

Domschitz Máttyás

Hét erő a sikerhez

– Egy heurisztikus modell a siker készségeinek nevelési rendszerezéséhez –

A tanulmány előző részében a sikerről való gondolkodás elvezetett minket a pozitív önértékeléshez és a sikeres emberek autonómiájához. Innen a nagy alkotók belső öntörvényei felé indulunk, így most ebben a részben a siker készségeit kutatva ezen belső tényezők felé fordulunk az előző részhez képest mélyebbre nézve a személyiség mélyebb rétegei felé.

De egyáltalán, mi az, hogy siker?

Ha a témánknál maradva a személyiségfejlesztő tréningeket, sikertréningeket, akkor tekintjük sikeresnek, ha azok üzleti sikert hoznak, akkor fontos lesz, hogy olyan sikerkritériumok mentén fogalmazódjanak meg a tanfolyamok ajánlatai és hatóanyagai, amelyek a fizetőképes kereslettel rendelkező rétegek tipikusan olyan vágyaira alapoznak, amelyekért azok hajlandóak pénzt, időt, energiát áldozni. És ez így van rendjén, ha az üzleti sikert választja a tanfolyam alkotója a siker egyik kritériumának. Például valószínű, hogy nem személyiségfejlesztő csoportot kell hirdetni, mert a személyiség fejlődése mint érték, könnyen lehet, hogy nem ugyanannak a rétegnek a domináns értéke, mint amelyik erős fizetőképes kereslettel rendelkezik. És ha folytatom a példákat, máris belekeverednék olyan értékpreferenciák, sorrendek és előítéletek rendszerébe, amelyek éppen azt illusztrálnák, hogy *ahány ember, annyi értékrend és annyi sikerkritérium* létezik, és a céloknak annyi fontossági sorrendje.

Itt most azt akarom elérni, hogy „a” siker készségeihez keressek értelmes rendszert, és ha lehet, olyat, amely nem szűkül le az üzleti siker kritériumrendszerére, de az is befér (éppen attól, hogy nem szűkül le erre a metszetre, fog segíteni az üzleti sikerhez is), és értelmezhető a rendszerben. A másik oldalról viszont el kell kerülni azt, hogy semmitmondó általánosságokat mondjunk.

Tehát, hogy mi a siker, arra ahányan vagyunk, annyiféle mondhatunk. Ami az egyikünk számára siker, az a másikunk számára lehet jelentéktelen apróság, vagy éppen kudarc. Különböző értékkritériumok mentén mondjuk valamire, hogy az „jó”, „helyes”, „helyénvaló”, „értékes”, szóval különböző kritériumok megléte esetén mondjuk egy cselekvésre, cselekvés eredményére vagy éppen a nem cselekvésre, hogy az sikeres. Mindenesetre valami *eredményjellegűt* értünk, inkább így mondanám, érzünk a siker kifejezésben. Valami eredménnyel járt. Valami, ami fontos, létrejött a cselekvés vagy nem cselekvés, a magatartás hatására. Ez a siker egy másik oldalára éreztet rá minket. Valami eredmény, amit a magatartás váltott ki. Így nem érzünk sikeresnek egy kellemes nyári napot, amikor jó az időjárás, pedig biztos a jobb dolgok közé soroljuk mindannyian, de sikeresnek könyveljük el, ha ezen a napon magatartásunk eredményeképpen valami olyan történt, amit el akartunk érni a magatartásunkkal. Ezért valamilyen magatartás következtében bekövetkező, elért állapotként írom körül a sikert.

Az előbbieken európai gondolkodásunk révén két megfogalmazás könnyen adódhatott volna, ha azt írom például, hogy az „egyén cselekvése eredményeképpen elért célt” nevezhetjük az egyén sikerének, és lényegében a tanulmány első részében ezzel a sikerképzettel dolgoztunk. De sikeres lehet egy másik értékrend szerint a *nem cselekvés* állapota, és helyes és sikeres lehet a „céltalanság”, pontosabban a „*vágytalanság*” állapota, szintén másik értékrend szerint. Tehát, ha nem akarunk csak az európai kritériumok által gondolható értékeknel maradni, akkor más kultúrák elveit is érdemes felhasználni; például a kelet elveit. Itt eddig a taoizmus „nem cselekvés” eszméjét (amely persze nem passzivitást és téltlenséget jelent) és a buddhisták „*vágytalanság*” elvét említettem. (De találhatunk ilyen eszméket az európai misztikus gondolkodóknál, például Eckhart mesternél vagy a „Tudatlanság felhője” ismeretlen szerzetes szerzőjénél.)

