos megnyilvánulási formája a tantrikus éneklés. A tibeti szerzetesek egy túlvilági eredetű technikával képesek arra, hogy egyszerre két, sőt három hangot szólaltassanak meg a torkukban. A mély tónusú dörmögő alaphang frekvenciája 75 Hz, ami két oktávval alatta van a normál „c” hangnak. Azért, hogy fogalmunk legyen ennek az orgánumnak a mélységéről érdemes megemlíteni, hogy az ismert operákban a legmélyebb basszushang frekvenciája 150 Hz. Az egyidejűleg megszólaló másik hang ennek több oktávval magasabb felharmonikusa. A mormogó mély hang egy magas és tiszta hanggal fonódik össze, mintha egy gyermek énekelne. Extrém esetben ennek a felhangnak illetve a harmadik hangnak a frekvenciaértéke két oktávval magasabb is lehet a normál hangfekvésnél. A templomi szertartásokban azonban többnyire teljes akkordokat szólaltatnak meg egyszerre, pl. a C-dúr akkordot, vagyis a „c”, az „e” és a „g” hangot azonos időben. Ez a fantasztikus hanghatás elképzelhetetlen azok számára, akik nem hallották élőben. A nagyon mély, mormogó alaphangot mintha fejhargon kísérik a felhangok, ami semmi máshoz nem hasonlítható különleges élményt jelent a hallgatóságnak. Maguk a szerzetesek is úgy nyilatkoznak erről a jelenségről, hogy ez nem az ő érdemük, ők csak közvetítők, „hordozó edények” a túlvilági szellemek számára, akik torkukban megszólalnak. Ez az új éneklési stílus egyszerre testesíti meg az isteni energia férfias és nőies aspektusát. Ennek a különleges vokális képességnek az előfeltétele a meditáció, az agyfrekvencia lecsökkentése, hogy a túlvilági lények átvehessék a hangképző szervek irányítását.

Halál esetén a lélek elköltözik a testből, de nem semmisül meg, mert a lélek nem anyag, hanem energia, ezért elpusztíthatatlan. Az energiát azonban itt nem köznapi értelemben, erőforrásként kell érteni, hanem az anyag és minden energiaforrás eredendő építőkövére, forrására, a szubatomi energiárészecskékre kell gondolni. A lélek tehát szubatomi energiárészecskék intelligens koncentrációja, életteremtésre képes együttese. Az élet nem ér véget a halállal, csak egy időre áthelyeződik az abszolút világba, amíg a lélek újra testet nem ölt. A halálnak és a lélekvándorlásnak létezik egy egészen különös módja is, amikor a halál beállta után egy másik lélek költözik a testbe, és az újjáéledő test felveszi az új lélek szokásait és személyiségjegyeit. A lélekcsere legismertebb, minden részletében dokumentált esete éppen nálunk fordult elő. A nagy sajtóvisszhangot kiváltott történet lényege, hogy a két világháború között egy Lucia⁷⁷ nevű spanyol munkásasszony lelke beköltözött egy vele egyidejűleg tüdőgyulladásban elhunyt magyar diáklány testébe. Betegségéből felépülve időközben megtanult magyarul, és még ma is él Budapesten. Az azonosításba a spanyol nagykövetség is bekapcsolódott, melynek során bebizonyosodott, hogy a csalás legcsekélyebb jele sem mutatható ki ebben az ügyben. Írisz megrökönyödött szülei, a fiatal testben újjáéledt főhős, valamint a bizonyítást végző mellékszereplők tanúvallomásait utólag bárki ellenőrizheti, mert ezt a nem mindennapi történetet egy dokumentumfilm is megörökítette.

A lélekcsérének ennél is meghökkentőbb módja a kiűzetés. Az UFO-irodalom szerint ez akkor fordul elő, amikor egy nálunk jóval fejlettebb civilizáció valamely tagja belefárad a munkájába, vagy egy olyan sorscsapás éri, amelyből nem talál kiutat. Ekkor keres az univerzumban egy nyugalmas bolygót, ahol kipihenheti a fáradalmait. Ott kinéz magának egy fiatal testet, a benne levő lelket szabályosan kizavarja, és elfoglalja a helyét. Ez az új helyzet azért hoz számára enyhülést,

⁷⁴ cseneling

⁷⁵ dzséjn robertsz

⁷⁶ szét

⁷⁷ lúszia

mert az elfoglalt test tudata nincs tisztában azzal, hogy valójában ki is ő, így a természetes halál bekövetkeztéig zavartalanul pihenhet és felejtethet. A lélekcsere hasonlóan ritka esete a „besétálás”. Ez a közös megegyezésen alapuló jelenség akkor játszódik le, amikor egy földi ember nem kíván többé a testében élni, vagy éppen halni készül, ezért a testét átadja egy olyan szellemnek, aki részt szeretne venni a világunkban, de nem kíván átesni a gyermekkor és a serdülés hosszú szakaszán. A lélekcserenek ez a módja csak a túlvilági erők engedélyével jöhet létre, egy olyan cél érdekében, amely a világ fejlődését segíti elő.

A „túlvilági lelkek” az Agykontroll tanácsadóihoz hasonlóan viszonylag könnyen megidézhetők, ezt hívják szellemidézésnek. Vannak visszajáró szellemek is, akik bizonyos okok miatt (pl. zavartottság, gyűlölet, birtokló szeretet, önvád) nem tudnak teljesen elszakadni korábbi világuktól. Ezek a szellemek materializálódás útján gyakran testet is öltenek, így keltve riadalmat az élők között. A romantikus rémregények tanúsága szerint a visszajáró lelkek kívánságának teljesítése esetén a szellemjárások végleg megszűnnek. Sokan nem is sejtik, hogy lépten-nyomon előfordulnak a világunkban olyan szellemek is, akik látszólag semmiben sem különböznek az átlagemberektől. A „tisztánlátók” azonban jól meg tudják különböztetni a materializálódott szellemeket a földi emberektől. A túlvilágról meghatározott céllal hozzánk küldött szellemek testének ugyanis nincs aurája. Ennek oka, hogy nincs étertestük, a fizikai testüket az asztrálestetükre materializálják rá. Mivel az étertest nem csak a fizikai testnek, hanem az aura egyes rétegeinek is az alapja, így az étertest nélküli szervezetnek nincs energiakisugárzása. Megtehetnék ugyan, hogy alkotnak egy étertestet, de ennek semmi értelme sincs, mert az átlagember úgy sem látja. Itt létük csupán ideiglenes, egy-egy feladat elvégzéséig tart. Megbízásuk többnyire arra szól, hogy próbára tegyenek bennünket. Isten így dönti el, hogy érdemes-e valakit valamilyen fontos feladatra kijelölni, vagy továbbra is támogatni, ily módon vizsgáztat minket emberségből.

Materializálódni a hivatlan kísérteteken kívül a parapszichológusok által megidézett túlvilági lelkek is képesek. Spiritiszta szeánszokon gyakran előfordul, hogy a hozzátartozók kérésére a médium „halottidézést” hajt végre. Ennek során a megidézett lélek korábbi fizikai testében, kézzelfogható módon jelenik meg, és olyan természetesen viselkedik rokonai körében, mintha sohasem távozott volna el közülük. Ennek a jelenségnek további érdekessége még, hogy a fekete mágusok élő személyek lelkét is ki tudják léptetni, és a kívánt helyen képesek újramaterializálni. A lélek saját testből való kiléptetésére azonban bárki képes, aki le tudja csökkenteni az agyfrekvenciáját théta szintre. Ebben az esetben a Hatékony Érzékelés Kivetítés egy továbbfejlesztett változatát végrehajtó személy egyszerre két helyen létezik. A két, minden tekintetben megegyező test akár több ezer kilométerre is lehet egymástól, és önálló személyként cselekedhet. A koncentráció intenzitásától függően a kivetített lélek köré materializált test olyan tökéletes is lehet, hogy senki sem tudja megkülönböztetni az eredetitől.

Ennek ellenére, van különbség a két test között. Az asztrálestet köré materializálódott fizikai testből hiányzik az étertest, ezért az előbb említett okok miatt nincs aurája. Ezt azonban a környezetében tartózkodók nem látják. Ebből a szempontból tehát nincs különbség a túlvilági és az e világi szellemek között. A földi ember azért nem képes szert tenni étertestre, mert nem tudja azt kiemelni a fizikai testéből. A két test ugyanis szerves egységet képez. Az étertest csak a halál beállta után válik le a fizikai testről, de a túlvilágra nem érdemes átvinni, mert egy idő után automatikusan feloszlik, szubatomi energiárszecsékké válik. Vannak, akik ezt a bilokációnak nevezett jelenséget éber állapotban is elő tudják idézni, tehát nem szükséges „transzba” kerülniük ahhoz, hogy a saját alteregójukat előhívják. Az ily módon megnyilvánuló személyre a szakirodalom gyakran alkalmazza a német eredetű „Doppelgänger” kifejezést is.

