

# Mesék

---

Fejnek és a Szívnek



A kis ember most a szája elé emeli a kezét és azt a panaszos kiáltást hallatja, amit már jól ismerek. Feldühödöm és követelem, árulja el, mi a célja azzal, hogy így megtévesztett. Azt feleli, hogy ennek a trükknek köszönhetően sokkal jobb lesz az emésztésem. A különös kis figura azzal folytatja a magyarázatot, hogy a zuhanásom alatt a derekam és gyomromat szorító kötél nagyon jót tett nekem, ahogy az alagútban megtett utam is, amikor a könyökömre támaszkodva kúsztam előre. Furcsa megjegyzéseit azzal zárja le, hogy megkérdezi, jelent-e számomra valamit ez a kifejezés: „A Föld gyomrában vagy.” Ez csak egy nyelvi fordulat felelem, de a kis ember biztosít, hogy ez esetben a kifejezés nagy igazságot hordoz. Majd hozzáteszi: „A saját beleidben vagy. Amikor valami gondja van a belső szerveivel, az embernek mindenféle örült gondolatok jutnak eszébe. És fordítva: a negatív gondolatok árthatnak a belső szerveknek. Úgyhogy mostantól jobban kellene vigyáznod magadra. Ha nem teszed, elkezdek körbe-körbe járkálni, te pedig éles fájdalmat és mindenféle kellemetlenséget fogsz érezni a bensődben... Vannak kollégáim, akik a tested más részeiért felelősek, például a tüdődéért, a szívedért és így tovább.” Majd elkezd járkálni, körbe a falakon és a mennyezeten. Ahogy jön-megy, nyilalló fájdalmat érzek a gyomrom, a májam és a vesém környékén. (\*)

Ezután a kis ember tetőtől talpig lepermetez egy arany csőből folyó vízsugárral, alaposan letisztítva rólam minden sarat. Egy pillanat múlva már száraz is vagyok. Leheveredem egy kényelmes kanapéra és lazítok egy kicsit. A kis ember egy puha kefével simít végig ritmikusan a derekam és az alhasam tájékán, amiktől ezek a területek nagyon jólesően ellazulnak. Észreveszem, hogy amint a gyomromban, májamban és vesémben érzett kellemetlenség megszűnik, a gondolataim és az érzéseim is jobbak. (\*)

Most erős rezgést érzek. Újra a felvonóban találom magam, ami emelkedik a Föld felszíne felé.

bányász néhány méterre lehet tőlem. A csákányom nyelét beékelem két nagy kő közé, és rákötözöm a kötél egyik végét. A kötél másik végét a derekamra erősítem, és egy csattal biztonságosan rögzítem. Nagy nehezen sikerül fejjel előre beférkőznöm a nyílásba. A könyökömre támaszkodva húzom magamat előre és kúszom lefelé a meredek, lejtős aknában. A sisaklámpám fényénél látom, hogy az átjáró egyre szűkül, és végül bezárul. A hőség és a pára annyira fullasztó, hogy alig kapok levegőt. (\*)

A lábamtól sűrű sár folyik lefelé. Lassan ellepi a lábaimat és becsordogál a mellkasom alá. Rájövök, hogy ezt a szűk nyílást hamarosan teljesen megtölti a sár. Megpróbálom felnyomni magam, de a hátam kemény sziklának ütközik. Próbálok hátrálni,... de ez már képtelenség. Újra meghallom a panaszos hangot, egészen közélről. (\*)

Hirtelen teli torokból felkiáltok, ahogy a vájat alja megindul alattam, és az omlás magával ragad... Fejjel előre csúszom lefelé, míg a kötél éles rántása a derekamon hirtelen megállítja a zuhanást. Lógok a kötél végén, mint egy nevetséges, sáros inga. Zuhanásom éppen egy szőnyegpadló felett szakadt félbe. Egy fényárban úszó, elegáns szobát látok, valami laboratóriumféleséget, tele hatalmas könyvespolcokkal. De kellemetlen helyzetem sokkal jobban aggaszt, és minden figyelmemet leköti, hogy megpróbáljam kiszabadítani magam. Bal kezemmel megfogom a kötelet, jobb kezemmel kioldom a csatot, ami a kötelet tartja a derekamon. Finoman huppanok a szőnyegre.

„Micsoda viselkedés ez, barátom, micsoda viselkedés!”- szól egy magas hang a hátam mögött. Megfordulok és megdermedek. Egy kis ember áll előttem, hatvan centiméter magas lehet. Kissé hegyes füleitől eltekintve teljesen arányos. Élénk színekben játszik a ruhája, de így is egy bányász félreismerhetetlen jegyeit viseli. Nevetségesnek és meglepőnek találom a helyzetet, amikor megkínál egy koktéllal. De olyan jól esik, hogy egy pillanat alatt kiürítem a poharat.

## Tartalomjegyzék

Bevezető	2
Teljes lazítás	4
I. Elbeszélések	
A múlttal való megbékélés	
1. A gyermek	6
2. Az ellenség	8
3. A nagy tévedés	10
4. Nosztalgia	14
5. Az ideális társ	15
6. Neheztelés	19
A jelenlegi helyzet	
7. Az élet védnöke	22
A jövőre vonatkozó javaslatok	
8. A belső vezető	24
9. A mentő cselekedet	26
10. A hamis remények	30
Az élet értelme	
11. Az ismétlődés	33
12. Az utazás	35
13. A fesztivál	38
14. A halál	41
II. Játék a képekkel	
1. Az állat	45
2. A szánkó	47
3. A kéményseprő	51
4. A leereszkedés	53
5. Az emelkedés	55
6. A jelmezbál	57
7. A felhők	59
8. Előrehaladás és visszatérés	61
9. A bányász	62

## Bevezető

A „Mesék a fejnek és a szívnek” - azaz a vezetett élmények - a Humanista Mozgalom személyes fejlődést segítő eszközei közé tartoznak. A Humanista Mozgalom egy nemzetközi gondolkodási áramlat, mely 1969-ben alakult Argentínában, és azóta a világ minden táján elterjedt. A humanisták egy új, emberközpontú kultúra létrehozásán dolgoznak, ami belső világunk és társadalmi életünk átforgatását jelenti, és egy értelemmel teli élet kialakítását. A vezetett élmények is ezen törekvéshez hivatottak hozzájárulni.

A vezetett élmények során a képzeletünket használjuk. A tudatunkban jelen lévő képek nagyon fontos eszközök, hiszen ezek szabják meg cselekedeteink irányát a világban. A velük való szándékos foglalkozás a tevékenységeinkhez, az érzelmeink felszabadításához, az elmúlt eseményekre való emlékezéshez és jövőbeli terveink kialakításához nyújt segítséget. Mindezek hozzájárulnak önmagunk jobb megismeréséhez és megértéséhez, valamint az életünk értelmének kereséséhez.

A „mesékkel” csoportosan érdemes foglalkozni, hogy tapasztalatainkat és nehézségeinket megvitathassuk egymással, és érdekes véleménycsere alakulhasson ki a résztvevők között. A szöveg olvasására a csoport egyik tagját jelöljük ki. Mielőtt hozzáfogunk az élmény felolvasásához, érdemes egy rövid lazító gyakorlatot elvégezni (külső, belső és szellemi lazítást).

A szövegben csillaggal jelöltük azokat a részeket, ahol rövid (10-15 másodpercnyi) szünetet kell tartani, hogy a résztvevőknek legyen idejük elképzelni a helyzetet. A vezetett élmények során mindenki azokat a személyeket és tárgyakat hívja elő a tudatából, amelyek számára legjobban beleillenek a történetbe. Ez a rendhagyó irodalmi eszköz lehetővé teszi, hogy a hallgatók ne csak passzív résztvevők legyenek, hanem „főszereplőkként” aktívan beleéljék magukat a történetekbe, és a saját „képeikkel” töltsék meg a jeleneteket. Így mindenki más és más élményeket fog átélni.

Öt csoportba soroltuk a „meséket”: 1) a múlttal való megbékélés;

műszak végét jelzi. Látom, hogy a felvonó lassan jön felfelé. Egy erőteljes zökkenéssel megáll a lábamnál. Mindannyian beszállunk és megállunk a lift fémpadlóján. A felvonó ajtaja bezárul, és társaim halk mormogása közepette ereszkedni kezdünk. A felvonó halvány fényénél látom hozzám nagyon közel elsuhanni a sziklafalat. Ahogy ereszkedünk, a levegő egyre melegebb meglehetősen fülledt lesz.

Megállunk egy alagútnál, ahol a bányászok többsége kiszáll a liftből. Az ajtó újra becsukódik. Már csak négyen-öten maradunk bent. Tovább ereszkedünk, majd megállunk egy újabb alagútnál. Itt kiszáll a többi bányász is. Egyedül ereszkedem tovább. A lift végül nagy robajjal megáll. Elhúzó az ajtót és kilépek. Egy gyengén megvilágított alagút elején vagyok. Hallom, ahogy a felvonó visszaindul.

Elöttem egy sín páron egy bányavasút áll. Felmászok rá, beindítom a motort, és lassan elindulok az alagútban. A pálya végén megállítom a kocsit. Leszállok, felkapcsolom a lámpát a sisakomon és elkezdem kirámolni a szerszámaimat. A víznyomásos fúrók és a légkalapácsok távoli visszhangjára figyelek,... de egyszers csak meghallom, amint egy erőtlen elfojtott emberi hang szólít. Tudom, hogy ez mit jelent! Lerakom a szerszámokat, és a vállamra tekerek néhány kötelet. Felmarkolok egy csákányt, és elszántan indulok előre a szűkülő alagútban. Elhagyom a kivilágított szakaszt. Csak a sisakomon lévő lámpa fényére hagyatkozhatok. Időnként megállok, hogy halljam, merről jönnek a kiáltások. Az alagút végéhez közeledve már csak lehajolva tudok haladni. Éppen előttem ér véget az alagút, egy frissen feltárt területnél. A kötőrmeléből arra következtetek, hogy itt nemrég omlás volt. Víz szivárog a kövek és a törött fagerendák között. A talaj ingoványos, a csizmám belesüpped a ragadós sárba. Csákányommal elkezdem eltakarítani a szikladarabokat. Hamarosan felfedezek egy szűk nyílást, ami átvezet a falon. Miközben próbálom kitalálni, hogyan tudnám átpréselni magam a résen, tisztán hallom a kiáltásokat. A bennrekedt

előre”. A szék azt teszi, amit mondok. Aztán így szólok: „Négyet jobbra. Kettőt hátra. Kettőt balra. Egyet hátra. Kettőt balra”. Újra a fekete csempén állok. Most azt mondom: „Hármat hátra. Egyet jobbra. Egyet hátra. Négyet jobbra. Négyet előre. Ötöt balra”. Ismét a fekete csempén vagyok. Végül azt mondom: „Hármat balra. Kettőt hátra. Egyet előre. Kettőt jobbra. Hármat hátra. Egyet jobbra. Négyet előre”. Megint ott vagyok, ahonnan indultam.

Felkelek a székből és elhagyom a házat. Egy hatalmas országút közepén állok. Egyetlen autó sincs a láthatáron. Meglátom egy kedves ismerősömet, amint egyenesen felém tart. Annyira közel jön hozzám, hogy majdnem összeérünk. (\*)

Aztán elsétál, lassan távolodik, és végül eltűnik. (\*)

Most egy olyan embert látok közeledni, aki nagyon ellenszenves a számomra. Egészen közel jön hozzám. (\*)

Aztán elmegy, lassan távolodik, és végül eltűnik. (\*)

Leülök. Visszaemlékszem egy meglehetősen nehéz helyzetre, ahol más emberekkel szemben állok. Aztán otthagynom őket. (\*)

Végül felidézek egy olyan helyzetet, amiben nagyon jól érzem magam. Aztán ezt a helyzetet is otthagynom. (\*)

## == A bányász ==

Emberek vesznek körül. Mindannyian bányászruhában vagyunk. Várjuk, hogy feljöjjön a bányalift. Nagyon korán van. Könnyű, szitáló eső hull az ólomszürke égből. A távolban egy gyár fekete körvonalait és izzó kohóit látom. A kémények lángot okádnak. A füst vastag oszlopokban száll fel. A gépek lassú, távoli és ütemes zaján túl meghallom egy sziréna éles hangját, ami a

2) a jelenlegi helyzet; 3) a jövőre vonatkozó javaslatok; 4) az élet értelme; 5) „Játék a képekkel”. Természetesen nem kell ezt a sorrendet betartani, a csoport mindig eldöntheti, hogy éppen melyik témával kíván foglalkozni.

Reméljük, hogy a mesék segítségedre lesznek, és kedved támad ahhoz, hogy megoszd másokkal is ezt a hasznos eszközt és tapasztalatot.



## == Teljes lazítás ==

### 1. Külső fizikai lazítás

Helyezkedjünk el kényelmesen és csukjuk be a szemünket.

Most megpróbálom felvenni a kapcsolatot a testemmel. Először megkeresem azokat a pontokat, amelyek feszültek. Megfigyelem a mellkasom, a hasam, a tarkóm és a vállaim izmait. Ha bárhol a testemben feszült izmot találok, azt először néhány másodpercig még jobban megfeszítem, majd hirtelen elengedem, és így ellazul. Még egyszer. Még egyszer.

Ezután a figyelmemet a fejemre fordítom. Érzem a fejbőröm, a homlokom, az arcom két oldalát egészen az államig, mindkét szemem egy időben, az orrom két oldalát, a szám sarkait és az arcomat mindkét oldalon.

Ezután gondolatban elindulok lefelé a nyakam két oldalán és ellazítom, ezután a figyelmemet a vállaimra fordítom. Majd elindulok lefelé a két karomon, érzem a felkarom, a könyököm, az alkarom és a kézfejem, és így teljesen ellazulnak.

Most visszatérek a fejemhez és újra ellazítom. Érzem a fejbőröm, a homlokom, az arcom két oldalát egészen az államig, mindkét szemem egy időben, az orrom két oldalát, a szám sarkait és az arcomat mindkét oldalon. Most a nyakam elülső részén indulok el lefelé egy képzeletbeli párhuzamos mentén. Érzem a nyakam elülső részét, a mellkasomat, a hasamat. Haladok lefelé egészen addig, amíg el nem érem a törzsem alsó részét, miközben minden izmom teljesen ellazul.

Ismét visszatérek a fejemhez. Újra ellazítom a fejem és az arcom izmait. Ezután a fejem hátsó részén indulok el. Érzem a fejem tetejét, a fejbőrömet, a tarkómat. Érzem a lapockám izmait,

## == Előrehaladás és visszatérés ==

Egy nagy, jól kivilágított szobában teszek néhány lépést és kinyitom az ajtót. Lassan végigmegyek egy folyosón, és átmegyek egy másik ajtón, tőlem jobbra. Egy újabb folyosót találok. Sétálok egyenesen tovább. Itt balra van egy ajtó. Kinyitom, és továbbmegyek. Egy újabb bal oldali ajtót látok, ezen is áthaladok. Újabb ajtót pillantok meg a bal oldalamon, ezen is átlépek, és sétálok tovább. Most lassan megfordulok és visszamegyek abba a szobába, ahonnan elindultam. (\*)

A szoba jobb oldalán van egy kertre nyíló, hatalmas üveg tolóajtó. Elhúzó az ajtót. Kiballagok. A kertben van egy szerkezet, mely egy acélvezeték tart kifestve, kissé a föld felett. A vezeték egyenesen, kanyarogva halad. Felállok a vezetékre és egyensúlyozom. Teszek egy lépést. Majd még egyet. Gond nélkül sétálok a drót egyenes és kanyargó szakaszain. Most hátrafelé lépkedve visszamegyek oda, ahonnan elindultam. (\*)

Leszálok a vezetékről. Visszamegyek a szobába. Egy embernagyságú tükröt látok a falon. Miközben lassan odasétálok, és figyelem, hogy – logikusan – a tükörképem is közeledik felém. Egészen addig megyek, míg meg nem tudom érinteni a tükröt. Aztán a tükörrel szembefordulva hátrálok, és látom, hogy a tükörképem szintén távolodik. Újra odasétálok a tükörhöz, hogy megérintsem, de észreveszem, hogy ezúttal távolodik tőlem, míg el nem tűnik. Megint látom a tükörképemet, ahogy hátrafelé lépdelve közeledik felém. Mielőtt elérné a tükröt, sarkon fordul, és közeledik felém.

