



Az apám mindig azzal takarózott, hogy meg kell edződnöm azért, hogy felnőttként helytálljak majd a világban. Ezért tett ki ezernyi veszélynek. Belekényszerültem életveszélyes helyzetekbe. Mindig azt mondta: *“Felkészítelek arra, hogy a haláltól se rettenj vissza.”* Szörnyű gyerekkor volt. Olyan volt, mintha az idegenlégióban éltem volna.

A kiképzéstől keményebb lettem, mint egy katona. A gyermekkori lelkemet viszont megölte. Amikor már kamasz lettem, mindig azt mondta, hogy jó munkát végeztem...

Gyerekként még alvás közben sem veszíthettem el az éberségemet, nem tudván mikor nem tetszik neki valami. Én voltam a dühének a céltáblája. Amikor ivott, akkor még agresszívabb lett. Gyakran feltört belőle a gyermekkori sérelme. Az anyját hiányolta. Olyankor tört-zúzott. És engem talált meg.

Már felnőttként tudtam meg, hogy az apja gyakran kikötözte éjjelekre a pusztában lévő istállóba. Ezt a kiképzést adta tovább. Anyám egyszer mondta, hogy amikor ki volt kötve az istálló oldalához, akkor rettenetes félelmeket élt meg. Mert korom sötét vette körül és minden település messze volt. Akkor halt meg a lelke. Gondolom az anyját hibáztatta felnőttként, mert nem mentette meg őt.

Mint ahogy én is. Az anya-gyerek szeretet és ez a harag érdekes egyveleget alkot teljesen torz személyt hozva létre. Az ilyen emberek felnőttként az agresszor szerepet próbálják megélni. Fürkészve azt, hogy miért? Miért tettek velük ilyet? Azért élnek felnőttként újra, hogy megértsék azt, hogy a szülő miért tette velük azt, amit tett. Milyen szeretet az, ami ilyenre képes?! A szeretetet keresik. A szeretet értelmét keresik.

Újraélve próbálják levezetni, feldolgozni a poklot. Talán ha tovább adják, akkor megszabadulnak a kínzó érzelmektől. Ez a világ gyűlölete. Én szenvedtem, akkor szenvedést hozok arra, akit csak képes vagyok bántani. Ez a bosszú. Viszont több okból lehetetlen a bosszú.

1. Felnőttként is a gyermekkori “én” dominál. Felnőttként is retteg az agresszív szülőtől.
2. Az agresszív szülővel érdekes kapcsolata van. Nála van valami, amit csak akkor tud visszavenni, ha ki mer állni magáért. Ezt viszont szabotálja a rettegés emléke. Amit elvettek egy gyerektől (a megerőszkolt nőkhöz vagy a fogságba esett katonákhoz hasonlóan), az az emberiség jóságába vetett hit. Az emberi méltóságot, az önbecsülést, a szabadságot. Ezt vissza kell szerezni azáltal, hogy felnőttként odaállunk elé, szembesítjük a tetteivel és annak következményeivel.

El merjük mondani, hogy: *“ ezennel nincs hatalmad felettem többé. Visszaveszem mindazt, amit elvettél tőlem.”*



2. Visszaszerezni önmagunkat, mivel érdekes felállás van, amit a traumás emberek nem is sejteneek. Ugyanis a támadóhoz kapcsolat köti. Ezekre a *Trauma és gyógyulás* című könyv nyitotta fel a szememet. Az első folytatásaként megjelent a 2. kiadása. Azért is érdekes ez a könyv, mert az elsőben még nem tudta az író - vagy nem akarta leírni - azt, hogy bizony a felébredésbe torkollik a feldolgozás útja.

Ezért volt könnyű dolgom Annával, az egyik tanítványommal. Nekem kuriózum volt az ő felszabadítási "hadművelete". Felhasználhattam az összes tapasztalatomat.

A traumás szülő a saját gyávaságát nem képes elfogadni, ezért már a gyereket úgymond "kiképzí" minden eshetőségre felkészítve, hogyha lenne hasonló eset, mint amit ő megélt, akkor a gyerek már fel legyen készítve erre. Valójában szeretetből és megóvásból teszik, amit tesznek.

Erről eddig sehol nem olvastam.

