

SZÖVEG: KESZEY ÁGNES KÉPEK: KATONA TIBOR

# GYÖNYÖRŰ AJÁNDÉK

## AZ ÉLET



„Minden úgy jó, ahogy van” – mondja Fülöp Csenge. Ez nem beletörődés a nehézségekbe. Mutatja, hogyan viszonyulunk az élethez, a problémákhoz, miképp látjuk a világot, hogyan éljük az életünket. Például eszünkbe jut-e: mindennap belenézünk a tükörbe, de mikor néztünk bele saját lelkünkbe?

**f**ülöp Csenge lélekgyógyász, aki keszthelyi rendezvényeken, előadásokon – előadóként is – gyakran feltűnik. Az emberekben az a kép él róla: mindig mosolyog. De vajon tényleg mindig tud jókedvű lenni?

– Igen. Van egy képességem: mindig, mindenben meglátom a jót – summázza.

Pedig Csenge élete nem volt könnyű és vidám.

Négy gyermeke közül másodszülött fia ritka betegségben szenvedett, s a halál torkából jött vissza. Néhány év múlva másik gyermeke is súlyos beteg volt. Majd férjével különváltak útjaik, s később is sokszor került nehéz helyzetben. De vallja: a világ egyensúlyát jó és rossz együtt alkotja.

– Ez egy duális világ, a kérdés, hogy osztályrészem-e a negatív oldal vagy nem. Ez személyes döntésem következménye. Amikor az orvosok lemondtak a gyermekemről és saját felelősségünkre hazahoztuk a kórházból, folyamatosan gyötrődtem: mi a dolgom? Engedjem el a fiamat vagy küzdjek érte? – emlékezett, s azt is elárulta, hogyan kezdte a saját útját járni. Egy nap szomszédasszonya mesélt neki egy természetgyógyász előadásáról. E szakembert kereste fel beteg gyermekével. Szigorúan betartotta az útmutatásokat, s változtatott életén.

– Visszakaptam a gyermekemet és elkezdtem kurzusokra járni. Majd hallottam egy szenzációs kineziológusról, elmentem hozzá. A kineziológia izomtesztelésen alapuló

módszer, amely feltárja, majd feloldja a múltban szerzett gátlásokat, rossz beidegződéseket. Fogalmam sem volt, mit csinál, de nagyon szimpatikus és kedves volt. Én ott bögttem, hogy mennyire nem működik az életem – mesélte. Sorra lebomlottak az önkorlátozó hiedelmek, hiszen akkortájt azt hitte magáról, hogy őt nem lehet szeretni, nem ért meg semmit. Aztán a félénk, visszahúzódo emberből magabiztos, mosolygós, erős, nőiességét megélt nő lett.

– Ehhez a kineziológushoz jártam sokáig. Egyszer mondtam neki: „annyira megváltozott az életem, annyira hálás vagyok”. Azt válaszolta: „Ne nekem legyél hálás. Te csináltad és az égieknek legyél hálás. Ha tényleg hiszel ebben, nem gondoltál arra, hogy úgy hálálhatnád meg, hogy te is ugyanezt teszed másokkal?” – idézte fel. S aztán Csenge maga is megtanulta a kineziológiát és mellette rengeteg önfejlesztő és másokon is segítő módszert.

– Ezek véletlen találkozások voltak?

– Vannak véletlenek? – kérdezett vissza, majd válaszolt is. – Nincs véletlen. Determinált az életünk, de van szabad akarat. Mindenkinek megvan a saját sorsa. Semmi más dolgunk nincs, csak beteljesíteni. Én túl sokat figyeltem arra, hogy megfeleljek másoknak. De rájöttem, jobb, ha az ember elcsendesedik mindennap, és a saját belső hangjára figyel. Az az igazi útmutató.

– Mit mond Csenge hangja Csengének?