Kimegyek egy nagy csempékkel kirakott udvarra. Középen, egy fekete csempe fölött egy nagy karosszék áll. A többi csempe fehér. Hirtelen úgy érzem, hogy ez a szék képes bármely irányba magát mozogni úgy, hogy közben mindig egy irányba néz. Elhelyezkedem a székben, és azt mondom: „Három csempét

a mágnes leereszkedik a felhőkön keresztül... Rövid idő múlva a bot megrándul és hajladozik, ekkor a barátom felkiált: „Valami jót fogtunk!” Feltekerve a damilt látjuk, hogy egy nagy tálca ragadt a mágnesre. Rajta mindenféle étel és ital. Minden nagyon szépen van elkészítve. Leeresztjük a tálcát a felhőkre, és készen állunk élvezni a nagy lakomát. Minden, amit megkóstolok, kitűnő ízű. De a legmeglepőbb, hogy az étel nem fogy el. Csak kívánnunk kell, és új ételek jelennek meg az elfogyottak helyére. Így eszegetek mindent, amit valaha is akartam enni, és nagyon élvezünk a lakomát. (\*)

Elégedetten hanyattfekszünk a puha felhők matracán, és élvezünk a hihetetlen jólét érzését. (\*)

A testemet teljesen puhának, melegnek, elengedettnek érzem, és jámbor gondolatok járnak a fejemben. (\*)

Észreveszem, hogy nem tapasztalom a sürgősség, a nyugtalanság, a többre vágyás érzését. Úgy érzem, hogy a világ összes ideje a rendelkezésemre áll. (\*)

A beteljesülésnek és a jólétnek ebben az állapotában megpróbálok azokra a problémákra gondolni, amik a hétköznapi életemben jelentkeznek. Úgy érzem, minden túlzott feszültség nélkül képes vagyok kezelni ezeket a gondokat, és tisztán látom a megoldásokat. (\*)

Rövid idő után megszólal a barátom: „Most vissza kell térnünk.” Felkelek és néhány lépés után észreveszem, hogy megint a mozgólépcsőn vagyok. Az elkezd lágyan ereszkedni, a felhőkön keresztül. Lágy párát érzek, ahogy könnyedén ereszkedem a föld felé. Megközelítem az épületet, és a mozgólépcső bemegy a tetőn. Végighaladok az áruházzal összes emeletén. Embereket látok, akik gondterhelten válogatnak az áruk között, hogy melyiket vegyék meg. Becsukom a szemem, és hallom a hangot, amint azt mondja: „Akkor nem volt félelem, se nyugtalanság, se vágy, mert az idő nem létezett.” (\*)

és az izmokat a gerincem két oldalán. Minden izmot ellazítok egészen a fenekemig. Majd érzem a két lábam, és egyszerre ellazítom őket egészen a lábujjaim hegyéig.

A testem laza és nyugodt.

## 2. Belső fizikai lazítás

Visszatérek a fejemhez. Érzem a szemgolyómat és a szemem körüli izmokat. Most érzem mindkét szemem belsejét egy időben. Ezután a figyelmemet a fejem belseje felé terelem és a szemem teljesen ellazul. Haladok a fejem belseje felé miközben teljesen ellazítom. Majd lassan ereszkedni kezdek a torkomon át a tüdőm felé. Érzem a tüdőm mindkét felét, és ellazítom őket. Tovább ereszkedem lefelé a hasamban, és ereszkedés közben megszüntetek minden feszültséget. Folytatom a leereszkedést egészen a hasam alsó feléig.

Érzem, hogy belsőm teljesen ellazult.

## 3. Szellemi lazítás

Ismét visszatérek a fejemhez. Érzem a fejbőrömet és a fejbőröm alatt a koponyámat. Érzem az agyam a fejem belsejében. Érzem az agyam, mintha feszült volna. Majd elkezdem ellazítani ezt a feszültséget az agyam belseje felé haladva. Haladok az agyam középpontja felé, miközben érzem, hogy agyam külső része lágyabb és puhább lesz. Ezután az érzékelést az agyam alsó része felé irányítom. Érzem, hogy agyam egyre puhább, lágyabb és melegebb lesz.

Érzem, hogy a testem nyugodt, a szívem békében van és az elmém lecsendesedett.

## == A gyermek ==

Átmegyek a földeken. Nagyon korán reggel van. Békésnek és vidámnak érzem magam.

Észreveszek egy réginek látszó épületet. Úgy tűnik, kőből készült, és mintha a tető is kőből lenne. Az elején nagy márványoszlopok állnak. Megérkezem az épülethez, és egy fémkaput látok, amely valószínűleg nagyon nehéz. Az egyik oldalról váratlanul két vadállat közelít, és rám ront. Szerencsére fogvatartja őket egy kifeszített lánc, így mindkettő megtorpan előttem. Nem érhetem el a kaput anélkül, hogy az állatok meg ne támadnának. Odadobok nekik egy zacskót, amiben ennivaló van; mohón elnyelik, majd elalszanak.

Megközelítem a kaput és megvizsgálom. Nem látok rajta kilincset és mást sem, amivel ki lehetne nyitni. De amikor finoman megnyomom, az ajtó kinyílik, olyan fémes csikorgással, mintha évszázadok óta nem nyitotta volna ki senki. Egy lágyan megvilágított, nagyon hosszú terem tárul elém. A végét nem látom. Jobb és baloldalon földig érő képek lógnak a falon. Mindegyik más-más jelenetet ábrázol. Az első képen tőlem balra egy ember látható, aki egy asztalnál ül. Az asztalon kártya, dobókocka és más játékok hevernek. Pillantásom a játékos furcsa kalapjára esik. Megpróbálom finoman megérinteni a festményt a kalapnál. Semmiféle ellenállást nem érzek, és az egész karom behatol a festménybe. Aztán az egyik lábammal, majd egész testemmel belépek a képbe. A játékos felemeli az egyik kezét és így kiált: „Ne olyan hevesen, ide nem jöhet be belépő nélkül!” A zsebemben kotorászva találok egy kristálygolyót, azt odaadom neki. A játékos bólint, és én elmegyek mellette.

Egy vidámparkban vagyok. Éjszaka van. Különböző játékokat látok. Minden fényes és tele van mozgással... de nem látok egyetlen embert sem. Majd felfedezek a közelemben egy

## == A felhők ==

Teljes sötétségben vagyok, csak egy hangot hallok, amely azt mondja: „Akkor, amikor nem volt létező és nem volt nem létező. Nem volt levegő, nem volt ég, és sötétség honolt a végtelen mélységek fölött. Nem voltak emberek, sem állatok, nem volt egyetlen madár, hal vagy rák sem, nem voltak kövek, barlangok, sziklák, sem puszták és erdők. Nem voltak galaxisok és atomok... és nem voltak áruházak sem. Akkor megszülettél, és megjelent a hang és a fény, a hőség és a hideg, a durvaság és a lágyág.” Most elhallgat a hang, és észreveszem, hogy egy mozgólépcsőn vagyok, egy nagy áruházban. Sok emeleten át haladok felfelé, amikor észreveszem, hogy az áruház teteje nyitva van. A mozgólépcső folytatja útját, lassan és megerőltetés nélkül kivisz az épületből a tiszta ég felé. Az áruház egyre kisebb mögöttem. Az ég mélykék, és a ruhám jólesően lebeg a szélben. Mélyen, békésen lélegzem be a friss levegőt. Ahogy átjutok egy lágy, ködös rétegen, meglátom a fehér felhők végtelen tengerét. A mozgólépcső fokozatosan kiegyenesedik, és úgy sétálhatok rajta, mintha járda lenne. Elindulok, és egyszer csak azt veszem észre, hogy a felhőkön sétálok. Minden erőfeszítés nélkül lépdelek. Nagyokat tudok ugrani, mert nagyon kicsi a gravitáció. Kihasznlom ezt, és bukfenceket vetek, a hátamra esem, felugrok megint, mintha ugrószőnyegen ugrálnék. A mozgásom lassú, és nagyon felszabadult. (\*)

Most meghallom egy régi barátom hangját, aki vidáman üdvözl engem. Aztán meglátom, amint könnyedén fut felém. Összefutunk egy nagy ölelésben, és gurulunk és ugrálunk összevissza, cigánykerekeket hányva, nevetve és énekelve. (\*)

Végül leülünk, a barátom elővesz egy pecabotot, és fokozatosan kihúzza. Mindent előkészít, de horog helyett egy nagy patkómágnest akaszt a damilra. Majd letekeri az orsót, és



és nevetségesnek érzem magam. Ennek ellenére énekelek és táncolok a tömeg előtt, kiteve magam megvető szidalmaiknak és fütyeiknek. (\*)

Egy pimasz muskétás felugrik a színpadra, lökdösni és sértegetni kezd. Legnagyobb megdöbbenésére elkezdek átváltozni egy állattá. Egyre jobban átváltozom, de az arcomat megőrzöm. Először kutyává, aztán madárrá, végül pedig hatalmas varangyos békává változom. (\*)

Ekkor egy sakkfigura, egy bástya áll elém, és azt mondja: „Szégyellje magát,... hogy így megijeszti a gyerekeket!” Visszanyerem normális külsőmet, és a szokásos ruháimat viselem. Lassan kezdek összemenni. Már olyan kicsi lettem, mint egy gyerek. Lelépek a színpadról, és felnézek a körülöttem levő hatalmas, jelmezes alakokra, akik felülről bámulnak rám. Közben folyamatosan egyre kisebb és kisebb leszek. (\*)

Egy nő hisztérikusan sikoltozni kezd, azt kiabálva, hogy én egy bogár vagyok. Éppen el akar taposni, amikor mikroszkopikus méretűre zsugorodom. (\*)

Ezután gyorsan ismét gyermek-méretűre növekszem. Majd visszanyerem normális magasságomat. Tovább növekszem, egyre nagyobbra és nagyobbra. Körülöttem a tömeg szétoszlik, mindenki menekül, amerre lát. A fejem most eléri a mennyezetet. Ebből a magasságból nézek le. (\*)

Felismerem a nőt, aki el akart taposni. Félkézzel felemelem és felteszem a színpadra, miközben ő hisztérikusan sikoltozik. Visszanyerve normális magasságomat, úgy döntök, hogy távozom a partiról. Amikor kiérek az előtérbe, megpillantok egy tükröt, ami teljesen eltorzítja a külsőmet. Elkezdem dörzsölni a tükör lapját, egészen addig, amíg azt a gyönyörű képet nem mutatja rólam, amire mindig vágytam. (\*)

Búcsút intek a jólfésült pasasnak a bejáratnál és elhagyom a házat, békében magammal.

tíz év körüli gyermeket. Háttal áll nekem. Ahogy közelebb lépek hozzá és felém fordul, észreveszem, hogy én magam vagyok ennyi idős koromban. (\*)

Megkérdem, hogy mit csinál itt. Ő valamilyen igazságtalanságról beszél, amit vele tettek. Sírni kezd, és én vigasztalásképpen megígérem neki, hogy elviszem játszani, de ő továbbra is csak az igazságtalanságról beszél. Hogy jobban megértsem, elkezdek gondolkodni azon, hogy ennyi idős koromban milyen nagy igazságtalanság ért engem. (\*)

Most már emlékszem és megértem, hogy nagyon hasonló igazságtalanság miatt szenvedek életem jelenlegi szakaszában is. Ezen gondolkodom, mialatt a gyermek tovább sír. (\*)

És ekkor azt mondom magamnak: „Jó, el fogom tüntetni ezt az igazságtalanságot, ami úgy tűnik, a mai napig elkísér. Először is elkezdek barátságosan viselkedni azokkal az emberekkel, akik ezeket az érzéseket váltják ki belőlem.” (\*)

Látom, hogy a gyermek nevet. Megsimogatom, és azt mondom neki, hogy még találkozunk. Elbúcsúzik, és elégedetten megy el. Elhagyom a vidámparkot, elhaladok a játékos mellett, aki a szeme sarkából rámpillant. Megérintem a kalapját és ő játékosan rámkacsint. Elhagyom a festményt, és megint a hosszú teremben találok magam. Lassan végigmegyek a termen, majd kilépek a kapun. Kint alszanak az állatok. Félelem nélkül megyek el közöttük.

Fényes nappal fogad. A tágas földeken át felszabadultan térek vissza, azzal az érzéssel, hogy megértettem egy furcsa helyzetet, melynek gyökere a régmúltba nyúlik.

## == Az ellenség ==

A belvárosban vagyok, a nap legforgalmasabb időszakában. Rohanó járművek és emberek között sietek én is.

Váratlanul minden megdermed. Én vagyok az egyetlen, aki mozogni képes. Elkezdem vizsgálni az embereket. Megfigyelek egy nőt, aztán egy férfit is. Többször körbejárom és egészen közélről tanulmányozom őket. Majd felmászom egy autó tetejére, onnan nézek körbe, és látom, hogy minden elcsendesedett. Elgondolkodom egy pillanatig, és felismerem, hogy az emberek, az autók és minden más a rendelkezésemre áll. Azt csinálók velük, amit akarok. Azonnal elkezdek kedvem szerint rendezkedni, olyan izgatottsággal, hogy hamarosan kimerülök. Miközben pihenek, azon gondolkodom, mit tehetnék még. Újra belevetem magam minden szeszélyem megvalósításába, a legcsekélyebb gátlás nélkül.

De kit látok ott? Nem mást, mint azt az ember, akivel van egy kis elszámolnivalóm. Azt hiszem, több sérelmet okozott nekem életem során, mint bárki más... Mivel már nem sokáig marad mozdulatlan minden, az ellenségemhez lépek, aki mostanra már képes kisebb mozdulatokra. Rémülten néz rám, hiszen megérti a helyzetet, de bénult és védtelen marad. Így hát elmondok neki mindent, amit csak akarok, és megfogadom, hogy azonnal bosszút állok. Az ellenségem mindent hall, de válaszolni nem tud, ezért emlékezetébe idézem azokat a helyzeteket, amikor szörnyen bánt velem. (\*)

Amíg az ellenségemmel vagyok elfoglalva, több ember megy el mellettünk. Meghallva a vádakát, megállnak, és élesen bírálják az őt, aki szipogva válaszolja, hogy sajnálja, amit tett. Letérdel, és bocsánatért könyörög, de most mások érkeznek, és ők folytatják a kihallgatást. (\*)

Kis idő múlva a tömeg kijelenti, hogy egy ilyen alávaló

## == A jelmezbál ==

Egy nudista strandon vagyok, meztelenül. Úgy érzem, hogy az emberek figyelnek, férfiak és nők, fiatalok és öregek. Valaki azt mondja, hogy azért néznek, mert észrevették, hogy problémáim vannak. Az illető azt tanácsolja, hogy inkább fedjem be a testemet. Felveszek egy kalapot meg egy pár cipőt. A nudisták rögtön elvesztik az érdeklődésüket irántam. Befejezem az öltözködést és elhagyom a strandot.... Egy partira vagyok hivatalos. Belépek egy nagy épületbe. Az előtérben egy divatosan öltözött úriemberbe botlom, aki arról tájékoztat, hogy az alkalomnak megfelelően kell felöltöznöm, ha be akarok menni a bálterembe, mert itt jelmezbál van. Egy szokatlan jelmezekkel és álarcokkal megrakott öltöző felé irányít. Sietség nélkül kezdek válogatni a holmik között. Előttem különböző szögben beállított tükrök állnak. Amikor sorra felpróbálom a különböző álarcokat és jelmezeket, minden oldalról jól látom magam. Először azt a jelmezt és álarcot próbálom fel, ami a legrosszabbul áll nekem. (\*)

Aztán felpróbálom a legjobb jelmezt és a hozzá való álarcot. Minden oldalról alaposan szemügyre veszem magam. Minden szépséghibát azonnal kiküszöbölok, egészen addig, míg végül minden kitűnően passzol egymáshoz. (\*)

Teljes szépségemben tündököelve lépek be a bálterembe, ahol a jelmezbált tartják. A terem tele van emberekkel, mindannyian jelmezt viselnek. A tömeg egyszer csak elcsendesedik, és mindenki tapsolni kezd tökéletes jelmezem láttán. Arra biztatnak, menjek fel a színpadra, és felkérnek, hogy énekeljek és táncoljak. Megteszem. (\*)