A halál utáni lét kézzel fogható bizonyítéka még, hogy elhunyt művészek médiumokon keresztül gyakran érintkezésbe lépnek világunkkal, és tovább folytatják az alkotó tevékenységüket, vagy befejezik félbehagyott műveiket. Az ily módon születő versek, drámák és színdarabok többnyire automatikus írással keletkeznek, vagyis a médium lazán tartja a ceruzát a papíron, amely magától elkezd mozogni, és meglehetősen gyorsan megtölti a lapot. A túlvilágról vezérelt írás sebessége percenként a 3000 szót is elérheti, de vannak olyan szerzők, akik még ezt a sebességet is keveslik, ezért közvetlenül a médium agyába közvetítik a szöveget, amit csak gyorsírással lehet rögzíteni. Mivel a

médiumok minden esetben alacsony fokon iskolázott személyek, akik ráadásul még a lakóhelyüket sem hagyták el soha, kizárt dolog, hogy olyan művet alkossanak mint pl. az ily módon keletkezett „The Sorry Tale”, amely 325 ezer szóban meséli el Krisztus egy kortársának történetét. A két óra alatt született mű a legapróbb részletekig hitelesen ismerteti a korabeli Palesztina és a Római Birodalom gazdasági, társadalmi, és politikai életét. Az abszolút világból irányított írnokok közül legismertebb egy londoni háziasszony Rosemary Brown⁷⁸, aki Liszt, Chopin⁷⁹, Schubert⁸⁰, Beethoven⁸¹, Bach, Brahms, Schumann, Debussy⁸², Grieg⁸³, Berlioz, Rahmanyinov, Monteverdi és Mozart⁸⁴ közvetítője. A meglehetősen kezdetleges zenei műveltséggel rendelkező nő egymás után jegyzi le a nagy zeneszerzők befejezetlen szimfóniáit, de a mesterek gyakran diktálnak neki új zongoradarabokat, vagy eddig nem ismert zenekari műveket is. Sokan tanúi voltak ennek a folyamatnak, és megdöbbenek, hogy ez az egyszerű asszony ilyen elképesztő iramban „írja” a zenét.⁸⁵

Még kevésbé feltételezhető Matt Perkinsonról⁸⁶, hogy értene a zeneszerzéstől. Nem csak botfülű, hanem a muzsika esküdt ellensége. Kifejezetten irritálja mindenféle zene. Ha valahol muzsikálnak, ő onnan menekül. A felesége azonban egy napon kottákkal teleírt lapokat talált a nappaliban, melyekről biztosan tudta, hogy este még nem voltak ott. A talány megfejtése érdekében a hölgy egyik este ébren maradt. Majd leesett az álla, amikor látta, hogy a férje, felkel és csukott szemekkel, horkolva papírlapokat vesz elő, és hangjegyeket ír rá. Mellékesen megjegyezve a férje nem ismeri a kottát, a hangjegyekről csak annyit tud, hogy a zeneírásra használják. Másnap nem szólt a „holdkóros” férjének, hanem felnyalábolta a papírlapokat, és elvitte egy zenetanár ismerőséhez. A műértő el volt ragadtatva a „nagyzenekari” műtől. Rögtön le is játszotta egy szintetizátoron, és azt mondta róla, hogy fantasztikus darab. Amikor a férj megtudta, hogy mit „alkotott”, csak annyit mondott, hogy számára minden zene „macskazaj”. Ettől függetlenül hetente háromszor „alkot” anélkül, hogy erről tudomása lenne.

Már olyan médiumról is tudunk, aki egy sor elhunyt énekes hangján képes énekelni. Úgy látszik, hogy az elmúlt évtizedek neves énekesei sem akarnak teljesen elszakadni a fizikai világtól. Megfelelő közvetítő esetén ők is szívesen hírt adnak magukról. A hölgy amikor visszatér az éber állapotba, semmire sem emlékszik. A transz ideje alatt nem ül vagy fekszik, hanem fel-alá járkal, és mikrofonnal a kezében énekel.

A legérdekesebb Helena Hawley esete, aki 2001-ben Hawaii tengerpartján hirtelen fuldokolni kezdett és úgy érezte valaki az ő torkával próbál énekelni. Hawley nem volt énekesnő, noha kislánként gyakran szólózott iskolai ünnepeken. A tengerparti rosszuléthez hasonlót azonban addig sosem tapasztalt. A fulladozás végén sikoltó hangok törtek ki belőle, melyek végül áriaszerű dallammá formálódtak. Helena azt hitte, megőrült. A parton sétálók is rémülten bámulták a fuldoló-sikoltozó nőt. Később újra rátört a szörnyű fulladás, ám immár a fejében is megszólalt egy szavak nélküli üzenet: „Ne félj, nem vagy beteg, és nem örültél meg. Előző nap is én énekeltem benned, mert a halál sem győzi le a szenvedélyemet, a dalt. Amíg éltem, világhírű szoprán voltam, a nevem Maria volt...”

Hawley ekkor már tudta, hogy a rejtélyes körülmények közt elhunyt görög operaénekesnő, Maria Callas szelleme szállja meg időnként a testét. Rajongói szerint Helena énekét csukott szemmel valóban képtelenség megkülönböztetni Callasétól. Az egykori díva nemcsak énekel a túlvilágról Helena torkán át, de üzent is. Margherita Vidal lejegyzése szerint a következőket: „Sok tervem füstbe ment, de ideát megvalósíthatom őket. Boldog vagyok, mert a túlvilágról önzetlen szeretetet sugározva segíthetem a gondterhelt földieket. A Földön mindig elégedetlen voltam, tökéletességre

⁷⁸ rózmeri braun

⁷⁹ sopen

⁸⁰ súbirt

⁸¹ bétóven

⁸² döbüsszi

⁸³ gríg

⁸⁴ mócárt

⁸⁵ Rosemary Brown életéről és tevékenységéről részletes és igen érdekes tájékoztatót találunk a **Hihetetlen** folyóirat **2006. augusztusi** számában (42-43. oldalak). HU-ISSN 1587 5970.

⁸⁶ mett pö(r)kinsz

törekedtem. Szerettem a fényűzést, a csillogó ékszereket. Nem haltam meg, amikor elhagytam a fizikai testemet. Akkor is voltam, most is vagyok. Mindig leszek.”

A lélek halhatatlanságát a nagy íróinkon, zeneszerzőinken és énekeseinken kívül rég elhunyt képzőművészeink is bizonyítják. Luis Gasparetto⁸⁷ brazil „transz” művész pl. pillanatok alatt képes ihletett állapotban egy Toulouse Lautrec⁸⁸ festményt produkálni, de Claude Monet⁸⁹, Manet⁹⁰, Paul Klee⁹¹, Renoir⁹², Modigliani⁹³, Cézanne⁹⁴, Leonardo da Vinci⁹⁵, Albrecht Dürer és Pablo Picasso⁹⁶ is rendszeresen alkot pszichikus közvetítéssel újabb műveket. A festőktől függően szénrajzot, vízfestményt, olajfestményt. Ecsetet azonban nem használ, az ujjával, a csuklójával fest. Közben beszédbe elegyedik az őt éppen „megszállva” tartó művésszel. Gasparetto tisztában van vele, hogy ő csak eszköz, olyannyira, hogy neki még látnia sem kell a készülő művet. Ezért többnyire sötétben fest, mert mint mondotta nem az ő dolga, hogy figyelemmel kísérje az alkotás menetét. A kételkedők meggyőzésére gyakran fest színpadon is, teljes megvilágításban. Ilyenkor mindig becsukja a szemét. Egyébként mindkét kezével egyszerre fest, az egyikkel mondjuk egy Dürert, a másikkal Van Goghot⁹⁷. Nem csak egyszerűen maszatol a vásznon, hanem hűen utánozza az illető festő stílusát, sőt kedvenc témáját is.

A csalás azért is kizárt, mivel a „transz” művész normál állapotban rajzolni sem tud. Akinek még mindig kétségei lennének a túlvilági irányítást illetően, vegye figyelembe a BBC televízió vele készített műsorának körülményeit. Ebben az 1978-ban lezajlott adásban a médium 75 perc alatt 21 festményt készített. Több tízmillió ember szeme láttára festett az egyik kezével Cézanne-t, a másikkal Renoir-t, méghozzá úgy, hogy a képek fejjel lefelé álltak. Nincs az a tehetséges csaló, aki ilyen feltételek mellett meg tudná ismételni ezt a produkciót. Nem is szólva a képkészítés sebességéről. Az adás ideje alatt több néző is betelefonált a stúdióba, hogy miért gyorsították fel a filmet. Azt hitték, hogy felvételtől megy a műsor, és így próbálták az adásidőt csökkenteni. A kétségek maradéktalan eloszlatása érdekében egyszer ledobott egy tiszta vásznat a padlóra. Levette a cipőjét és a zokniját, felhajtotta a nadrágja szárát. Kiválasztott néhány tubus festéket, kinyitva a vászonra ejtette, majd lábujjaival a tartalmukat kinyomva elkezdett festeni. Miközben a lábával Rembrandt-képet festett, maga elé tett két vásznat, és a bal kezével egy Monet, a jobbal pedig egy Picasso képet készített. A három mű 12 percen belül megszületett, eredeti aláírásokkal hitelesítve. Gasparettót eddig több mint negyven elhunyt művész használta közvetítőként.

A túlvilági festők közül Picasso a legaktívabb. Luis Gasparetto mellett Matthew Manning testét is gyakran igénybe veszi. Picasso halála után három hónappal ugyanis Manning hirtelen rosszul lett, majd teljesen transzba esve színes tollrajzokat készített a spanyol zseni stílusában. Később ezt a képességét megtanulta uralni és irányítani, melynek következtében ma már testébe és tudatába fogadhatja bármely eltávozott festő szellemét. Képességét így magyarázza: „Kiürítem az agyamat amennyire csak bírom, és ebben az állapotban arra a személyre gondolok, akivel kapcsolatba próbálok lépni. Minden energiámat e személy felé küldöm, aki aztán a kezemmel ír vagy rajzol.” Így készíthetetlen sebességgel egész kollektiókat olyan művészek stílusában, mint Paul Klee, Leonardo da Vinci, vagy Albrecht Dürer. A jelenséget különösen meghökkentővé teszi, hogy Manningnak ébrenléti állapotában semmilyen tehetsége nincs a festészethez. Nemhogy festeni, még rajzolni sem tud. Ezeknek a képeknek a mennyisége és a festők korábbi alkotásaihoz való hasonlatossága a szakértők számára is meghökkentő, és igen csak elgondolkoztató, hogy véget ér-e az életünk a halállal.