– Úgy gondolom, az utamon vagyok, de nem gondolom, hogy megérkeztem volna. Olykor kapok pofont az élettől. Érzem, hogy kegyetlenül fáj, kicsit belehalok. De tudom, hogy értem van. Így jutottam ki sokszor a gödrök gödrének mélyéről. Egyből én sem tudom, mi miért történt, de arra törekszem, hogy megértsem. Ez hatalmas felszabadulást hoz. Amikor az ember megnyugszik saját magában, az isteni állapot. Nem az számít, mi történt velünk, hanem az, hogyan éljük meg. Mindig, mindennek bennem van az oka, mindig mindent én generálok. Bármi történik, magamban kell megkeresnem, miért alakult így. Mindig megjön a válasz. Nagyon jó így élni – vallja. Ez nem azt jelenti, hogy az ember magát kiáltja ki bűnbaknak, hanem arra jön rá, min és hogyan kell változtatnia, hogy élete is változzon, hogy álmai valósággá legyenek.

A sok tanulás és megtapasztalás után Fülöp Csenge a kineziológia és a regresszió (visszatérés korábbi életünkbe) alkalmazásával is segít a hozzá fordulón. – Bármilyen probléma van a jelenben, az ok bennünk és a múltunkban van. Meg kell keresni a tudatalattiban. Az ember háromsztatú lény. Van egy felsőbbrendű énünk, ez mondja: ez lenne a dolgod, csináld ezt, csináld így. Nem halljuk, de mindig kapunk útmutatást: ez a saját belső hangunk. Csak már annyi minden elfedte. Vajon a félelem dübörgését halljuk vagy a belső hangunkat? Van egy tudatos énünk, aminek világunk nagy jelentőséget tulajdonít, de csak minimálisan irányítja életünket. És van a harmadik, a legnagyobb rész, amit egy hatalmas nagy raktárként képzelhetünk el. Minden benne van, amit

bárhol, bármikor megéltünk és amit közben éreztünk. Benne vannak az úgynevezett hitrendszerek is, amelyek rögzültek a tudatalattinkban, mindazok, amit hiszünk a világról és magunkról. Ezeket egy az egyben át vesszük szüleinktől. Például gondoljunk arra, mit mondtak szüleink: az élet igazságos vagy igazságtalan? Valószínű, hogy – legalábbis egy ideig – mi is így fogjuk hinni. Egyik alaptörvény: amitől félünk és amiben hiszünk, az megjelenik az életünkben. Nem vagyunk szabadok, az emlékeink rabjai vagyunk – összegezte a lélekgyógyász.

– Így élünk hát percről percre, napról napról, hétről hétre s évről évre. S közben mennek a hétköznapiak, néha álmodunk egy más világot magunknak, vannak jó és rosszabb napjaink. De valójában mit is akarunk, mi a célunk az életünkben?

– Hogy a lelkünk fejlődjön. Semmi más értelme nincs. Teljesen mindegy, mennyi pénzed van, hány házad, milyen férjed, feleséged, hegedűd, gyereked. Bárholle van írva, mi kellene, hogy legyen? Nincsenek elvárások, csak belecsöppenünk ebbe a társadalomba, és jön a nyomás: menjél férjhez, nősülj meg, legyen házad, nagyobb autód. Teljesen mindegy, mi történik velünk, a lényeg, hogyan éljük meg. Én megfogalmaztam magamnak: minél inkább emlékezem, honnan jöttem, ki vagyok, miért születtem, minél inkább mindezek tudatában vagyok, annál szebben tudok megélni bármit.

– Arra a kérdésre, hogy mi az élet célja, sokan azt válaszolják: a boldogság.

– Igen. És mi a boldogság? Egy tudatállapot, mindentől független, nincsenek kritériumai. De ehhez az szükségeltetik, hogy tudd: ki vagy. Ha tudod, nem vágyasz olyanra, ami nem tied. Sokat járok az erdőbe, ott nagyon jól érzem magam. Ott a fa nem akar fű lenni. Vannak pillanatok, mikor kicsordul a könnyem, hogy annyira gyönyörű a létezés. Úgy éljük az életünket, hogy soha nem merünk önmagunk lenni. Soha nem merjük élvezni azt, ami éppen van, arra gondolunk, mi volt és mi lesz. És mikor vagyunk jelen az életünkben? Most. Olyan gyönyörű ajándék az élet – mesélt mosolyogva Csenge arról, amit mindannyiunknak át és meg kéne élni. Hogy ne álom legyen, hanem valóság.