A közönség most arra kér, hogy az álarcomat levéve ismételjem meg a produkciót. Mihelyt engedelmeskedni akarok, észreveszem, hogy az a förtelmes jelmez van rajtam, amit először próbáltam fel. Ráadásul az arcomat is felfedtem. Rondának

elterülő tájon kalandozik a tekintetem. (\*)

Egy helikopter tűnik fel a fejem fölött. Kötéllétrát eresztenek le, aminek fából vannak a fokai. Megragadom a létrát, és mindkét lábammal fellepek a legalsó fokra. A létra lassan emelkedni kezd, ahogy a helikopter feljebb száll. A víztartály alattam egyre kisebb és kisebb lesz. (\*)

Mászom a létrán, míg el nem érem a helikopter ajtaját. Megpróbálom kinyitni, de be van ragadva. Lenézek. (\*)

Hirtelen kinyílik a fém ajtó. A fiatal pilóta kinyújtja értem a kezét. Bemászom. Gyorsan emelkedünk felfelé. Valaki bejelenti, hogy a motor meghibásodott. Hallom a törött fogaskerekek csikorgását. A propeller leáll. Egyre gyorsabban zuhanunk. A kezembe nyomnak egy ejtőernyőt és a legénység két tagja kiugrik a mélybe. A helikopter ajtajában gubbasztok, miközben szédítő sebességgel zuhanunk. Rászánom magam és kiugrok. Fejjel lefelé esem. Annyira gyorsan zuhanok, hogy alig kapok levegőt. Megrántom a zsinórt, és az ejtőernyő hatalmas lepedőként nyílik ki fölöttem. Erős rántást érzek. A zuhanásom sebessége csökken. Meg kell próbálnom a víztartályon landolni, különben a magas feszültségű vezetékekre, vagy a fenyőfák közé esem, melyeknek ágai úgy szúrnak, akár a tű. A zsinórok huzogatásával irányítom az ejtőernyőt. Szerencsére segítségemre van a szél. (\*)

A tartály tetejére esem, és a széle felé gurulok. Az ejtőernyő beborít. Kikecmergek az ejtőernyőből, és látom, ahogy az teljesen összegabalyodva leesik. Felállok, és lassan elindulok lefelé a csigalépcsőn. Leérek a ház tetejére, majd nyugodtan lemegyek az első emeletre. Sietség nélkül haladok tovább, míg el nem érem azt a helyiséget, ahol bejöttem. Újra a földszinten vagyok, odamegyek az ajtóhoz, kinyitom és kimegyek.

ember nem maradhat életben, és halálra ítélik az ellenségemet. Már-már meglincselik, de ő irgalomért könyörög. Ekkor szólok, hogy megbocsájtok neki. Mindenki elfogadja a döntésemet, így a tömeg hamarosan teljes egyetértésben továbbáll. Megint magunkra maradunk. Kihasznlom az alkalmat, hogy végre elszámoljak vele, s addig folytatom, míg nem teljesen elkeseredik. Elmondok és megteszek mindent, amiről úgy érzem, megérdemli. (\*)

Az ég vészjóslóan besötétedik, és elered az eső, mintha dézsából öntenék. Menedéket keresve beállok egy üzlet ablaka mögé, onnan nézem, ahogy a városba visszatér az élet. A gyalogosok szaladnak, és az autók óvatosan csúszkálnak a szélkavarta esőfüggönyön át. A villámlás fel-felvillanó fényei és az éles mennydörgések közepette bámulok ki az esőcsíkozta üvegen. Teljesen nyugodtnak érzem magam, üresség van bennem, és szinte gondolatok nélkül figyelem az eseményeket.

Hirtelen feltűnik az ellenségem, menedéket keresve az eső elől. Amikor meglát, azt mondja: „Milyen szerencse, hogy együtt vagyunk ebben a helyzetben!”. Félénken néz rám. Én gyengéd vállveregetéssel vigasztalom, mire ő ránt egyet a vállán. (\*)

Gondolatban végignézem azokat a problémákat, amik ezt az embert gyötrik. Látom a nehézségeit, a kudarcait, elképesztő csalódottságát és gyengeségét. (\*)

Érzem e bőrig ázott és remegő emberi lény magányát, aki menedéket keres az oldalamon. Látom, hogy milyen piszkos és szánsalmasan elhagyatott. (\*)

Ekkor hirtelen előnt az együttérzés, és azt mondok: „Segítek neked”. Egy szót sem szól. Lehajtja a fejét, és a kezét nézi. Észreveszem, hogy a szemei könnybe lábadnak. (\*)

Az eső elállt. Kimegyek az utcára, nagyot szippantok a friss levegőből és elhagyom a helyszínt.

## == A nagy tévedés ==

Valamilyen bíróság előtt állok. A csendes tárgyalóteremben minden szék foglalt, és szigorú arcok tengere vesz körül. A törvényszéki írnok megigazítja a szemüvegét és felemel egy papírlapot. A termet megtöltő félelmetes feszültséget megtörve ünnepélyesen kihirdeti: „A bíróság meghozta döntését: a vádlottat halálra ítéli.” Hirtelen zajongás támad - egyesek tapsolnak, mások tiltakoznak. Látom, hogy egy asszony elájul. Végül egy teremőrnek sikerül helyreállítania a rendet a tárgyalóteremben.

Az írnok zavaros tekintettel rám néz, és megkérdezi: „A vádlottnak van valami mondanivalója?” Igennel válaszolok. Ekkor mindenki visszaül a helyére. Egy pohár vizet kérek, melyet rövid zúgolódás után hoz is valaki. Felemelem a poharat, és hangosat kortyolok a vízből. Majd dallamos és hosszas toroköblögetés után megszólalok: „Ennyi!”

A bírák közül valaki nyersen megkérdezi: Mi az, hogy „ennyi”? „Az, hogy ennyi” - válaszolok. De hogy kielégítem a bíró kíváncsiságát, megjegyzem, hogy ez a víz kitűnő ízű, sokkal jobb, mint amire számítottam, és még két-három hasonló tréfával folytatom.

A törvényszéki írnok a következő szavakkal fejezi be az ítélet felolvasását: „...ennek megfelelően az ítélet végrehajtására még ma sor kerül: kitesszük a sivatagba élelem és víz nélkül. Legfőképpen víz nélkül... Megmondtam!” Én hangosan megkérdem: „Mi az, hogy megmondtad?” Az írnok felvonja a szemöldökét és megerősíti: „Amit mondtam, megmondtam!”

Hamarosan egy járművön találok magam a sivatag közepén, két tűzoltó kíséretében. Miután megállunk egyikük rámszól: „Kiszállás!” Kiszálllok. A jármű azonnal megfordul, és visszaindul abba az irányba, amerről jött. Látom, ahogy a homokdombok között távolodva egyre kisebb és kisebb lesz.

A tengeri növényekkel borított sima felületet súrolva ereszkedem le ismét a mélységbe. Szurokfekete a sötétség. (\*)

Megérezem a hideg áramlatot, és nagy erőfeszítéssel úszom szembe vele. (\*)

Elhagyom az áramlatot. Felfelé úszom, amíg eljutok egy kőmennyezetig. Minden irányban keresgélek, hogy megtaláljam a négyszögletes nyílást. (\*)

Végül megtalálom a nyílást, és felfelé átúszom rajta. Kiszabadítom az elakadt horgonyt, ráállok, és megrántom a láncot, hogy jelt adjak a társaimnak. Ők húzni kezdik a horgonyt, és én rákapaszkodva utazom felfelé. A felszín felé emelkedve egyre jobban kivilágosodik körülöttem a víz alatti tér, miközben a tengeri élet lenyűgöző szírvárányát figyelem. Elérem a felszínt. Eleresztem a horgonyláncot, és megragadom a hajó létráját. Miközben felkapaszkodok, hogy beszálljak, barátaim üdvözlőnek és éljeneznek. (\*)

## == Az emelkedés ==

Nappal van. Bemegyek egy házba. Lassan elindulok felfelé a lépcsőn. Felérek az első emeletre. Megyek tovább felfelé. Fent vagyok a tetőn. Egy fém csigalépcsőt veszek észre. Nincs védőkorlátja. Fel kell másznom, hogy elérjem a víztartályt. Nyugodtan mászom. A víztartály tetején vagyok. A tartály teteje egészen keskeny, és a szerkezet minden szellőkéstől megrázkódik alattam, de azért stabilan állok. (\*)

Kimerészkedem a tartály széléig. Magam alatt megpillantom a ház tetejét. Érzem, hogy az alattam lévő üres tér vonz magához, de visszafogom magam és folytatom a szemlélődést. A körülöttem



A horgony beakadt egy fém hajóroncsba. Megragadom a láncot, és erőteljesen húzom felfelé. A talaj megmozdul a lánc alatt. Egy fedelet emelek meg, mely eltakart egy négyszögletes nyílást. Athaladok a nyíláson. (\*)

Mélyebbre és mélyebbre úszom, majd egy hideg áramlatot érzek. Követem az irányát. Egy sima falhoz érkezem, melyet foltokban tengeri növények borítanak. A fal mellett felfelé kezdek úszni. Észreveszem, hogy kezd világosodni. (\*)

Vízzel telt medencében bukkanak a felszínre, egy szórt fénnel megvilágított barlangban. Kimászom az emelvényhez hasonló sík felületre, néhány lépést teszek, és egy lépcsőt fedezek fel. Óvatosan indulok lefelé a lépcsőn.

A keskeny járat egyre szűkül, miközben lefelé haladok a csúszós fokokon. Égő fáklyákat látok, egymástól szabályos távolságra. A lépcső majdnem függőleges, a levegő pedig nyirkos és fullasztó. (\*)

Rozsdás kapuhoz érkezem, amely elállja az utamat. Meglököm, és a kapu csikorogva nyílik ki. A lépcsők itt véget érnek, csak egy sáros lejtő vezet lefelé. Nyirkos sírboltok szaga tölti meg a levegőt, miközben lefelé botorkálok a síkos felületen. (\*)

Hirtelen szélroham kerekedik, attól tartok, hogy kioltja a fáklyákat. A lejtő aljára érve a haragos tenger morajlását hallom, amint a szikláknak ütközik. Kételkedni kezdek abban, hogy valaha képes leszek visszajutni innen. A hangosan süvítő szél elfújja a legalsó fáklyát. Növekvő félelmemet leküzdve kapaszkodni kezdek felfelé. Lassan haladok a sáros lejtőn, míg végül elérem a rozsdás kaput. Zárva találom... Kinyitom a kaput, és kimerülten folytatom a mászást a majdnem függőleges lépcsőn, miközben a fáklyák sorban kialszanak mögöttem. A kőlépcsők egyre csúszósabbak, nagyon óvatosan kell lépkednem. Feljutok a barlangba. Fellépek az emelvényre, és abban a pillanatban, amikor az utolsó fáklya is kialszik, belemerülök a vízzel teli medencébe.

A nap lassan lenyugszik, de még mindig nagy a hőség. Erős szomjúság tör rám. Levetem az ingem, és a fejemre terítem. Körülnézek. Felfedezek egy mélyedést az egyik homokdomb mellett. A domb vetette keskeny árnyéksávba ülök le. A feltámadó szél erősödő rohamai homokvihart kavarnak, amely elhomályosítja a napot. Attól tartok, hogy ha a szél tovább erősödik, eltemet a homok, ezért kijövök a mélyedésből. A száguldó homokszemcsék megújuló rohamai üvegszilánkokként szurkálják a bőrömet. A szél ereje rövidesen a földre taszít.

Elvonult a vihar és lement a nap. A szürkületben fehéres színű kupolát látok magam előtt, amely több emelet magas. Azt gondolom, hogy ez csak délibáb lehet. Mégis talpraállok és elindulok felé. Amikor a közelébe érek, látom, hogy a szerkezet puha anyagból, talán fényes műanyagból készült és levegővel van feltöltve.

Beduin öltözetet viselő férfi üdvözl. Egy szőnyeggel borított átjárón lépünk be. Kinyílik egy tolóajtó és megcsap a frissítő hűvös légáram. Bent vagyunk az építményben. Észreveszem, hogy itt minden fordított helyzetben van. A mennyezet olyan, mintha puha padló lenne, amelyről különböző tárgyak lógnak lefelé: kerek asztalok állnak lábbal a mennyezet felé; vízsugarak zuhannak lefelé, majd ívben visszakanyarodnak felfelé, és emberek ülnek, szintén fejjel lefelé. A beduin észreveszi csodálkozásomat, ezért a kezembe ad egy szemüveget, és azt mondja: „Próbáld fel!” Amint felteszem, minden visszanyeri a szokásos megjelenését. Egy nagy szökőkutat látok, amely a magasba lövelli vízsugarait. Asztalokat valamint különböző tárgyakat, színben és formában kitűnő összhangban.

A törvénytörő írnokot látom, amint négykézláb mászva jön felém. Azt mondja, hogy szörnyen szédül. Megmagyarázom neki, hogy fordítva látja a valóságot, ezért le kellene vennie a szemüvegét. Leveszi, feláll, és sóhajtván mondja: „Valóban, most már minden rendben van – kivéve azt, hogy rövidlátó vagyok.” Ezután tudatja velem, hogy mostanáig keresett, hogy



felvilágosítson: rendkívül sajnálatos tévedés történt. Nem én vagyok az, aki fölött a törvényszéknek ítélnie kellett. Ezután tüstént távozik egy oldalajtón.

Néhány lépést teszek előre, és körben párnákon ülő emberek csoportjában találok magam. Mindkét nembeli idős emberek, különböző népek jellegzetességeivel és öltözeiben. Mindannyiuknak nagyon szép arca van. Ahányszor kinyitja valaki közülük a száját, távoli fogaskerekek, óriási gépezetek, hatalmas órák hangját hallom. Közben mindenféle más hangok is kivehetők: mennydörgés moraja, sziklák hasadása, jéghegyek repedése, tűzhányók ritmikus dübörgése, szelíd eső könnyű kopogása, szívek tompa dobogása. Mindezek a motor-, izom- és élet hangjai tökéletes harmóniát alkotnak, a hangok fenséges szimfóniáját.

A beduin a kezembe ad egy fejhallgatót, és azt mondja: „Vedd fel! Ez majd tolmácsol”. Felveszem és így tiszta emberi hangot hallok. Rájövök, hogy ez az öregek egyikének szájából szóló szimfónia, lefordítva az én tompa hallású fülemnek. Az öregember a következőket mondja: „Mi vagyunk az órák, mi vagyunk a percek, mi vagyunk a másodpercek... mi vagyunk az idő különféle formái. Tévedés történt veled, ezért lehetőséget adunk, hogy újrakezdd az életed. De melyik pillanattól akarod újrakezdeni? Talán a születésedtől... vagy az első tévedésedet közvetlenül megelőző pillanattól? Gondolkozz rajta.” (\*)

Megpróbálom pontosan meghatározni, hogy mikor csúszott ki először a kezemből az életem irányítása. Elmondom az öregnek azt, ami akkor történt. (\*)

„Nagyon helyes – mondja. És ha visszatérsz ahhoz a pillanathoz, mit teszel majd, hogy más utat kövess? Ne feledd, hogy nem emlékszel majd arra, ami azután történik. Más választásod is van – teszi hozzá –, visszatérhetsz életed legnagyobb tévedésének pillanatához, és anélkül, hogy magukat az eseményeket megváltoztatnád, megváltoztathatod az értelmüket. Ily módon új életet teremthetsz magadnak.”

ott vonaglik a fogó szorításában. A Kéményseprő végül egy átlátszó korsóba helyezi ezt a gusztustalan képződményt, én pedig végtelen megkönnyebbülést érzek, mintha belülről kitisztították volna a testemet.

Felállva szótlánul figyelem ezt a visszataszító „valamit”, amint olvadni kezd, és alaktalan kocsonyás tömeggé alakul át. Pillanatok alatt sötét folyadékká változik. A folyadék azután kitisztul, és átlátszóvá válik, majd elpárolog, láthatatlanul eloszolva a levegőben. Nem egészen egy perc múlva a korsó tökéletesen kitisztul.