Folytatva az európai és a keleti észjárás alapvető különbségeinél, európai ésszel természetesnek vesszük, hogy a siker az egyén, az „én” céljaihoz kötött fogalom: „Én ezt értem el”, mondja valaki, és széles karmozdulatokkal mutat a megszerzett ingatlanra, vállalkozásra (az énes birodalomra), de ismerünk olyan keleti nagy hatású eszméket, amelyek éppen az „énteleség”, az „énnélküliség” elérését tekintik eredménynek, gondolhatunk a jóga, a buddhizmus, a taoizmus rendszereire. Ezért a sikerkritériumok rendszerébe fel kell venni (és később kiderül érdemes is) az „énes” és a „nem énes” elveket is. Ez lesz az egyik rendező elv, amely alapján sikerkritériumokat csoportosíthatunk. „Az egyén (az én) eléri a céljait, és kiteljesedik. Tevékenysége eredményeképpen *valami megváltozik a környezetben.*” Ez az egyik típusú, a nyugati, az európai gyakorlatias siker. Az énes, a kiterjedő, az expanzív siker.

A személy kinyílik a világ felé, és befogadja a belső vagy külső, esetleg a felső világ hatásait. Ennek hatására eléri a megvilágosodást, a bölcsességet, vagy találkozik Istennel, megtér valamilyen vallás kebelébe, az „egyetemes áramlatba”, a „fénybe”. De idetartozik az ihlet állapota is. És idetartozó az a siker is, hogy a nő elfogadva, befogadva a férfit, méhében elfogadva a növekvő gyermeket, megszüli azt. *A személy be- és elfogad.* Ez a keletiesebb, misztikusabb oldal. De ez az oldal létezik az európai kultúrában is, bár kevésbé ismert módon, de az igazán nagy alkotások nagy részéről tudható, hogy így születtek meg. Az alkotó figyelt, s be- és elfogadott. S hogy mit kezdett ezzel, az már kultúrák és egyének szerint is változó. Expanzív módon vállalkozást, mozgalmat, iskolát, vallást szervezett rá, talán elvonult csendes meditációkba, vagy „csak” boldogabban, sikeresebben élt tovább, ez már változó. Mindenesetre a befogadást, a kiterjedés ellentétét sem hagyhatjuk ki a sikerkritériumok s a siker összetevőinek rendszeréből. Ez lesz a másik rendező elv: az expanzív, kiterjedő sikerelv és a befogadó, figyelő sikerelv.

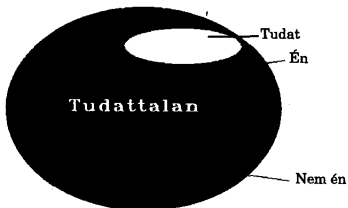
Nézzük meg részletesebben ezeket a rendszerező dimenziókat!

„Én” és „nem én” és „expanzív” és „befogadás”.

Az „én” és a „nem én”

Ebben a sikerhez vezető erők közül a közvetlenül a személyhez tartozókat megkülönböztetem a személyhez közvetlenül nem tartozó erőktől, s a legjellemzőbb elválasztásnak a valóságosan is létező elválasztást veszem: az *én világának elválasztását a nem én világtól.* Az én alatt a személyiség, a személyes magatartás vezérlő alrendszerét értem. „...a személyiség maga sokkal bonyolultabb és

1. ábra



nagyobb rendszer, mint vezérlő alrendszere, az én, és még ezen belül is viszonylag kis rész az, ami tudatos." (Buda Béla)

Az én „dolga” a belső törekvések, az ösztöntörekvések és a külvilág közti elvárások egyeztetése, a különböző külső és belső tendenciáknak megfelelő szervezett magatartás szabályozása. *Beenged* a tudatos viselkedés szintjére, *vagy elfojt* belső tendenciákat, *beenged* vagy kiszorít külső hatásokat, mindenképpen *szelektál*. Ennek során építi és őrzi a személyiség integritását, azonosságát.

