

Jane Roberts:
Seth megszólal

* * *

A fordítás az alábbi kiadás alapján készült:
THE SETH MATERIAL
Bantam Books, 1981

Fordította:
Révbíró Tamás, 1993

* * *



A szerzőről

Jane Roberts a New York állambeli Saratoga Springsben nevelkedett, itt végezte el a Skidmore Egyetemet. Verseit az *Epos*, a *Dust*, a *Steppenwolf*, a *New Lantern Club Review*, a *Bitterroot* és más, „kis” magazinok és folyóiratok közölték. Számos novella mellett három regényt is írt: *The Rebellers*, *Bundu* és *The Education of Oversoul Seven* címmel. Néhány cím Jane Roberts nem szépirodalmi könyvei közül: *How to Develop Your ESP Power*, *Seth Speaks*, *The Seth Material* és *The Nature of Personal Reality*. 1984-ben bekövetkezett haláláig Elmirában élt férjével, Robert Butts festőművésszel.

* * *

Fülszöveg

Jane Roberts egy New York állambeli kisvárosban, Elmirában élt, egy művészeti galériában dolgozott, és szabad idejében írással foglalkozott. Novelláit, verseit kis példányszámú folyóiratok közölték, még kötete is megjelent. A szellemvilág nem-hogy nem érdekelte, nem is hitt benne. Következésképp álmában sem jutott volna eszébe, hogy egy szép őszi napon médiummá válik, és épp őrajta keresztül szólal meg a nem ismert tartománnyal való emberi kapcsolat történetének egyik legrokonszenvesebb szellemegyénisége.

A szellem Sethnek nevezte magát, és Jane testét használta közlései eszközéül. Kapcsolatuk körülbelül húsz esztendőn át tartott, egészen Jane Roberts 1984-ben bekövetkezett haláláig. Az asszony kezdetben természetesen hitetlenül, sőt rémülten észlelte paranormális képességét, és módszeresen, tudományos igénnyel igyekezett elemezni, rendszerezni mindazt, ami vele történik.

Seth közléseit Jane férje, Robert Butts festőművész jegyezte le, és a Seth-szövegek alapján több kötet is megjelent. Ezek közül az elsőt tartja most kezében az olvasó.

A szellemvilággal való kapcsolattal foglalkozó szakirodalom azt tartja Seth tanításairól, hogy a hasonló eredetű közlések közül a legérthetőbbek, legvilágosabbak. Seth bölcsességről és mélyreható pszichológiai tudásról tanúskodó szavai az emberiséget évezredek óta foglalkoztató, nagy témákról szólnak; magyarázatot adnak a teremtés, az élet, a halál, az egészség és betegség, a bűn és az igazság, a lélek halhatatlansága, a reinkarnáció, a vallás, a tudomány, a háború, az erőszak, a félelem, a szeretet kérdéseire. A Seth-szövegek gondolatmenete és a belőlük kirajzolódó világkép összefüggő és elfogadható, ráadásul fölöttébb derűs és vigasztaló is.

A Seth-szövegek nemcsak a világosan megfogalmazott, ízes humorral fűszerezett tanítások miatt élvezetes olvasmány. Jane Roberts igaz története egyben izgalmas kalandregény is — fordulatokban gazdag história egy fiatalasszonyról, aki teljesen gyanútlanul a szellemvilág és az anyagi valóság közötti keresztúton találja magát.

Tartalom:

<i>Seth megszólal</i>	<i>1</i>
<i>A szerzőről</i>	<i>2</i>
<i>Fülszöveg</i>	<i>3</i>
<i>BEVEZETÉS</i>	<i>9</i>
<i>A szerző előszava</i>	<i>22</i>
<i>1. SETH MEGJELENIK</i>	<i>36</i>
<i>2. A YORK BEACH-I KÉPMÁSOK - „TÖREDÉK” SZEMÉLYISÉGEK</i>	<i>58</i>
<i>3. SETH A SZEÁNSZON — ÚJ UJJAK</i>	<i>72</i>
<i>4. SETH HANGJA</i>	<i>87</i>
<i>5. A PSZICHOLOGUS LEVELETŐL KILEL A HIDEG - SETH MEGNYUGTAT</i>	<i>100</i>
<i>6. SETH ÉS A PSZICHOLOGUS</i>	<i>113</i>

7. <i>TESTEN KÍVÜLI ÉLMÉNYEK - TAXIBA SZÁLLOK, DE A TESTEM OTTHON MARAD</i>	130
8. <i>A KÍSÉRLETEK ÉVE — SETH BORÍTÉKOKBA „LES”, ÉS MŰVÉSZETI LECKÉKET AD ROBNAK</i>	142
9. <i>EGY PSZICHOLOGUS ÉS SETH BESZÉLGET A LÉTRŐL — MÉG EGY TESTEN KÍVÜLI ÉLMÉNY</i>	169
10. <i>A TÁRGYI VALÓSÁG TERMÉSZETÉRŐL</i>	192
A 302. ülés jegyzőkönyvéből; 1966. november 21.	209
11. <i>A REINKARNÁCIÓ</i>	214
12. <i>TOVÁBBIAK A REINKARNÁCIÓRÓL - A HALÁL UTÁN ÉS KÉT ÉLET KÖZÖTT</i>	238
13. <i>AZ EGÉSZSÉG</i>	265
14. <i>ÁLMOK — A KITALÁLT DÉMON — ÁLOMTERÁPIA</i>	292
15. <i>LEHETSÉGES ÉN — LEHETSÉGES VALÓSÁGRENDSZEREK</i>	322
A 231. ülés részletei: Az Én és a lehetséges valóságok	330
A lehetséges esemény és a fizikai esemény közötti különbség	332
Részletek a 232. ülés szövegéből	333
Részletek a 227. ülés szövegéből	335

A 227. ülés részletei: A személyiség és a lehetőségek	336
16. A TÖBBDIMENZIÓS SZEMÉLYISÉG	340
A 224. ülés részletei: A személyiség és az idő	358
17. A „JÖVENDŐ” SETH — AZ ÜLÉSEK EREDETE	363
18. AZ ISTEN FOGALMA — A TEREMTÉS - A HÁROM KRISZTUS	387
19. A BELSŐ ÉRZÉKEK ÉS HASZNÁLATUK	408
Belső, vibrációs tapintás	413
Pszichológiai idő	415
A múlt, a jelen és a jövő érzékelése	418
A fogalmak érzékelése	418
A felismert lényeg érzékelése	420
A valóság alapjainak belső tudása	421
A belső Én védőburkának kitágulása vagy összehúzódása	422
Kiszabadulás az álcarendszerből	423
Az energiaszemélyiség diffúziója	424
20. SZEMÉLYES SZÁMVETÉS — KICSODA VAGY MICSODA SETH?	428
A 458. ülés részletei; 1969. január 20.	436
FÜGGELÉK	450

452. ülés, 1968. december 2., hétfő; 21:17 óra	451
453. ülés, 1968. december 4., szerda; 21:06 óra	460
503. ülés, 1969. szeptember 24., szerda; 21:32 óra	465
504. ülés, 1969. szeptember 29., hétfő; 21:17 óra	467
505. ülés, 1969. október 13., hétfő; 21:34 óra	472
506. ülés, 1969. október 27., hétfő; 21:40 óra	476
509. ülés, 1969. november 24., hétfő; 21:10 óra	483

BEVEZETÉS

A médiumitás izgalmas és kihívó téma. Alapvető fontosságú kérdéseket vet fel az emberi elmével, az emberi tudattal, sőt az emberi sorssal kapcsolatban. A médiumot általában így szokták meghatározni: „olyan személy, aki fogékony a természetfölötti erők hatásaira, képes belőlük ismereteket meríteni, és képes olyan cselekedetekre, amelyek végrehajtása ezen erők segítségével nélkül lehetetlen volna”. Legtöbbször úgy képzelik el a médiumot, mint egy fantasztikus hacukákba öltözött nőszemélyt, aki sötét zugokban kuksol, és arra les, hogy ügyfeleit megszabadítsa nehezen megkerekesezt pénzüktől. Nincs kétségem, hogy még ma is léteznek ilyen médiumok, sőt találkoztam is eggyel-kettővel, ám ez a kép akkor sem teljes.

A médiumitás a századforduló táján jött divatba, és a spiritizmus valóságos vallássá fejlődött. Szeánszokat rendeztek elsötétített szobákban, melyek berendezése gyakran színházi miliőre emlékeztetett; a díszlet szentélyt formázott, vagy más módon utalt a vallásra. A jelenlévők között sokan a családjukban nemrég bekövetkezett haláleset miatt érzelmileg felzaklatott állapotban voltak, ezt a vallási énekek és az orgonaszó szinte a hisztériáig fokozta. Mindent egybevéve jól megrendezett produkciók voltak ezek a szeánszok. A médium transzba esett, és szellemi „vezetője” segít-

ségével üzeneteket továbbított az eltávozott hozzátartozóktól, a „szellemvilágból”. Ezek az üzenetek gyakran semmitmondóak, olykor kifejezetten ostobák voltak, de a gyászolók mégis megnyugodva tértek haza: megtudták, hogy szeretteik még megvannak „valahol”, és — úgymond — „boldogok”.