„Most láthatod – mondta a Kéményseprő -, miért nevezzük ezt az eljárást „megtisztítás”-nak. Végül is nem volt olyan rossz. Egy kis napi nehézség, kevéske megaláztatással, egy adag árulás, némi büntudattal körítve. Az eredmény: egy szörnyecske, amelytől nem tudtál sem jól aludni, sem jól emésztetni, és más jó dolgokban is megakadályozott. Ha látnád,... milyen hatalmas szörnyeket távolítok el néha. Ja és ne aggódj, ha egy kis ideig kellemetlenül érzed magad... Most búcsúszom.”

## == Leereszkedés ==

Lehorgonyozott hajón vagyunk a tengeren. Elkezdjük felvonni a horgonyt, de észrevesszük, hogy beleakadt valamibe. Szólok a társaimnak, hogy megnézem, mi történt. Lemászom egy rövid létrán és beleereszkedek a csendes vízbe. Alámerülés közben apró halak raját látom valamint a hajótestet és a horgonyláncot. Odaúszom a lánchoz, és elkezdem magam lefelé húzni rajta. Észreveszem, hogy normálisan tudok lélegezni, így tovább haladok lefelé a lánc mellett, míg el nem érem a homályosan megvilágított tenger fenekét.

Ezután azt ajánlja, hogy engedjem elernyedni a törzsem izmait - először elől, a mellkasomban és a hasamban. Majd a hátam izmait is. (\*)

Nem kell figyelnem a végtagjaim feszültségére – magyarázza, és biztosít arról, hogy karjaim és lábaim maguktól ellazulnak mindattól, amit eddig tettünk. Arra bátorít, hogy engedjem el a testemet, mintha gumiból lenne; ettől majd felmelegszik és elnehezedik, míg végül kellemes, lebegő érzést fogok tapasztalni. (\*)

Majd így szól hozzám: „Térjünk rögtön a lényegre! A legapróbb részletekig mondd el azt a problémát, ami felzaklatott téged. Ne feledd, nem azért vagyok itt, hogy ítélkezzek fölötted! Én vagyok a te eszközöd, és nem fordítva.” (\*)

„Gondolj arra, – folytatja – amit senkinek semmilyen körülmények között nem mondanál el!” (\*)

„Nos, – mondja – beszélj róla.” (\*)

„Ha akarod, elmondhatsz mindent, amit jó lenne kiadni magadból. Ne törődj azzal, hogy hogyan fejezed ki magad, engedd szabadon érzéseidet.” (\*)

Rövid idő múlva a Kéményseprő feláll, és elővesz egy nagyon hosszú, kissé görbe fogót.

Szembe áll velem és így szól: „Nyisd ki a szád!” Engedelmeskedem. A hosszú szerszámot belehelyezi a számba, és érzem, hogy egészen a gyomromig hatol vele. Meglepően jól tűröm mindezt. Hirtelen felkiált: „Megfogtam!” És lassanként elkezd kifelé húzni a fogót. Először úgy éreztem, mintha valami szét akarna szakadni bennem, de azután kellemes bizsergést érzek, mintha valami rosszindulatú dolgot távolítanának el a tudómból és a belső szerveimből, amely már hosszú-hosszú ideje befészkelte magát. (\*)

Kihúzza a fogót. Meghökkenve tapasztalom, hogy egy édeskés, undorító szagú, nyálkás lényt húz ki a számból, amely

Amint az öreg elhallgat, látom, hogy körülöttem minden szín és fény önnön ellentétébe fordul át, mintha egy film negatívja lenne... majd minden visszanyeri eredeti állapotát.

Életem legnagyobb tévedésének pillanatában találok magam. (\*)

Itt vagyok, és valami hajt, hogy újra elkövessem azt a bizonyos tévedést. De mi kényszerít rá? (\*)

Talán olyan tényezők befolyásolnak, amelyeket nem szeretnénk meglátni? Miféle erők irányítanak eme alapvető tévedés felé? Mit kéne másképpen tennem? Ha nem követem el azt a tévedést, vajon máshogy alakul majd az életem? És vajon jobb lesz vagy rosszabb? (\*)

Megpróbálom megérteni, hogy e pillanat körülményei megváltoztathatatlanok, és elfogadok mindent, ami történt, mintha természeti katasztrófa lett volna: földrengés vagy árvíz, amely lerombolja az emberek otthonát, és életkörülményeik romlásához vezet. (\*)

Igyekszem elfogadni, hogy egy ilyen szerencsétlen helyzetben senki sem bűnös. Nem lehet változtatni sem az én túlkapásaimon, sem mások szándékain. (\*)

Tudom, ha most nem békélek meg akkori tévedésemmel, teherként fogom továbbhordozni a kudarcélményemet. Így teljes lényemmel megbocsájtok másoknak és megbocsájtok magamnak is. Elfogadok mindent, ami történt, mint amit sem nekem, sem másoknak nem állt módjában befolyásolni. (\*)

A színtér elkezd átváltozni, a világos sötétbe, s a sötét világosba fordul, mint egy fénykép negatívján. Egy hangot hallok közben, amely azt mondja: „Ha megbékélsz legnagyobb tévedésseddel, csalódottságod eltűnik, s képes leszel megváltoztatni a sorsodat...”

Most újra a sivatag közepén állok, és megpillantok egy közeledő járművet. „Taxi!” – kiáltom, s máris a kényelmes hátsó ülésen találok magam. Ránézek a vezetőre, aki tűzoltó öltözetet

visel, s azt mondom: „Kérem, vigyen haza, de ne siessen, hogy legyen időm átöltözni.” Közben azt gondolom: „Ugyan, ki ne szenvedett volna még ilyen szerencsétlenség miatt az életében?”

## == Nostalgia ==

A belvárosban vagyok, a nap legforgalmasabb időszakában. Rohanó járművek és emberek között sietek én is.

A színes fények a zene ritmusára lüktetnek. Szemben velem életem legnagyobb szerelme. Lassan táncolunk, és a fények minden villanása felfed egy-egy részletet az arcából vagy a testéből. (\*)

Mi rontotta el a kapcsolatunkat? Talán a pénz. (\*)

Talán más kapcsolatok. (\*)

Talán az eltérő célok. (\*)

Talán a sors, vagy olyasmi, amit akkor nehéz lett volna megérteni. (\*)

Lassan táncolok, de most mással, egy másik nagy szerelmemmel. A fények minden villanása felfed egy-egy részletet az arcából vagy a testéből. (\*)

Mi rontotta el a kapcsolatunkat? Talán a pénz. (\*)

Talán más kapcsolatok. (\*)

Talán eltérő célok. (\*)

Talán a sors, vagy olyan más esemény, amit akkor nehéz lett volna megérteni. (\*)

Megbocsájtok neked és megbocsájtok magamnak, mert ha táncol a világ körülöttünk, és mi is táncolunk, mi értelme azoknak a szikla-szilárd ígéreteknél, melyek csupán színüket

Feljebb haladva látom, hogy három barátom áll a pályán és magasra emelt síbotjaikkal üdvözlönek. Körözök körülöttük, hózápport zúdítva rájuk. Folytatom az utat felfelé a hegyen, amíg fel nem érek a csúcsra. Megállok. Leállítom a turbinákat. Leveszem a napszemüveget. Kicsatolom a biztonsági övet, és kimászom a motoros szánból. Kinyújtózatom a lábaimat, azután az egész testemet. Gyalog indulok lefelé a csodás hegyoldalon. Valahol a távolban látom az örökzöld növényzetet és a szállodaegyüttest, mint egy szabálytalan foltot. Érzem a tiszta hegyi levegőt és a nap melegét az archörömön. (\*)

## == A kéményseprő ==

Egy szobában ülök, valaki mellett, akit nem ismerek, de bizalmat érzek iránta. Meggyőződésem, hogy rendelkezik a jó tanácsadó minden tulajdonságával: jósággal, bölcsességgel és erővel. Mindezek ellenére sokan átvitt értelmű gúnyneven „Kéményseprőnek” szólítják. Azért jöttem, hogy néhány személyes problémámról beszéljek vele. Közli velem, hogy olyan sok a feszültség bennem, hogy tanácsos lenne elvégezni egy „megtisztítási” gyakorlatot. Annyira tapintatos, hogy miközben mellettem ül, nem tartja rajtam folyamatosan a tekintetét, így szabadon ki tudom fejezni magam. Nagyon jó kapcsolat alakul ki közöttünk. Arra kér, hogy nyugodjak meg teljesen, és lazítsam el az izmaidat. Úgy segít ellazulnom, hogy a két kezét a homlokomra helyezi, majd az arcom különböző izmaira. (\*)

Fejemet két tenyerébe fogja, és jobbra-balra, majd előre-hátra billenti, elősegítve ezzel a nyakam és a vállaim ellazítását. Hangsúlyozza: nagyon fontos, hogy ellazítsam a szememet és az állkapcsomat. (\*)

Félelem nélkül képzelem el a különböző veszélyhelyzeteket: a leszakadó hidat, és magamat, amint zuhanok az ürességbe. Azután megjelenik egy kép: egy hatalmas pók ereszkedik le vastag fonálán... egyre jobban közeledik felém, én meg mintha csak egy apró legyecské lennék. Végül hatalmas sziklaomlást képzelek el, majd hosszú csápok, melyek a sötét mélységből nyúlnak felém. (\*)

Félelmetesek ezek a jelenetek, én mégis úgy érzem, hogy elegendő belső erővel rendelkezem ahhoz, hogy legyőzzem a szorongásomat. Ezért megint megpróbálok elképzelni valami veszélyes, ijesztő helyzetet, és teljesen átadom magam ezeknek a gondolatoknak. (\*)

Miután szembenéztem ezekkel a nehézségekkel, megnyugvást érzek, mert kiálltam a próbát, ami elé saját magamat állítottam. Így aztán elindítom a motorokat, és lenyomom a gázpedált. Átjutok a hídon és egy, az előzőhöz nagyon hasonló alagúthoz érkezem. Gyorsan haladok, hosszú emelkedőn kapaszkodom felfelé. Azt hiszem, hogy a kijárat felé közeledek. Nappali fény árad be egy kör alakú nyíláson, amely egyre növekszik, végül egyenesen a szállodaegyüttes melletti nyílt térségre száguldok. Lelassítok, óvatosan kerülgetve körülöttem a gyalogosokat. Nagyon lassan hajtok el a térség túlsó széléig, mely a sípályákkal érintkezik. A szememre teszem a napszemüveget, és gyorsítani kezdek, hogy elég nagy legyen a sebességem, amikor az emelkedőhöz érek, amely arra a magaslatra vezet, ahonnan elindultam. Gyorsítok, gyorsítok..., ugyanolyan lélegzetelállító sebességgel kapaszkodom felfelé a sima felületű lejtőn, mint lesiklaskor. Látom a menedékházat és a síugró sáncokat közeledni felém, de most a sáncok alatti függőleges fal eltorlaszolja az utat a magaslat felé. Balra fordulok, elhaladok a sáncok és a fal mellett, azután folytatom az utat a hegyoldalon felfelé. A fenyőfák, mint elmosódott árnyak száguldanak el mellettem, és a felkavart hó finom fehér felhőként lebeg mögöttem...

változtató pillangók voltak?

Ami jó és szép, azt megőrzöm a veled töltött tegnapomból.

(\*)

És a veled töltött tegnapomból is. (\*)

És a mindazokkal töltött tegnapomból, akik megbabonáztak.

(\*)

Oh igen! A fájdalom, a gyanú, az eltávolodás, a határtalan szomorúság és a sértett büszkeség a mentségem. Milyen kevésbé számítanak mindezek, egy elbűvölő tekintethez képest. Mindazok a rossz dolgok, melyekre emlékszem a táncolásban ejtett hibák voltak és nem magában a táncban.

Hálás vagyok a gyengéd mosolyodért. És hálás vagyok suttogó szavaidért. És mindannyiotoknak hálás vagyok egy örökké tartó szerelem reményéért.

Most már békében vagyok a tegnapommal. Szívem nyitott a szép pillanatok emlékei előtt. (\*)

## == Az ideális társ ==

Egy ipari kiállításnak szentelt, nyílt területen sétálok, ahol raktárépületeket és gépeket látok. Sok gyerek csúcstechnológiával gyártott gépekkel játszik.

Egy háromdimenziós, fémből készült óriáshoz érek. Nagy, élénk színekre festett feje van. Szájához lépcső vezet fel. A gyerekek felmásznak a lépcsőn a hatalmas nyílásig, és mikor belépnek rajta, a száj gyengéden becsukódik. Egy kis idő elteltével a gyerek az óriás hátából jön elő és egy csúszdán a homokba érkezik. A gyerekek egymás után bújnak be, és bukkannak elő egy



vidám dal kíséretében, amely az óriásból szól.

„Gargantua lenyeli a gyerekeket. Nagyon gyengéden, anélkül, hogy kárt tenne bennük. Ha-ha-ha,... Nagyon gyengéden, anélkül, hogy kárt tenne bennük.”

Elhatározom, hogy felmászok én is a lépcsőn. Belépek az óriás hatalmas száján, ahol egy ember fogad, és így szól: „A gyerekek a csúszdán ereszkednek le, a felnőttek a liftet használják.”

Miközben egy átlátszó csőben ereszkedünk lefelé, a férfi folyamatosan magyaráz. Kis idő múlva megállapítom, hogy mostanra már a föld szintjén kellene lennünk. Ő elmagyarázza, hogy éppen most megyünk lefelé a nyelőcsövön, és hogy a test többi része a föld alatt van, nem úgy, mint a gyerekek óriása, amely a föld fölött áll. „Igen, két Gargantua van egyben” – mondja. „Egy a gyerekeknek, s egy nekünk, felnőtteknek. Most már több méter mélyen vagyunk... Éppen elhagytuk a rekeszizmot, és hamarosan egy csodálatos helyre érünk. Nézze: kinyílik a lift ajtaja, és a gyomrot látjuk... Nem szeretne itt kiszállni? Amint látja, ez egy modern étterem, ahol a világ minden tájáról származó diétás ételeket szolgálnak fel.”

Azt válaszolom, hogy kíváncsi vagyok a test többi részére is. Így tovább ereszkedünk. „Most az alhasban vagyunk” – magyarázza kísérőm, amint kinyitja az ajtót. „Ez a rész egyedülállóan díszített. A finoman párnázott, színüket változtató falakban üregek vannak. A központi tűz a helyiség közepén az áramfejlesztő, amely az energiát szolgáltatja az óriásnak. A padokon megpihenhetnek a látogatók. A különböző helyeken lévő oszlopok alkalmasak a bújócskázásra... előbukkanhat mögülük, és eltűnhet mögöttük. Minél több látogató játszik, annál mulatságosabb. Nos, itt hagyhatom, ha úgy kívánja. Ha távozni akar, csak közelítsen a lifthez, az ajtó kinyílik és visszatérhet a felszínre. Minden önműködő... csodálatos, nem gondolja?”

A liftajtó bezárul, és én magamra maradok a szobában.

napszemüvegemet, és lassan közeledem a szállodaegyüttes felé, ahonnan számos sílift szállítja vissza a síelőket a hegyoldalba. Végül ráhajtok egy sétányra. Elöttem jobbra észreveszek egy feketén tatóngó nyílást, amely egy vasúti alagúthoz hasonlít. Lassan közelítem meg az olvadó hó pocsolyáin át. Amikor elérem az alagút bejáratát, megbizonyosodom arról, hogy nincsenek sínpályák vagy keréknyomok előttem. Mégis arra a megállapításra jutok, hogy nagy teherautók használhatják. De lehet, hogy ez a hóékék tárolóhelye. Bármilyen legyen is a rendeltetése, óvatosan hajtok be az alagútba. Bent gyenge a világítás. Felkapcsolom a reflektorokat: az erős fénycsóva egyenes utat világít meg előttem, amely a távolba vezet. Gyorsítok. A sugárhajtóművek hangja felerősödve verődik vissza a falakról. Látom, hogy kanyarodik előttem az alagút, de lassítás helyett fokozom a sebességet, így amint a fordulóba érek, a szán felsiklik a falra, majd baj nélkül ismét visszaereszkedik.