⁸⁷ luisz gasparettó

⁸⁸ tuluz lotrek

⁸⁹ klód moné

⁹⁰ máné

⁹¹ paul klé

⁹² rőnoá(r)

⁹³ modiliáni

⁹⁴ szezán

⁹⁵ leonárdó da vincsi

⁹⁶ pabló pikasszó

⁹⁷ ván góg

Ehhez a témához tartozik még, hogy a neves személyek halálát többnyire valamilyen különös esemény (pl. arcképeinek falról való leesése) jelzi. Köztudott, hogy Edison halálának pillanatában megállt házában a falióra. Ennél is különösebb esetet jegyeztek fel 1912-ben, lord Carnarvon halálakor. Mint már szó volt róla ő volt az, aki az átokkal dacolva először lépte át Tutenkamen fáraó sírkamrájának küszöbét. Néhány hónap múlva az ókori átok beteljesedett, és a híres mecénás lelke kénytelen-kelletlen elhagyta a földi világot. Ekkor egész Kairó hirtelen sötétségbe borult. A váratlan áramszünetet az áramfejlesztő telep felrobbanása váltotta ki, melynek okára azóta sem találtak magyarázatot. Hacsak nem jelent magyarázatot az a felirat, amit Carnarvon a sírban talált: „*Gyors szárnyakon érkezik a halál ahhoz, aki megzavarja a fáraó békéjét*”. Ez az intellektus Nehbet keselyűistennőre utal. Az ő képmásait találták meg a múmia mellett. Szemtanúk szerint, amikor Carnarvon haldoklott, önkívületében ezt mondta: „*egy madár karmolja az arcomat*”. A legrémisztőbb események azonban Krisztus halálát kísérték. A Bibliából tudjuk, hogy a kegyelemdőfés megadása után hirtelen elsötétedett az ég. A föld megrendült, a sziklák megrepedtek, a sírok megnyíltak, és a jeruzsálemi templom kárpitja hosszában kettéhasadt. A déli 12 órától délután 3 óráig tartó ítéletidőt viharos szél kísérte, és az embereket iszonyatos félelem fogta el.



Végül célszerű még említést tenni a piramis effektusról. Mivel a gúla alakú építmény igen jól el-

lenáll a természet romboló erőinek, a haladó nézetek képviselői szerint az egyiptomi, a latin-amerikai valamint a kínai piramisokat az özönvíz előtti, pusztulásra ítélt civilizáció építette azért, hogy megpróbálja benne átmenteni tudásanyagát az életben maradók számára. Mások szerint a piramisok a korábban közöttünk élt, és bennünket sok mindenre megtanító, ezért istenként tisztelt kozmikus lények számára szolgáltak fő tartózkodási helyül. Régi történeti leírásokra alapozva ezt látszik alátámasztani az a körülmény is, hogy hajdanában ezeknek a piramisoknak a külső felületét hézagmentesen záródó csiszolt kőlapok borították. A tudósok megállapításai alapján ez a kemény, sima felület arra szolgálhatott, hogy megvédje a piramisokban tartózkodókat a napszélből eredő

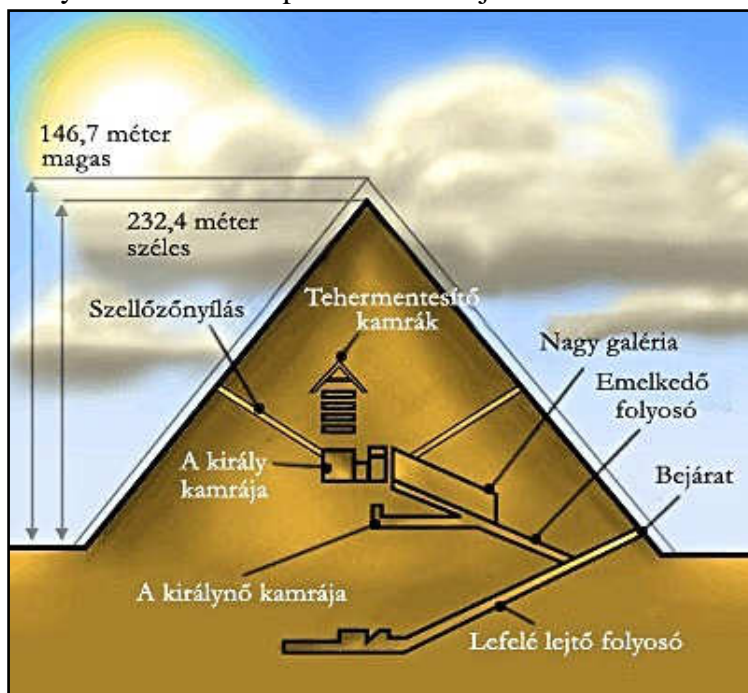


- Sikerült rájönnöm a piramisok ősi titkára: egy különlegesen erős átokvarázslat védi, nehogy valaki ledőzerolja, és plázát építsen a telekre!

protonsugárzás káros hatásaitól. A sima felületről lesikló protonsugárzás nem jutott be a piramisba, így a bent tartózkodók lassabban öregedtek. A régi papyrusztekercsek szerint az „istenek” a piramisokban aludtak. Nappal az embereket tanították különféle hasznos dolgokra, éjszaka pedig ezekben a sajátos építményekben regenerálódtak. A piramis belseje ugyanis gyógyító, vitalizáló, egészségmegőrző hatást gyakorolt a benne tartózkodókra.

Az óegyiptomi feljegyzések szerint ezek a misztikus építmények azon kívül, hogy a Földre látogató „istenek” hajlékaul szolgáltak, a kőbe vésett könyv szerepét is betöltötték. A piramisokat a legutolsó vízözön előtti negyedik földi világ lakói építették, hogy ez úton örökítsék meg társadalmuk ismeretanyagát a jövő nemzedéke számára. Különösen a tévesen Kheopsznak tulajdonított piramis

esetében ezt az állítást ma már számos bizonyíték támasztja alá.⁹⁸ Neves matematikusok és csillagászok ugyanis megállapították, hogy a Nagy Piramis elhelyezési módjába és méreteibe minden geofizikai és csillagászati adat bele van sűrítve, amely Földünket és Naprendszerünket jellemzi. Ezt a feltételezést támasztják alá Szakudzsi Josimura japán professzor mérései is, aki modern műszerek segítségével megállapította, hogy ebben az épületben még számos fel nem tárt helyiség létezik. Egyes látókok szerint ezekben a titkos kamrákban az emberiség olyan dokumentumokra lel majd, amelyek egyértelműen bizonyítják számunkra, hogy már előttünk is éltek fejlett kultúrával és technikai tudással rendelkező civilizációk a Földön. Sajnos az özönvíz nem csak az előző, magasan fejlett civilizációt pusztította el, hanem a technikai tudásukat is. Így nem véletlen, hogy mi még megközelíteni sem tudjuk elődeink eredményeit. A két civilizáció lehetőségeinek különbségét jól szimbolizálja a vízözön előtt épült Nagy Piramis és III. Amenemhat fáraó agyagtéglából készült piramisának építési módja.



Amíg az előbbi 12 ezer éve dacol az idővel, és minden mérete valamilyen kozmikus törvényt szimbolizál, addig a 3800 évvel ezelőtt épült egyharmadnyi magasságú Amenemhat piramis ma már nem más, mint egy száralmas sártéglahegy, amely semmilyen kozmikus törvényt sem testesít meg.

A hagyományelvű egyiptológusok által képviselt harmadik elképzelés szerint a piramisok az elhunyt fáraók temetkezési helyeül szolgáltak. Ez nem kultikus okok miatt történt, de nem is azért, hogy a fáraók ezekkel a hatalmas építményekkel hívják fel az utókor figyelmét uralkodásuk jelentőségére. Az utóbbi évek műszeres vizsgálatai kiderítették, hogy ezeknek a monumentális sírhelyeknek egészen más volt a szerepük. A fő feladatuk nem az volt, hogy díszsírhelyül szolgáljanak, hanem hogy a fáraók bebalzsamozott, mumifikált testét tökéletesen konzerválják. Ezt az teszi lehetővé, hogy a piramisok csúcsa a világűrbe, a végtelen éterbe irányul. A piramis alakzat tulajdonképpen egy „kozmosz gyűjtőlencse”, melynek fókuszpontja a piramis alsó harmada. Korábban már szó volt róla, hogy a koncentrált energiasugárzás baktériumölő és dehidratáló hatású. Ennek tudható be tehát, hogy a piramis alsó harmadába elhelyezett múmiák tökéletesen konzerválódtak. Több ezer évvel a haláluk után az itt elhelyezett fáraóknak még most is vannak olyan sejteik, amelyek ép DNS láncot tartalmaznak.