Az érzelmi hidegséget a gyerekekkel azért alakítják ki, hogy a gyerek ne kötődjön hozzájuk, később ne szenvedje el mindazt másoktól, amit ők elszenvedtek. Röviden: a legjobb harcos legyen. A legkeményebb helyzeteket is bírja ki. Érzelmek nélkül. Emellett tudják, hogy ők maguk két lábon járó időzített bombák. A gyereket erre is felkészítik. Arra, hogy ha kitör mindaz, amit próbálnak elnyomni magukban (gyilkolás, fékezhetetlen düh) a gyerek még a halál eshetőségétől se rettenjen meg. Tisztában vannak vele, hogy ők maguk a gonosz. Valójában a legtörődőbb szülők.

Ezért mondta apám, hogy jó munkát végzett. Felkészített arra, hogy szembe merjek nézni akár a gonosszal is. Vagy a halállal.

De ezt a hagyományt meg kell törni valakinek. Miért? Azért, mert ez egy torz vonal.

És valóban jó munkát végzett, de nem arra használtam, amire eredetileg lett tervezve. Az úton jó hasznát vettem. Ugyanígy Anna is jó hasznát vette. A pszichológusok erről például nem is tudnak. Vagyis arról, hogy a traumás szülő valójában a benne szunnyadó gonosz ellen készíti fel a gyereket.

Amikor ez a gonosz kitör, akkor elszabadul a pokol. Családirtás, sorozatgyilkosság, sorozatos nemi erőszak, jobb esetben öngyilkosság.

Vannak az átlag keresők, akik önkutatást végeznek átlagos emberi múlttal és vannak a traumás emberek, akik önkutatást végeznek. Nekik mennyi mindenben kell átrágni magukat! Az átlagos emberi pszichén, plusz azon a terroron, azon a poklon, ami kialakult bennük. Tehát az ő munkájuk négyeszeres, ötszörös egy átlagos keresőhöz képest, de a motivációjuk is hatalmas, hiszen a szabadulási vágy mindenképpen feletti. És ezeknek az embereknek a szabadulás a halál.



Ezek az emberek, amikor túlmennek az emberi átlagos pszichén, akkor találkoznak a pokollal, az igazi pokollal és a pokolban ott a gyilkos. Tehát az a gyilkos, amitől félnek, hogy kitör egyszer belőlük. Ez a gyilkos olyan, mintha szabad kezet kapna, tehát már nincsen, ami visszatartsa, hiszen az “én” meggyengül, a kontroll meggyengül. A kontroll az, ami visszatartja. És inentől ezeknek az embereknek pokol az önkutatás.

Látják, hogy amitől a legjobban féltek, hogyan szabadul el és amitől szeretnének megszabadulni az most valóban bármikor elszabadulhat. Teljesen kontroll nélkül marad. és inentől rettegés az egész út és próbálják kontrollálni, de már nem tudják, hiszen a kontroll nagyon meggyengült. Nos, ennek csak egy módja van: mindenkit eltávolítanak maguk körül, akit csak lehet. El kell, hogy távolítsanak mindenkit, mielőtt kitör a gyilkos, tehát fel kell hogy számolják az összes kapcsolatukat minél előbb. Teljesen romba kell dönteniük az összes kapcsolati rendszerüket azért, hogy mire kitör a gyilkos, már ne legyen senkivel érzelmi száluk. Ha esetleg bántalmazza őket, akkor már ne fájjon neki. Tehát ez nagyon érdekes út a megvilágosodás felé, hiszen pont azokat a dolgokat hozza elő, ami a megvilágosodáshoz kell, hiszen fel kell számolni a kapcsolati rendszert. Ilyen útról még nem is igen hallottam.

Teljesen egyedül kell maradnia. Elszeparálódik az emberiségtől azért, hogy minél jobban kontroll alatt tudja tartani ezt a gyilkost. Csak erre kell figyelnie. Nem tud másra figyelni, csak befelé és megpróbálja kordában tartani azt, de ehhez mindentől el kell különülnie. Teljesen egyedül kell hogy maradjon ő és a benne lévő gyilkos gonosz. És amikor egyedül marad, akkor nagyon érdekes dolog történik, mert ezt a gonoszt elfogadja. Elfogadja a sorsát, elfogadja azt, ami történt vele és együttérzővé válik saját magával szemben. Megbocsát magának és az elkövetőnek. A világnak, hogy senki nem segített neki.

Megkezdődik a gyógyulása. Megjelenik az Isteni szeretet, az együttérzés. Elfogadja a gyilkost. Átöleli a gyilkost a szeretet. Ettől a gonosz gyilkos erejét veszti és elolvad.

S. Zs.

**Engedély nélküli felhasználása bármilyen formában tilos!**

[www.csendules.hu](http://www.csendules.hu)