Ezután lejtteni kezd az út, távolabb pedig spirálszerűen kanyarog felfelé, mintha egy dugóhúzó vagy óriási rugó lenne. Gázt adok, és lefelé haladok. Majd felfelé veszem az irányt, és egy pillanatig a mennyezeten futok végig, hogy azután nagy ívben haladjak lefelé, amíg vissza nem érek ismét egy vízszintes útra. Lelassítok, és felkészülök, hogy úgy fogok zuhanni lefelé, mint egy vadászgép. A lejtő nagyon meredek. Elkezdem a leereszkedést, lábamat folyamatosan a féken tartva. A sebességem csökken. Most látom, hogy egy keskeny hídon haladok, amely végtelen űr fölött vezet át. Mindkét oldalamon mélységes sötétség. Még jobban lassítok és követem a híd egyenes vonalát, amely nem szélesebb a szánnál. Mégis biztonságban érzem magam rajta, mert erős anyagból készült. Előrenézek, ameddig csak a fényszórók csóvája ér: az út olyannak tűnik, mint egy sem mennyezettel, sem padlóval, sem falakkal nem érintkező kifeszített fonál, amelyet mérhetetlen távolságok választanak el mindentől. (\*)

Megállítom a járművet, mert a látvány kíváncsivá tesz.



a napszemüvegemet, és beindítom a turbinákat, amelyek felbőgnek, mintha kis sugárhajtóművek lennének. Amikor a jobb lábammal enyhén megnyomom a gázpedált, a szán elindul. Felengedem a pedált, és a bal lábammal lenyomom a féket. A gépezet engedelmesen megáll. Ezután minden erőfeszítés nélkül elfordítom a szánt balra, majd jobbra. Barátaim közül hárman elindulnak előttem, sítálpakon siklanak, és azt kiáltják: „Indulás!” Megindulnak a lejtőn, és lefelé haladva cikkcakkos nyomvonalat hagynak maguk mögött a pompás hegyoldalon.

Megnyomom a gázpedált, és könnyedén gyorsulni kezdek. Elindulok lefelé a síelők nyomában. Hóval és fenyvessel borított gyönyörű táj tárul elém. Lejjebb faházak állnak, a távolban pedig napfényben fürdik a völgy.

Félelem nélkül gyorsítok, elhagyom az egyik síelőt, majd a másikat és végül a harmadikat is. Barátaim hangos kiáltással üdvözlőnek. Az útbaeső fenyőfák felé tartok, és hibátlan mozdulatokkal kanyarogva haladok el közöttük. Úgy döntök, hogy növelem a sebességet. Padlőig nyomom a gázpedált és érzem a turbinák félelmetes erejét. Fenyőfák száguldanak el mellettem, mint elmosódott árnyak, és a felkavart hó finom fehér felhőként száll mögöttem. A fagyos szélből feszessé válik az arcbőröm, és alig bírom összezárva tartani ajkaimat.

Egy fából készült menedékházat látok rohamosan növekedni előttem, két oldalán síugró sánccal. Habozás nélkül a baloldali sánc felé veszem az irányt. Egy pillanat alatt rajta is vagyok. Lesiklás közben kikapcsolom a motorokat, nehogy a fa tüzet fogjon alattam...

Ellendülve a sánccról, csodálatosan szárnyalok a magasba. Csak a szél süvítését hallom, miközben több száz métert zuhanok. A hóhoz közeledve látom, hogy az esési szögem pontosan illeszkedik a lejtőhöz, így lágyan érkezem a sima felületre. Újból beindítom a motorokat, és növelem a sebességet, amíg a völgy alját el nem érem. Fokozatosan lassítok, a homlokomra tolom a

Úgy érzem, mintha a tenger alatt lennék. Egy nagy hal úszik keresztül rajtam. Rájövök, hogy a korallok, algák és az élővilág különböző megjelenési formái háromdimenziós vetületek, melyek döbbenetesen élethűek. Leülök és ráérősen figyelem ezt a pihentető látványt. Egy emberi alakot látok hirtelen felmerülni a tűzből, letakart arccal. Lassan közeledik felém. Nem messze tőlem megáll és így szól: „Jó reggelt. Én egy hologram vagyok. A férfiak és a nők a számukra ideális társat próbálják meglátni bennem. Úgy vagyok beprogramozva, hogy olyan legyek, amilyennek látni szeretnél. De milyen legyek? A segítséged nélkül tehetetlen vagyok. De ha próbálkozol, az agyad hullámai dekódolódnak, felerősödnek, továbbítódnak és ismét összeállnak a központi számítógépben, amely feldolgozza őket és én így felvehetem a megfelelő alakot.”

„Mit tegyek hát?” – kérdezem.

„Azt javaslom – mondja az alak, hogy kövesd a lépéseket: Gondold át, mi volt a közös azokban az emberekben, akikhez érzelmi szálak fűztek valaha. Ne csak az arcukra vagy a testükre gondolj, hanem a személyiségükre is. Például védelmezők voltak, vagy ellenkezőleg, ők keltették fel benned azt az érzést, hogy védelmezned kell őket?”(\*)

„Bátrak voltak, félénkek, becsvágyók, szélhámosok, álmodozók, vagy talán kegyetlenek?”(\*)

„És most: milyen közös kellemetlen, szemükre vethető vagy negatív vonásaik voltak?”(\*)

„Milyenek pozitív jellemvonásaik voltak?”(\*)

„Miben volt közös e kapcsolatok kezdete?”(\*)

„Mennyiben végződtek hasonlóan?”(\*)

„Próbálj visszaemlékezni azokra az emberekre, akikkel szerettél volna kapcsolatot létesíteni, de nem sikerült! Miért nem sikerült?”(\*)

„Na, most figyelj, felveszem azt az alakot, amelyre vágysz.

Irányíts, s én tökéletesítem magam. Kész vagyok, tehát mondd: Hogyan járjak? Hogy vagyok öltözve? Mit csinálok pontosan? Hogyan beszélek? Hol vagyunk mi most, és mit csinálunk?”

„Nézd, milyen az arcom!” (\*)

„Nézz mélyen a szemembe, mert nem vagyok többé vetület, igazi lettem... nézz mélyen a szemembe és mondd kedvesen, hogy mit látsz benne. (\*)

Felállok most, hogy megérintsem, de ő kitér előlem, eltűnve egy oszlop mögött. Mikor odaérek, rájövök: elenyészett. De akkor egy gyengéd érintést érzek a vállamon, miközben valaki azt mondja: „Ne nézz hátra! Elég tudnod: nagyon közel kerültünk egymáshoz és ennek köszönhetően egyértelműbb lesz, hogy mi az, amit keresel.” Mikor a hang elhal, megfordulok, hogy megnézzem, ki beszél, de csak egy elsuhanó árnyat látok. Ezzel egy időben a központi tűz feldübörög, fényesebb lesz és elvakít engem.

Rájövök, hogy ez a helyszín és a vetület teremtette meg a megfelelő légkört, hogy az ideális képzeletem megjelenjen. Ez egy bennem lévő kép, amely gyengéden megérintett egy pillanatra, és aztán érthetetlen türelmetlenségem miatt kicsúszott a kezeim közül. Mégis tudom, hogy közel került hozzám, és ez elég. Megértem, hogy a központi számítógép nem tudott kivetíteni egy olyan megérintható fantáziát, amelyet a vállamon éreztem.

Visszatérek a lifthez. Kinyílik az ajtó, és egy gyerekdalt hallok:

„Gargantua lenyeli a felnőtteket. Nagyon gyengéden, anélkül, hogy kárt tenne bennük. Ha-ha-ha,... Nagyon gyengéden, anélkül, hogy kárt tenne bennük.”

de újra megkísérlem, és még egyszer, míg végül már képes vagyok megszimogatni. (\*)

Az állat békésen reagál, rendkívül lusta mozdulatokkal. Azután elkezd zsugorodni, míg végül eltűnik.

Amikor a jármű elmegy, megpróbálom újból felidézni azt a régmúlt élethelyzetet, amikor ennek az állatnak a jelenléte nagyon megrémített. (\*)

Hirtelen ötletnek engedve játékosan futni kezdek, élvezem a reggelt és a friss levegőt. Ütemesen és fáradság nélkül mozgok, mélyeket lélegezve. Gyorsítok és érzem, hogy a szívem és az izmaim tökéletes gépezetként működnek együtt. Szabad rohanásom közben visszaemlékszem félelmemre, de érzem, hogy most már erősebb vagyok, és hogy hamarosan legyőzöm örökre.

Ragyogó napfény süt le rám odafentről, amint sebesen közeledem a városom felé, tüdőmet teleszívom levegővel, és érzem, hogy egész testem tökéletes harmóniában mozog. Testemnek azt a részét, amely korábban a félelem martaléka volt, most erősnek és sebezhetetlennek érzem. (\*)

## == A szánkó ==

Tágas hómezőn vagyok a hegyekben. Körülöttem sokan üznek téli sportokat. A ragyogó napsütés ellenére tudom, hogy hideg, mert látszik a leheletem. Időről időre jeges szélrohamok érik az arcomat, amelyek felélénkítenek.

Egy motoros szánt tolvaj több barátom közeledik. Biztatnak, hogy üljek be és vezessem. Elmagyarázzák, hogy ezt a szánt olyan gondosan tervezték, hogy sosem válik irányíthatatlanná. Beszállok és becsatolom a biztonsági övet, a szememre teszem

Világos, hogy életem egy választója előtt álltam, amikor az állattal találkoztam. Érzem, hogy sürgősen ki kell derítenem, hogy miként függ össze ez a két esemény. (\*)

Érzem, hogy most ismét képes vagyok tisztábban gondolkodni. Tudom, hogy vannak állatok, melyek majdnem mindenből undort váltanak ki, de az is egyértelmű, hogy nem mindenki veszíti el a fejét a jelenlétükben. Elgondolkodom ezen.

Megpróbálok rájönni az összefüggésre a most tapasztalt érzés az akkori események között, amikor hasonló félelmeket éreztem. (\*)

Most megpróbálok nyugodtan megfigyelni, hogy testem mely részét védeném ettől a veszélyes állattól. Felismerem, hogy a vele való találkozásomkor e testrészem és az akkori nehéz helyzet között szoros kapcsolat volt. (\*)

Az állat felelevenítette bennem életemnek azon pillanatát, amelyet máig nem sikerült megoldani. Fényt kell derítenem erre a sötét és fájdalmas időszakra, melyet néha nehéz felidézni. (\*)

Tiszta éjszakai égboltot látok magam fölött, és előttem a látóhatáron rózsaszínűen izzik az új nap hajnala. A gyorsan beköszöntő nappal tiszta életet hoz magával. Szabadon lépkedek a puha mezőn, a harmatos gyepszőnyegen.

Sebesen közeledik egy jármű. Megáll mellettem, és két ápolóruhába öltözött ember száll ki belőle. Szívélyesen üdvözlnek, és közlik hogy elfogták a számomra oly félelmetes állatot. Elmondják, hogy amint hírt kapnak valaki félelméről, vadászatra indulnak, hogy elfogják a félelmet okozó állatot. Gondosan fékentartva elém helyezik, hogy közélről megfigyelhessem. Az állat teljesen védtelen. Előnyömet kihasználva nagyon lassan vizsgálgom, minden szögből és minden oldalról. Az ápolók szelíden megsimogatják a kezessé vált állatot, amely barátságosan reagál. Azután biztatnak, hogy simogassam meg én is. Erős aggodalom fog el, és megborzongok, amikor próbálok megérinteni,

## == Neheztelés ==

Éjszaka van. Egy nagyon régi városban vagyok, melyet keresztülszönek az elnyűtt hidak alatt futó kanálisok. A korlátnak támaszkodva letekintek a lassú mozgású, sötét és homályos vízre. A ködön át embercsoportot pillantok meg egy másik hídon, és hangszerek hangját hallok gyengén, mely szomorú-hamis énekhangjukat kíséri. Távoli harangok zúgnak a fülemben a szomorúság vissza-visszatérő hullámain.

A csoport elhaladt és a harangok is elhallgattak.

Egy rézsút futó sikátorban színes neonfények beteges fénye pislálkol.

Ismét belesétálok a ködbe. A mellékutcákon és hidakon való céltalan kóborlás után egy nyitott térségre jutok. Egy térre, amely üresnek tűnik. A macskaköves felület a tér egyik sarka felé vezet, melyet nyugodt víztömeg borít.

Szemben egy halottaskocsira emlékeztető csónak vár rám. A csónakig vezető úton végig kell mennem két, fekete lepelbe öltözött és fáklyát tartó asszonyokból álló, hosszú sor között. Ahogy elhaladok közöttük, ezt éneklük:

„Ó, Halál, kinek határtalan birodalma  
bárhol eléri az élőket.

Tőled függ, milyen hosszú élet jut nekünk.  
Örökké tartó álmód megsemmisíti a sokaságot,  
mert senki sem menekülhet létezésed hatalma elől.

Egyedül a te kezében a döntés, amely feloldoz.  
És nincs erő, mely felülkerekedhet dühödn.

Sem mentség, mely megghiúsítja terveid.”

A csónakos besegít a csónakba, és állva marad mögöttem. Kényelmesen elhelyezkedem egy tágas ülésen. Észreveszem, hogy

a hajó láthatóan egy kissé a víz fölé emelkedik. Aztán elindulunk lebegve a mozdulatlan, nyílt tenger fölött, melynek végtelen tükrében visszaverődik a hold fénye.

Egy szigethez érkezünk. A félhomályban egy ciprusokkal szegélyezett hosszú út válik láthatóvá. A hajó egy kissé ringva megpihen a vizen. Kilépek a csónakból, a csónakos közömbösen hátramarad.

Elindulok az úton a fák között, melyek sóhajtoznak a szélben. Tudom, hogy valaki figyel. Érzem, hogy valaki vagy valami rejtőzik a közelben. Megállok. Egy fa mögül egy árny int felém lassú mozdulattal. Elindulok hozzá, és ahogy odaérek, egy, a halál suttogásához hasonlatos, síri hang lehel az arcomba:

„Segíts!” nyögi az árny „Tudom, azért jöttél, hogy megszabadíts engem e nyugtalan börtönből. Csak te teheted meg!... Segíts!”

Az árnyék elmondja, hogy ő az az ember, akire mély nehezteléssel gondolok. (\*)

Mintha olvasna a gondolataimban, hozzáteszi: „Nem számít, hogy az a személy, akihez ez a mély neheztelés fűz, él-e vagy meghalt; mert a sötét emlékezet birodalma nem ismer határokat!”

„Az sem számít,” folytatja az árnyék „hogy a gyűlölet és bosszúvágy gyermekkorod óta él-e a szívedben, vagy csak tegnap kezdődött. A mi időnk nem mozog. Ezért leselkedünk mindig az árnyak közt, hogy amikor csak lehetőség nyílik rá, újra megjelenjünk, különböző félelmekben testet öltve. Ezek a félelmek a mi bosszúnk, azért a keserűségért, ami nap, mint nap mérgez minket.”

Mikor megkérdem, mit kellene tennem, egy holdsugár enyhén megvilágítja az árnyék köpönyegbe burkolt fejét. A szellem engedi, hogy tisztán lássam őt, és felismerem benne azt az embert, aki a legmélyebben megsebzett. (\*)

Máris túlságosan nagyot léptél előre a múltad letisztításában. Most azt mondom, ébredj és hagyd el ezt a helyet.”

A színpad fényei lassan kialszanak, érzem, hogy kikerültem abból a világból, és újra ebben vagyok. De azt is észlelem, hogy ebben a világban megőrzöm a másik világ tapasztalatait.

## == Az állat ==

Teljes sötétségben vagyok. A lábammal előrefelé tapogatózva érzem a kövek és a növényzet borította talajt. Tudom, hogy a szikla pereme valahol itt van a közelben. Valamilyen állat jelenlétét is érzékelem, amely mindig a rettegés és az undor összetéveszthetetlen érzését váltotta ki belőlem. Lehet, hogy egyedül van, de lehetnek többen is... abban biztos vagyok, hogy valami könyörtelenül közeledik felém. A tökéletes csendet csak a távoli szél zúgása zavarja meg, amelybe időnként belevegyül a fülem csengésének hangja is. Tágra nyitott szemem semmit sem lát. A szívem hangosan ver, kapkodva lélegzem, a torkomból keserű íz tör fel.

Valami közeledik felém. Mi lehet a hátam mögött, amitől égnék áll a hajam és jeges borzongás fut végig a hátamon?