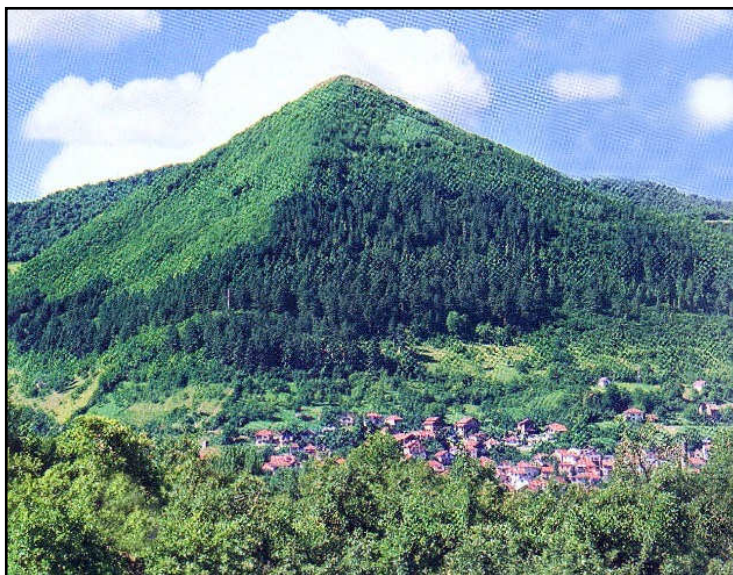
Ezekben a piramisokban olyan mikroklíma uralkodhatott, mint amilyen jelenleg tapasztalható a mexikói Caballos⁹⁹ városban és környékén. Ezt a térséget ugyanis a Földet körülvevő Van Allen¹⁰⁰ övezet folytonossági hiánya miatt az éteri sugárzás közvetlenül bombázza. Ennek következtében az itt lakók a más tájakon élő mexikóikkal összehasonlítva jóval egészségesebbek, a baktériumokkal szemben ellenállóbbak, és teljesen ép a fogazatuk. Ennek a sugárzásnak járulékos hatása még, hogy ezen a vidéken szinte hemzsegnék az állat- és növényvilág fura kinézetű mutáns példányai, felette elrepülve pedig elhalnak a rádióhullámok. A kozmikus sugárzás koncentráálásán kívül a piramis alakzat rejtélyes hatása még, hogy tökéletesen véd a földből kiáramló káros sugárzások ellen.

⁹⁸ A legújabb kutatások kiderítették, hogy a Nagy Piramist és a Szfinxet nem Kheopsz (más néven Kefrén vagy Kufu) fáraó építette. Ő csak kiásta a szél által az előző évezredek alatt ráhordott homokból. Sir Wallis Budge, Robert Schoch professzorok, valamint John Antony West őstörténész szerint ez az épületegyüttes a predinasztikus időkben még a jégkorszak előtt épült. Sajnos Kheopsz némi átalakítást is végeztetett, amivel megtévesztette jelenkori történészeit. A Szfinx arcát saját arcképére faragtatta át. A monumentális szobor eredetileg oroszlánt ábrázolt.

⁹⁹ kaballosz

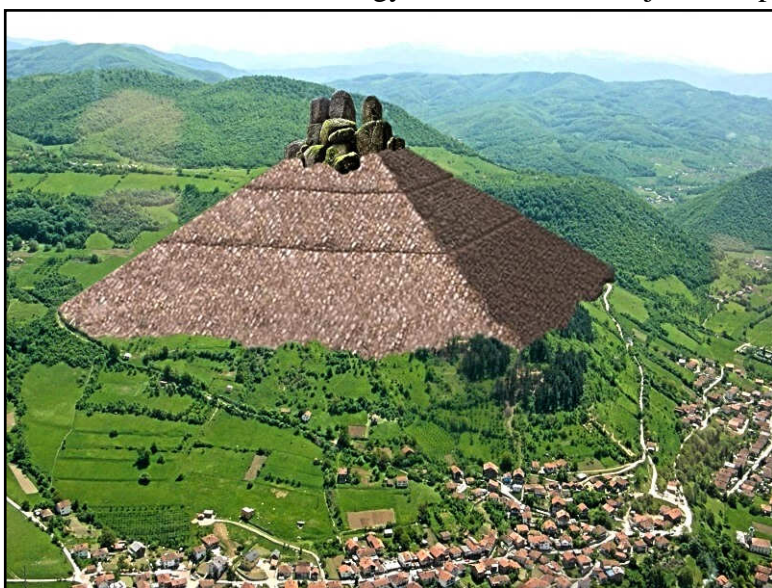
¹⁰⁰ fán állan

Nekünk nem kell Egyiptomba utaznunk, hogy megtapasztaljuk a piramis effektus jótékony hatását. Nem messze tőlünk, Boszniában, a Visoko körüli hegyekben ugyanis nemrég feltártak egy piramist. Az alatta levő mészkő barlangrendszerben szintén gyógyító energiák működnek. Felfedezője Semir Osmanagić gyerekkorában gyakran hallotta a helyi legendát, mely szerint egykor rejtélyes civilizáció virágzott erre felé. Felnöve sikeres vállalkozó lett, de nem hagyta nyugodni a gondolat, hogy tényleg őskori építményeket rejtenek a Zenica mellett hegyek. Miután amerikai vállalkozásaiból meggazdagodott hazatért, és belekezdett a visokói piramisok feltárásába. Törekvését a 17 ezer lakosú városka polgármestere is támogatta, mert gondolta, ha talál valamit, az jót tesz az idegenforgalomnak. Nehézséget csak az jelentett, hogy komoly régészek nem fogadták el a felkérését. Nem hittek a legendában említett piramisok létezésében, ezért nem kívántak részt venni a feltárásukban.



Az ásatások előrehaladtával azonban elbizonytalanodtak, mert egyre több olyan lelet került elő, amit már nem lehetett lesöpörni az asztról. A turistaáradat is megindult, és 2006-ban Semir Osmanagić Visoko díszpolgára lett. Azóta két részre oszlik a közvélemény: Azokra, akik hisznek abban, hogy a visokói hegyek valójában ősrégi piramisok, és a kételkedőkre, akik szerint ez az egész egy amatőr régész és a helybéli polgármester marketingfogása. Erre utal, hogy az utóbbi években a turistaforgalom erre felé alaposan fellendült. Ez nem véletlen, mert még a legkétkedőbbek is elhallgatnak, amikor a feltárt piramis belsejében található hatalmas, korong alakú kő fölé teszik a kezüket. Érzik, hogy árad belőle a gyógyító erő, és senkinek nem akarózik továbbmenni. Számos turista egyenesen gyógyulást keresve érkezik a kisvárosba. Több napot is itt tölt, és többször bemegy a hegy gyomrába, hogy a piramis gyógyhatását élvezhesse. Ők nem nagyon érdeklő, mikor és kik építhették a létesítményt, csiszolhatták a hatalmas követ. Egyszerűen érezni akarják azt a pozitív energiát, amit megtapasztalnak.

Az ásatások előrehaladtával azonban elbizonytalanodtak, mert egyre több olyan lelet került elő, amit már nem lehetett lesöpörni az asztról. A turistaáradat is megindult, és 2006-ban Semir Osmanagić Visoko díszpolgára lett. Azóta két részre oszlik a közvélemény: Azokra, akik hisznek abban, hogy a visokói hegyek valójában ősrégi piramisok, és a kételkedőkre, akik szerint ez az egész egy amatőr régész és a helybéli polgármester marketingfogása. Erre utal, hogy az utóbbi években a turistaforgalom erre felé alaposan fellendült. Ez nem véletlen, mert még a legkétkedőbbek is elhallgatnak, amikor a feltárt piramis belsejében található hatalmas, korong alakú kő fölé teszik a kezüket. Érzik, hogy árad belőle a gyógyító erő, és senkinek nem akarózik továbbmenni. Számos turista egyenesen gyógyulást keresve érkezik a kisvárosba. Több napot is itt tölt, és többször bemegy a hegy gyomrába, hogy a piramis gyógyhatását élvezhesse. Ők nem nagyon érdeklő, mikor és kik építhették a létesítményt, csiszolhatták a hatalmas követ. Egyszerűen érezni akarják azt a pozitív energiát, amit megtapasztalnak.



A kormeghatározások szerint a boszniai piramisok legalább 48 ezer évesek. Ez idő alatt vastag földréteg rakódott rájuk, amit benőtt a növényzet, ezért természetes hegyeknek, illetve domboknak látszódtak. A 7 piramis feltárását követő fokozott érdeklődés a tudományos világot is megmozgatta. Már nem tudták egy kézlegyintéssel elintézni a dolgot. A tudósok kiszálltak a helyszínre, és műszereikkel alapos vizsgálatot folytattak. A mérések során kiderült, hogy a járatokban bizonyos helyeken – így a gyógyítóknak nevezett teremben – pozitív mágneses térerő uralkodik. A

7,83 Hz-es Schumann rezonanciát is sikerült kimérni. Ez a frekvencia felel meg az agy alfa állapotának is, a teljesen ellazult, de még éber állapotban levő agy frekvenciájának. Emellett 28 kHz-es ultrahangot is mértek a helyszínen. (Ezen a frekvencián működnek az ultrahangos gyógyító készülékek.)

Nagy meglepetést okozott, hogy a piramis belsejében a levegő negatív ionkoncentrációja maga-

sabb, mint általában a hegyi erdőkben vagy tengerpartokon, és egyáltalán nem mérhető káros kozmikus sugárzás és radioaktivitás. (Amíg a nagyvárosok utcáin 250-450-es, a hegyekben 5000-es érték mérhető, a piramis bejáratától 220 méterre 18 ezres értéket mértek.) Ennek tudható be az a megfigyelés, hogy az alagútban tett látogatás során fokozódik a tüdő kapacitása, normalizálódik a vérnyomás és a vércukorszint, javul a szervezet általános állapota, az ember közérzete. A látogatók arról számolnak be, hogy a hegy belsejében tett séta után kipihentnek, frissnek érzik magukat, jobban látnak, csökken a szemnyomásuk. Emellett jó az étvágyuk, vidám a hangulatuk. Az auralátók szerint az aura is regenerálódik, ami fontos szerepet játszik a betegségek megelőzésében.

