

A bennünk élő világ kivetítése környezetünkbe

Az ember mindig tudta, hogy épített környezete nem olyan, mint a természet. A természetben a világmindenség energetikai szabályai érvényesülnek, míg az épített környezetben egy ember által befolyásolt energetikai kép alakul ki. Energiák hatnak ránk a földből és a kozmoszból, hat ránk az élő és élettelen természet. Épített környezetünk befolyásolja ezeket a hatásokat, megváltoztatja, miközben új ez idáig ismeretlen energiákat, energetikai összefüggéseket generál, melyek hatnak az ott élő emberre. Számos rendszer alakult ki az energiák embere gyakorolt hatásainak értelmezésére. Kínában a föld, kozmosz, tárgyak és élőlények által sugárzott, azokat átható energiát csi-nek nevezik. A csi bár láthatatlan de gyakorlással képessé válunk érzékelni, sőt befolyásolni azt. A „csikung” úgy vált ismertté mint kínai légzés és mozgásterápia, de valójában több ennél. A csikung gyakorlatok végzése képessé teszi a gyakorlót a környezet energiáinak érzékelésére, tudatos alkalmazására. Aki csikungozik annak a feng shui több mint lakberendezés. A feng shui szabályai, tárgyai megtelnek étellel és energiájuk érezhető valósággá válik a tanácsadó számára. Az elmúlt évezredek, évszázadok alatt különböző iskolák formálódtak melyek egy-egy adott természeti környezet speciális adottságait figyelembevéve elemezték a csi hatását az emberre és az épített környezetre. Sok ősi kultúra a kezdetektől fogva tisztában volt a Föld energiavonalainak jelentőségével. Az emberek figyelmét nem kerülte el, hogy vannak helyek, ahol a növények „megbolondulnak”, helyek melyeket az állatok ösztönösen elkerülnek, és ha valakinek kényszerből tartósan ott kell tartózkodnia, megbetegszik. Érezték, és a régmúlt mesterei tudták, hogy a földből energiák sugároznak, az égből a bolygók a csillagok sugározzák felénk a kozmosz erőit, a hegyek, völgyek folyók a tárgyak az épületek falai, díszítő tárgyai irányítják az energiák áramlását.

A minket körülvevő térben való elhelyezkedésünk szabadsági foka az elmúlt két-három évszázadban alapvetően megváltozott, ma már nem választhatjuk meg szabadon lakhelyünket, munkahelyünk elhelyezkedését. Az orvostudomány fejlődése meghosszabbította az életkort és a népesség létszáma jelentősen nőtt. Egyre több lakóháza, otthonra volt szükség. Az építészet előtt az a feladat állt, hogy a többszörösére nőtt emberiségnek hajlékot nyújtson, ahol védelmet találhat a természet megpróbáltatásaitól. Felbomlott a régi egyensúly, Le Corbusier a XX. század egyik legjelentősebb építésze írta egyik művének befejező mondataként: „Az alapvető kérdés, amely a felbomlott egyensúly helyrealításának a kulcsa: építeni vagy forradalom.” A radikális társadalmi változásoktól féltő politika az építészettől gyors megoldást várt, melynek nyomán ember idegen, legalább a pillanatnyi problémák megoldását eredményező építészeti megoldások jöttek létre. Mindezzel együtt járt az, hogy a lakóterek, munkahelyek kötött helyre kerültek. A természet rendjébe, az érintetlen környezetbe, az ember avatatlan kézzel drasztikusan beavatkozott, hogy megvédje magát a természet változásaitól. Az ember célja már több ezer évvel ezelőtt is az volt, hogy megóvja magát a szélről, és a víztől, a feng shui már ekkor arra törekedett, hogy mindezt a természettel harmóniában érje el. A hajdan kialakult tudás mélyén ott van a föld erőinek, a kozmosz sugárzásainak ismerete, az energiák világa, a körülöttünk, házainkban mozgó energiák intuitív tudása. Otthonunkban, munkahelyünkön a mai napig is működik, hat az energia, a csi melyet jobb-rosszabb hatásfokkal minden ember érzékel. Ezért is fontos, hogy felismerjük hatásait, mert csak így van lehetőségünk életünk haladásának irányt szabni.