Itt most a siker erőinél az individuális célokat az elkülönült egyén magatartását, értékeit, motívumait jelzi. „Én mit akarok elérni”, „nekem mire van szükségem”. És az én szűkebb, mint a személyiség. Az ének lehet másra szüksége, mint az egész személyiségnek, sőt akarhat (nem is ritkán) olyat, amely káros lehet a személyiségre. Ezért állandó, dinamikus szabályozó rendszer a belső világ és az én s a külső világ és az én közötti kapcsolatokban.

A tudatos én ennél is szűkebb. Itt most a tudatosán eldöntött célokat jelentse. Egyelőre maradjunk annál, hogy a tudatos én sikere nem azonos az én sikerével, és ezek nem azonosak a teljes személyiség sikerével. De a tudatnak kitüntetett szerepe van a magatartás szabályozásában. Tudatos énünkkel éljük a mai, modern ember életét, még ha tudjuk is, hogy ez a tudat vékony kéreg a tudattalan személyes lét és a tudattalan lét felett. Felnőtt embereként tudatosan dönthetjük el az ismerkedést a nem tudatos erőkkel is. Pontosabban: tudatosan is dönthetünk.

A „nem én” világa pedig egyfelől az a mindennapi ismert külvilág, amelyben tudatosan élünk, s amely akarjuk, nem akarjuk szerepet játszik sikereinkben, kudarcainkban. Céljaink, vágyaink és ezek elérési lehetőségei benne is gyökereznek. A nagyobb ház, a jobb autó, a szakmai sikerek, a nagy része annak, amit sikernek *tanultunk*, ebből a külső világból származik és ebben érhető el. Ebben kooperálunk másokkal céljaink érdekében, s itt szerezhetünk „külső, mozgósítható” erőforrásokat személyes sikereinkhez.

A „nem én” világhoz tartozik az a titokzatos és kevésbé ismert belső világ, amelyet tudattalannak nevezünk, s ma még nem ismert az, hogy a személyes szférához, a külön személyként létező egyénhez tartozó tudattalan és a kollektív tudattalan, valamint a fizikai létben létező tudattalan – amely szintén *tudattalan* – között vannak-e olyan határok, mint „én” és „nem én” között, sőt vannak-e egyáltalán határok. Míg a külső világból vehetünk fel hiteleket s munkatársakat egy vállalkozáshoz, ebből a belső világból származnak az ötleteink, intuíciónk,

személyes energiáink, ez a szféra a kapcsolat az élethez, a bennünk is élő természethez. A vele való intenzív kapcsolat hatalmas erő a személyes sikereinkben is. És ehhez a világhoz, ennek be- és elfogadásához értékrendek is kötődnek, különösen a belső fejlődéssel kapcsolatos értékek és a misztikus, vallásos értékek.

A jin és a jang. A kiterjedő és a befogadó világa: a férfi és a nő világa

Az eddigiekben is használtam e kettősséget, csak nem fogalmaztam meg explicit formában. Van, hogy a kifelé történő aktivitás visz sikerre, s van, hogy a befogadás; a befelé figyelés. Az ötletekhez, a megérzésekhez, a „rájövésekhez” a befogadó, a *jin* erő segít minket hozzá, s a dolgok végigcsinálásához, a kifele történő alkotáshoz pedig a másik: a *jang* ereje. Mik ezek az erők? Előre kell bocsátani, hogy ezek, ebben a megfogalmazásban nem tudományos fogalmak, inkább az intuitív megérzésekhez segítenek minket. Majd bátrabban is fogalmazok, ahol több lesz a tudományos felismerés és tényanyag. Így írja a „*Jí Csing*”, *A változás könyve, az ősi kínai jóskönyv* bevezetője:

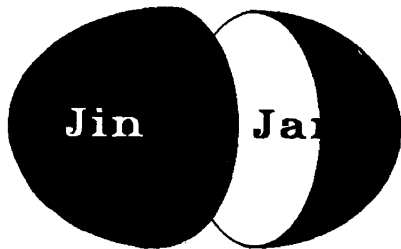
A legfőbb rendezőerő megnyilvánulásaként a dolgok alapvetően kétféle természetűek lehetnek: jang, avagy jin színezetűek. Ez az alapvető kettősség magukra a hatóerőkre is vonatkozik: vannak jangáramlatok és jináramlatok.

Jang = az égi, az aktív, a pozitív, férfias, szilárd, erős és fénylő – és így tovább – minőség, a szellem ereje.