Legintenzívebb gyógyhatása a Megalith K-2 kőnek van, amely egy hatalmas, 800 kg tömegű, korong alakú kő. Felületét simára csiszolták, hogy ne okozzon bőrsérülést, és ne tegyen kárt a ruházatban. Feltehetően már az építők is arra használták, mint a turisták. Rátették a kezüket vagy ráfeküdtek feltöltődni. (Egy magyar túrázó beszámolója szerint: „Bizsergést éreztem, amikor ráfeküdtem a kőre, és feltöltődve jöttem ki az alagútból.”) A pozitív mágneses sugárzást nem a kő bocsátja ki, hanem az alatta levő sugárforrás. A kő csak összegyűjti a két egymást keresztező ley-vonal kisugárzását. Elődeink minden bizonnyal ismerték a Föld ley-vonalait vagy más néven sárkányösvényeit, és ki tudták mérni azokat a helyeket, ahol a ley-vonalak kereszteződése folytán a legerősebb volt a gyógyító energia kisugárzódása. A piramisokat mértani pontossággal ezekre a helyekre építették. Így a betegeket alulról pozitív földsugárzás, felülről pedig gyógyító kozmikus sugárzás érte. Voltak akik idődilatacióról számoltak be, ami szintén arra utal, hogy a piramis belsejében erős mágneses sugárzás uralkodik.

Számukra más érdekességet is rejtenek ezek a piramisok. Ez a hegyekben talált, simára csiszolt köveken látható rovásírás. Az írásjelek megfejtése egyelőre várat magára. Eddig csak annyi állapítható meg, hogy ez az írás nagyon hasonlít a magyar rovásírásra. A székely-magyar rovásírás 39 betűs ábécéjéből eddig 22 jelet fedeztek fel a köveken. A feliratok jelentését azonban nehéz megfejteni, mivel a korabeli nyelvet senki sem ismeri, és egyetlen mai nyelvvel sem rokon. Sajnos ezeket a feliratos köveket nem gyűjtik össze, így azok ki vannak téve az időjárás és a turisták rongáló hatásának.¹⁰¹

Lassan az is kiderül, hogy kik építették ezeket a piramisokat. A gúla alakú építményeket alkotó kövek alapos vizsgálata megállapította, hogy kötőanyaguk (a köztük levő habarcs) molekulárisan megegyezik az egyiptomi Kheopsz piramisban található kötőanyaggal. Korabeli legendák megemlítik, hogy az egyiptomi civilizációt atlantiszi kivándorlók hozták létre. Ők építették a Nagy piramist. A leírások szerint később átkeltek a Földközi-tengeren, és eljutottak a balkáni országokba, ahol szintén piramisokat építettek. Jóval nagyobbakat, mint Egyiptomban. A boszniai Nap piramis pl. 220 méter magas, a második legnagyobb is 190 méteres. Építési módjuk még rejtélyesebb. Egy egyiptomi régész döbbenetes megállapítása, hogy a boszniai piramisok építőkövei egyiptomi kőzetből származnak. Azt is megállapította róla, hogy asszuáni gránit.

A hivatalos tudomány szerint az egyiptomi Nagy piramist egyiptomi munkások fából készült száncokon vonszolták a szomszédos kőbányából az építkezés színhelyére. De hogyan vitték Boszniába? Elvonszolták a Földközi tenger partjára, ott hajóra rakták, áteveztek a tenger túlsó partjára, majd több száz kilométeren át vonszolták a balkáni hegyeken át le-fel. Ez nyilván lehetetlenség. Sokkal valószínűbb az az ősi legendákban található magyarázat, mely szerint ezek a kövek is úgy kerültek az építkezés színhelyére, mint a Kheopsz piramis kötőbjei: Atlantiszi varázslók átteleportálták. A teleportálás során nincs jelentősége sem a méretnek, sem a súlynak, sem a távolságnak, mert az áthelyezés étertestben történik, majd megérkezve az objektum a kívánt helyen újra materializálódik.

Érdekességként megemlíthető, hogy a hajdani Csehszlovákiában a piramis effektusra már szabadalmat is adtak ki, és jó néhány cég sorozatban gyártja a Kheopsz-piramis asztalra helyezhető kicsinyített mását. A koncentrált pozitív töltésű szubatomi energiasugárzás telekinetikus hatására alapozva a legtöbben fémszerszámok és zsilippengék újraélesztésére használják ezeket a miniatürizált piramisokat. Karl Drbal feltaláló olyan hatékonysággal alkalmazza a szabadalmát, hogy 25 év alatt csupán 28 pengét kellett vásárolnia. Olyan példány is akadt közöttük, amelyet kétszázszor sikerült

¹⁰¹ Forrás: Természetgyógyász Magazin, 2016. október (61-63. oldalak)

újraélezni. Mások élelmiszerek tartósítására használják a plexipiramisukat, de a bab és a borsó csírázási idejét is képes a felére lerövidíteni. Ilyen kicsinyített piramist egyébként otthon is építhetünk magunknak bármilyen anyagból. A működés előfeltétele azonban a tökéletes mérethűség, és a gúla éleinek a négy égtáj felé való pontos beállítása. Kísérletező hajlamú emberek 8-10 méter magas piramisokat is építettek már. Van aki zöldségeket termeszt benne, mert ebben a sajátos alakú üveg-házban sokkal gyorsabban nő pl. az uborka, a paradicsom. Ráadásul keményebbek, tartósabbak, és az illatuk is intenzívebb a hagyományos úton termesztetteknél. Mások meditálásra használják a kertben felállított melléképület méretű piramisukat. Élménybeszámolójuk alapján az agyfunkcióik hihetetlen mértékben felerősödtek. Amikor egy éjszakát töltöttek bent a hallucinációjuk annyira felfokozódott, hogy időutazásban volt részük.

A piramis effektus jelentős mértékben javítja az általa bezárt tér akusztikáját is. Ezért akadnak, akik zenét hallgatnak benne. Ebben a sajátos környezetben a melódiát megtesztesítő hangeffektusok olyan tökéletes hatást keltenek, hogy szinte hipnotizálják a hallgatóságot. Ma már óriási tömegek befogadására alkalmas piramisutánezatokat is építenek. A Moszkva mellett felállított 44 m magas gúlát egy orosz gyárigazgató emeltette, műanyagból. Százával özönlenek a látogatók a fővárostól 38 km-re levő építménybe, hogy részük legyen a belsejében tapasztalható jótékony sugaraknak. Állítólag a desztillált víz -38°C -on sem fagy meg a piramisban. A környékre is jó hatást gyakorol. A közelben lakók között jelentősen csökkent a megbetegedési arány, és jobbak lettek az aratási eredmények. Ennek láttán újabb 16 piramist építettek országszerte.

A későbbi kutatások, kísérletezések során kiderült, hogy a piramisenergia megindításához nincs szükség oldalfalakra, elég a piramis váza. A kozmikus energiát nem a piramisalakzat falai, hanem az élei koncentrálják. Ezért egy német mérnök, D. Harald Alke csupán néhány csőből építi a piramisait. Lefektet négy korrózióálló acélcsövet a földre négyzet alakban, majd ezek sarkaihoz 51° -os dőlésszögben hozzáerősít még egy-egy csövet, melyek középen, egy csúcsban találkoznak. Már kész is a piramis, vagyis a váza, ami ugyanolyan hatékony, mint az eredeti. Persze a sugárzás erőssége függ a piramis méretétől is. Ennek érzékeltetésére különféle méretű piramisokat állított elő 18 centiméteres magasságútól 9 méteresig. Ezeket egy 200 méteres területen egymás mellé rakta, hogy látgatói tanulmányozhassák az általuk generált energia hatását.

Elmondása szerint a csővázás piramis ötlete nem tőle származik. Ezt egy meditációja során az óegyiptomi napisten, Hórusz sugallta neki, aki azt is elárulta, hogy a Föld geomágneses vonalaira fektetve tovább növelheti a piramisenergiát. Mivel az Európát átszelő ley-vonalak legerősebbje Franciaországon halad át, gyógycentrumát átköltöztette a Pireneusokba. Itt bárki sétálhat a különféle piramisok között, és az igényei szerint meditációs gyakorlatokat folytathat, vagy gyógyulhat. A tapasztalatok szerint a 3,6 m magas piramisban már a kozmikus testvéreinkkel is kapcsolatba kerülhetünk, míg a 4,5 méteresben tartózkodva úgy érezzük, hogy megszűnnek a tér és idő korlátai. Az igazi attrakció a 9 méter magas piramis, melynek sátorvázszerű acélcsőépítményébe belehegesztett egy másik, kisebb piramist. A „piramis a piramisban” ötlete szintén Hórusztól származik. Ennél a változatnál a csövek átmérője már arasznyi méretű, és a piramis csúcsában egy kisebb piramis helyezkedik el, melynek hegye nem felfelé, hanem lefelé mutat. Ennek a kis piramisnak az a szerepe, hogy a nagy piramis által összegyűjtött kozmikus energiát fókuszálja, és koncentráltan lesugározza a piramis belsejében állókra. Így a piramiserő fokozottan hat, kiegészül egy formasugárzással (idomsugárzással) is.¹⁰²

Annak érdekében, hogy a piramiserő minél intenzívebben átjárja a gyógyulni vágyót, mezítláb kell alá állni. Így a talp közvetlen kontaktusba kerül a Yin pólussal, a földdel. Villamossági ismereteinkből tudjuk, hogy az intenzív elektronáramlás előfeltétele a jó kontaktus, a hatékony földelés. Ez a szubatomi energia világában is így van. Ha a mágneses áramlásban mindkét pólus jelen van, a szubatomi energiárészecskék sokkal nagyobb számban haladnak át a két pólus közti anyagon, teszten. Ha csak az egyik pólus érintkezik az anyaggal, akkor megreked benne, és jellegétől függően

¹⁰² A hatás fokozható megfelelő alap kialakításával. A legjobb, ha természetes kövekből kialakított kör alakú alapot építenek alá. Azt is meg kell vizsgálni radiesztéziai módszerrel, hogy nincs-e alatta káros vízsugárzás. Ez esetben ugyanis alulról ez a sugárzás kerül a szervezetbe. (Ez legalább annyira káros, mint amennyire hasznos a ley-vonalra történő telepítés.)

felmelegíti vagy lehűti azt. Persze így is gyógyít, ha elegendően erős, de a gyenge kozmikus sugárzások kellő mértékű kihasználásához szükség van az ellenpólusra is.