Minden korban az ember az anyag, az energia és az ahhoz szorosan kötődő információ háromdimenziós terében élt. Az ősi energiákra épülő feng shui az anyagi világot helyezte és helyezi napjainkban is a középpontba. A falak által körülhatárolt térben az ott rendeződő energiák sugárzásai hatnak az emberre, és az anyaghoz kötődő felismerésében jelennek meg számára. A térben lévő, mozgó energiák visszahatnak az ember érzélem- és gondolatvilágára. Elembertelenedett anyagi világunk, amelyben élünk csak és kizárólagosan érzékeinken és ezen keresztül gondolataink útján hat ránk. Az épített környezet hatásait jelentős mértékben befolyásolják életünk emlékképei és azok melyeket őseinktől örököltünk át. Energetikai kapcsolataink testünkön keresztül valósulnak meg, a körülöttünk működő energiák érzékszerveinken keresztül hatnak ránk, sokszor nem is az általunk jól ismert öt érzékszerven keresztül. Az Univerzumban nincs semmi paranormális, mégis varázslatosnak tűnik, mert nem ismerjük. Amiről ma azt hisszük, hogy tudjuk, az aprócska csepp csupán a tudás végtelen óceánjából. A számunkra ma még nem nevesített ismeretek, megérzések formájában hatnak ránk. Az, hogy melyik érzékszervünk fogja fel ezeket az információkat az ma még rejtély, de tény, hogy a megérzés létezik. A tudás ezen módját őseinktől örököltük de az épített környezetünkben nem használtuk, ezért jelentős mértékben visszafejlődött Környezetünk, otthonunk, munkahelyünk energiáinak érzékelése képesség, mely fejleszhető. Bár érzékelésünk ezen területei továbbra is működnek, az általuk közvetített érzések nem tudatosulnak, ugyanakkor agyunk tudattalan

tartományait megérintve motiválják életérzésünket és ezen keresztül egészségi állapotunkat. Agyunkat hihetetlen sok inger éri, így belső megérzéseinkre nem figyelünk oda, azok hatásait csak egy megfelelően nyugodt agy tudná érzékelni. Számunkra kedvező és a valós világhoz is alkalmazkodó energetikai információt világunkról - agyunk nyugalmi állapotában, rendezett gondolatokon keresztül kaphatunk. A minket körülvevő világ három összetevője (anyag, energia, információ) jóllehet egyenértékűnek tűnik, mégis a minket környező világ megértésében a legnagyobb szerepet a rendezett gondolatok útján felismerhető információk jelentik. A kérdés jogosan merülhet fel milyen kapcsolat is van az anyagi világ és annak energetikai vonatkozásai közt, működnek-e ezek önállóan? Lehet, hogy igen, lehet hogy nem, hiszen érzékelés hiányában nem alkothatunk képet róla. Korunk mítosza által belénk épült, sugallt kötöttségek nélkül vizsgálva a kérdést, elindulhatunk egy olyan úton mely rejtett érzékelésünket ismét működőképes állapotba hozza. Ehhez rövid időre félre kell tennünk korunk ok-okozati összefüggéseket, objektivitást előtérbe helyező tudományos világszemléletét, de ezzel együtt a keleti világ energiákra épülő rendszerének miszticizálását is. Valahol a kettő között van a válasz.

Helyezzük most előtérbe az ember intuitív képességeit, és annak rendezett gondolatok formájában megjelenő világát. Világunk belső rendjének újszerű felismerése következtében létrejött dilemmát csak agyunk oldhatja fel az információk helyes megítélésével, azaz a rendezett gondolatokon keresztül. Ha világunk történéseinek megítélésében nem az anyagi, objektivitásra épülő világképet helyezzük a csúcsra, hanem az információk energetikai világát akkor képessé válhatunk egy testünk és szellemünk számára is kedvező tér kialakítására. Munkánk első lépcsőjeként tisztán kell látnunk, hogy nem az ösztönös, feng shui-ra való hajlamot kell fejlesztenünk. Bár mindannyiunkban megvan a képesség, hogy ráérezzünk azokra a pontokra, amelyek nincsenek harmóniában otthonunkban, munkahelyünkön. Azok megváltoztatásához a bennünk élő természetes adottságok, bizonyos ismeretek mellett kifinomult képességekre is szükség van. Az ösztönös ráérzések, és a könyvekbe foglalt szabályok sok esetben használhatatlannak tűnnek, ezért olyan energetikai ismeretekre van szükség melyeket rendezett agyi tevékenység keretében sajátíthatunk csak el. Ennek első lépcsője a csikung alapok elsajátítása, majd a feng chi gyakorlatok megismerése. A szükséges információk birtokában és a gyakorlatsorok segítségével elérhetjük a térben lévő belső erők kedvező működését. Az intuíció szabadjára engedésével, és a belénk rögzült „gátaknak” a lebontásával felismerhetjük az adott tér mélyebb jelentésszintjeit és annak kapcsolatát a benne helytfoglalókkal. Megtanulva azokat az energetikai ismereteket, amelyeket tárgyak és terek generálnak, érzékelésünk oly mértékben tudatosává válik, hogy a feng shui ortodoxnak tűnő szabályai élő valósággá válnak. Ílymódon otthonunk, munkahelyünk kialakításában, átrendezésében látványos eredményeket érhetünk el. Az ebből fakadó változások nemcsak minket fognak érinteni, hanem mindenkit, aki velünk él vagy a környezetünkbe kerül.