Jin = a földi, a passzív, a negatív, nőies, elnyelő, gyenge és sötét – és így tovább – minőség, az anyag ereje.

Fontos tudnunk és megszoknunk, hogy ez a két alapminőség egyenértékű és egyenrangú! Sajnos hajlamosak vagyunk a pozitív szóhoz a jó képzetét társítani, ugyanígy a negatívhoz az előnytelen, a rosszat. Ennek az eltorzult szemléletnek megfelelően alakult ki helyenként és koronként az a tévképzet, hogy a férfi magasabb rendű a nőnél.

2. ábra



Erről a felfogásról most szó sincs! A „fériás, pozitív” jelzők itt csupán a kiáradás, a kezdeményezés, az expanzió képzetét kívánják felkelteni, míg a „nőies, negatív”, szavak a befogadás, az alkalmazkodás, az összehúzódás érzékeltetésére szereznek. Jin és jang kiegészítő, és nem ellenségei egymásnak!... „Az ember maga is jin, illetve jang erő hordozója, és ezek az erők csak kivételesen egészséges személyeknél vannak jó egyensúlyban. Legtöbbünknel némi eltolódás figyelhető meg az egyik irányba.”

Nagyjából analóg e kettősséggel az agyféltekék működése. Az agy két féltekéje funkciójában is és „működési elveiben” is eltér egymástól. A bal agyfélteke a beszélni tudó agyfélteke, s ezért a szavak s a mögöttük lévő fogalmak használata miatt a logikusan gondolkodni tudó félteke. A logikusan, a fogalmakkal gondolkodó félteke az analitikusan gondolkodó félteke. A bal féltekére a lineáris gondolkodás a jellemző. Az információkat, tapasztalatokat elemzi, szétszedi, rendszerezi, összehasonlítja és ismét összerakja. Az európai gondolkodásra ezen agyfélteke dominanciája a jellemző. Jellemző a mérnökökre, a tudósokra, ha nem is mindig az emberre, legalább a szakma követelményeire. Az analógia szembeötlő: a bal féltekés működés hasonló a fériás, a jang erőhöz. A két agyféltekét a corpus callosum (kéregtest) nevű „híd” köti össze.

A jobb agyfélteke a ballal szemben nem (nagyon) tud beszélni, viszont jól tájékozódik a térben, az érzelmek világában, a világot nem analitikusan, hanem egészlegesen, idegen szóval: holisztikusan érti meg. Nem gondolkodás adja a segítséget, hanem intuíciókkal, megérzésekkel „dolgozik”. Fogékony és befogadó, egységben ragadja meg a helyzeteket, inkább a „hangulatok és benyomások alapján”. (Mohás Livia) Nem egyenes vonalban, nem lineárisan gondolkodik, s nem is logikusan. Olykor tudunk figyelni rá, például félálomban, amikor ugrálnak a képek a szemünk előtt, s ezek jönnek-mennek logika nélkül, ez a jobb félteke műve. A „logika nélkül” nem azt jelenti, hogy rendszer nélkül, csak azt: más rendszerben. Nehezebben értjük, de jól értik ezt az alkotók, a művészek, ők megtanulták vagy el sem felejtették érteni. Amikor elkapunk egy ötletet, és érezzük, átéljük egy pillanat alatt az egészet, akkor a jobb félteke adott ajándékot nekünk.

A bal agyféltekét koncentrálvá, akaraterővel használjuk, míg a jobb agyfélteke, az érzéskes, „nőiesebb” „jin” elvű féltekét lazítva, elengedetten, lágyan tudjuk meghallani.

3. ábra

		én	
		<i>A hosszan nevelkedő ember</i>	<i>Az eszközkészítő ember</i>
		Családi létmód	Vállalkozó létmód
női			
		Meditatív létmód	Szervezeti létmód
		<i>Az istenek, műzsák embere</i>	<i>A kooperáló vadász</i>
		nem én	
		férfi	

Tekintsük át az egész immár kétdimenziós rendszert egyben a következő ábrán! Az ábrákon azt is észrevehetjük, hogy ahogy ezen elvek egyike-másika dominál, úgy különböző létmódok vagy értékhangsúlyok írhatók le velük.