Olykor a médium olyan ismereteket fogalmazott meg, amelyek az érzékszerveken túli érzékelés (angol rövidítésével: ESP) valamilyen formájára utaltak. A médiumitásnak ez a vonása adott fellendülést később a parapszichológiának, vagy az ESP körében végzett, tudományosan ellenőrzött kísérleteknek. Kétség nem fér hozzá, hogy a médiumitás és a spiritizmus mindig is tág teret kínált a csalásnak. A finomabb érzékelés területein nehéz objektív bizonyítékokra szert tenni, és szinte lehetetlen megfelelően ellenőrzött körülményeket teremteni. A legtöbb ilyen kutatás során a tényeket nem annyira a gyéren kínálkozó bizonyítékokra, mint inkább a hitre támaszkodva fogadták el, az utóbbi ugyanis mindig bőségben kínálkozik. Talán a paranormális jelenségek ismert kutatója, Harry Price fogalmazta meg a legjobban: „A spiritizmus, ha a legjobb oldalát tekintjük, vallás. Ha a legrosszabbat: svindli.”

Csakhowy amióta megkezdődött a médiumi transzállapot kutatása, bebizonyosodott, hogy ez összetett élmény; beletartozik abba a jelenségcsoportba, amelyet ma „megváltozott tudatállapot”-nak nevezünk. A transzállapotok egyéb válfajaihoz — kóma, katalepszia, ájulás, felfüggesztett élettevékenység — gyakran kapcsolódnak

kóros elváltozások. A fentiek mind eszméletvesztéssel járnak, csakúgy, mint néhány más tudatállapot, amelyet kábítószeresek idéznek elő, vagy olyan betegségek, amelyek ilyen hatást gyakorolnak a szervezetben végbemenő vegyi folyamatokra. Ezek a tudatállapotok mind intenzívebbek, mint a többi, az ébrenléttől eltérő tudati állapot, például a normális alvás, a hipnózis vagy az alvajárás.

A sokféle megváltozott tudatállapot közül a médiumitás a legbecsesebb, mert ez a legalkalmasabb arra, hogy az emberi elme szubjektív birodalmát kutassuk. Sokan, akik a médiumitást tanulmányozták, közleményeikben azt állítják, hogy ez lényegében a tudat kitágításának módszere. Raynor Johnson brit fizikus megfigyelése szerint számos olyan állapot létezik, „amelyben a tudatosság szintje visszahúzódik a normális éber állapothoz képest — ezeket összefoglaló néven transzállapotnak nevezzük. Némelyek előidézhetők hipnózis útján, meszkalin vagy bizonyos altatószerek által, mások bizonyos jogagyakorlatok segítségével érhetők el. A médium vagy az erre fogékony ember saját akaratából, esetleg spontán módon, ösztönösen képes olyan állapotba kerülni, amelyben a tudat visszahúzódik az Énnek egy köztes síkjára, de közben képes fenntartani egy kommunikációs csatornát a külvilággal.” Mivel a médium önszántából idézi elő, és lényegében nincs benne semmi, amit kórosnak nevezhetnénk, ennél fogva a médiumitás élménye jobban ellenőrizhető, megragadható, csakúgy, mint a hipnózis.

Jane Robertst egy közös vonás összefűzi néhány más, híres médiummal, például Eileen Garrettel és Mrs. Osborne Leonarddal. Sok olyan médium van, aki szinte vallásos hiszékenységgel éli át saját transzanyagát — a médiumélmények gyakran vezetnek vallásos meggyőződéshez. Van azonban néhány olyan médium is, akit vonz ugyan a szubliminális, tudatküszöb alatti világ, amellyel kapcsolatba került, mégis ellenáll a kísértésnek, hogy feltétel nélkül higgyen, és teljesen a transzszemély üzeneteitől függjön. Mrs. Garrett például egész életét a médiumitásnak, saját tudattalan világának és a parapszichológiai jelenségek kutatásának szentelte. Mrs. Leonard szintén vizsgálta önnön médiumitását, és számos kísérletnek vetette alá magát.

A nagy médiumok ugyanolyan ritkák, mint a nagy muzsikuskok vagy a nagy festőművészek. Közös vonásaik különös keveréket alkotnak: képesség a transzállapotra, emellett erős személyiség, aki egyszerre kíváncsi, objektív és őszintén önkritikus. A kivételes tehetségű médium sok jellemvonását nem lehet ilyen egyszerűen megfogalmazni, de számomra napnál világosabb, hogy Jane Roberts kivételes tehetségű médium.

Bátran kísérletezni önmaga szubjektív élményeivel, megvizsgálni az ihlet, a fantázia, a kreativitás forrásait — ez mindig is a rendkívüli személyiségek sajátja volt. André Breton, a *Szürrealista Kiáltvány* megfogalmazója megszállottja volt annak, hogy a művészetben keveredjék a reális és az irreális; talán azért, mert — mi-

ként a japán szumi művészek —, nem tudta biztosan elválasztani a kettőt. Kísérletezett automatikus írással, hogy fölfedje rejtett tulajdonságait annak, amit „valóságos”-nak nevezünk. Eredményei, hangoztatta, tisztább képet rajzolnak a belső emberről. Módszere, a tudattalan világ összehangolása az objektív, tudatos megfigyeléssel, hasonló ahhoz az úthoz, amelyet Jane Roberts járt be. Fiatal nő volt, nem állt mögötte sok évtizedes médiumi tapasztalat, ezért rendkívül hosszú utat kellett megtennie addig a nyílt, önkritikus elemzésig, amely nélkülözhetetlen a médiumitás mélyebb összefüggéseinek megértéséhez. De máris képes arra, hogy a gyakorlatban alkalmazzon olyasmit, ami alapvetően filozófiai kérdés. E készítés persze nagy részben Sethnek, a Jane médiumitása által kibontakozott transzszemélynek köszönhető.

A transzszemélyt általában „irányító”-nak, „vezető”-nek szokás nevezni, mert állítólag manipulálja a transzban lévő médium testét; gyakran mutat egyedi, senki másra nem jellemző vonásokat. Eredetileg azt tartották, hogy a médium vezetője test nélküli entitás, szellem, aki a médium testét eszközként használja, abból a célból, hogy általa szóljon az élőkhöz. F. S. Edsall azonban *A paranormális jelenségek világa* című könyvében kimutatja: a transzszemélyek vagy vezetők sajátosságai a médium környezetétől, háttérétől függnek. Mi a „vezető”? Hogyan kommunikál? Rendkívül bonyolult kérdések, melyeket évtizedek óta kutatnak a parapszichológusok és a mélylélektan tudósai. (Seth maga — úgy vélem, a józan belátás és a tisztesség

által vezettetve — beszél is arról a problémáról, hogy a médiumon keresztül érkező anyag, a közlés eltorzul. A médiumoktól, mivel közeli kapcsolatban állnak a normális fölöttinek vélt erőkkal, elvárják, hogy abszolút, száz százalékosan pontosak legyenek. Ez természetesen nem így van, de a közkeletű hiedelem azért létezik — jól megfigyelhető például abban, miként tekint a közvélemény Caycere vagy Dixonra.) Egyesek hisznek benne, hogy az ember rendelkezik olyan tehetséggel, mely túlmutat az érzékeken, és képes hatást gyakorolni a tudattalanra anélkül, hogy a tudatot bármi módon befolyásolná. Edsall azt írja: „az egyes médiumok környezetével összefüggő élmények szerepet játszhatnak e másodlagos személyek kifejlődésében, akik egyes kiváló médiumok esetében oly hátborzongatóan mindentudónak tűnnek”.

Sok pszichológiai teóriát gyártottak már a transzszemélyek magyarázatára, ezek közé tartozik a New York-i pszichoanalitikus, Ira Progoff „dynatípus”-elmélete. Dr. Progoff sok kísérletet végzett Eileen Garrettel, s utána ezt a végkövetkeztetést vonta le: „a különféle vezető személyek jelenléte elengedhetetlen Mrs. Garrett pszichikai egyensúlyának fenntartásához.” Dr. Progoff a médiumításban szerepet játszó vezetőket nem szellemi entitásoknak tartja, hanem „olyan, jelképes személyek által megvalósított dramatizálásnak, amelynek segítségével az élet általános elvei felfoghatókká válnak az ember számára.” Szókratésznek is megvolt a maga „daimón”-ja, Graves beszél a Költészet Fehér Istennőjéről, Noé pedig ittas álmában

saját ősei inkarnációjaként látta önmagát: először Ádámként, aztán Jeremiásként. Az elmélet szerint mindenki ilyen formában személyesíti meg önmagát: ahogyan tudatalanul ismeri. A Mrs. Garretthez hasonló médiumok is megteremtik saját alternatív Énjüket, de könnyebben felismerhető, ésszerűbb alakban — mint démont vagy „szellemi” vezetőt.

W. H. Slater, a paranormális jelenségek ismert és elfogulatlan kutatója más véleményyt fogalmazott meg: mivel a transzszemély sok éven keresztül rendszeresen működik, közléseket ad, és „sohasem téveszti el az intellektuális vagy érzelmi hangsúlyokat, sohasem esik ki szerepéből, ezért nehéz hihetően megmagyarázni a tudatalan hatásával, vagy azzal, hogy a médium dramatizál”.

A végső, meggyőző erejű válaszokat még a jövő rejti. A kérdés felvetése valóban fontos, de a jelenségek kutatása nem szoríthatja ki a médiumitás más, ugyanilyen fontos vonatkozásainak vizsgálatát. A médiumok transzszövegeinek *tartalma* fölött gyakran átsiklanak a kutatók, kétségkívül azért, mert ezek többnyire eléggé összefüggéstelen, kissé örültnek tűnő megállapítások. De azok a bizonyos ritka kivételek — például Edgar Cayce transzszövegei — már első látásra figyelemreméltó, fontos és gondolatébresztő kijelentéseknek tűnnek. És ugyanilyen megkülönböztetett figyelmet érdemelnek a Jane Roberts transzszemélyétől, Sethről származó gondolatok is.