Fontos kérdés az is, hogy miként hozzuk működésbe egy-egy adott térben a természet erőit. Ha a természet energiáit kizáró környezetben élünk, akkor a legősibb mélyen bennük kódolt örökségünktől szakadunk el és életenergiáink fokozatosan apadnak. A fizikai és szellemi egészség megőrzéséhez létfontosságú, hogy életterünkben újjá teremtsük a kapcsolatot a természettel melyet a XIX-XX. század építészete elvett az emberektől. Az energetikai kör energiákat erősítő ősi mozgásának értelmezése, a természet öt elemének és a hat iránynak az alkalmazását jelenti. E hagyományok erejének alkalmazása aktiválja környezetünkben az energiamezőket, és lelket lehel életünkbe. A feng shui ősi művészetének ezen területe megmutatja, hogyan tegyük otthonunkat, munkahelyünket harmonikussá és kiegyensúlyozottá. Azt a tudást adja művelője kezébe, hogy a téren belüli energiákat szabályozni, irányítani és átalakítani tudja. A legtöbb ember hallott már, a Kínából származó feng shuiról, de minden ősi kultúrában léteztek rítusok, mítoszok és egyéb tradíciók, amelyek azon a tényen alapulnak, hogy az egyén alapvetően befolyásolni tudja a környezete energetikai képét, és ezen keresztül fizikai- és lelkiállapotát. Minden ősi energetikai rendszer célja az, hogy olyan környezetet teremtsen, amely egyensúlyban áll a világegyetem erőivel ezen keresztül az egyénnel, annak elérése, hogy valahová tartozunk.

A valahová tartozás tudata életünk alapvető, meghatározó érzése. A kiegyensúlyozottság és boldogság érzetének eléréséhez fontos, hogy legyen a világban olyan hely ahol otthon érezzük magunkat. Életem folyamán több alkalmam volt arra, hogy hosszabb-rövidebb időt töltsék a világ különböző tájain, népközösségekben, helyi emberek közt. Mindig azt tapasztaltam, hogy legyen ázsiai, afrikai vagy akár amerikai ember, mindenki nagyon mélyen kötődik szülőföldjéhez. Szeretet járta át hangjukat, amikor eredeti lakóhelyükről beszélnek, lelkük mélyén ott él ez a mélyenszántó kötelék. Afrikában tapasztaltam - ahol a törzsi kultúra még megtartotta az anyaföldhöz való szoros kötődést - hogy a csecsemőt közvetlenül megszületése után lefektetik a földre, létrehozva ezzel egy szimbolikus kapcsolatot a gyermek és a neki életet adó szent föld közt. Így, életük ha nehéz is, mégis átjárja őket az odatartozás elszakíthatatlan köteléke. Diplomás emberek is sokszor visszatérnek

szülőfalujukba dolgozni. Ugyanakkor számos fejlett országban élő ember átlagosan ötévente költözködik, ez azután hovatartozásuk érzésének elvesztésével jár, mely egyes társadalmak energetikai hibájaként jelentkezik. Az ősi időkben, amikor még élt a jó értelemben vett lokálpatriotizmus az emberek kötődtek az őket körülvevő térhez, ritkán voltak letargikusak vagy hiányzott az önbecsülésük. A valahová- az odatartozás érzésével kell kötődnünk a minket körülvevő térhez, hiszen ez biztosítja az egyén számára azt a háttérrel, amelyben megértheti élete történéseit. A gyakran költözködésre kényszerülők is, képzeljék el minden új helyen, hogy gyökeret eresztenek a földre, a társasházban vagy lakótelepen élők, keressenek egy közeli parkot vagy bármilyen zöld területet, és szánjanak időt arra, hogy belsőleg is ráhangolódjanak a természet adta ősi érzésre.