A térdem elerőtlenedik. Ha valami hirtelen megragadna, vagy rám ugrana hátulról, teljesen védtelen lennék. Mozdulatlanul várok... csak reménykedek. Egyszer csak eszembe jut az állat, és azok az idők, amikor közel volt hozzám. Különösen egy bizonyos pillanat jut eszembe. Ezen a pillanaton gondolkodom. (\*)

Mi történt akkor? Mi történt az életemnek ebben a szakaszában? Megpróbálom felidézni a félelmeket és kudarcokat, melyeket ebben az időszakban éltem át. (\*)



bűbáj és reménység a koloncod és vereséged! Gondolkozz el bukásaid hosszú láncolatán, és ehhez kérd meg vezetődet, hogy lassan világítsa meg az összes illúziódat. (\*)

Békélj meg magaddal, bocsáss meg magadnak is és neved!

Aztán meglátod, hogy az álmok otthonából hogyan támad fel a szél, amely felkapja képzeletbeli bukásaid porát, és elfújja a semmibe.” (\*)

Hirtelen az egész színtér megváltozik, és egy másik környezetben találom magam, ahol a hang azt mondja: „Még a sötét és hideg erdőn át is követed vezetődet. Vészmadarak suhannak el a fejed mellett, a mocsárban kígyókat rejtő csapdák vesznek körül. Vezettesd el magad a barlanghoz. Onnan nem juthatsz tovább, csak ha megfizeted a vámot a bejáratot védelmező kegyetlen lényeknek. Ha végül sikerül bejutnod, kérd meg vezetődet, hogy világítsa meg a bal és a jobb oldalt is. Kérd, hogy tartsa közelebb a fáklyát a nagy márványszobrokhoz. Azoknak a szobraihoz, akiknek nem voltál képes megbocsájtani. (\*)

Bocsáss meg nekik egytől egyig, és ha őszintén teszed, a szobrok emberré válnak, rádmosolyognak és a hála himnusza közepette feléd nyújtják a karjukat. (\*)

Kövesd vezetődet, hagyd el a barlangot, és semmiképp se nézz vissza.

Hagyd őt ott és térj vissza ide, ahol a halottak tettei megmérettetnek.

Most nézz ismét a mérleg serpenyőjére, ahol a cselekedeteid vannak összegyűjtve, és figyeld, hogyan emelkedik egyre feljebb. Könnyebbek, mint egy madártoll.”

Fémes nyikorgást hallok, és látom, hogy a serpenyő, amiben a tartály van, felemelkedik.

A hang így folytatja: „Megbocsájtottál a múltadnak. Több mint eleget teljesítettél mára. Ha a törekvéseid tovább vinnének, megtörténhetne, hogy többé nem térsz vissza az élők birodalmába.

Beszélek neki a neheztelésemről, olyan dolgokat mondok el, amiket még soha senkinek. A legőszínebben beszélek hozzá. (\*)

Megkér, hogy újra gondoljam át a problémát, és mondjak el neki mindent, ami fontos, gátlások nélkül, akkor is, ha mondanivalóm bántó volna. Kihangsúlyozza, hogy semmilyen keserűséget ne hagyjak ki, nehogy örökre fogoly maradjon. Megteszem, amire kér. (\*)

A szellem most megmutatja az erős láncait, melyek egy fához kötik. Habozás nélkül, egy rántással szétszakítom a láncokat. Abban a pillanatban a köpeny üresen hull le és szétterül a földön, ahogy az árny eltűnik a levegőben. A hangja a magasságba vész, ismerős szavakat ismételve: „Isten veled örökre! Mennem kell, hiszen a szentjánosbogár halványuló fénye jelzi a hajnal közeledtét. Isten veled! Isten veled! Isten veled! Emlékezz rám!”

Amint észreveszem, hogy közeledik a hajnal, megfordulok, hogy visszamenjek a hajóhoz, és felveszem a lábamnál fekvő köpönyeget. A vállamra terítem, és visszasietek. Ahogy közeledem a parthoz, néhány lopakodó árnyék szólít meg, azt tudakolva, hogy visszatérek-e más nehezteléseket is megszabadítani.

A tengerhez közel fehér lepelbe öltözött, fáklyát tartó asszonyok csoportját látom. A csónakhoz érve a köpönyeget a csónakosnak nyújtom. Ő az asszonyoknak adja át. Egyikük meggyújtja; a köpeny fellángol és rövidesen a lángok martaléka lesz anélkül, hogy hamut hagyna. Ebben a pillanatban hatalmas megkönnyebbülést érzek, mintha valami hatalmas bűnt bocsátottam volna meg. (\*)

Beszállok a csónakba, mely most már modern motorcsónaknak látszik. Ellökjük magunkat a parttól, de a motort még nem indítjuk be. Hallom, hogy az asszonyok kórusa énekel: „Megvan az erőd, hogy felébressz minket kábultságunkból,

egyesítve a szívet a fejjel,

megszabadítva értelmünket az ürességtől,



megtisztítva a belső tekintet a homálytól és a feledéstől

Jöjj, áldott erő: Igaz emlékezet,

Mely az életet az igaz értelem irányába tereli.”

A motor abban a pillanatban beindul, amint a nap megjelenik az óceán horizontja fölött. A csónak felgyorsul. Ránézek a fiatal hajós erős és tiszta arcára, ahogy a tengerre nézve mosolyog.

Sebesen közeledünk a városhoz, könnyedén szökellünk a hullámok hátán. A napsugarak aranyosan csillognak a város házainak pompás homlokzatain, és a galambok boldog tömegben csapkodnak felettünk.

## == Az élet védnöke ==

Hátamon lebegek a tavon. A víz nagyon kellemes. Megerőltetés nélkül láthatom mindkét oldalamon a kristálytisztá vizet, lelátok egészen a fenéig.

Az ég ragyogó kék. Nagyon közel hozzám a part, puha homokja szinte fehér. Egy kis öblöt formál. A víz csendes, egy hullám sincs.

Érzem könnyedén lebegni a testemet, mely egyre jobban ellazul, mígnem különösen jó érzés tölt el.

Kis idő múlva elhatározom, hogy változtatok a testhelyzetemen, és harmonikus mozdulatokkal úszni kezdek, míg el nem érem a partot. Lassan elkezdek sétálni.

A táj trópusi. Datolyát és kókuszpálmákat látok. Érzem a Nap melegét és a könnyű szellő érintését bőrömon.

Váratlanul tőlem jobbra megpillantok egy barlangot és mellette egy tisztavízű patakot. Megközelítem a barlangot, bent

egy kis létrán, és a mérleg üres serpenyőjét elérve beletesz egy bagolytollat.

Aztán a hang így szól hozzám: „Most, hogy meghaltál és leszálltál az árnyékvilág küszöbére, azt mondod magadnak: Lemérik a beleimet – és ez tényleg így van. A beleidet lemérni azt jelenti: lemérni a cselekedeteidet.”

A mellettem álló csuklyás figurák most eleresztik a karom, és lassan, minden pontos irány nélkül elindulnak.

A hang így folytatja: „A belső szerveid a pokol tüzén égnek. A tűz vigyázói mindig tevékenyek, és távortartanak téled mindenkit, akire vágysz. Észreveszem, hogy a hang vezeteti lépteimet, és hogy a színpad minden sugallat hatására átalakul.

A hang így szól: „Először megadod a vigyázóknak, ami jár nekik. Aztán belépsz a tűzbe, és emlékezni fogsz minden szenvedésre, amit a szeretet láncában okoztál.”(\*)

Megbocsájtást kérsz majd mindazoktól, akikkel rosszul bántál, és csak akkor hagyod el a tüzet megtisztulva, amikor már megbékéltél. (\*)

Most szólíts mindenkit név szerint, akit megsebeztél, és esedezz, hogy fedjék fel előtted az arcuk. Ha megteszik, figyelmesen hallgasd a tanácsukat, mert az olyan halk, akár egy távoli fuvallat. (\*)

Légy őszintén hálás és indulj útnak, vezetőd fáklyáját követve. A vezető sötét folyosókon visz keresztül, míg meg nem érkeztek a kamrába, ahol azoknak az árnyai várnak, akikkel életed során erőszakos voltál. Mindannyian ugyanabban a szenvedéssel teli helyzetben vannak, amiben annak idején hagytad őket. (\*)

Kérj bocsánatot, békélj meg velük, és csókold meg őket egytől egyig, mielőtt továbbmész. (\*)

Kövesd a vezetődet, aki nagyon jól tudja, hogyan vigyen téged életed zátonyra futott helyeire, a jóvátehetetlenül kővé dermedt helyekre. Óh, nagy veszteségek világa, melyben mosoly,

Hirtelen két csuklyás alak ragadja meg a karomat. Aztán egy mély hang szólít meg:

- Honnan jöttél?

Nem tudom, mit feleljek, így azt mondom: „bentről” jövök.

- Mi az, hogy „bent”?

Megpróbálok válaszolni: Mivel én bent lakom a városban, a vidék „kint” van. A vidéken élőknek a város van „kint”. Én bent a városban élek, ezért mondom, hogy „bentről” jövök és most „kint” vagyok.

- Ez badarság, te beléptél a birodalmunkba, tehát „kintről” jössz. Ez itt nem a vidék, hanem a te „belső”. Talán nem vetted észre, hogy egy színházban vagy? Beléptél a színházba, ami a te városodban van. A város, ahol élsz, a színházon kívül van.

- Nem - felelem - a színház része a városnak, ahol élek.

- Idefigyelj, te arcátlan teremtes - szól a hang - vessünk véget ennek a nevetséges vitának. Először is közlöm veled, hogy többé nem élsz a városban. A városban éltél, de a „belső” és a „külső” tered a múltban maradt. Így most egy másik tér-időben vagy. Ebben a dimenzióban másként működik minden.

Ebben a pillanatban egy öregember tűnik fel, jobb kezében egy tartállyal. Közelebb jön, és a másik kezével a testembe nyúl, mintha vajból volnék. Először kiveszi a májamat, és a tartályba helyezi. Ezután a vesém, a gyomrom, majd a szívem következik, minden szakértelem nélkül kirámol belőlem mindent, amit csak talál, egészen addig, míg a tartály ki nem csordul. Semmi különös nem érzek. A figura megfordul, a szerveimet a mérleghez viszi, és a mérleg egyik serpenyőjébe helyezi őket, mely a földig süllyed. Mintha egy hentesüzletben volnék, ahol az állati aprólékot a vevők orra előtt mérik le. Egy vásárlószatyrot cipelő hölgy valóban megpróbál a szerveim közelébe férközni, de az öregúr tiltón rákiált: „De, kérem! Ki engedte meg, hogy hozzányúljon ezekhez a belsőségekhez?” Ezután az öregember felkapaszkodik

egy asszony alakját látom. A fején virágból font koszorú van. Látom csodálatosan szép szemét, de nem tudom megállapítani, hány éves lehet. Arca mögött, melyről sugárzik a kedvesség és a megértés, nagy bölcsességet sejtetek. A tekintetem rajta tartom, miközben a természet elcsendesedik.

„Én vagyok az élet védnöke” – mondja. Félénken válaszolom, hogy nem értem, mire gondol. Ebben a pillanatban egy kis őzgida jön, és megnyalja a kezét.

Behív a barlangba és jelzi, hogy üljek le a homokra, arccal a sziklafal felé. Így nem látom őt, de hallok a hangját: „Lélegezz lágyan és mondd el, mit láatsz!” Elkezdek lassan és mélyen lélegezni. Ekkor a sziklafalon megjelenik előttem az óceán tiszta képe. Amikor levegőt veszek, a hullámok felszaladnak a partra. Amikor kifújom, a hullámok visszagördülnek. Ekkor azt mondja: „A testedben minden ritmus és szépség. Nagyon sokszor megvetetted a testedet anélkül, hogy megértetted volna, hogy milyen csodálatos eszköz birtokában vagy, amelynek segítségével kifejezed magad a világban.” Képek tűnnek fel a falon életem különböző szakaszaiból, képek, amikor szégyent, félelmet, és borzalmat éreztem a testem miatt. Egyik kép a másik után jelenik meg. (\*)

Először kényelmetlenül érzem magam, amikor ráébredek, hogy ő látja ezeket a képeket, de azonnal megnyugszom. Most így szól hozzám: „Még betegségben és idős korban is hűséges társként kísér a tested, egészen az utolsó pillanatig. Ne vedd meg a tested, ha nem tudja kielégíteni minden szeszélyedet. Tartsd erőben és egészségesen! Vigyázz rá, hogy jól szolgáljon, és csak azoktól fogadj el tanácsot, akik bölcssek. Én, aki éltem minden emberi korszakban, jól tudom, hogy a szépség eszméje örökké változó. Ha nem tartod a testedet a legjobb barátodnak, akkor az szomorú és beteg lesz. Ezért teljességében el kell fogadnod őt. Ő az eszköz, hogy kifejezd magad a világban... Most szeretném, ha látnád a tested leggyengébb és legkevésbé egészséges részeit.”

Ekkor megjelenik a falon testem ezen részének képe. (\*)

Az Élet Védnöke ráhelyezi a kezét erre a területre, s én életet adó meleget érzek. Érzem az energia hullámait, amint szétterjednek ezen a területen, és azt tapasztalom, hogy mélyen elfogadom a testemet olyannak, amilyen. (\*)

„Vigyázz a testedre, csak a bölcsek tanácsát kövesd, és ne sanyargasd olyan betegségekkel, amik csak a képzeletedben léteznek! Most menj telve életerővel és békében önmagaddal!”

Megújultam és egészségesen hagyom el a barlangot, iszom egy kortyot a patak kristálytiszta vizéből, és úgy érzem, újjászülettem.

A Nap és a szél simogatja a testemet, ahogy átsétálok a fehér homokon az öböl felé. Amikor a tóhoz érek, meglátom egy pillanatra az Élet védnökének körvonalait tükröződni a mélyben.

Bemegyek a vízbe. Köszönetet mondok a testemért, ezért a csodálatos eszközért, amit a természet adott nekem. (\*)

## == A belső vezető ==

Egy fénylő tájon vagyok, ahol valamikor nagy örömet éreztem.

Látom, ahogy a nap egyre nagyobb lesz. Zavartalanul figyelem. Egyszer csak leválik két napsugár és megérinti a fejemet és szívemet.

Könnyűnek érzem magam és érzem a nap vonzását. A fénylő utat követve a nap irányába kezdek haladni.

A hatalmas korong előtt, amely óriási gömbbé alakul át, lágy és jóleső melegséget érzek.

Ezzel a barátságos személy eltűnik. Az egész táj elkezd forogni egy világos szürke spirálban, míg a hullámozó plafon újra meg nem jelenik. Hallom a csöpögő vízcsapot. Tudom, hogy hanyatt fekszem egy szobában. Érzem, hogy az érzéseim tompasága feloldódik. Megpróbálom mozgatni a fejemet: most sikerül. Hamarosan a végtagjaim is mozognak.

Nyújtózkodom, és tudom, hogy jó formában vagyok. Frissen kiugrom az ágyból, mintha évekig pihentem volna. A szobaajtóhoz megyek, és kinyitom. Egy folyosót találok, melyen gyorsan az épület kijárata felé megyek. Odaérek, egy nagy, nyitott ajtót látok, amely előtt sok ember halad mindkét irányba. Teszek néhány lépést, és az utcán vagyok.

Korán reggel van. Látok egy órát a falon, és rájövök, hogy sietnem kell. Egy ijedt macska keresztezi az utat a gyalogosok és a járművek között. Figyelem futását, és anélkül, hogy tudnám, miért, azt mondom magamnak, „Van egy másik valóság, amit a szemeim nem látnak minden nap.”

## == A halál ==

Azt hiszem, hogy egy színházban vagyok. Körülöttem minden sötét. Most lassan kigyúlnak a színpad fényei, és meglátom magamat.

A színpad olyan, mint egy mozifilm díszlete. Az egyik oldalon égő fáklyákat látok, és hátul egy hatalmas, kétkarú mérleget. A boltívszerűen kialakított mennyezet nagyon magas lehet, mert sehol sem látom a végét. A színpad középpontja körül kőfalakat, fákat és mocsarat látok. Lehet, hogy az egészet sűrű dzsungel veszi körül. Mindenféle emberi alakok lopakodnak.