A földből kiáramló Yin energia szükségességét bizonyítja egy betegnek az élménybeszámolója, mely szerint az energia alulról jött a lábába, és áradt szét a testében. Ennélfogva nem tudjuk, hogy valójában milyen energia gyógyít a piramisban. (Yin, Yang, vagy a kettő valamilyen elegye.) Jelleget, frekvenciáját csak műszeres méréssel lehetne megállapítani. A Yang energia mérésére azonban jelenleg semmilyen műszer nem áll rendelkezésünkre. Gyógyhatása azonban kétségtelen, és univerzális. A magas vérnyomású betegeknek pl. csökkenti, míg az alacsony vérnyomásúaknak növeli a vérnyomásukat. Ebből arra következtethetünk, hogy a piramisenergia kiegyenlítő hatást gyakorol a szervezetre. Helyreállítja a meridiánrendszer egyensúlyát. Az idegrendszerre is kiegyenlítő hatást gyakorol. A piramis alatt eltűnnek az emberekből a negatív érzelmek, a pozitívak pedig felerősödnek.

Az immáron másfél évtizede működő gyógycentrum akkora népszerűsége tett szert, hogy egy német tévéműsorban megszólaltatták azokat, akik Alke birtokán jártak. Az egyik asszonyt az orvosok gyógyíthatatlan betegnek nyilvánították. Elmondása szerint csupán néhány órát tartózkodott az egyik piramisban, és utána gyógyultan távozott. Egy nagyvállalati menedzser is ott járt, miután teljes idegkimerültsége miatt nyugdíjazták. A Hórusz-piramisban kapott kezelés után annyi erőt gyűjtött magába, hogy lemondott a nyugdíjáról, és egy saját vállalatot alapított. Olyan is akadt, aki szerelmi bánata miatt kereste fel a piramistelepét. A piramisenergia átalakította a tudatát, pozitívvá változtatta a gondolkodásmódját. Már nem siránkozott tovább tehetetlenül, hanem visszahódította a szerelmét. A nézők meggyőzése érdekében a stúdióban megmérték és összehasonlították a piramisban jártak bioenergiáját azokéval, akik nem kaptak ilyen kezelést. A különbség több mint kétszeres volt. A piramisenergia tehát az egészséges emberekre is jótékony hatást gyakorol. Életerővel, vitalitással árasztja el a testüket, ami lehetővé teszi, hogy jelentős sikereket érjenek el az életben. Aki részleteiben is szeretné megismerni a Hórusz-piramis létrejöttének körülményeit, olvassa el Nemere István: Rejtélyes energiák című könyvét.

Aki ennél is részletesebb képet kíván kapni a parajelenségekről, tanulmányozza a szakirodalmat. Ebben a témakörben nagyon sok jó könyv jelent meg a világon. A hazai szerzők közül kiemelkedő szerepet tölt be Nemere István. Nem csak a mostanában írt művei kapcsán övezi őt általános elismerés, hanem a parajelenségek megismertetése terén végzett úttörő munkássága miatt is. Az 1980-as évek végén a „Titkok könyve” és az „Új titkok könyve” című műveivel ő törte át azt a gátat, amit a kommunista diktatúra emelt az okkultizmus ismeretanyagának nyilvánosságra hozatala elé. Ismerve a letűnt rendszer végletekig materialista felfogását, ez a tett akkoriban nagy merészségnek számított. Munkássága azóta is töretlen. Eddig 634 könyvet írt, és eladott műveinek példányszáma meghaladja a 12 milliót.¹⁰³

A fenti, sokszor bizonytalan alapokon álló misztikus jelenségek megemlézése nem az okkultizmus vagy a sci-fi irodalom népszerűsítését, hanem azt a célt szolgálja, hogy minél szélesebb áttekintésünk legyen a parajelenségekről, és felfigyeljünk arra, hogy ezek a jelenségek mind egy tőről fakadnak. Ennek az átfogó képnek a tanulmányozása során óhatatlanul fel fog vetődni bennünk, hogy a miszticizmus minden egyes jelensége az univerzum legkisebb alkotóeleme, a régebben ódnak, fluidumnak illetve orgonenergiának, később pszí-energiának nevezett szubatomi energia valamilyen megnyilvánulási formája. Az előzőekben vázolt erőknek a megismerésével idővel áthidalható lesz a vallásos és a materialista felfogás közötti szakadék. Be fogjuk látni, hogy a hívők által emlegetett csodák igenis léteznek, ugyanakkor a materialistáknak is igazuk lesz, akik azt hirdetik, hogy csodák nincsenek. Mindennapi értelemben vett csodák ugyanis valóban nincsenek, csak olyan jelenségek léteznek, amelyek fizikai alapjait ma még nem ismerjük.

Budapest, 1990. június



¹⁰³ 2014 októberi adat.

TARTALOM

| | |
|--|----|
| ELŐSZÓ | 1 |
| I. fejezet | 11 |
| KEZELÉSI TANÁCSADÓ AZ ELEKTROSTIMULÁCIÓS KÉSZÜLÉKEKHEZ; AKUPUNKTÚRÁS ELJÁRÁSOK | 11 |
| Általános ismertetés | 11 |
| (Az elektrostimulációs készülék általános ismertetése. Az akupresszúra kezelés szabályai. Mágneses karperec. Mágneses korong. Réz karkötő reumagyógyításra) | |
| Elővigyázatossági szabályok | 13 |
| Előtanulmányok | 13 |
| (Akupunktúras szakkönyvek. Akupunktúras bábu) | |
| A kezelés előkészítése | 13 |
| (Nyelvdiagnosztika. Orvosi leletek fontossága. Az akupunktúra korlátai. A kezelés dokumentálása) | |
| A kezelés végrehajtása | 14 |
| (A meridiánok energiaszintjének megállapítása. Auralátás. Harmadik szem. Ajánlott kezelési pontok) | |
| A készülék használata | 16 |
| (Készüléktípusok. Üzemeltetési előírások. Pontkeresés. Kezelési szabályok) | |
| Különleges pontok | 17 |
| (Az akupunktúras pontok száma. Elülső vész pontok. Háti shu pontok. Fő- és segédmeridiánok) | |
| Magasabb rendű módszerek | 18 |
| (Dél-éjfél szabály. Szerv-óra szabály. Férj-feleség szabály) | |
| Kisegítő eljárások | 18 |
| (Az energiapályák masszírozása. Árammal történő pontkeresés. A pontok festékekkel való jelölése) | |
| Járulékos hatások | 19 |
| (Módosított kábelhasználat) | |
| Fülakupunktúra | 20 |
| (Kezelés tüvel. Kezelés növényi maggal. Yamamoto-féle skalpakupunktúra. Orálakupunktúra. Dohányzásról való leszoktatás. Testsúlycsökkentés. Kezelési tilalmak) | |
| Az akupunktúra egyéb módjai | 22 |
| (Lézerakupunktúra. Szonoakupunktúra. Elektroakupunktúra piezoelektromos impulzusokkal. Moxaterápia. Köpölyözés. Gyertyázás) | |
| Kiegészítés | 24 |
| (Biostimulátorok. Placebo akupunktúras tű. A növények oldják a feszültséget, és mérséklék a megbetegedéseket. Az alvászavar korunk pestise. Genetikailag módosított takarmány és csontliszt kimutatása.) | |
| MELLÉKLET | 28 |
| (Meridiánok energiamaximuma. Férj-feleség kapcsolat. Szerv-óra szerinti ellentétes meridiánok. Irányító és különleges pontok) | |
| II. fejezet | 30 |
| KEZELÉSI TANÁCSADÓ AZ ELEKTROSTIMULÁCIÓS KÉSZÜLÉKEKHEZ; TERMÉSZETES TÁPLÁLKOZÁS | 31 |
| Újabb meridiánvizsgáló módszerek | 31 |
| (AlNiCo-mágnesrúd. Szubjektív meridiánfigyelés) | |
| Kiegészítő kezelési szabályok | 32 |

(Társmeridiánok feltöltése. Fülöp-szigeteki healerek. Mexikói pszí-sebész. Műtét az aurán. Különleges pontok. Kezelési javaslatok és ellenjavaslatok. Kezelési időtartam. Láncreakció a gyógyulásban)

Tápenergia-ellátás..... 37

(Elemeltöltés. Elemvásárlás. Hálózati táplálás. Védekezés a gerjedés ellen)

Karbantartás..... 38

Talpreflexológia..... 38

(Reflexzónák a talpon-, fülön-, kézen-, nyelven. Mudrák. Íridológia. Arcdiagnosztika. Köröm-diagnosztika. Skalpdiaagnosztika. Kiropraktika. Talpreflexológiai papucsok. PIOKAL-gyógybetét)