Vállalkozó lét

Ahol az *énes erő* és az *expanzív jang* erők dominálnak, ott az egyén határozottan tudja és követi énérvényesítő céljait. Tudja, mik a saját céljai, és ezért cselekszik, a külvilágban igyekszik megvalósítani azokat. Ebben a létünkben a bennünk élő *szerszám és eszközkészítő ember* utódai vagyunk.

Családi lét

Ahol az *énes erők* dominálnak, de a *befogadó* oldal az erősebb, ott az én nem kiterjed, hanem inkább befelé nő, fejlődik. Ez a születésünk és gyermekkorunk, ahol (valószínűleg) anyai, elfogadó, szeretetteljes és meleg családi légkörben nőttünk fel. Ez is sikerelv: növekedés el- és befogadva az építő hatásokat. Ebben is az egyik, leginkább az emberi fajra jellemző létet lehet észrevenni: A *hosszú felnőtte éresi időt*, amely segíti az egyre bonyolultabb kultúrának az elsajátítását, átöröklését.

A szervezett kooperáció világa

Ahol a *nem énes* erők dominálnak, és *expanzív*, külvilágra irányuló a cselekvés, ott valamilyen külső, rendszerint szervezeti erőkhöz alkalmazkodva, azokkal kooperálva cselekszünk. Ez életünk azon szférája, ahol (még, ha személyes céljaink érdekében is) túlléptünk kifelé irányuló cselekedeteinkkel a szűkebb énes világon, alkalmazkodunk, és részt veszünk az élet kollektív újraalkotásában. Ez a szervezett együttműködés világa, a szervezés ereje, amely még hagyományosan a férfias társas világ. Ebben a létünkben a *társas, kooperáló vadász őseink* utódai vagyunk.

A meditatív lét

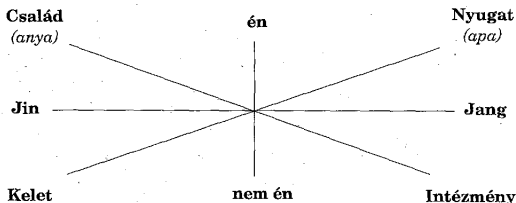
Amikor csendben leülünk és egy halk belső hangra figyelünk. Amikor hirtelen rácsodálkozunk egy arcra, egy képre, egy tájra, valamire... és nyitottak vagyunk és befogadunk. Amikor tudatunkat teljesen betölti a megfigyelt, megérzett érzés, sejtés, gondolat vagy a természet. Amikor megállítottuk az egyébként szakadatlanul működő belső dialógust, mély csendet érzékelünk, és ebben a csendben hozzánk ér a világ... a világból valami. Egy felfedezés, a másik ember, egy virág látványa, vagy – s ez a leggyakoribb eset – hozzánk érhetnek a szereteteink. Amikor odaadjuk magunkat az élménynek, a másiknak. Odaadjuk magunkat... S ilyenkor, *ha ez az odafigyelés, odaadás teljes, odaadja magát nekünk teljesen az, aminek vagy akinek odaadtuk magunkat.* A látvány a másik, a természet. Ez az élmény megvilágosodásélmény. Misztikus és vallásos jellegű. Az élmény olyan, hogy arra tudományos magyarázat híján könnyen adódik a hit, a vallás magyarázata. S ez a jobb félteke világa is, itt nem sok helye van a logikus, lineáris gondolkodásnak, belül hívók vagyunk. Legalábbis *Carl Gustav Jung* segítségével azt is mondhatjuk, hogy kapcsolatba léphetünk olyan kollektív tudattalan erőkkel, amelyek nem a személyes tudattalan részei, hanem a minden emberben benne lévő, a fajhoz

tartozó lelki erők, s amelyek kényszerítő erővel, a „kinyilatkoztatás és sors” erejével megváltoztathatják életünket. E tudattartalmakkal történő találkozás reális élmény, amelyet a különböző kultúrák másként és másként magyaráznak. Csak az én világa különbözteti meg magát a nem én világotól, és csak a tudatos én az, ami a világot részekre bontva analitikusan érti meg. *A tudattalan nem különbözteti meg magát a nem én világotól.* Ezért, amikor igazán kinyitunk – a zen szóhasználatával: „én nélküli tudatállapotba” kerülünk, akkor ide a kiüresedett tudatba a nem én, a tudattalan világa „jöhet be”. S e világban nincs dolgok megkülönböztetése, az élmény egységélmény. Ahogyan megéltük a világot egészen kis gyermekkorunkban. Persze, ha ez felnőtt ember élménye, az nem a gyermeki állapotot jelenti. A bölcs állapotát. Lehet, hogy ez csak egy pillanat, de jöhet egy olyan ölet, amelyet egy életmű követ. Ez a világ ismeretlen, kincsekkel és a járhatatlannak veszélyekkel teli világ. Ez a világ az alkotó ember, az istenek és a műzsák világa.