A fesztivál folytatódik előttem, és tudom, hogy a zene összeköt engem azzal a lánnyal, aki a ruháját nézegeti, és azzal a fiatal fickóval, aki egy fának támaszkodva simogat egy kék macskát. Tudom, hogy mindezt már átéltem korábban, láttam a fák egyenetlen körvonalát és a testek élesen körülrajzolt képét. Egyszer már észrevettem ama vöröses-sárga felhők lágy alakját, olyan élesen, mint a kartonkivágás a makulátlan kék égen. És egyszer azelőtt átéltem ezt az időtlen érzést, amikor úgy tűnt, hogy a szemeim nem léteznek, mert mindent olyan tisztán látok, mintha nem a mindennapi szemekkel néznék, amelyek elhomályosítják a valóságot. Mindent élőnek és mindent jónak érzek. Hogy a zenének és más dolgoknak nincs neve, és semmi sem tudja igazán megnevezni őket. (\*)

A bársony-pillangókban, amik körülöttem repkednek, érzem az ajkak melegségét és a boldog álmok törekenységét.

A kék macska közelít felém. Felfogok valamit, ami nyilvánvaló: a macska magától mozog, kábel vagy távirányítás nélkül. Magától mozog, és ez lenyűgöz. Ezekben a tökéletes mozdulatokban és a gyönyörű sárga szemek mögött élet van, minden más csak álca, mint a fa kérge, a pillangók, a virág, a higanyos vízcsepp, mint a kartonszerű felhők, az összefutó utak a kezemen. Egy pillanatra valami univerzálissal érintkezem. (\*)

Egy lágy hang szakít félbe, mielőtt elérnék egy másik tudatállapotba.

„Azt hiszed, hogy a dolgok tényleg így vannak?”, suttogja az ismeretlen hang. „Mondom neked, hogy nem ilyenek, és nem is másfolyenek. Hamarosan visszatérsz a szürke világodba, amely mélység nélküli, öröm nélküli, tartalom nélküli. És azt fogod gondolni, hogy elvesztetted a szabadságodat. Most nem értesz meg, mert nem vagy képes úgy gondolkodni, ahogy akarsz. A szabadságodnak e látszólagos állapota csak egy kémiai folyamat eredménye. Ez sok ezer emberrel történik, akiknek tanácsokat adok nap, mint nap. Jó napot!”

Ahogy megérkezem a nap belsejébe, akadálytalanul lélegzek be és ki. A fény, ami körülvesz behatol a testembe a légzésem ritmusával és egyre több energiát ad át.

Derűsnek és sugárzóknak érzem magam. A legjobb érzéseimmel kérem, hogy jelenjék meg előttem a belső vezető és ezt a legmegfelelőbb módon tegye. (\*)

Azt mondja nekem, hogy ő ábrázolja a belső erőmet és energiámat, és ha tudom, hogyan használjam őt, akkor az életemnek lesz iránya, lesz inspirációm és védelmem. De nekem kell megtennem minden tőlem telhetőt, hogy őt jól lássam vagy érezzem a jelenlétét. (\*)

Megkérem a belső vezetőt, hogy tegye a kezét a homlokomra és hagyja ott egy pillanatig.

Érzem, ahogy egy átlátszó gömb a mellkasom közepéből kiindulva elkezd kiterjedni, és végül körülvesz mindkettőnket (\*)

Megkérem a belső vezetőt, hogy élessze újra bennem a minden létező iránti mély szeretet és kísérjen végig az életemen, békét és örömet adva. (\*)

Az élet értelméről kérdezem, és várom a válaszát. (\*)

Megkérdézem, hogy mi a halál valójában, és várom a válaszát. (\*)

Az életem értékéről kérdezem, és várom a válaszát. (\*)

Meggondoltan az életem egy különleges helyzetéről kérdezem, és várom a válaszát. (\*)

Arra kérem, hogy azokban a pillanatokban, amikor kételkedem vagy kudarcot vallok, mindig álljon mellettem, és kísérjen el az örömteli pillanatokban is.

Ekkor a belső vezető elválk tőlem és átalakul egy nagy virággá, melynek szirmai nyitottak és színei kihangsúlyozódnak a nap világító keretében. Most a virág elkezd harmonikusan változtatni a formáját és színeit. Megértem, hogy a kéréseim



meghallgatásra találtak.

Elkezdtek távolodni a sugárzó naptól, tele léttel és erővel.

A két fénylő napsugáron visszaszállok a gyönyörű tájra. A legbelsőmben egy nagy jószágot ismerek fel, amely arra törekszik, hogy kifejeződjék az emberek világában. (\*)

## = A mentő cselekedet =

Széditő sebességgel hajtunk egy nagy autópályán. A sofőr mellett ülök, akit még sosem láttam. A hátsó ülésen két nő és egy férfi foglal helyet, őket sem ismerem. A többi kocsit meggondolatlanul száguld mellettünk, mintha vezetőik részegek, vagy örültek lennének. Nem tudom, hogy napkelte van-e vagy napnyugta.

Megkérdem kísérőmet, a sofőrt, hogy mi történik. Rám pillant, és ismeretlen nyelven válaszol: „Rex voluntas”. Bekapcsolom a rádiót, melyből statikus és interferenciahangok harsognak. Még így is hallok egy gyenge, fémes hangot, mely monoton ismétli: „...rex voluntas... rex voluntas... rex voluntas...”

Most minden kocsit lelassít, az út szélén sok felborult autó fekszik, körülöttük tűz terjed. Megállítjuk a kocsit, mindannyian kiszállunk és a mezők felé rohanunk a lavinaként előretörő, rémült emberek tengerében.

Visszanézek. A füstben és a lángok közt sok szerencsétlen embert látok, akik halálos csapdába estek, de az eszeveszetten menekülő tömeg engem is magával sodor. Ebben az őrjöngésben sikertelenül próbálok elérni egy anyát, aki gyermekét védi, miközben sokan megbotlanak benne, és többen a földre is esnek.

A zavar és az erőszak terjed, ezért úgy döntök, hogy egy

hatalmas embertömeg, de örömmel látom, hogy nincs zsúfoltság. Kicsit távolabb megpillantom néhány gyermekkori barátomat. Látom, hogy nagyon jól érzik magukat.

Leköti figyelmemet egy virág, amelynek ága vékonyka szárhoz csatlakozik, és e szár a külső, áttetsző hártyán belül sötétzölden ragyog. Kinyújtom a kezem, hogy megérintsem, végigfutnak az ujjaim a friss száron, felszínén az apró dudorok alig zavarják simaságát. A smaragdzöld levelek között feljebb haladva elérek a szirmokig, amelyek sokszínű robbanászként nyílnak. Szirmok, mint egy ünnepélyes katedrális kristályablakai, szirmok, mint a rubin, szirmok, mint a lángra lobbanó máglya tüze... és ebben a színes táncban úgy érzem, mintha a virág az én részemként élne. (\*)

A virág érintésemtől rezegve elejt egy álmos harmatcsepp, ami ott remegett az egyik szirm alján. Az ovális harmatcsepp vibrál, majd megnyúlik, és az űrben ismét gömbölyűre kisimulva esik végtelen ideig. Esik, esik, a határtalan űrben... Végül leesik egy gomba kalapjára, legurul, mint a nehéz higanycsepp, lecsúszik a pereméig. Ott, a szabadság rohamában legördül egy kis tócsába, viharos hullámok rohamát támasztva, elárasztva egy márvány kavics-szigetet. (\*)

Felemelem a tekintetemet, és egy arany méhecskét látok, aki kortyolni jön a virágból. És ebben az erőteljes életáramlásban visszahúzómsziszteletlen kezemet ettől a káprázatos tökéletességtől.

A kezem... megdöbbenve nézem, mintha most látnám először. Fordítgatom az egyik, oldaláról a másikra, behajlítom és kinyújtom az ujjaimat, látom az összevissza vonalazott tenyeremet, és megértem, hogy a világ összes útja összefut rajta. Úgy érzem, hogy a kezem és rajta futó vonalak nem tartoznak hozzám, és köszönetet mondok a bensőmben azért, hogy nem birtoklom a testem.



örömeihez.

Én, aki két kezemmel megadok mindent, amit tudok, akit bántalmaznak, vagy a legmelegebben üdvözlnek, a szívnek énekelek, amely a legsötétebb mélységből született újjá az Értelem fényében.

## == A fesztivál ==

Egy ágyon fekszem. Lassan rájövök, hogy egy kórházi szobában vagyok. Gyengén hallom egy rosszul elzárt vízcsap csöpögését. Megpróbálom mozgatni a végtagjaimat és a fejemet, de nem engedelmeskednek. Nagy erőfeszítéssel sikerül nyitvatartanom a szememet.

Valahogy emlékszem, hogy valaki mellettem állva azt mondja, hogy szerencsére túl vagyok minden veszélyen... és most már csak pihenés kérdése. E zavaros szavak hallatán nagy megkönnyebbülést érzek. Érzem, hogy a testem, mely álmos és nehéz, egyre lazább és lazább.

A plafon fehér és sima, minden vízcsepp, amit hallok, felvillan a felületén, mint egy fénysugár. Egy vízcsepp, egy fénysugár. Aztán a következő. Aztán sok fénysugarat, majd hullámokat látok. A plafon a szívdobogásom ritmusát követve változik. Lehet, hogy ez a szemem ütőereinek hatása, ahogy áramlik bennük a vér. A ritmus egy fiatal ember arcát körvonalazza.

„Hé, te!” szólít meg, „Miért nem jössz velem?”

„Persze.” gondolom, „Miért ne?”

Fent egy zenei fesztivál zajlik, a hangszerek hangja elárasztja fénnel a hatalmas teret, melyet fű és virágszőnyeg borít.

Fekszem a mezőn, és nézem az előadást. Körülöttem

kissé rézsútos ösvény felé igyekszem, mely végül segít kijutni a tömegből. Egy magasabb síkság felé tartok, mely megállásra készíti majd az örült emberek sokaságát. Néhány földre esett ember megragadja a ruhámat, amely darabokra szakad. Most veszem csak észre, hogy a rohanó tömeg egyre kisebb lesz.

Végül sikerül kimenekülnöm, és kifulladásra mászni kezdek. Megállok egy pillanatra és látom, hogy a sokaság az ellenkező irányba rohan, azt gondolva, hogy lefelé gyorsabban kimenekülhetnek a kétségbeejtő helyzetből. Rémülten veszem észre, hogy az út, amin haladnak egy szikla pereméhez vezet. Kiabálok, ahogy csak tudok, hogy legalább a hozzám közel lévőket figyelmeztessem a közelgő katasztrófára. Egy ember meghallja a hangom, és a tömeget odahagyva szaladni kezd felém. Ruhái cafatokban lógnak, testét sebek borítják. Örülök, hogy legalább ezt az egy embert sikerült megmentenem. Amikor odaér hozzám, megragadja a karomat, kiabál, mint egy örült és lefelé mutogat. Nem értem, amit mond, de biztosra veszem, hogy azt akarja, segítsek megmenteni valakit. Megkérem, hogy várjon, mert ez pillanatnyilag lehetetlen... Tudom, hogy nem ért engem. Kétségbeesése elkeserít. A férfi megpróbál visszaindulni, de én elgáncsolom, és ő elesik. Keservesen sírva fekszik a földön. Megértem, hogy mind az életét, mind a lelkiismeretét megmentettem, hiszen megpróbált segíteni valakin, de én megakadályoztam.

Feljebb mászom, és egy felszántott mezőre érkezem. A föld porhanyós, és barázdált. Fegyverek ropogását hallom a távolban és megértem, mi történik. Azonnal otthagynom ezt a helyet. Egy idő után megállok. Minden csöndes. Visszanézek a város irányába, s baljós fényeket látok.

A föld rázkódni kezd a lábam alatt, a mélységből jövő zúgás földrengésre figyelmeztet. Hirtelen elvesztem az egyensúlyomat. Az oldalamon fekve kuporgok a földön, és szédelegve figyelem az eget.

A remegés alábbhagy. Hatalmas vörös holdat látok, mintha vérrel lenne beborítva.

Elviselhetetlen meleg van, a levegő éget, ahogy belélegzem. Még mindig nem tudom, hogy az éjszaka kezdődik, vagy a nappal közeledik. Felülök, figyelem a növekvő zúgást. Nemsokára, mint halálos rovarok, repülők százai borítják be az eget, ismeretlen végzet felé repülve.

A közelben egy nagy kutyára figyelek fel, amely a hold felé néz, és majdnem úgy vonyít, mint egy farkas. Megszólítom. Az állat félénken közelít felém. Végül megáll mellettem. Gyengéden megsimítom felborzolódott szőrét. Érzem, hogy reszket. A kutya elhúzódik tőlem és elindul. Felállok, hogy kövessem. Sziklás területen haladunk keresztül, míg egy patakhhoz érünk. A szomjas állat odarohan, és mohón inni kezd a vízből, de rögtön hátrahőköl, és a földre rogy. Odamegyek hozzá, megérintem és látom, hogy elpusztult.

Újabb földmozgásokat érzek, attól tartok ismét feldönthetnek, de végül alábbhagynak. Megfordulok és fürkészem az eget. Valahol messze négy hatalmas felhőt látok közeledni, tompán dörgő villámokkal. Az első fehér, a második vörös, a harmadik fekete, a negyedik sárga. A felhők négy fegyveres lovasra emlékeztetnek, akik a vihar hátán lovagolva vágatnak át az égen, minden életet elpusztítva a Földön.

Megpróbálok elmenekülni a felhők elől. Rádöbbenek, hogy ha elázom az esőben, megfertőződöm. Futok tovább, hirtelen egy óriási alak áll elém. Egy óriás, aki elállja az utamat. Fenyegette lengeti felém tűzkardját. Rákiáltok, hogy folytatnom kell az utamat, mert elérnek a radioaktív felhők. Azt feleli, hogy ő egy robot, akit a nemkívánatos emberek távoltartására állítottak oda. Hozzáteszi: lézerrel van felfegyverkezve, és ne próbáljak közelebb menni. Látom, hogy az óriás két területet választ el: az egyik az, ahonnan jövök, sziklás és borús, a másik mögötte tele élettel és virágzással.

sebességünk növekszik. A csillagok tiszta fehér fénye fokozatosan színt vált, majd végül valamennyi csillag eltűnik a teljes sötétségben.

Előttünk egyetlen aranyszínű fénypont tűnik fel, amely egyre növekszik. Közeledünk hozzá. Most látom, hogy egy vastag gyűrű az, amelyen behatolunk, és egy rendkívül hosszú, átlátszó alagútban haladunk tovább. Rövid idő után hirtelen megállunk. Nyitott térségre érkeztünk. Átmegek a meleg légfüggönyön, és elhagyom a buborékot.

Áttetsző falak között találok magam, melyek amint elhaladok közöttük, színek dallamos variációiban ragyognak fel.

Megyek előre, amíg egy sík térségre nem érek. Közepében egy hatalmas, mozgó tárgyat látok, melyet képtelen vagyok megragadni a tekintetemmel, mert bármely irányban követem a tárgy felületét, pillantásom végül mindig elmerül a belsejében. Szédít a látvány, ezért elfordítom a tekintetemet.

Most szemben találok magam egy emberinek tűnő alakkal. Az arcát nem látom. Kinyújtja felém a kezét, melyben sugárzó gömböt látok. Közeledem felé és feltétlen elfogadással cselekedve átvesszem tőle a gömböt, és a homlokomra helyezem. (\*)

A tökéletes csendben érzem, hogy valami új kel életre bennem. Fokozódó hullámozást érzékelek, növekvő erő árad szét testemben és mélységes öröm tölti el az egész lényemet. (\*)

Tudom, hogy az alak szavak nélkül így szól hozzám: „Térj vissza a világba fénylő homlokkal és fénylő kezeiddel!” (\*)

Így tehát elfogadom a sorsomat. Visszatérek a buborékhoz, a vastag gyűrűn át a csillagokhoz, majd a síksághoz és a sziklafalhoz. (\*)

Végül itt vagyok ismét a hegyi ösvényen, alázatos zarándokként megyek vissza népemhez.