A legjobb transzanyag alapos pszichológiai ismeretekről tanúskodik, melyeket együttérző, empatikus és erős egyéniség közvetít; a Seth-szövegekben megvannak mindezek a tulajdonságok. Seth ezenkívül hozzátesz még valamit, ami a legtöbb transzszövegből hiányzik: a gondolat és a megfogalmazás világosságát. A transzanyagok többségét, származzék bár az ókorból vagy modern, mai vezetőtől, nemcsak zűrzavaros nyelvezet, hanem zavaros gondolatok is jellemzik. Sethnek, úgy ítélem, hatalmas adottsága van, hogy bonyolult, sokrétű témákról egyszerűen és érthetően szóljon. A gyakorlott szem, a hivatásos filozófusé vagy a parapszichológusé sokszor fogja úgy látni, hogy Seth ismerős témákkal foglalkozik. (Az például, hogy alvás közben az ember lelke elhagyja a testet, a történelem előtti időkig visszakövethető, klasszikus gondolat.) De azok számára, akik csak most ismerkednek az álmok világával, az ESP-vel és a tudattalan többi, izgalmas jelenségével, Seth kristálytisztán szóló, érthető tanító lehet.

És maga Seth is mindig őhozzájuk: a keresőkhöz, a kérdezőkhöz intézi szavait. Bevallott célja „olyan eszközöket szolgáltatni, melyek segítségével az emberek jobban megérthetik önmagukat, újraértékelhetik és megváltoztathatják saját valóságukat.” A belső érzékelésről szóló fejezetben Seth világos és használható tanácsokat ad azzal kapcsolatban, hogyan tághatja ki az ember a tudatát, hogyan sajátíthat el meditációs technikákat és ESP-t. Ugyancsak ritkaság, Seth és Edgar Cayce mellett csak

kevesekre jellemző, hogy a filozófiai és metafizikai okfejtések közé rengeteg gyakorlati tanács vegyül, melyek az egyéni problémák mély megértéséről és belátásáról tanúskodnak. A Seth-szövegeknek tulajdonképpen ezek alkotják a gerincét, és nekem személy szerint épp ezek a legvonzóbbak.

Érdekes megfigyelni: Seth személye és stílusa annyira egyéni, hogy egy rövid ismerkedési időszak után az ember inkább egy filozofikus, művelt, modern intellektust sejt mögötte, semmint olyasvalakit, aki Ízisz fátylának túloldaláról intézi hozzánk szavait. A szöveg meglepően sokféle vonzó és eredeti gondolatot tartalmaz. A magam részéről a legérdekesebbnek a „személyiség-töredék kivetítésének” Seth-féle elméletét tartom, amely erősen egybevág a germán *doppelgänger* és a szláv *vardoger* hagyományával. (Ez igen elterjedt jelenség: még maga Freud is megpillantotta egyszer saját *doppelgänger*-ét egy tükörben. Maupassant egyszer átélte, hogy „másodpéldánya” bejött a szobába, leült vele szemben, és lediktálta neki készülő könyvének egy részletét, amely az írónak különösen sok fejtörést okozott. Amikor befejezte, az alak felállt, és eltűnt. Sokért nem adnám, ha Seth inkább a dolog *technikáját* magyarázná el ugyanolyan világosan, mint az *elméletét*.) Létezik természetesen a gondolatforma kivetítésének okkult hagyománya is, amelyet Mrs. David-Neel írt le, mikor tibeti „tulpáját” megalkotta.

Valóban: Seth szerint az idea, a gondolat: *történés*. Logikus tehát, hogy a gondolat — vonatkozzék a tevékenység bármely körére, és tekintet nélkül arra, hogy tárgyasul-e, vagy sem — hatást gyakorol az életünkre. A „gondolat mint valóság” szintén ősi elmélet, amelyet a nyugati civilizáció számára Platón fogalmazott meg, és az évszázadok során sok filozófus elfogadta. De ahelyett, hogy csupán elvontan tárgyalná, Seth kiterjeszti ezt az elméletet a logikus végkövetkeztetésig. Minden idea, minden gondolat, minden tudati koncentrációsztint közrejátszik egy dinamikus, állandó kölcsönhatásban álló világegyetem létrehozásában, melyben az *idea* ugyanolyan fontos és kitapintható szerepet játszik, mint bármilyen fizikai esemény.

Ideális példa erre Seth elmélete a keresztrefeszítésről. Seth szerint a keresztrefeszítés „az álmok világában” keletkezett, egy másik valóságban történt meg, és „*ideaként* vonult be a történelembe”. Seth nem azt állítja ezzel, hogy a keresztrefeszítés csupán álom, amelyet az emberekben munkáló közös igény hívott életre, hanem azt, hogy a térnek és az időnek egy másik területén öltött testet egy gondolat, amely hatást gyakorolt a mi földi világunkra, és megváltoztatta civilizációinkat. Ez természetesen nagyon érdekes elmélet. Vegyük azonban fontolóra, milyen könnyen képesek vagyunk elfogadni azt az egyszerű filozófiai kijelentést: „a gondolat képes megváltoztatni a világot”. Sok példát hozhatunk fel: „Nemcsak kenyérrel él az ember”, vagy „Szeressed felebarátodat, mint magadat”. Mindennapi életünkben

igyekszünk ezeket az ideákat megvalósítani a gyakorlatban, megpróbáljuk az elvont világból átültetni őket az okok és okozatok földi világába. Seth megfordítja a dolgot: azt állítja, hogy a valóság esetleg a *másik* irányban is működhet — hogy az idea is *valóság*, mely állandó, mély hatást gyakorol az anyagi világra. Problémát csak az okoz, miként szélesíthetjük ki a megismerés alapjait, miként tágíthatjuk ki tudatunkat, hogy a változó tudat is megvalósulhasson az ideák világában, hogy civilizációnkon és személyes sorsunkban is fölfedezhessük az ideák világának hatását. Seth azt mondja: „az álmvilágban léteznek azok a gondolatok, amelyek egyszer teljesen át fogják alakítani az anyagi világ történetét, de e gondolatok tagadása késlelteti hatásuk érvényesülését”. Kant, akinek filozófiája nagyrészt azon a gondolon alapszik: „a tudat az érzékek által szállított benyomások szerint határozza meg a valóságot”, valószínűleg egyetértett volna Sethtel abban, hogy érzékeink „teremtik meg az anyagi világot”, nem pedig egyszerűen csak felfogják.

Seth megállapításai között találunk említést olyan, rendkívül gondolatébresztő témákról is, amelyek sokkal több figyelmet érdemelnének, mint amennyit kapnak. Seth említi például a szimbolikus alakok létezését; ezek a jobb kommunikáció érdekében felismerhető alakot öltenek a tudattalanban. Ezen a kutatási területen nincsenek szigorú tények, annál több viszont a találgatás és a kísérleti beszámoló. Carl Jung, a nagy svájci pszichoanalitikus írt például a tudattalanban létező, úgynevezett

archetipikus alakokról, akik a tudatos elméhez mitológiai, vallási vagy történelmi személyek áruhájában szólnak. (Maga Jung éveken keresztül kommunikált így Philemonnal, a saját tudattalanjában élő archetipikus alakkal.) Masters és Huston, miután sokat kísérleteztek az LSD-vel, a szer által előidézett tudattágulást négy kategóriába osztották; a harmadik, szimbolikus színtről azt jegyezték fel, hogy itt történelmi és legendás alakok bukkannak fel, és nagy tömegben fordulnak elő mitikus jelképek.

Filozófiai szempontból a Seth-szövegek a legjobbak a maguk kategóriájában, amiket valaha olvastam. Seth gondolatvilágának összehasonlító elemzése rendkívül érdekes lehetne. Anyaga annyira összetett, hogy e terjedelmes könyv kereteit is szétfeszíti. Ebben a rövid bevezetőben összefoglalni ezért lehetetlen. Olvasás közben sok kérdés merül fel az emberben; sok közülük válasz nélkül marad, de az én megítélésem szerint ez nem hiba. Végül is ha intellektuálisan, érzelmileg vagy szellemileg arra ösztönzi az olvasót, hogy kérdéseket fogalmazzon meg, hogy beidegződéseit görcső alá vegye, és túllépve az előítéletek határain, mind szélesebb gondolati tartományokat hódítson meg, akkor is sok mindent elértek. Szerintem ez a Seth-féle személy, a Seth-féle közlések legfőbb értéke. Mint ő maga is jelezte, ő kommunikátor és gondolatébresztő — a földi tanítók közül túl kevesen vannak ilyenek.

Senki sem tudhatja, hová vezet ez a kutatás, de egyben biztosak lehetünk: a Seth-szövegekhez hasonló, transzkommunikációról szóló feljegyzések fölbecsülhetetlen értéket képviselnek, mert lehetőséget adnak, hogy mélyre hatoljunk az ember szubjektív tudatába. Ez pedig nem esetleges, mulékony eredmény: bepillantás ez annak a folyónak a felszíne alá, amely egyszerre rejtélyes és kihívó, és egyszersmind életfontosságú az emberiség jóléte szempontjából. Ez az a forrás, amelyből az ihlet táplálkozik, ahol a megérzések serkentik a tudományos elmét, ahol feltörnek a költők álmai, ahol életünk nagy részét töltjük.