Kiegészítés..... 43

(Az egészséges táplálkozás szabályai. A húsevés ártalmi. Akceleráció. Kergemarhakór. Sertés- és baromfipestis. Escherichia coli fertőzés. Dioxinnal mérgezett belga szárnyasok. Száj- és körmőfájás. Turbódiszónk. A csontritkulás okai. A vegetarizmus előnyei. Kóserhús. Fokozatok a vegetárius táplálkozásban. A növényolaj-fogyasztás előnyei. Cikóriakávé. A cukor- és kakaó-fogyasztás veszélyei. Fogyókúra módszerek. Léböjtkúra. Beöntés. Kolon hidroterápia. Moxalole por. Gyümölcskúra. Tornagyakorlatok. Jógagyakorlatok. Olajkúra. Élesztőkúra. Zöldárpa. A szója összetétele. Húspótló tönkölyliszt. A tejfogyasztás szabályai. A tejtermékek szervezetre gyakorolt hatása. Főzés szobahőmérsékleten. Melegfagyasztás. Fagyasztva szárítás. Fogyókúra ésszerűen. Fogyókúra szelektív ételfogyasztással. Atkins-diéta. Dukan diéta Paleo-ketogén étrend. Gracidin. METABOL. Jóllakottságot jelző PYY3-36 hormon. Fogyás fűszerekkel. Fogyasztó krómvegyületek. Karcsúsító CLA. Gumiballon a gyomorban. Fogyás béléférgekkel. Illatdiéta. A „mütáplálékkal” nem lehet jólakni. Válasszuk a kisvállalkozók termékeit. Nem mindegy, hogy mit iszunk. A foszforsav, a citromsav és a nátriumdiszulfid egészségkárosító hatása. Az ivóvizek osztályozása. A gyógyszerek mellékhatásai. Fitoterápia. Svédcseppek. A vegetarizmus járulékos előnyei. Goethe beleszeretett egy fruskába. A mosoly ereje)

III. fejezet 93

KEZELÉSI TANÁCSADÓ AZ ELEKTROSTIMULÁCIÓS

KÉSZÜLÉKEKHEZ; PSZICHOORIENTÁCIÓS GYÓGYÍTÁS..... 93

A felhasználási mód kiszélesítése..... 93

(A kezelő kábelek átalakítása)

Kiegészítő természetgyógyászati módszerek..... 94

(Böjtölés. A táplálék-feldolgozás fázisai. Svédcseppek. A fitoterápia működési mechanizmusa. Kaspirovskij teleterápiája. Szubatomi energiával kezelt víz. Bach-féle virágterápia. Homeopátia. Allopatia. Kneipp-féle vízkúra. Meztőlábjárás. Hideg ülőfürdő. Iszappakolás. Zöldségpakolás. Olajos masszáz. Szaunafürdő. Aqua detox méregtelenítő eljárás.)

Sámánmasszázs 105

(Deep tissue)

Pszichoorientációs gyógyítás..... 105

(Agykontroll. Hipnotizálhatóság. dr. Ian Gawler: A lélek csendje)

Előkészítő gyakorlatok..... 107

(Önszugesztio. Példázatok Emil Couétól. Pszichikai "koporsószegek". Meditáció. Imádság. Templomépítési szabályok. A templomok agyfrekvencia-csökkentő és gyógyító hatása. Dávidcsillag. Angkor temploma. Káros földsugárzások. Észak-déli tájolás)

Alkalmazási aggályok 114

Hatásmechanizmus 114

(Az Agykontroll működési mechanizmusa. Ortopédiai korrekciók. Materializáció a Bibliában. Fülöp-szigeteki gyógyítók. Az Agykontroll korlátai. Fejlődési kényszer. A gyógyító képesség áruba bocsátása)

Elméleti alapok 117

(Az anyag átjárhatósága. Atomi méretek. Az univerzális evolúció nyomai a testünkön. DNS-lánc. A lélek rétegei. A csakrák kapcsolata a színekkel és a zenei hangokkal. Energiaszállító gerinccsatornák.)

Aktív közreműködés 119

(Képzletbeli lézergenerátor. Az energiaszabályozó központ képzeletbeli aktivizálása)

Silva-féle Speciális Gyógyító Módszer 119

(Statikus kézrátételes gyógyítás. Dinamikus kézrátételes gyógyítás)

Kiegészítés..... 120

(Asztaltáncoltatás. Telekinézis. Levitáció. Copertinói Szent József. A boszorkányüldözés áldozatai. Szent László. Tűztánc. Szalamandraemberek. Chi Kung. Kung Fu. Koncentrált gravitációs vonzás. A Vörös-tenger kettéválasztása. Az UFO-k maximális sebessége. Gázcsóvában repülő torpedó. A repülő csészealj elnevezés eredete. Az UFO-k energiakisugárzásának hatása a környezetre. Az ufonauták ruházata. Angyalhaj. Ekto plazma. Az idegenek félnek a vakutól. Hadihajók eltűnése Észak-Európa tengerparti vizein. Teleportáció. Poltergeist. A testből kiáramló erős mágneses sugárzás káros hatásai. Tudathasadás. Gömbvillám. Egy óvoda műanyag berendezési tárgyainak elolvadása)

IV. fejezet..... 132

PSZICHOORIENTÁCIÓS GYÓGYÍTÁS;

AZ ÉLET TITKAI..... 132

Kiegészítő természetgyógyászati módszerek..... 132

(Belső vízkúra)

Önszuggesztio..... 132

(A hit-vágy-elvárás hármassága. Az érzellemmel átszőtt mondatok, események könnyebben rögzülnek az abszolút világban. Három Ujj technika. A fájdalom tárgyiasítása. Pohár Víz technika. Scientific Remote Viewing)

Bétaprogramozás váratlan szituációkban 137

(Bajban való viselkedés. Vizualizálás. Passzív meditáció. Dinamikus meditáció. Villanykapcsoló hasonlat)

Segítő módszerek..... 139

(Iránytű-hasonlat. Óraátállítás képzettársítással)

Az alfába jutás további módszerei 139

(Légzésszabályozás. Hatha jóga. A kundalini felébresztése. Telepatikus kommunikáció a Szentlélek által. Padovai Szent Antal. Sugárzó gyerek Franciaországban. Zsigeri idegközpont. Prána-elmélet. Chi Kung. Tai Chi. Falun Dafa. Shiatsu. „Do-in” önmassázs. Thai massázs. A Thai massázs javítja a baleseti statisztikát. Ajurvéda-massázs. Táncoló dervisek. Hipnorelaxáció. Biofeedback)

Világunk kozmikus törvényei 144

(Földi életünk értelme. A Jó és a Rossz párharca. Az ellenerő mértéke és az Euler-féle szám. Alulteljesítés. Az ellentétes erők egymástól függenek, ezért nem képesek teljesen megsemmisíteni egymást. A túl korán jött siker következményei. Túlteljesítés. Környezetünk segítése. Szülői kényeztetés. Nevelési elvek. A hit fontossága életünkben. A hit csodatevő ereje. Karma)

Az élet mozgatórugói 150

(Az életet fenntartó belső és külső mechanizmusok. Auránk és agyunk érzékenysége a kívülről jövő energiahullámokra. A tudatalatti kollektív befolyásolása sugallatokkal. Az égitestek hatása az élővilágra. Asztrológia. A lélek mérete és eredete. Az állatok, a növények és az élettelen tárgyak tudata. A külső erők és a szabad akarat befolyásának százalékos aránya. Isten szerepe az univerzumban. Érzékcsalódás kozmikus sugarak hatására. A véletlen szerepe. Szabad akarat. Fejlődési lehetőségek a Földön és a mennyországban. A fizikai és az asztrálestben történő fejlődés előnyei. Szimulációs program a mennyországban. Fejlődési spirál. Túlvilági figyelmeztetések. Anekdoták az

intelligens irányítás bizonyítékaként. A be nem avatkozás kozmikus törvénye. Önálló, független lényé kell válnunk. A kozmikus emberré válás akadályai)

Az élet célja 159
(Boldogságkeresés. Igaz érték. Álérték)

Kiegészítés..... 161

(Telepátia. Pszichometria. Az energianyomok fixálódása. Prekogníció. Déjà vu érzés. A szimulált jövő csak tendencia. A szubatomi energiárészecskék áramlási sebessége. A növények kommunikációja. Az élet határköve. Az állatok tájékozódása a föld mágneses erővonalai és a környezetből kisugárzó aurogram alapján. Ősrégi ív- és költőhelyekre való visszatérés. Kiválóan navigáló languszták. Az állatok „tisztánlátása”. Telepatikus kapcsolat állatokkal. Kutya, macskák hazatalálása. Lord Carnarvon halálának kísérőjelenségei. Kölykei megölését érzékelő anyanyúl. Telepatikus kommunikáció egy papagájjal. Éteri segélykiáltás. Angliai kékcinkék. Japán majmok. A Magasabb Intelligenciával kommunikáló farkas. Meteorit-bechapódást megérző kutya. Bombázások előtt menekítő macska. Számoló lovak. Jósoló ló. Az állatok vészérzékelése. Állatok által jelzett földrengés egy kínai városban. Az élővilág szerves egysége. Belső sugárzás. Marilyn Monroe köszöntője. Hetedik érzék. Beszéd a szemem keresztül. Földből kiáramló energiasugárzások. Varázssvessző. Mágneses érzékenységvizsgálatok. Ley-vonalak. Gyógyhatású kőoszlopok. Kunhalmok, kurgánok. Monoszlói hegyeskő. Bükkszentkereszti gyógyító kővek. Az UFO-k antigravitációs kisugárzása is gyógyító hatású. Hartmann-háló. Curry-háló. Árnyékoló betétek. Georg Otto: Földsugárzás és egészség, valamint Elektroszmog. dr. Aschof-féle vérteszt. „Lengőgyűrű”. Sugárszétszórás gombokkal. Sugárelhajlítás krómnikkel-lappal. Sugárzásvédő ék. Egyéni védelem vadgesztenyével és „mágikus gyűrűkkel”, valamint reikizéssel. Pszichés állapotunk hatása a földsugárzásokra. A földsugárzások egészségügyi kihatásai. Az állatok és a gyógynövények kapcsolata. Különböző állatok reakciói a szubatomi energiasugárzásokra. Villámsújtotta őrnagy. Ray Cleveland Sullivan az élő villámhárító. Növények reakciói az energiasugárzásokra. Biokertészet. A grazi Biorezonanciás és Bioenergetikai Intézet kutatási eredményei. Formahullámok. A vízésugárzás magyarázata. A Hold és a Nap gravitációs sugárzásának hatása a növényekre. Bőrlátás. A Hold állása az emberi tevékenységre is kihat. Bőrszaglás. Földrengésvény. Élőlények és élettelen tárgyak egymásra gyakorolt sugárzása. Nyomozó kutya. Az okkultizmus átértékelése)