Fénnyel telítve térek vissza az órákhoz, a megszokott napi tevékenységekhez, az emberiség fájdalmához és egyszerű

kiugró részekbe, hátamat a hasadék egyik oldalának támasztom, az egyik könyökömmel és a másik karommal húzom, tolom magam felfelé. Most elszűkül a hasadék. Felnézek, majd lenézek. Félúton vagyok. Bármely irányba próbálnám is, képtelenség elmozdulni. Változtatok a testhelyzetemen, arccal a sziklafal felé fordulok, és teljesen rálapulok a síkos felületre. Erősen megvetem mindkét lábamat, és nagyon lassan nyújtom felfelé az egyik karomat. Nedves leheletem visszaverődik a szikláról. Ujjaimmal tapogatózom, nem tudva, hogy találok-e kapaszkodót. Óvatosan kinyújtom a másik karomat is. Érzem, hogy elvesztem az egyensúlyomat. A fejem lassan eltávolodik a sziklától, majd az egész testem követi. Már-már hanyatt zuhanok,... de az utolsó pillanatban találok egy kis repedést, amelybe ujjaimmal erősen belekapaszkodom. Egyensúlyomat visszanyerve a hátralévő szakaszon már minden nehézség nélkül folytatom a mászást.

Végül elérem a fennsíkot. Felállok. Egy végtelen síkság terül el előttem. Néhány lépést teszek előre, majd megfordulok. A mélység felett már éjszaka van; a síkság irányában az utolsó napsugarak a legváltozatosabb színekben tündökölnék, majd eltűnnek. Miközben összehasonlítom e kétféle tájat, éles hangra figyelek fel. Magasba tekintve egy lebegő fényes korongot látok, amely köröket ír le a fejem fölött, majd ereszkedni kezd.

A közelben ér földet. Belső hívásnak engedelmességgel, gondolkodás nélkül közelítek felé. Amikor belépek a fényes tárgyba, úgy érzem, meleg légfüggönyön hatolok át. A testemet rögtön könnyebbnek érzem. Attetsző buborékban vagyok, melynek lapos az alja.

Mintha egy hatalmas csúzliból lóttak volna ki bennünket, egyenesen felrepülünk az égbe. Azt hiszem, hogy a Béta Hydris csillag felé tartunk, vagy talán az NGC 3621 galaxis felé.

Futólag látom a lenti síkságot betöltő alkonyi fényt. Mérhetetlen sebességgel haladunk a magasba, az égbolt teljesen elfeketedik, a Föld pedig gyorsan távolodik. Érzem, hogy

Azt kiáltom az óriásnak: „Be kell, hogy engedj, mert jót tettem.”

„Mi az a jótétemény?” kérdezi az óriás.

„Az egy alkotó cselekedet, amely együttműködik az élettel.”

„És – kérdi az óriás – mi érdekeset tettél?”

„Megóvtam egy embert a biztos haláltól, ráadásul a lelkiismeretét is megmentettem.”

Az óriás azonnal félrehúzódik, én beugrom a védett területre, éppen ahogy az első esőcseppek hullani kezdenek. Egy farm terül el előttem, közel hozzá a farmer háza. Az ablakból lágy, sárga fény világít. Most látom, hogy egy új nap kezdődik.

Ahogy a házhoz érek, egy természetes ember kedves arckifejezéssel beljebb invitál. Bent népes családja készülődik a napi teendőkre. Meghívnak, hogy üljek le az egyszerű, egészséges ételekkel megrakott asztalhoz. Nem sokkal később tiszta patakvizet iszom. Néhány gyerek játszik mellettem.

„Ezúttal” – mondja vendéglátóm – „megmenekültél. De ha legközelebb át kell lépned a halál küszöbén, milyen egységes cselekedetet tudsz majd felmutatni?” Megkérem, magyarázza el, mire gondol, mert szavai furcsának tűnnek. Megmagyarázza: „Próbálgat meg emlékezni olyan cselekedetekre az életedből, melyeket (jobb szó híján) „jótéteményeknek” is nevezhetünk. Természetesen nem azokról a „jótéteményekről” beszélek, amit az ember azért tesz, mert valamit vár cserébe. Csak azokra a tettekre gondolj, melyek azt az érzést hagyták benned, hogy amit másokért tettél, a legjobb volt nekik... ilyen egyszerűen. Három percet adok, hogy végignézd az életed, és rájössz, milyen belső szegénység lakik benned, barátom. Egy utolsó tanács: ha van gyermeked, vagy olyanok, akik nagyon közel állnak hozzád, ne téveszd össze azt, hogy mit kívánsz nekik, azzal, hogy mi a legjobb nekik.” Ezután családjával együtt kimegy a házból. Elgondolodom a farmer javaslatán. (\*)

Néhány perc múlva a férfi újra bejön és azt mondja: „Most már érzed, milyen üres vagy belül. Ha nem érzed, annak oka az, hogy összezavarodtál. Mindenképpen üresség van benned. Hadd adjak neked egy tanácsot, de fogadd meg, mert ez az egyetlen, ami segít a későbbiekben. Mostantól ne hagyj, hogy akár egyetlen nap is elteljen anélkül, hogy tartalommal töltenéd meg az életed.”

Elbúcsúzunk. Hallom, hogy a távolban utánam kiált: „Mondd el az embereknek, amit te már tudsz!”

Magam mögött hagyom a farmot és a városom irányába indulok.

Ma ezt tanultam: „Amikor az ember csak saját érdekeire, és személyes problémáira gondol, a halált hordozza lelkében, és minden, amit megérint, meghal vele együtt.”

## == Hamis remények ==

Megérkezem arra a helyre, amit valaki ajánlott nekem. Egy orvos háza előtt állok. Kis tábla figyelmeztet: „Ki itt belépsz, hagyj fel minden reménnyel.”

Megnyomom a csengőt, az ajtó kinyílik, és egy nővér beenged. Egy székre mutat, én leülök. Ő az asztal mögött foglal helyet, szemben velem. Papírlapot fűz az írógépbe és kérdez: „Neve?” Válaszolok. „Kora..., foglalkozása..., állampolgársága..., vércsoportja...” A lap kitöltését családom betegségeinek kórtörténetével folytatja.

Válaszolok a betegségeim történetével kapcsolatos összes kérdésére. (\*)

Azonnal elmondom neki a gyerekkorom óta történt összes

A fény kialszik. Egyetlen vágy hatalmasodik el rajtam: ki kell kerülnöm ebből a helyzetből. Tudom, hogy az életem csak akkor fog megváltozni, ha megtalálom innen a kiutat. Úgy tűnik, hogy ennek a sikátornak van értelme, és az nem más, mint a születéstől a halálig tartó ismétlődés. Egy hamis értelem. Rohangálhatok egyik lámpától a másikig, míg egyszer végleg elfogy minden erőm.

Balra irányjelző táblákat veszek észre, három nyilat. A sikátor felé mutató táblán ez áll: „az élet ismétlődései”. Egy másik táblán: „az élet elutasítása”. A harmadikon pedig: „az élet kiteljesedése”. Megállok, és egy pillanatig elgondolkodom a választáson. (\*)

Azt az irányt követem, amerre a harmadik nyíl mutat. Ahogy elhagyom a sötét sikátort, egy széles, fényesen kivilágított útra jutok. Az az erős érzésem támad, hogy valami döntő fontosságú felfedezést tettem.

## == Az utazás ==

Hegyi ösvényen kapaszkodom felfelé. Kis időre megállok és hátranézek. Egy folyó keskeny csíkját látom a távolban, és valamit, ami facsoport is lehet. Még távolabb a vörös sivatag belevész a késő délután párás levegőjébe. Még néhány lépést teszek tovább, és az ösvény elkeskenyedik, végül eltűnik. Tudom, hogy a hegytetőn lévő fennsík eléréséig hátra van még az utolsó, legnehezebb útszakasz. Bár a földet borító hó erősen akadályozza lépteimet, folytatom a kapaszkodást.

Sziklafalhoz érkezem. Gondosan szemügyre veszem, és felfedezek rajta egy széles hasadékot, amely megmászható. Kapaszkodni kezdek, hegymászó bakancsomat beakasztom a



Rémületem ellenére megpróbálom értelmezni a helyzetet, és egyre-másra azt kérdezem magamtól: „Mi elől menekülök?... Mi elől menekülök?” A rekedtes hang válaszol: „Mögötted vagyok, és előtted vagyok; ami volt, az lesz. De szerencséd van, hogy meg tudtál állni, hogy gondolkozz egy kicsit. Ha ezt a helyzetet megfejtet, kikerülsz a saját csapdából.” (\*)

Kábultnak és fáradtnak érzem magam. Ennek ellenére tudom, hogy van kiút. Valami arra késztet, hogy életem számos kudarcára emlékezzem. Felidézem gyermekkorom első kudarcait. (\*)

Utána ifjúkorom kudarcait. (\*)

Legvégül a közelmúlt sikertelenségeit. (\*)

Felismerem, hogy ezek a jövőben is ismétlődni fognak, egyik kudarc a másik után. (\*)

Mindegyik kudarcomban volt valami hasonló, nem volt rendszerezve mindaz, amit tenni akartam. Zavaros és egymásnak ellentmondó vágyak voltak ezek. (\*)

Észreveszem, hogy most is sok ellentmondás van abban, amit el akarok érni a jövőben. (\*)

Nem tudom, mit kezdjek az életemmel, de ebben a zavaros helyzetben mégis sokmindenre vágyom. Igen, félek a jövőtől, és nem szeretném, hogy a múltbeli kudarcaim megismétlődjenek. Itt, ebben a szűk, ködös sikátorban megbénult életem az egyre a halványuló lámpafényben. Hirtelen fény gyúl ki egy ablakban, és valaki lekiabál nekem: „Segíthetek valamiben?”

„Igen – válaszolom – ki kell kerülnöm innen.”

„Ó nem,.... egyedül nem lehet kijutni innen.”

„Akkor mondja meg, hogy hogyan lehet!”

„Nem tehetem. És különben is, ha tovább üvöltözünk, felkeltjük a szomszédokat. A szomszédok álmával pedig nem játszik az ember! Jó éjszakát!”

balesetemet. (\*)

Mereven rámnéz és lassan kérdezi: „Priusza?” Kellemetlen érzéssel válaszolok.

Erre ő azt kérdezi: „Mit remél?” Abbahagyom az engedelmes válaszolást, magyarázatot követelek. Nem zavartatja magát, úgy bámul rám, mint egy rovarra, és így szól: „A remények csak remények! Úgyhogy jobb lenne, ha nagyon gyorsan válaszolna, mert a vőlegényemmel kell találkoznom.” Felpattanok a székről, kitépem a lapot az írógépből, darabokra tépem és a fecniket egy szemeteskosárba dobom. Majd megfordulok, és az ajtóhoz megyek, amelyen bejöttem, de nem tudom kinyitni. Természetesen felháborodva ripakodok a nővére, hogy nyissa ki. Ő nem válaszol. Megfordulok és látom, hogy a szoba üres! Nagy léptekkel a másik ajtóhoz megyek, feltételezve, hogy az a rendelőhöz vezet. Biztos vagyok benne, hogy ott találom a doktort, akinek el fogom mondani a panaszaimat. Úgy hiszem, hogy ez az ajtó, amin keresztül a nővér elmenekült. Kinyitva csaknem falba ütközöm.

„Egy fal az ajtó mögött. Nagyszerű ötlet!”... Visszarohanok az előző ajtóhoz, vadul feltépem, de megint csak egy, az utamat eltorlaszoló fallal találkozom.

Most egy férfi hangját hallok egy hangszórón keresztül, amint azt kérdezi: „Mi tehát az, amiben reménykedsz?” Visszanyerve a lélekjelenlétemet azt válaszolom, hogy felnőttek vagyunk, és leginkább abban reménykedek, hogy kikerülök ebből a nevetséges helyzetből. De ő emlékeztet: „a kis tábla a bejárat melletti falon figyelmeztet, hogy aki itt belép, hagyja maga mögött minden reményét.” Az egész egy szörnyű viccnek tűnik, tehát leülök és várom a végkifejletet.

„Kezdjük újra az elején – mondja a hang – emlékezz vissza, mennyi mindenben reménykedtél gyermekkorodban. Aztán ahogy múlt az idő, rájöttél, hogy azok az álmok soha nem válnak valóra. Így hát feladtad azokat a szép terveket.. Gyerünk, emlékezz!” (\*)

„Később – folytatja a hang – valami hasonló dolog történt megint, és bele kellett törődnöd abba, hogy a kívánságaid nem váltak valóra... Emlékszel?” (\*)

„Még most, ebben a pillanatban is él benned remény. Nem arról a reményről beszélek, hogy kikerülj ebből a helyzetből, hiszen ez a színpadias trükk már eltűnt. Másról beszélek. A jövővel kapcsolatos reményeidről van szó.” (\*)

„Ezek közül melyek azok, amelyekről te magad is tudod, hogy soha nem fognak valóra válni? Gyerünk, gondolkodj el ezen őszintén!” (\*)

„Nem élhetünk remények nélkül, de ha egyszer rádöbbenünk, hogy reményeink hamisak, nem tarthatjuk meg őket ilyen bizonytalanul, mert előbb vagy utóbb kudarcot vallunk, és ez válsághoz vezet. Ha mélyen magadba nézel, és rátalálsz azokra a reményekre, melyekről tudod, hogy nem fognak megvalósulni, és elvégzed azt a feladatot is, hogy itthagyd őket örökre, a valóság jobb megértése a jutalmad. Gyerünk, álljunk neki hát még egyszer!... Keresd a legmélyebben lévő reményeidet! Azokat, amelyekről úgy érzed, hogy soha nem fognak valóra válni. Légy óvatos, ne hibázz! Létezik néhány, amely megvalósíthatónak látszik, ezeket hagyd! Csak azokkal foglalkozz, amelyek nem fognak beteljesülni. Folytasd a keresést a legnagyobb őszinteséggel még akkor is, ha az egy kicsit fájdalmas.” (\*)

„Ha kimész ebből a szobából, azt javaslom, hagyd itt ezeket a reményeket örökre.” (\*)

„És most fejezzük be a feladatot. Nézzük, mi van azokkal a fontos reményekkel, amelyeket elérhetőnek tekinthetsz. Segítek neked: Azon reményeid szerint irányítsd az életed, amelyekről hiszed, hogy lehetséges megvalósítani, vagy biztosan tudod, hogy valóra válthatók, és akkor biztos utat követsz. Nem számít, ha néhányuk később nem válik valóra, csak az, hogy irányt adnak tevékenységeidnek.” (\*)

„Most hát befejeztük. Azon az úton jutsz ki, amin bejöttél. Menj gyorsan, mert a titkárnőmmel kell még találkoznom.”

Fölállok, teszek néhány lépést, kinyitom az ajtót és kisétálok. Ismét rátekintek a táblára a bejáratnál, amelyen most ez olvasható: „Ki itt belépsz, hagyd itt minden hamis reményedet!”

## == Az ismétlődés ==

Éjszaka van. Egy gyengén megvilágított, szűk sikátorban sétálok. Senkit sem látok, csak egy, a ködön átszűrődő távoli fényt. Lépteim vészjóslóan visszahangoznak. Felgyorsítom lépteimet, hogy mielőbb elérjem a következő lámpát.

Ahogy odaérek, néhány méterre tőlem megpillantom egy ember árnyékát. Egy öregasszony az, félig eltakart arccal. Hirtelen mély, rekedt hangon megkérdezi, mennyi az idő. Az órára pillantok, és azt mondom: „Hajnali három óra van”.

Gyorsan továbbmegyek, vissza a ködbe és sötétségbe, alig várva, hogy elérjem a távolban a következő lámpát.

De ott megint meglátom az öregasszonyt. Az órára tekintek: fél hármat mutat. Elkezdek futni a következő utcai lámpa felé, de közben visszanézek. Megbizonyosodom, hogy magam mögött hagytam az árnyalakat, aki mozdulatlanul áll a távoli fényben. De ahogy elérem a lámpát, újra meglátom, amint ott vár rám. Az órára nézek, hajnali két óra van.

Eszeveszett rohanásba kezdek, sorra tűnnek el mellettem az utcai lámpák és az öregasszonyok. Végül nem bírom tovább szusszal, kimerülten megállok félúton két lámpa között. Az órák számlapján az öregasszony arcát látom. Megértem, hogy eljött a vég...