Raymond Van Over
New York

A szerző előszava

1968. február huszonkilencedike volt. Éppen ESP-órát tartottam, a heti kettő egyikét. A nappali szoba nagy francia ablaka nyitva állt, beáradt rajta a különösen meleg esti levegő. Hirtelen úgy éreztem, hogy látogatónk van. Mint mindig, most is könnyen, hosszú előkészület nélkül transzba merültem.

Az ESP-tanfolyamon egyetemista lányok vettek részt. Olvasták első könyvemet, tudtak Sethről, és részt vettek már néhány ESP-órán, de Seth-beszélgetésen még sohasem. Lecsukódott a szemem. Amikor pár perc múlva ismét kinyílt, sokkal sötétebb volt. Sethként kezdtem beszélni. Seth jellegzetes mozdulattal a földre dobta szemüvegemet, de minden egyes tanítványomat tisztán, élesen láttam. A megszólaló hang mély volt, erőteljes, és inkább férfié, mint nőé.

Spontán Seth-ülésre került sor. Célja az volt, hogy a hallgatók megismerkedjenek Sethtel; az itt következő néhány részlet ugyanezt a célt szolgálja: bemutatja Sethet azoknak az olvasóknak, akik még nem hallottak róla.

„Úgy tanultátok: fizikai anyagból vagytok, és belőle nem szabadulhattok, de ez nem így van. A fizikai anyag felbomlik, de ti nem. Bár nem láthattok engem, tudjátok, hogy itt vagyok. A szüleitek látszólag eltűnnek szemetek előtt, és mindörökre

szétfoszlanak a semmiben. Biztosítlak benneteket: tovább élnek. Biztosítlak benneteket: a halál csupán egy új kezdet, és ha meghaltok, nem lesztek némaságra kárhoztatva. Némaság talán a hang, amit e percben hallotok? Halál talán az a jelenlét, amit e szobában éreztek?”

„Azért vagyok itt, hogy megmondjam nektek: örömtők nem a fiatalságtól függ, hiszen én nem vagyok éppen fiatal. Azért vagyok itt, hogy megmondjam nektek: örömtők nem is a test függvénye, mert a ti fogalmaitok szerint nekem testem nincsen. Van viszont identitásom, ami volt mindig is. Az sohasem fogyatkozik. Növekszik és fejlődik.”

„Azok vagytok, amik vagytok, és lesztek többek is. Ne féljetek a változástól, mert maga vagytok a változás, és azalatt is változtok, hogy itt ültök velem szemben. Minden cselekedet változás, különben mozdulatlan volna a világegyetem, és akkor valóban a halál volna a vég. Ami én vagyok, azok vagytok ti is: egyéni tudat.”

„Változzatok az évszakokkal, mert többek vagytok az évszakoknál. Ti formáljátok az évszakokat. Azok csupán tükörképei a ti pszichétek belső klímájának. Ma este egyetlen céllal jöttem el: azért, hogy érezzétek létezésem erejét, és ha érzitek, akkor azt is tudjátok, hogy olyan dimenziókból beszélek hozzátok, amelyek túl vannak az általatok ismert dimenziókon. Nem a sírgödör a vég — ha valaki olyan szószátyár, mint én, a halál szájával sohasem szólalna meg.”

„Itt vagyok, ebben a szobában, bár az itt lévő tárgyak egyikébe sem tudnátok belehelyezni. De ti ugyanolyan testetlenek vagytok, mint én. Nektek van hordozó tartályotok, ennyi az egész. Én Ruburttól kérem kölcsön a testét [Seth ezt az elnevezést használja énrám, ráadásul állandóan himnemű személyként emleget], az ő hozzájárulásával. Ami vagyok, az független az atomoktól, a molekuláktól, és az, ami ti vagytok, az sem függ a fizikai anyagtól. Éltetek már korábban, fogtok élni ezután is, és amikor a fizikai életet elhagyjátok, létezni fogtok akkor is.”

„Úgy érkeztem ide, mintha a téren és időn megnyílt kapun keresztül jöttem volna. Léteznek ösvények a térben és az időben, amelyeken keresztül közlekedni lehet, és álmaitokban ti is jártatok már ott, ahol én vagyok. Azt akarom, hogy ti is érezzétek a létezés erejét. Érezzétek, hogyan árad szét a világban, és tudjátok, hogy ez nem függ a fizikai testtől. A valóságban ki tudjátok vetíteni saját energiátokat, és formálni tudjátok vele az anyagi világot. Következésképpen: ahhoz, hogy a világot megváltoztassátok, nektek magatoknak kell megváltoznotok. Meg kell változtassátok azt, amit kivetítetek.”

„Mindig voltatok, és mindig lesztek. Ez az értelme a létnek és a boldogságnak. Az Isten, aki létezik, bennetek létezik, mert részei vagytok mindannak, ami létezik.”

Seth vagy két órán keresztül beszélt rajtam keresztül, olyan gyorsan, hogy a diákok alig győztek jegyzetelni. Öröme, vitalitása nyilvánvaló volt, a személy pedig nem azonos velem. Seth száraz, szarkasztikus humora fénylett a szememben. Arckifejezésem megváltozott. Nőies mozdulataim helyett az ő gesztusaival mozdítottam tagjaimat. Seth élvezte az idős férfi szerepét; okos volt, eleven, egészen emberi. Amikor a létezés örömről beszélt, amúgy is mély hangja valósággal mennydörgött. Később Carol, az egyik hallgató elmondta: tudta ugyan, hogy az én számból jön, mégis úgy érezte, mintha mindenhol szólna, mintha a falakból áradna ez a hang.

Az egyik szünetben Carol olvasgatni kezdte jegyzeteit. Hirtelen, minden átmenet nélkül megint Seth voltam, és előrehajolva így tréfálkoztam:

— Ha a gyorsíró akar lenni, sokat kell még fejlődnie. Ez itt egy örült ákombákom.

És egy sajátos párbeszéd következett, amelyben Carol felolvasta jegyzeteit, Seth pedig kiigazította őket, egyes mondatokat megjegyzésekkel tett világosabbá, és közben sűrűn tréfálkozott vele. A hallgatók kérdéseket tettek föl, és Seth válaszolt rájuk.

Nagyon egyszerű ülés volt. Seth először beszélt a hallgatóimmal, de máris több olyan témát érintett, amelyek a Seth-szövegekben gyakran előbukkannak. Például: A személyiség többdimenziós. Az ember nem függ tértől és időtől. Mindenkinek a sorsa a saját kezében van. Azokkal a nehézségekkel, amelyeket életünkben kikerülünk,

egy következő életben nézünk majd szembe. Szerencsétlenségünkért nem hibáztathatjuk Istent, sem a társadalmat, sem szüleinket, mert mielőtt jelenlegi életünket elkezdtuk volna, mi magunk választottuk a körülményeket, amelyek közé születünk, csakúgy, mint a feladatokat, melyek legjobban szolgálják majd fejlődésünket. A fizikai anyagot olyan könnyedén és tudattalanul tudjuk formálni, mint ahogyan lélegzünk. Valamennyien telepatikus úton tudatában vagyunk azoknak a nagy ideáknak, amelyek alapján megalkotjuk a fizikai valósággal kapcsolatos saját felfogásunkat.

1969 decemberéig, öt esztendő alatt Rob, a férjem és én már több, mint ötszáz Seth-ülést tartottunk. Első erről szóló könyvem ezt a címet viselte: *Hogyan fejlesszük ESP képességeinket?* A könyvben röviden elmagyaráztam, miként kezdtem érdeklődni az ESP iránt, valamint azt a folyamatot, amely Seth megjelenéséhez vezetett. Seth oly gyakran tett tanúbizonyságot telepatikus és látnoki képességeiről, hogy az eseteket nem is érdemes felsorolni. Az ülések alatt segített barátoknak, idegeneknek, a hallgatóknak; az ő útmutatásait követve a férjem és én egyaránt fejlesztjük lelki erőnket.

Nem voltam „született médium”, nem volt gyakorlatom a paranormális jelenségek világában. Sem Robnak, sem nekem semmiféle tapasztalatunk nem volt ezen a téren. Első lelkesedésem csillapultával komoly intellektuális elemzés és önvizsgálat

nélkül el sem tudtam fogadni ezeket a fejleményeket. Igyekeztem tapasztalataimat a lehetőségeimhez képest tudományosan megközelíteni.

— Igen — mondtam magamnak —, a transzban valóban egy olyan személyiség szólal meg bennem, aki, úgy tűnik, túlélte a halált. Igen, az ember valóban fejlesztheti ESP-képességeit. Igen, Seth valóban azt állítja, hogy létezik reinkarnáció. De... de... de... — Izgalmasnak találtam a Seth-szövegekben megfogalmazott gondolatokat, de nem fogadtam el őket olyan konkrét tényként, mint a reggelire elfogyasztott szalonát. Most már tudom, hogy ezek sokkal fontosabbak, mint a konkrétumok.

Számomra intellektuális öngyilkosság lett volna, ha csupán annyit is elfogadok, hogy Seth olyan személy, aki túlélte a halált. Első könyvemben sehol sem állítom, hogy szerintem Seth valóban az, aminek mondja magát: „egy személy energiából álló lényege, aki már nem a fizikai valóságban összpontosul”. Ehelyett tanulmányozni kezdtem azokat a különféle magyarázatokat, amelyeket egyfelől pszichológusok, parapszichológusok, másfelől spiritualisták adtak az efféle személyiségre. Sehol sem találtam annyira logikus és egységes magyarázatot, mint amit maguk a Seth-szövegek tartalmaznak.