Az otthont ne csak fizikai testünknek teremtsük, fontos hely legyen az szellemünknek is, legyen olyan hely, ahol teljes fizikai és mentális biztonságban érezzük magunkat. Így a minket körülvevő tér nem csak fizikai biztonságérzetet ad, hanem olyanná válik, ahol valóban önmagunk lehetünk. Szellemünknek olyan helyre van szüksége, ahol nyugodtan kutathatunk önmagunkban, kik vagyunk, mivel válhatunk, ahol kreatívak vagy akár botrányosak lehetünk, de ugyanakkor csendesek és nyugodtak is. Minden ember olyan környezetben érzi magát leginkább biztonságban, amely tükrözi azt, hogy ki is valójában. Az olyan környezet, amely hűen tükrözi az ott élő személyiségének ősi vonulatát az tudat alatt erősíti annak pozitív énképét, mely ösztönzőleg hat arra, hogy vállalni merje az álmai eléréséhez szükséges kockázatot.

Környezetünknek harmóniában kell lenni a természettel, a természet újra és újra való átélése az ember mentális létének tápláléka. Otthonunk, munkahelyünk összeköthet, de el is választhat minket a természettől! A természettel való kézzelfogható kapcsolat visszatükröződik belső világunkban mely azután környezetünkben láthatóvá, hallhatóvá, szagolhatóvá, ízlelhetővé és tapinthatóvá válik. E világ koherens egységben van a taoizmus ősi hármasságával, egységbe foglalja a felettünk elterülő égboltot a talpunk alatt elterülő földet és a kettő közt minket magunkat, felemelve ezzel Téged, Minket, az EMBERT az univerzum magasságába. A régmúltban őseink továbbélése azon a képességükön múlt, hogy mennyire tudtak egyensúlyt teremteni az őket körülvevő természetes világgal, mely azután lakóhelyük kialakításában is tükröződött. A modern építészeti által létrehozott terek rendszerint semmilyen kapcsolatban sem állnak a természettel, olcsó és hatékonyan létrehozható lakhatási módok, a maguk ridegségében embertelenek. Mégis teremtenek egy olyan keretet, amelyet energetikai ismeretek birtokában úgy alakíthatunk át, hogy lelkünk és szellemünk számára menedéket jelentsen, azok templomává válhasson.

A körülöttünk lévő világot energiák töltik be, amelyeket a kínai világkép öt szimbólumban fogalmazott meg: víz, fa, tűz, föld és fém. Elemeknek nevezzük őket, bár valójában az általuk képviselt természetben megjelenő energiákat fejezik ki és azok folyamatos változását, ezért a kínaiak nem elemről beszélnek, hanem az öt változás tanáról. Ezeket az elemeket egyszerűen megidézhetjük és a természet erőit így behozzuk környezetünkbe. Mindez fejlődésünket elősegíti, erősít és gyógyít minket. Ezt a jótékony erőt úgy hozhatjuk létre hogy olyan természetes tárgyakat helyezünk el és rendezünk el környezetünkben amelyek valamilyen szempontból megérintenek. Felidéznek bennünk azokat az érzéseket, amelyeket a természetben éltek át őseink és élünk át mi is a mai napig. A számunkra természetes tárgyak - melyek kultúrkörünkhöz közel állnak - az ősi idők emlékeit idézik, amikor még szoros kapcsolatban álltunk a természettel, az univerzummal.

Vegyünk egy példát; fürdőszobáink távol vannak a tavaktól, folyóktól, vagy a tengertől, mégis közel hozhatjuk azokat. Ha sima folyami kavicsot helyezünk a mosdókagyló vagy a fürdőkádb mellé, velük azokat az ősi időkbeli származó emlékképeket idézzük fel, amikor őseink a közeli tavakhoz és folyókhoz jártak fürödni és ezzel együtt tisztálkodni. A megfelelő gondossággal és tudatossággal elhelyezett tárgyak erősítik kapcsolatunkat a természettel, behozva környezetünkbe egy-egy elem például a víz szellemiségét. Az általuk megfogalmazott energiákat generálják körülöttünk, átélhetjük tisztító erejüket. Amikor egy természetből vett tárgyat, vagy azt szimbolizáló dolgot elhelyezünk környezetünkben, vele együtt hozzuk a lágy szellőt, a simogató Napot, a föld gazdag illatát, és mindazt a jót mely éltette őseinket és éltet minket is a mai napig. A feng shui tudása ebben van segítségünkre, de látható, hogy éreznünk kell a tárgyak hatásait, azok energiáit, és ez már a tudomány kifinomult része melyet a tudatos energiákkal való bánás technikája, tudománya ad a kezünkbe, a feng shui intuitív iskolája a FENG CHI.

Dr. Berend Róbert
csikung mester
[www.csikung.sport.hu]