



Bóna László
Ki bántott? Sértések és sértődések
Vis Vitalis Kiadó, 2017, 3500 Ft

Sértés sértődés

Szepesi Dóra könyvajánlója

Bóna László, a neves esszéista, gyógyító, tanító *Ki bántott? Sértések és sértődések* című legújabb könyvét három előadásából állította össze. Műve homeopátiás kirándulás a szókimondás, őszinteség, tapintat és elfojtás határvidékein, ahol a sérelmek egymáshoz hasonló ereje alkotja az életet.

Érdekfeszítő példákon és okfejtéseken keresztül jutunk el az elsőre meglepőnek tűnő konklúzióig: szeretnénk megszabadulni a sérüléseinktől, pedig lehet, hogy nem is tudunk. Annyit azonban tehetünk, hogy megbarátkozunk velük, mint a személyiségünkbe beépült részeinkkel. Figyelemreméltó tény az is, hogy a sértésnek tűnő közlés nem az eredeti tartalma miatt lesz sértő, hanem attól, hogy túl erős benne az impulzus, az akarat, a vágy. Ezért lehet durva, fájdalmas valaki számára egy érintés, hangos egy szöveg, és ezt érzi sértésnek, míg valaki másnak ugyanez fel sem tűnik. Érdeemes megérteni, hogy minden sértőnek tűnő közeledés mögött van egy igazi mondat, csak túl erősen fejezi ki az illető. Mi ez a mondat? Az, hogy *szeress*,

bújj ide, legyél velem, figyelj rám, nyugtass meg! Emberi mivoltunkból adódóan, velünk született módon, mindannyiunkban benne van az „eredeti sértettség”. Mivel egyedül, egészként akarunk kapcsolódni anyához, apához, Istenhez, de ez nem lehetséges. A sebzettség és a fájdalom tehát a szeparációval, velünk együtt születik, amikor ezzel szembesülünk, dühös gyermekké válunk, haragban állunk a világgal, mert úgy érezzük, elvesztettük a védelmet, nem dédelget senki. A bántásban a másik különbözőségét, külön voltát éljük meg kölcsönösen.

A tapasztalatok szerint csak azok a kapcsolatok rendeződnek, ahol a felek megértették, hogy a sértés egy nagy erejű impulzus, annak az erős kifejezése, hogy a másik kapcsolódni szeretne, a sértése mögött ez a szándék munkál. Megoldást találni csak egy magasabb tudatosság nézőpontjából lehet, ehhez egy kívülálló, megfigyelő nézőpontját kell felvenni.

Ha két ember egymásban nem ismer fel valami minimális hasonlóságot, semmilyen kapcsolat nem alakulhat ki közöttük. Ha megértem, ki mit

tett hozzá ehhez a helyzethez, túl vagyok a megbocsátás dimenzióján, de amennyiben a sértő és sértett dimenziójában gondolkodom, megmaradok a napi drámák szintjén. A természet homeopátiás rendje szerint a helyzet megoldása lehet, ha az eredeti, felénk irányuló túl erős, bántó kifejezéshez hasonló tetszünk a másik ember felé, apró, gyakori és gyengébb impulzusokban.

Bóna László a nyugati és a keleti gondolat integrálását veszi alapul, miszerint van saját gondolat és saját akarat, de létezik egy univerzális is, és a kettő összhangba hozható. Ennek megértéséhez elég lenne megfigyelni, milyen mintázatok jellemzik az életünket.

A kérdés az, hogy hol veszítjük el a ritmust? Mindenki szembenézhet vele az egyéni életében. A beavatás egyszerű lényege nem más, mint hogy tudatosan kell átélni az élet körforgását, mert akkor nem áldozata az ember a létnek, hanem az univerzum éltető erejével együtt halad. Így aztán megsértődnie sem kell senkire és sem mire sem.