Hozzászoktam ahhoz, hogy önmagamat térhez és időhöz kötött fizikai lénynek tekintsem. Hajlottam rá, hogy elutasítsam saját tapasztalataim tanulságait. Miközben az elképzelhető legmélyebb intuíciót követelő munkát végeztem, igyekeztem min-

dinkább objektív lenni. Megpróbáltam visszalépni abba a világba, amelyet valójában már örökre elhagytam — abba a világba, amelyben a fizikai fogalmakon kívül nem létezik más, ahol más valóságokkal vagy dimenziókkal való kommunikáció lehetetlenség. De közben hetente kétszer Seth-ülést tartottam.

Miközben a nappaliban ültem, és Sethként beszéltem, testen kívüli élményeket (asztrál-kivetüléseket) éltem át. Seth elmondta, mit látok, miközben saját tudatom a távolban járt, és más városban, más államban történő eseményeket figyelt meg. Jegyzeteinkben vannak feljegyzések két kaliforniai fivérrel, akik tanúsították, hogy Seth pontosan írta le otthonukat és környékét, holott Seth vagy ötezer kilométerre tőlük, a New York állambeli Elmirában beszélt általam. Ezeket a tényeket nem tagadhattam le.

Előző könyvem megjelenése után ismeretlen olvasóktól kaptam levelet: segítségért vagy tanácsért fordultak hozzám. Végül elhatároztam, hogy a leginkább rászorulóknak kedvéért külön üléseket tartok, bár megrémített a felelősség. Az érintettek nem vettek részt ezeken az üléseken, hiszen az ország távoli vidékein éltek, de válaszaikban azt állították, hogy a tanácsok segítettek nekik, és a körülményeiket érintő adatok pontosak voltak. Seth a problémáikat sokszor magyarázta azzal, hogy azok előző inkarnációikból való, feloldatlan feszültségek következményei, és személyre szóló

tanácsokat adott, hogy ezek az emberek miként használhatják saját képességeiket a problémák megoldására.

Korábban arra gyanakodtam, hogy a reinkarnációs adatok csupán csemegék, melyeket saját tudat alatti fantáziám kohol a kedvemért. Az igazat megvallva, mielőtt ez az egész elkezdődött volna, abban sem voltam biztos, hogy egyszer is túlélhetjük a halálunkat, nemhogy újra meg újra.

Rob és én a szó hagyományos értelmében nemigen voltunk vallásosak. Évek óta nem voltunk templomban, kivéve, ha esküvőre vagy temetésre mentünk. Engem katolikusnak neveltek, de ahogy fölcseperedtem, egyre nehezebben tudtam elfogadni az elődeim Istenét. Úgy éreztem, hogy meghalt az ősökkel együtt. A mennyországot, amely gyermekkoromban oly sokat jelentett nekem, kamaszként nem tekintettem egyébnek, mint az értelmes élet karikatúrájának. Ugyan ki akar dicshimnuszokat énekelni az Atyaistenhez, ha létezik is; és vajon mennyire intelligens Isten az olyan, aki megkívánja ezt az állandó imádatot? Rendkívül bizonytalan, riasztóan emberi az ilyen Isten.

A másik véglet, a pokol tüze ugyanolyan hihetetlen volt. Mégis, atyáink hagyományos Istene lelkiismeret-furdalás nélkül üldögélt az üdvözültek társaságában a mennyekben, miközben a többi szerencsétlen elhunytat kínozza az ördög. Úgy döntöttem, erre az Istenre nekem nincs szükségem. Az ilyet én nem vagyok hajlandó a

gondviselőmnek tekinteni. Ami azt illeti, a történet szerint a saját fiával sem bánt valami jól. De Krisztust legalább tisztelni lehet, gondoltam. Ő járt itt, ő tudja, milyen idelent.

Mielőtt húszéves lettem, már magam mögött hagytam az archaikus Istent, a Szűzet meg a szentek gyülekezetét. Menny és pokol, angyalok és ördögök mind a sutba kerültek. Az elemeknek, az atomoknak az a halmaza, amelyet úgy nevezek, hogy „én”, nem fog ilyen csapdába kerülni — legalábbis olyanba nem, amelyet képes vagyok előre felismerni.

Robnak más volt az előélete. Az ő szüleinek vallása valamiféle szociális protestantizmus volt, kellemesen mentes a legtöbb dogmától. Általánosságban szólva az Isten azokat a kisfiúkat és kislányokat szerette, akiknek szép tiszta a blúzuk, fényes a cipőjük, jó környéken laknak, és az apukájuk jól keres — ez az Isten olyankor is segített, ha a mamájuk sütit készített a szülői munkaközösség és a tanárok számára.

Egyikünk sem vette különösen zokon ennek az Istennek látszólagos igazságtalanságait — nem is foglalkoztunk vele annyira. Engem elfoglaltak a verseim, Robnak pedig, aki festőművész, ott voltak a képei. Mindketten szoros kapcsolatban álltunk a természettel. Senki nem volt jobban meglepődve, mint én, amikor hirtelen olyasvalakivel kezdett társalogni, aki túlélte a halált. Volt, hogy szidalmaztam magamat; úgy gondoltam, még az ír nagymamám is nehezen hinné el, hogy szellemek jelennek meg

a nappalijában — márpedig öt babonásnak tartottam! A halált túlélő lélek afféle felnőtt badarságnak tűnt, amelyről már azt hittem, hogy sikerült megúsznom — hála egyetemi tanulmányaimnak, a fűrge észjárásomnak és a belém szorult nagy adag ellenállásnak. Időbe telt, míg rájöttem, hogy ugyanannyi elfogultság van bennem a halhatatlan lélekkel szemben, mint amennyire mások iránta elfogultak. Most már látom, bármilyen büszke voltam saját szellemi nyitottságomra, rugalmasságom csupán addig terjedt, ameddig sikerült a dolgokat összeegyeztetnem az előítéleteimmal. Ma már tudom, hogy az emberi személyiségnek sokkal nagyobb valósága van, mint amennyit hiszünk róla. *Valaki* több, mint ötven teleírt jegyzetfüzetet produkált, tele izgalmas szöveggel, és még leghiteltlenebb pillanataimban sem vonhatom kétségbe, hogy az ülések és a közlések valóságosak. A szövegek távlatai, a bennük megfogalmazott gondolatok szinte azonnal lebilincseltek bennünket.

Rob és én mindketten meg vagyunk győződve arról, hogy a Seth-szövegek anyaga az én személyemen messze túl lévő forrásokból származik, és hogy sokkal kevésbé torzítják el a hagyományos szimbólumok, mint a többi, általunk ismert paranormális úton keletkezett szöveget. Seth szerint ezt az anyagot ő is, mások is átadták már korábban, más korokban, más helyeken, nemzedékeken és évszázadokon keresztül. Az olvasónak magának kell meghoznia saját ítéletét, de én a magam részéről érvényesnek és jelentékenynek fogadom el Seth elméleteit.

Ráadásul a Sethhez hasonló személyiségek rejtélye — nevezzük őket megszálló szellemnek vagy démonnak, mint Szókratész — minden korban foglalkoztatta az emberiséget. A jelenség tehát aligha új. Azáltal, hogy elmondom a saját történetemet, és nyilvánosságra hozom a közléseket, azt remélem, hogy sikerül némiképp megvilágítanom az ilyen élmények mibenlétét, és megmutatnom, hogy az emberi személyiségnek még vannak földerítetlen képességei, és hogy más módokon is juthatunk tudáshoz, mint amelyeket általában megszoktunk.

A Seth-szövegek tökéletesen megváltoztatták a valóságról alkotott képemet, és megerősítették bennem az identitás érzését. Nem érzem többé, mint azelőtt, hogy az ember rabszolgája az időnek, a betegségnek, az enyészetnek, és ki van szolgáltatva saját pusztító hajlamainak, amelyek fölött nincs hatalma. Jobban érzem, hogy magam irányítom sorsomat, mint azelőtt, és nem kormányoznak már gyermekkori, tudattalan beidegződések.

Ezzel nem azt akarom mondani, hogy tökéletesen megszabadultam minden aggodalomtól és félelemtől, csak azt, hogy most már tudom: megvan a szabadságunk ahhoz, hogy megváltoztassuk önmagunkat és környezetünket, s hogy alapvetően mi magunk alakítjuk ki azt a környezetet, amelyre aztán reagálunk. Hiszem, hogy mi magunk formáljuk önnön valóságunkat — most is és halálunk után is.

E könyv célja az, hogy megismertesse az olvasót Seth-tel és a Seth-szövegekkel. Jóllehet Seth csak egyszer jelent meg fizikailag érzékelhető módon, Rob ekkor annyira jól megfigyelhette, hogy megfestette az arcképét, amely most a nappalinkban függ. Seth rajtam keresztül jócskán több, mint ötezer, kettes sortávolsággal gépelt oldalnyi kéziratot produkált nem egészen öt év alatt. Sok „élő” személyt ismerek, akik egész életükben nem alkottak ennyit. Saját munkám mégis folytatódik: amióta az ülések elkezdődtek, két könyvet írtam a tényirodalom, a non-fiction műfajában (ezt a mostanit nem számítva), emellett két verseskötetet és tucatnyi novellát. Seth tehát korántsem „rabolta el” saját céljaira az alkotóerőmet.