Érdeemes azon elgondolkodni, hogy pedagógiai rendszereink milyen „világot”, létet preferálnak, a teljes létből melyiket szolgálják, melyiket károsítják, és lehet olyan pedagógiai rendszert építeni, amely a teljes létre építő hatással van. Mai valóságos iskoláinkban melyik létre hogyan szocializálódhatnak gyerekeink, melyik létüket kénytelenek elfojtani?

A következő ábrán, csak egy újabb intuíció erejéig, azt is láthatjuk, hogy ezek mentén a család (a legrégebbi sikeres nevelési rendszer), vele szemben az intézményes világ és a keleties, nyugatias kultúrák is elrendeződnek.

4. ábra



Mindegyik létmódhoz, kultúrához sajátos sikerkritériumok, értékek kötődnek. Mindegyik kultúra és lét ezen értékek eléréséhez technikákat és eljárásokat dolgozott ki. Ha a siker eszközeit, erőit keressük, akkor mindegyikben találhatunk olyan eljárásokat és szempontokat, amelyeket felhasználhatunk. És érdemes is felhasználnunk, mert életünk különböző szféráihoz adhatnak segítséget.

Ha a „nagyobb ház, több fizetés, gyors karrier” sikereszméinél szélesebben keressük a siker lehetőségeit, akkor különösen fontossá válik, hogy az *életrevalóság* képességeihez szélesebb körből merítsünk, hiszen az élet is szélesebb, mint annak anyagi feltételei.

Különben meg úgysem lehet precízen és analitikusan megérteni, hogy miért tetszik nekünk a kedvesünk szeme. Más készség szükségeltetik belefeleledkezni kedvesünk szemébe, mint a szemorvos esetében, akitől elvárjuk, hogy analitikus, tanult ésszel is értse a dolgát (ha szakmáját műveli éppen, s nem kedvesünk a szemorvos). Életünk különböző területein, akár egymásnak ellentmondó elvekkel is élhetünk és érdemes is élnünk, mert ezek az elvek nem ellenfelei, hanem komplementer, kiegészítő párijai egymásnak. Tehát nincs egy sikerelv, de van rendszere ezen elveknek, amelyek ellenmondásos, izgalmas paradoxonokkal telítet módon akár egymásnak homlokegyenest ellenkező módon segíthetnek életünkben.

Hét erő a sikerhez

A személy szempontjából megfogalmazva mit jelentenek az eddigiek? Mik azok az „erők”, képességek, amelyekben megtalálhatjuk a siker titkait?

Az itt ismertetett modell szándékom szerint szerves modell. Ezalatt azt értem, hogy a sikernek véleményem szerint (s az életnek) *nincsenek* önálló létezéssel bíró „*elemei*”, amelyek létezhetnének az egész nélkül. A modellezett valóság az élet részeként nem elkülönült elemekből álló valóság, csak különböző nézőpontokból és (az eddigiekben vázolt) hangsúlyokkal, más és más módon szemlélt oldalai. Elemei csak a modellnek vannak, az analitikus megértés miatt. Csak így elmondható. A modell nem analitikusan keletkezett, de másként nem közölhető. El kell mondani. Az elmondás a lineáris logika szerint történhet.

A valóság egész. Az erők az egészből differenciálódva válnak személyes erőkké. De ezt csak a differenciálódott erők ismertetése után tudom elmagyarázni.

Hogyan alakulnak ki a modell dimenziói?

Az én és a nem én *elválása* hozza egyfelől az énes erők lehetőségét, s ez az elválasztás hozza létre a *kapcsolat kényszerét* és lehetőségét. S az én képességeihez tartozóak a kapcsolatok erői. Így vannak „énes erők” és a „kapcsolatok erői” a négy énhez tartozó erőben.