V. fejezet 185

AZ ÉLET MOZGATÓRUGÓI; JÖVŐKÉP 185

Kiegészítő természetgyógyászati módszerek..... 185

(Aromaterápia. A borsmenta szagolgatása növeli a koncentrációképességet)

Pszichoorientációs gyógyítás..... 186

A hatékonyság növelése 186

(Vágyaink helyes irányítása. Az agyfrekvencia tartományai. A fakírok cselekedetei théta szinten. Fehér és fekete mágia. Rontáselhárítás hipnózissal)

Világunk kozmikus törvényei 188

(Egyszer fenn, egyszer lenni. Személyi kultusz. Az erő átáramlása az üldözötől az üldözöthöz. Az áldozatból hős lesz. A társadalom tudati befolyásolása energiahullámokkal. Kimagasló egyéniségek, kiváló művek a különböző korokban, és a nehéz időkben. Isten csak a túl meleg és a túl hideg dolgokat kedveli. Magyarország ideális táptalaja az alkotásnak. A kollektív tudat fejlődésének hullámzása. A siker előfeltétele a határozott kiállás. Az állhatatosság a siker záloga. A makacsságból eredő kitartás bukáshoz vezet. A kiválasztottság hátrányai. A sikertől félresiklik az életünk. A holocaust Isten büntetése. Koronként különböző arckarakterek. A rokon lelkek külsőleg is hasonlítanak egymásra)

Az élet mozgatórugói 194

(Dualitás törvénye. Az egyensúly megbomlása a testben. Rák elleni gyógymódok: Ajurvéda, Antibakterializálás kolloid ezüsttel. Silver Nano baktériumölő mosógép. Az aranykolloid gyógyító hatása. A tiszta réznek is baktériumölő tulajdonsága van. Perkután galvánterápia, intenzív mágneses

besugárzás, böjtölés. Multirezisztencia. A mikrobák globális elpusztítása. Szubatomi „germicid-lámpa” az UFO-kon. Az aranyfesték tisztítja a levegőt. Levitáció. Ősrobbanás. Az univerzum kifejlődése és összeomlása. A szingularitás mérete. A világegyetem periodikus újratemtésének kezdete és vége. Brahma isten élettartama)

Fejlődésünk buktatói..... 204

(Statisztika az UFO-berepülésekről. Titkolódzás a kormányok részéről. Földön kívüli kapcsolatokat tiltó törvény. Égből hullott állatok, növények és ásványok. Gabonakörök. Jégkörök. Hókörok. Orson Welles rádiójátéka. Project Blue Book. A titkolódzás politikai okai. Nyitottságuk folytán a fejlődő országok technológiai fölényre tehetnek szert. 12 millió dolláros toll helyett olcsó ceruza. A földönkívüliek bázisai. A közvetlen kapcsolatfelvétel hiánya. Az élet valószínűsége az univerzumban. Bolygóközi hibridizáció. Koszmosz rezervátum. Az élet csíráinak terjesztése az univerzumban. Fajtanemesítés. A dinoszauruszok kiirtása. A bolygóegyüttállások fizikai hatása. Világvége-jóslatok. Özönvíz. Programozott világ. Hiányzó láncszemek az evolúció folyamatában. Az intelligens fajok száma és osztályozása az univerzumban. UFO-elrablások. Előregedett fajok génállományának felfrissítése)

Jövönk alakulása..... 223

(A galaktikus embertípus kialakulása. Az országhatárok eltűnése. Az Agykontroll elterjedése. Az élettartam növekedése. Az erőművek és a villamos távvezetékek felszámolása. Newman-féle elektromotor. Sűrített levegővel hajtott gépkocsi. A távolsági út- és vasúthálózat megszűnése. Földi UFO-k. Alagútfúrás koncentrált szubatomi energiával. Klímabefolyásolás. A légkör temperálása. A kemikáliák megszűnése. A zöldségek-gyümölcsök ízének visszatérése. A mezőgazdasági és ipari termékek árcsökkenése. Pí-víz. Szubatomi energiárészecskékkel táplálkozó növények. Elektronvíz. A biokertészet reneszánsza. Vetőmagvak kezelése energiasugárzással. A versenysport és a tömegsport megszűnése. A turizmus megszűnése. Időjárás-szabályozás. Dematerializációs hulladékmegsemmisítés. A halottak tetemének feloszlatása. Tartósítás szubatomi energiával. Az éhínség megszűnése. Vetésforgó alkalmazása. A gyomoktól való végleges megszabadulás lehetősége. Szubatomi energiák. Állatcsonkítások. Vad- és rovarriasztó generátorok. Otthonunk kártevő-mentesítése. Falak kiszárítása szubatomi energiasugárzással. Fémek meglágyítása szobahőmérsékleten. Súlylódásmentesítés szubatomi energiával. Vas rozsdátlanítása szubatomi energiabesugárzással. Hőmentes fényforrás. Világító falak. Szerszámok zajtalanítása. A közlekedés zajtalanítása. Levitációs építkezés. Lerövidített fázisvizsgálat. Számítógép-kezelés telepatikus úton. Telepatikus vezérlésű autó. A szubatomi energiárészecske mint digitális alapegység. Quipu. Agyhullámerősítő készülék. Telepatikus írásértelmező. Magnetokardiográf. Bioenergia-érzékelő monokli. Testfelnyitás szubatomi manipulátorokkal. Fájdalommentes szülés. Génebesítés. Kimérák. Klónozás. Apa a spermabankból. A génmanipulált élelmiszerek veszélyei. Szupergyomok kialakulása. Frankenstein élelmiszerek. A műanyagipar fejlődési iránya. Lebomló műanyag fólia. Partnerválasztás ezoterikus módszerekkel. A bűnözés és a szerencsejátékok felszámolása. Kaszinórobbantás lézerszkennelvel. A készpénz- és csekkforgalom megszűnése. Rejtett hibák felderítése energiadetektorral. Sugárfegyverek. Katonai titkok feltárása. A háborúk megszűnése. Túlvilági tanácsadók igénybevétele a legfőbb vezetők és munkavállalók kiválasztásánál. A munkavállalást nem befolyásolja az egzisztenciális kényszer. A vallás átalakulása. Atlantisz rejtélyének megoldódása. A minőség forradalma az élet minden területén. A növénynemesítés követendő útja. Kína példamutatása a jövőnket meghatározó szakemberek megbecsülése terén. A fejlődő országok leszakadása. A gazdaság lepusztulása. A megélhetési bűnözés fokozódása. Egyéni megtorlási akciók. A húzállattartás visszafejlődése. Az élvezeti cikkek és a cukorgyártás csökkenése. A hadiipar leépítése. A szén- és uránbányászat megszűnése. A szolgáltató ipar beszűkülése. Kulturális kihatások. A filmkészítés kiegészül a gondolatok közvetítésével. Telepatikus fordítógépek. A belső értékek előtérbe helyeződése. A divat egyszerűsödése. A fejlett országok előremenekülése. Az oktatás szerepének felértékelődése. Fokozódik a kereslet az egészséges táplálék iránt. A bürokrácia megszűnése. Természetgondozás. A munka a jövőben kiváltság lesz)

Kiegészítés..... 259

(Jógamutatványok. Pszichokinézis. Extraszensz-személyek. Testrészek vérmentes átszúrása. Az emberi test lebegtetése. UFO-elrablások gépkocsival együtt. „Agyleszívás”. Kataleptikus test-

merevedés. Bénítás sugárfegyverrel. Villanylámpa-felvillanás érintésre. Chi Kung. Tumo-mesterek. Foglyul ejtő padló. Láthatatlanná tétel. Elektromos-szag. Földhöz szegezés sugárfegyverrel. Energialift. Járművek lebénítása. ÓZ-tényező. Különböző típusú találkozások. David Copperfield. Yi Ching. Jóslás kártyából, -kávészaccból, - kristálygömbből. Ólomöntés. Sarlatánok praktikái. Szám-misztika. A Védák könyvének misztikus számai. Félelem a 13-as és a 666-os számoktól. Shakunta Devi. Autista ikerpár. Reuben Field érzi a pontos időt. Lélekkilépés a testből. Több személyiség. Megszállottság. Ördögűzés. Védekezés a Sátán ellen. „Men in Black”. Tragédiával végződő sátán-idézés. A Sátán múltja. Inkorporáció vagy channeling. Tantrikus éneklés. Lélekcseré. „Kiűzetés”. „Besétálás”. Szellemidézés. Szellemjárás. Átmenetileg testet öltő túlvilági szellemek. Halottidézés. Bilokáció. Doppelgänger. Túlvilágról érkező szellemi alkotások. Kiemelkedő személyek halálának rejtélyes kísérőjelenségei. Piramis effektus. Caballos környékének anomáliái. Visokói piramisok Boszniában. Mini piramisok. Hórusz-piramis. Nemere István munkássága. A csodák átértékelése)