E könyv első fejezetei Seth személyének első megjelenéseivel foglalkoznak, és azzal, milyen hatást gyakorolt az életünkre, miközben megpróbáltuk megérteni, mi történik velünk. Úgy tűnt: egyszer csak olyan élmények törnek rám a semmiből, amelyeket azelőtt szinte lehetetlennek tartottam. Soha életünkben nem fordult elő, hogy a kíváncsiság és az óvatosság, az érdeklődés és a döbbenet ennyire harapófogóba kapott volna bennünket.

A legkorábbi ülések jegyzőkönyveinek részletei is helyet kapnak az első fejezetekben, mert Seth gondolatai ugyanolyan idegenek és különösek voltak számunkra, mint maguk az ülések. De a fő hangsúly magán a történeten van, az első Ouija-táblás próbálkozásoktól addig az alkalomig, amikor Rob nagy meglepetésére (és a sajátom-

ra) Sethként szólaltam meg, valamint a későbbi változásokon a gondolkodásunkban. Főlelevenítem Seth látnoki képességeinek néhány példáját is.

A könyv terjedelmének legnagyobb része Seth különböző témákról vallott nézeteit tartalmazza, például: élet a halál után, reinkarnáció, egészség, az anyagi valóság természete, Isten fogalma, az álmok, az idő, az identitás, a megismerés. Bizonyos vagyok benne, hogy ezek a szemelvények és néhány reinkarnációról szóló olvasmány a legtöbb olvasó számára mélyebb bepillantást nyújt majd saját személyiségébe, és hozzásegíti ahhoz, hogy jobban megértse a helyzeteket, amelyekbe élete során kerül. Remélem, hogy Sethnek az egészségről vallott nézetei minden olvasóm hasznára válnak, és hogy a személyiségről szóló anyag mindenkinek segít majd fölfedezni a sokdimenziós valóságot, amely az öröksége.

A későbbiekben a médiumitás és az ESP-jelenség filozófiai és pszichológiai vonatkozásaival, a Seth-szövegek lehetséges eredetével foglalkozom, csakúgy, mint számos más kérdéssel, melyek Seth független valóságosságát érintik. Átadom továbbá Seth tanácsait arra nézve, hogyan fejleszthetjük lelki képességeinket.

Valaki, aki otthonos a paranormális jelenségek irodalmában és a paranormális élmények világában, bizonyára felkészültebben fogadta volna ezeket az élményeket, mint én, de a világért ki nem hagytam volna őket.

1.

SETH MEGJELENIK

Ma is meglepődöm, milyen körülmények között kezdődtek a Seth-ülések. Például nem voltam „magam alatt”, nem sodródtam céltalanul. Akkoriban jelent meg első regényem puha kötésű kiadása; minden energiámat annak a célnak szolgálatába állítottam, hogy jó író és költő legyek. A tényirodalmat újságírói műfajnak tartottam, amely kreatív írókhoz nem illik. Úgy gondoltam: életem és munkám a kijelölt úton, a tervek szerint halad. És tessék — most itt ülök, és már a harmadik könyvemet írom a tényirodalom műfajában.

Az 1963-as esztendő mindazonáltal rossz év volt számunkra. Rob hátfájással kínlódott; amikor a munkából hazatért, alig maradt ereje festeni. Nekem is gondjaim voltak új regényem témájával kapcsolatban. Öreg kutyánk, Mischa elpusztult. Lehet, hogy éppen ezek a körülmények tettek fogékonyabbá arra, milyen sebezhető is az ember — de hát rengetegen élnek át rossz éveket anélkül, hogy paranormális jelenségeket produkálnának. Lehetséges, hogy tudtomon kívül válságba jutottam, és paranormális képességeim valami belső szükséglet hívására bontakoztak ki.

A misztikus dolgok természetesen távol álltak tőlem. Tudomásom szerint soha életemben nem volt paranormális élményem, és nem is ismertem senkit, akinek lett volna. Múltamban semmi sem történt, ami felkészített volna az 1963. szeptember kilencedikének estéjén bekövetkezett, megdöbbentő eseményekre, de biztos vagyok benne, hogy ekkor kezdődött el az a folyamat, amely végül az ülésekhez és a Seth-tel való megismerkedéshez vezetett.

Gyönyörű őszi este volt. Vacsora után szokásomhoz híven leültem a nappaliban az öreg asztalhoz verset írni. Rob a műtermében dolgozott, három szobával távolabb. Kitettem magam elé a tollat, a papírt, a cigarettámat és egy bögre kávé — aznap a kilencediket vagy a tizediket. Willie, a macskánk a kék szőnyegen szunyókált.

És ekkor egy kábítószer nélküli „utazás” történt velem. Ha valaki titokban beadott volna nekem egy adag LSD-t, akkor sem lehetett volna bizarrabb az élmény. Az egyik pillanatban még minden rendben volt, és a következőben iszonyatos erővel, lavinaként zúdultak a fejembe mindenféle radikálisan új gondolatok, mintha az agyam valami elviselhetetlenül nagy hangerőre állított vevőkészülékké változott volna. Nemcsak gondolatok jöttek át ezen a csatornán, hanem intenzív, lüktető érzések is. Be voltam kapcsolva, be voltam hangolva — nevezzük akárhogy —, *összekapcsolódtam* valamiféle hihetetlen energiaforrással. Arra sem maradt időm, hogy kiáltssak Robnak.

Mintha az anyagi világ hártypapír vékonyságú volna, és mögötte a valóság végtelen dimenziói rejlenének, engem pedig nagy reccsenéssel áthajítottak volna ezen a hártján. Testem az asztal mellett ült, kezem lázasan jegyezte az agyamon átvillanó szavakat, gondolatokat. Mégis mintha ugyanakkor valahol másutt is lettem volna — keresztülutaztam a tárgyakon. Belezuhanтам egy falevélbe, ahol egy új világegyetem nyílt meg előttem, aztán már ki is repültem belőle, és új perspektívák szippantottak be.

Úgy éreztem, mintha ez a tudás beépülne a testem sejtjeibe, hogy el ne felejtsem — *szervi* tudás volt, biológiai spiritualitás. Inkább érzés és tudás volt, mint intellektuális ismeret. Ugyanakkor eszembe jutott, hogy az éjjel álmot láttam, amelyben pontosan ilyen élményen mentem keresztül. Tudtam, hogy a két élmény összefügg egymással.

Amikor magamhoz tértem, éppen a címet írtam a különös jegyzetek fölé: *Az anyagi világ mint ideák konstrukciója*. Később a Seth-szövegekben kibontakoztak ezek a gondolatok, de ezt akkor még nem sejthettem. Seth később, az első ülések egyikén elmondta: ez volt az első kísérlete, hogy kapcsolatot teremtsen velem. Ha aznap este tudtam volna, hogy akkor kezdtem el Seth nevében szólni, biztosan holtra rémülök.

Így azonban fogalmam sem volt, hogy mi történt velem, annyit azonban már akkor éreztem, hogy váratlan fordulatot vett az életem. A „reveláció”, „kinyilatkoztatás” szó jutott eszembe; megpróbáltam elhessenteni, de a szó makacsul ott maradt. Egyszerűen féltem ettől a kifejezéstől a misztikus háttere miatt. Író lévén, az ihlet érzését ismertem már, de ez az élmény és a megszokott inspiráció annyira különbözött egymástól, mint egy madár a gilisztától!

A gondolat, hogy „befogadó” lettem, ugyanolyan megrendítő volt. Minden gondolatomat a feje tetejére állította. Még aznap reggel is — mint életem minden napján —, ha egy dologban bizonyos voltam, az az volt, hogy a fizikai valóság megbízható. Lehet, hogy időnként nincs ínyemre, de azért lehet rá számítani. Ha akarom, gondolkozhatom róla másképp, mint addig, de ez a valóságot nem befolyásolja. E perctől fogva nem voltam képes így gondolkodni.

Amíg az élmény tartott, tudtam, hogy mi alakítjuk a fizikai anyagot, nem megfordítva; hogy érzékeink csupán egyetlen háromdimenziós valóságot közvetítenek a számtalan közül, amelyeket normális körülmények között nem érzékelünk; hogy érzékeinkben csak addig bízhatunk meg, amíg nem teszünk fel olyan kérdéseket, amelyek túlmutatnak az érzékek szűk korlátain.

Sőt: addig azt sem tudtam például, hogy mindennek van tudata. Most hirtelen *megéreztem* azt a fantasztikus vitalitást, amely jelen van azokban a tárgyakban is,

amelyeket korábban élettelennek hittem. Az ablakpárkányból egy szög állt ki; egy pillanatra érzékelttem az anyagát alkotó atomok és molekulák tudatát.

Minden korábbi meggyőződéselem és a józan ész ellenére tudtam, hogy az idő nem egymást követő pillanatokból áll, nem olyan, mint a szárítókötélen lógó ruhacsi-peszek sorozata, hanem minden élmény, történés, tapasztalat valamiféle örökös *mostban* létezik. Mindezt villámsebesen jegyeztem le — ezt a kéziratot ma is őrzöm, és ha újraolvasom, mindmáig ugyanazt a revelációt, a felfedezésnek ugyanazt az izgalmát érzem.

Az alábbiakban ebből a szövegből idézek részleteket.