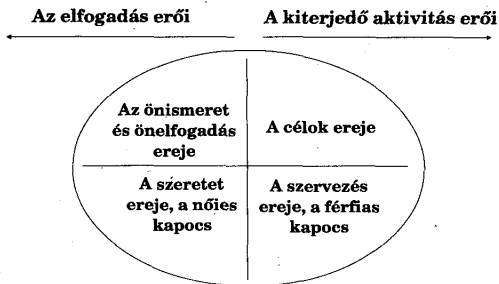
Amikor a nemi szerepekre történő szocializáció kialakul, megtörténik a másik elválasztás, az ellenkező nemre jellemző tulajdonságok elfojtása, így a négy énerő közül kettő, két „nőies”, illetve „férfias” erő. *Az önmagunkhoz való viszony expanzív, jang módja a céljainkat jelenti, a célok erejét, az önmagunkhoz való viszony befogadóbb jin módja az önfogadást, az önszeretetet.*

Kapcsolataink is lehetnek jin és jang elvűek. *A kapcsolatok „nőiesebb” módja az elfogadó, egyesítő szeretet, a „férfiasabb módja” a szervezés, a szervezés ereje.*

Hogyan lesz hét az erő. Itt *minőségeket* számolunk meg és nem mennyiséget. A kiindulópont az egy, az egységes lét, a modellben az áramlat ereje. Mint egy teljes alma. Ha ezt az almát kettévágjuk, két fél alma lesz, ami immár háromféle minőséget jelent. A modellben *az áramlat ereje önmagában foglalja a két princípiumot, a jin és a jang erejét, mint ahogy az élet is magában foglalja a két nemet.* Így ez három minőség, a jin, a jang és *egységük*, az áramlat, a teljes lét, a mély én. A másik hasadás, az én és nem én elválásával keletkező én és kapcsolatait mentén keletkező új négy minőség ugyanazon egységen belül! (Az alma súlyra lehet ugyanannyi, de minőségre más és más minőségeket ad.)

Az „egy, a teljes lét” azt jelenti, hogy minden emberben hatalmas, beláthatatlan fejlődési potenciálok léteznek, de ezen erőknek mindannyian csak kis hányadát használjuk fel életünk során. Valamelyik „léttörődék” mentén élünk, de mindannyian képesek vagyunk arra is, hogy felfedezzük ezeket az erőket, hogy jobban

5. ábra



értsük azt, hogyan és mitől lehetünk sikeresebbek, boldogabbak, hatékonyabbak céljainkban és kapcsolatainkban. Van, akinek az a nehezebb, hogy megvalósítsa céljait, s van, aki ezen a területen sikeresebb, de nem tud igazán pihenni, örülni az életnek, a mindennapok adta lehetőségnek. Az, aki azt mondja „majd pihenek, ha...”, s ezt mondja évek óta. Mindkét esetben kiaknázatlan emberi képességekről van szó. Képesek lehetünk céljaink elérését megszervezni és megvalósítani, és mindannyian képesek lehetünk a boldogságra. A boldogság ugyanis legnagyobb-részt úgyszintén képesség kérdése, s nem a sors adománya.

A hét fő erő fejlesztésén keresztül segíthetünk magunkon abban, hogy sikere-
sebbek és boldogabbak lehessünk.

Fejleszthetjük: kapcsolatunkat saját belső erőforrásaikkal: ez az „*önismeret és önelfogadás, a pozitív énkép ereje*”.

Ez az önmagunkhoz való viszony jin módja, önmagunk elfogadása, az önma-
gunkból szerzett tapasztalatok szeretettel elfogadása, megértése. Ez ebben a
princípiumban nem intellektuális megértés, hanem szeretettel elfogadott, átél-
térés. A *bölcs megértés, amelyben egybeolvad az ismeret és a szeretet*. Lényegében
ennek jelentőségéről szólt a tanulmány első része, amelyben azt találtuk, hogy a
siker egyik titka a reálpozitív énkép, s ebben az önmagunk elfogadása, szeretete.
Ez az az erő, amelyből kiindulhat a fejlődésünk.

Fejleszthetjük kapcsolatunkat a környezetünkben élőkkel: ez a „*szeretet*” ereje.