„Mindannyian elkülönült energiatömegek vagyunk, melyek az anyagi létben tárgyiasultak, hogy megtanuljanak energiából ideákat formálni, és ezeket anyagivá tenni (ez az ideák konstrukciója). Ideákat vetítünk rá a dolgokra, hogy kezelni tudjuk őket. De a dolog maga a tárgyiasult gondolat. Az ideának ez a fizikai megvalósulása teszi lehetővé, hogy különbséget tegyünk a gondolkodó „Én” és maga a gondolat között. Az ideakonstrukció tanítja meg az „Én”-nek, hogy mi is voltaképpen, azáltal, hogy a fizikai valóságban felmutatja, amit létrehozott. Más szóval: úgy tanulunk, hogy saját alkotásainkat szemléljük. Az ideák erejét és hatását azáltal tanuljuk meg, hogy fizikai valósággá alakítjuk őket; az alkotó energia használata során tanulunk felelősséget...”

„Az *entitás* az Én, az egyén alapvető létállapota: halhatatlan és nem anyagi. A többi entitással energiaszinten kommunikál, és szinte kimeríthetetlen energiatartalékok állnak rendelkezésére. Az „egyén” a teljes entitásnak az a része, amelyet fizikailag meg tudunk jeleníteni.”

„A szem vetíti és fókuszálja a belső képet (az ideát) az anyagi világra, ugyanúgy, ahogy a vetítógép vetít a vászonra. A száj hozza létre a szavakat. A fül hozza létre a hangokat. Ezt az elvet azért nehéz megérteni, mert megszoktuk, készpénznek vesszük, hogy a kép és a hang eleve létezik, érzékeink csupán tolmácsolják. Valójában az érzékek a teremtés csatornái, amelyeken keresztül az idea kivétel a tárgyi világba.”

„A lényeg a következő: az érzékek nem azért alakultak ki, hogy általuk tudomást szerezzünk a már eleve létező anyagi világról, hanem hogy megalkossák azt...”

Ezek a gondolatok csupán példák voltak abból, ami később következett. A kézirat végül vagy száz oldal terjedelmű lett, és szerepeltek benne régi fogalmak új meghatározásai. Például: „A *tudatalatti* a küszöb, amelyen keresztül az idea átlép a tudatba. Ez kapcsolja össze az entitást az egyénnel... A *fizikai test* az entitás önmagáról alkotott ideájának anyagi megjelenése... Az *ösztön* az ideakonstrukció legcsekélyebb képessége a fizikai túlélés érdekében... A *jelen* az a látszólagos pont, amelyben az idea fizikai anyaggá válik.”

Azt hiszem, ez az élmény és ez a kézirat *kiterjesztése, meghosszabbítása* volt azoknak a tudat alatti folyamatoknak, amelyek minden kreatív tevékenység háttérében meghúzódnak: a normális kreativitás hirtelen „felkapcsolt”, felpörgött egy szinte hihetetlen fokozatra. Aznap este annyi energia gyülemlt fel, hogy megváltoztatta a sorsomat és a férjemét is. Ezért az a meggyőződés, hogy az ilyen élmények pszichológiai szempontból rendkívül fontosak. Biztos vagyok benne, hogy ez az élmény hívta életre addig nem sejtett „pszichikai” képességeimet, és innen eredeztethető a Seth-szövegek keletkezése.

Úgy látszik, elérkeztem egy olyan pontra, amikor ezek a képességek megértek arra, hogy megnyilvánuljanak, és ez meg is történt. Mivel íróként már volt gyakorlatom, hát szavakban jelentkeztek, nem pedig, mondjuk, látomások formájában, hogy az élmény ne ijesszen meg túlságosan.

Azt is meg kell említenem, hogy szerintem a pszichikai képesség a mindannyiunkban meglévő kreatív tehetség kiterjedése vagy kitágulása, s mint ilyen, inkább normális, mint rendkívüli. Ennek ellenére, mint később kiviláglik, az a véleményem, hogy ezek a képességek személyiségünk egy aránylag kevésbé ismert részére jellemzőek. Ezért azt hiszem, hogy a „felkapcsolt” állapotban lévő, normális kreatív tehetség a valóság más dimenzióiba juttatja az embert.

Ez után az eset után a mindennapi élményeim is változni kezdtek. Hamarosan minden átmenet, minden ok nélkül elkezdtem emlékezni az álmaimra. Mintha egy második életet fedeztem volna fel. Ráadásul a következő két hónap alatt két igen élénk jóserejű álmom volt — tudomásom szerint életemben akkor először.

Azzal, hogy felébredt a kíváncsiságunk, keveset mondok. Egy újságárusnál föl-fedeztünk egy könyvet az ESP-ről. A címlapon a *Látnoki álmok* cím virított, nyomban meg is vettük. Ebben az időben egy regénytémával küszködtem; Rob javasolt valamit, ami fokozatosan eltávolított bennünket megszokott életünktől.

Az imént vásárolt papírkötésű könyv közöttünk hevert a kisasztalon, miközben beszélgettünk.

— Három regényvázlatom van, de egyik sem tetszik igazán — mondtam.

Rob fölvette a könyvet, és tréfásan megjegyezte: — Miért nem írsz egy „csináld magad” jellegű könyvet az ESP-ről?

— Szívem, te nem tudod, mit beszélsz. Fogalmam sincs az ESP-ről. Amellett az nem lenne szépirodalom. Soha életemben nem írtam mást, mint regényt, novellát és verset.

— Tudom — mondta Rob. — De érdekelnek az álmok, különösen az a két le-gutóbbi. És minek neveznéd azt az élményt a múlt hónapban? Ráadásul azok a könyvek, amiket olvastunk, mint csupa híres médiumról szólnak. Mi van az

átlagemberekkel? Mi van, ha mindenkinek van ilyen képessége? — Csak bámultam rá. Most már egészen komolyan beszélt. — Nem tudnál kidolgozni néhány kísérletet, és kipróbálni magadon? Legyél te a kísérleti nyúl.

Rob javaslata szöget ütött a fejembe. Nem megvetendő lehetőség: kutatni egy témát, amely éppen nagyon érdekel, és közben könyvet írni.

Már másnap hozzáfogtam. Egy hét alatt összeállítottam egy kísérletsorozatot, amely annak kiderítését célozta, hogy vajon az átlagembernek vannak-e érzékenyen túli képességei. Elkészítettem egy könyv vázlatát, és elküldtem a kiadómnak, de nem fűztem hozzá vérmes reményeket.

Némi meglepetésemre hamar válaszolt, még hozzá nagyon lelkes hangon. Három-négy mintafejezetet kért. Rob és én nagyon boldogok voltunk, de kissé rémültek is, amikor végignéztük a fejezetcímeket, melyeket a könyvhöz összeállítottam. „*Csináld magad szeánsz*”; „Telepátia: fantázia vagy valóság?”; „Hogyan használjuk az Ouija-táblát?”

— Hát akkor láss hozzá — nevetett Rob.

— Te meg az ötleteid — dohogtam. Ekkorra már kezdtem másként gondolkodni az egészeiről. Végére is soha életünkben nem voltunk médiumnál. Egyszer sem volt telepatikus élményünk, Ouija-táblát soha életünkben nem is láttunk. Másfelől vi-

szont, gondoltam, mi vesztenivalóm van? (Csak sokkal később jutott eszembe, hogy már a szépirodalommal is Rob tanácsára kezdtem foglalkozni.)

Így hát belevágtunk. Az Ouija-táblával kezdtük, mert a kísérletek közül ez látszott a legegyszerűbbnek. A házínénink őrzött a padláson egy táblát, azt kértük kölcsön. Amikor kipróbáltuk, az igazat megvallva az első néhány alkalommal mindketten eléggé zavarban voltunk. Én valahogy úgy álltam hozzá: „No, essünk túl rajta, hogy rátérhessünk az igazán érdekes témákra, mint a telepátia vagy a tisztánlátás.” Nem is csoda, hogy az első kísérleteink kudarcba fulladtak.

A harmadik próbálkozásnál az ábécé betűi fölött körben forgó kis mutató végre megmozdult ujjaink alatt. Egy bizonyos Frank Witherstől származó üzenetet betűzött ki (nem ez a valódi neve), aki Elmirában élt, és az 1940-es években halt meg.

Íme néhány példa. Rob tette fel a kérdéseket, a válaszokat a mutató betűzte ki.

— Mikor haltál meg?

1942

— Ismerted valamelyikünket?

NEM

— Nős voltál?

IGEN

— A feleséged él, vagy már meghalt?

MEGHALT

— Mi volt a keresztnéve?

URSULA

— Mi volt a családneve?

ALTERI

— Milyen származású voltál?

ANGOL

— Milyen származású volt a feleséged?

OLASZ

— Melyik évben születted?

1885

Meglepődünk, hogy a tábla működik a kedvünkért. Én azt gondoltam: milyen nevetséges, két felnőtt ember bámulja a mutatót, amint betűről betűre mozog a táblán; nem is nagyon vettük az egészet komolyan. Már csak azért sem, mert természetesen egyikünk sem hitt igazán a halál utáni életben — olyanban pedig végképp nem, ahonnan tudatosan kommunikálni lehet. Később megtudtuk, hogy egy ilyen nevű ember valóban élt Elmirában, és a negyvenes években halt meg — ez egy kissé meg-

hökkentett. De bennünket sokkal jobban érdekelt, hogy mitől mozog a mutató, mint az, hogy milyen üzenetet továbbít.

Amikor legközelebb, néhány nap múlva újra megpróbáltuk, Frank Withers elmondta, hogy egyik előző életében katona volt Törökországban, és határozottan állította (a tábla segítségével), hogy egy másik életében, egy Triev nevű dániai városban ismerte Robot és engem is. Dátumokat és helyneveket is megadott, de azt is hozzátette, hogy Triev már nem létezik.