Ez a másik és a világ szerető bölcs megértése. Olyan erő ez, amelynek segítsé-
gével átélhető egység keletkezhet én és nem én között. Ezt az erőt éljük át a
szerelemben, a szerelemnek az egyéni, elszigetelt létet a másikkal egybeolvasztó
élményében, ekkor tényleg átéljük az egyesítő szeretet élményét. A szeretet a
kapcsolataink jin módja. A boldog emberekről azt mondhatni: *viszonzottan szerel-
mek a világra*.

Saját belső erőforrásaink jobb ismeretében pontosabban megfogalmazhatjuk
életünk fontos céljait: ez a „*célok ereje*”.

Ez, ha igazi reálpozitív és átélt önismereten alapul, akkor nem a gyorsan változó reklámokkal vezérelt fogyasztási és presztízsszemponatok szerinti cél, hanem közel van ahhoz, amit a küldetésünként tudhatunk a világban. Minden ember más, mindenki tud olyat, ami a leginkább rá jellemző, s ennek emberi kifejezése, expanzív megvalósítása az aktivitásában, munkájában az a terület, *amiben ő lehet a legjobb. S leginkább ebben vagyunk jang módon dinamikusak, erősek.*

Céljaink jobb ismeretében és javuló kapcsolataink segítségével jobb szövetségeket, komolyabb partnerkapcsolatokat tudunk kiépíteni hivatásunkban és magánéletünkben: ez a „szervezés ereje”.

Ez az *elszigeteltség megszüntetésének jang módja*. Racionális értelmünkkel meg tudjuk szervezni céljaink elérésének folyamatát, annál könnyebben, minél inkább működik az előző két erő, ha elfogadjuk magunkat és ismerjük az igazán mély céljainkat.

Mindezekben felhasználhatjuk és fejleszthetjük szervezőképességünket, analitikus, logikai képességeinket, ez a „férfias” oldal, az „én, az aktivitás elve és a racionalitás ereje”.

Mindent, amit megtanultunk, s amit nem, de ha kell, elolvashatunk, megkérhetünk, mindent, amit az emberiség tudásként felhalmozott. De ez az erő a belülről fakadó energia, dinamizmus, a bennünk lévő harc, amelyik mindig velünk van, s keresi azt a lehetőséget, amelyben alkotó energiává válhat. Ez a világgal való egységünk jang módja.

Fejleszthetjük a „megérző”, „rээрző” képességeinket: ez a „nőies” oldal, az „ÉN elve és az „intuáció ereje”.

Amikor az az erő van velünk, amelyet a korábbiakban „meditatív lét”-ként írtunk le, akkor van ihletünk, akkor „megszállnak minket a szellemek”, szeretnek a műzsák, ekkor a kreatív tudattalunkkal vagy a tudattalannal találkozunk. (Nem tudom, hogy indokolt-e a birtokviszony, hiszen amikor valakit elkap az alkotás, sokszor ő van a megvalósulni akaró valami? valaki? birtokában.)

Mindezeket a képességeinket, céljainkat, kapcsolatainkat, boldogságunkat egy folyamatosan változó világban fejlesztjük, éljük. Egy olyan világban, amelyben minden változik, mozog, csak a változás örök. Ezen kifejleszthető képességeink egyben a változás képességei is. Azt is kifejleszthetjük, hogy izgatott örömmel fordulhassunk a változások felé, s örülni tudjunk a folyamatosan új és új élményeket és lehetőségeket is felkínáló fejlődésnek. Ez az erő: az „áramlat ereje”.

Erről írják a bölcsek, hogy nem elmondható, csak átélhető. Persze e tanulmányban sokszor megkísérlek mondani róla valamit.

E készségegyüttes egy részének születésünktől fogva birtokában vagyunk, de a neveletésünk hatására vagy elzártuk az erők egy részével a kapcsolatainkat, vagy nem tanultuk meg igazán kihasználni az erőinket.

Hogyan alakulhatott ez így ki? S mi lehet annak a ténynek az oka, hogy nagyon sok középkorú ember kezdi el keresni újra élete értelmét? Az „emberélet útjának felén” sokan jutunk egy „nagy sötétlő erdőbe”, mivel az „igaz utat” nem leljük, s – ha szerencsések vagyunk, mint Dante – akad egy belső vagy külső Vergiliusunk, aki segít minket visszajutni az útra. Mi ez az út? Hogyan tudunk *letérni* róla? S hogyan térhetünk vissza erre az útra? Ezzel foglalkozik a tanulmány következő, harmadik, befejező része.