Aztán, 1963. december nyolcadikán ismét leültünk a táblához, és azon tanakodtunk, vajon fog-e működni ezúttal, vagy sem. Este volt, a szobában kellemes meleg, az ablakon át láttuk, hogy odakint havazik. Egyszer csak a mutató olyan sebességgel kezdett mozogni, hogy követni is alig győztük.

Rob tette fel a kérdéseket, aztán vártunk, hogy leírja a válaszokat, amelyeket a mutató kibetűzött. Frank Withers a korábbi szeánszokon csak egyszerű, egykétszavas válaszokat adott. Most hosszabbak voltak a válaszok, és a jellegük is megváltozott. A szoba légköre is valahogy megváltozott.

— Üzensz valamit? — kérdezte Rob.

A TUDAT SOKSZIRMÚ VIRÁG — felelte a mutató.

Frank Withers a legelső üzenetektől kezdve hangoztatta, hogy a reinkarnáció valóság, ezért Rob föltekerte a kérdést: — Mit gondolsz a korábbi reinkarnációidról?

AZOK, AMI ÉN VAGYOK, DE ÉN TÖBB LESZEK. SZÓVICC: AZ EGÉSZ A FÉSZEK ÖSSZESSÉGE.

Ez volt az első eset, hogy a mutató teljes mondatokat betűzött ki. Nevettem.

— Most Jane tudatalattija beszél? — kérdezte Rob.

A TUDATALATTI: FOLYOSÓ. NEM MINDEGY, MELYIK AJTÓN LÉPSZ KERESZTÜL?

— Lehet, hogy a *te* tudatalattid — mondtam Robnak, de ő már mondta is a következő kérdést.

— Frank Withers, fordulhatunk hozzád a jövőben is a kérdéseinkkel?

IGEN. NEM SZERETEM, HA FRANK WITHERSNEK NEVEZNEK. AZ A SZEMÉLYISÉG MEGLEHETŐSEN SZÍNTELEN VOLT.

Összenéztünk Robbal: ez tiszta örület. És a mutató mind gyorsabban és gyorsabban mozgott. Rob várt, aztán megkérdezte: — Mit szeretnél, hogyan nevezzünk?

ISTEN SZÁMÁRA MINDEN NÉV AZ Ő NEVE — betűzte a mutató.

Nicsak, Withers már a vallást pedzegeti! Kelletlen arcot vágtam, és úgy tettem, mintha kibámulnék az ablakon.

— De mégis szükség van valamilyen névre, amin megszólíthatunk — mondta Rob.

HÍVHATTOK, AHOGY AKARTOK. ÉN SETHNEK NEVEZEM MAGAM. EZ ILLIK AZ ÉNEMHEZ, A SZEMÉLYHEZ, AMELY MEGKÖZELÍTI A TELJES ÉNT, AKI VAGYOK ILLETVE PRÓBÁLOK LENNI. JOSEPH A TE TELJES ÉNED, TÖBBÉ-KEVÉSBÉ EZ A KÉPE A MÚLTBELI ÉS JÖVŐBELI SZEMÉLYISÉGEID ÖSSZEGÉNEK.

Mindezt olyan gyorsan betűzte, hogy alig tudtuk ujjunkat rajta tartani a mutatón. Önkéntelenül közelebb hajoltam. Bizsergést éreztem a tarkómon. Mi folyik itt?

— Mondanál erről többet? — kérdezte Rob. — Ha engem Josephnek nevezel, minek hívod Jane-t?

RUBURT.

Megint összenéztünk. Elfintorodtam. — Megmagyaráznád ezt egy kicsit? — szólalt meg Rob.

MIT MAGYARÁZZAK? — így a mutató.

— Hát, ez nekünk olyan különös névnek tűnik. Azt hiszem, Jane-nek sem tetszik.

KÜLÖNÖS A KÜLÖNÖSNEK.

Csend lett. Nem tudtuk, mit kérdezzünk, hogyan folytassuk. Aztán Rob föltett még egy kérdést: — Meg tudnád mondani, miért fáj a hátam az év elején?

AZ EGYES CSIGOLYA NEM TOVÁBBÍTOTTA AZ ÉLETERŐT A SZERVEZETBEN. MŰKÖDÉSÉT AZ IDEGEKET BÁNTÓ FÉLELMEK KORLÁTOZTÁK. A LÉLEK KITÁGULÁSA A FIZIKAI SZERVEK KITÁGULÁSÁT EREDMÉNYEZI, ENYHÍTI A NYOMÁST.

*

Ez csupán néhány szemelvény az első Seth-ülés szövegéből. (Rob háta néhány héttel később ismét rakoncátlankodni kezdett; elment egy csontkovácshoz, aki megállapította, hogy kicsúszott az első csigolyája.) Az ülés éjfél utánig tartott, utána megbeszéltük Robbal.

— Lehet, hogy ez *mindkettőnk* tudatalattijának a része, de akkor sem értem — mondtam.

— Lehet — felelte Rob, aztán somolyogva hozzátette: — Az is lehet, hogy *tényleg* „valaki”, aki túlélte a halálát.

— Jaj, drágám — mondtam viszolyogva. — Különben is, mi volna ezzel a célja? Ha léteznek szellemek, biztos van jobb dolguk is, mint hogy az Ouija-tábla mutatóját abajgassák.

— Hogy mondod, Ruburt? — kérdezte Rob. Legszívesebben jól fejbe vágtam volna.

Sethnek valóban volt célja: átadni azt az anyagot, amelyet immár ötödik éve hetenként kétszer óramű pontossággal szállít. De ezt akkor még nem tudtuk. Jóllehet már negyedszer kísérleteztünk az Ouija-táblával, a Seth-ülések közül ez volt a legelső.

A következő kettő eléggé hasonlított ehhez, de volt benne egy szokatlan elem: kezdtem előre megsejteni a tábla válaszait. Ez végtelenül zavart és nyugtalanított. És a következő, negyedik Seth-ülésen egyre gyorsabban és gyorsabban hallottam a fejemben a szavakat, nemcsak mondatokat, hanem egész bekezdéseket, még mielőtt a tábla kibetűzte volna.



A következő ülés úgy kezdődött, mint a többi. Délutánonként egy művészeti galériában dolgoztam; miután elmosogattam, és Rob is végzett aznapra a festéssel, elővettük a táblát.

— Miért vannak Jane-nek fenntartásai a veled való kapcsolattal szemben? — kérdezte Rob. — Érzem rajta, hogy nem túl lelkes.

AZ ZAVARJA, HOGY ELŐBB MEGKAPJA AZ ÜZENETEIMET, MINT AHOGY A TÁBLA KIBETŰZI. ETTŐL TE IS ÓVATOS VOLNÁL.

— De miért ad ez okot aggodalomra? — kérdezte Rob, akkor úgy gondoltam, mesterien színlelt ártatlansággal.

EZ NYUGTALANÍTÓBB.

— De miért? — firtatta Rob.

A TÁBLA SEMLEGES. AZ ÜZENET A FEJBEN NEM AZ.

Időközben egy barátunknak, Bill Macdonellnek elmeséltük, mivel foglalkozunk. Bill cserében elmesélte, hogy néhány évvel azelőtt, még művészeti főiskolás korában látomása volt. Addig sohasem beszélt ilyesmiről. Most Rob fölvetette a kérdést: mit látott Bill annak idején?

SAJÁT ENTITÁSÁNAK EGY TÖREDÉKÉT. EGY MÚLTBELI SZEMÉLYISÉGET, AMELY EGY PILLANATRA FÜGGETLENNÉ VÁLT A LÁTHATÓ SÍKON. ILYEN HIBA ELŐFORDUL NÉHA.

— A látomásnak volt tudomása Bill jelenlétéről?

Alig hallottam, hogy Rob fölteszi a kérdést. Az egész ülés alatt előre hallottam a szavakat a fejemben, és erős késztetést éreztem, hogy kimondjam őket. A késztetés mind erősebb lett, és én egyre elszántabban igyekeztem leküzdeni. De közben rettentően kíváncsi voltam. Végül is mi baj lehet? Nem tudtam — és ez csak fokozta a kíváncsiságot.

A mutató betűzni kezdte a választ Rob kérdésére.

VALAHOL MÉLYEN MINDEN ENTITÁSBAN MEGVAN AZ ÖSSZES SZEMÉLYISÉGE, MINDEGYIK A SAJÁT, EGYÉNI TUDATÁVAL...

A mutató megállt. Úgy éreztem, mintha egy magas trambulín szélén állnék, és megpróbálnám rávenni magam, hogy leugorjam, miközben mögöttem mindenféle emberek sora várakozik türelmetlenül. Igazából a szavak lökdöstek — mintha sürgős lett volna nekik átrohanni az agyamon. Őrült érzés volt: összezsúfolódtak az agyamban, kupacokban álltak az igék és főnevek, és azzal fenyegettek, hogy mindent eltörölnak, ha ki nem mondom őket. Anélkül, hogy igazán tudtam volna, hogyan és miért, kinyitottam a számat, és kieresztettem őket. Először szólaltam meg Seth szavaival; folytattam a mondatot, amelyet a tábla egy pillanattal előbb félbehagyott.

— Amikor Bill meglátta a képet, és tudatára ébredt a jelenlétének, maga a töredék is mintha álmodt látott volna. Az entitás, ti így mondanátok, tudat alatt működteti töredékeit, tehát tudatos irányítás nélkül. Az entitás független életet ad a töredéknek, és utána többé-kevésbé elfelejti. Amikor egy pillanatnyi hiba adódik az irányításban, szembetalálkozhatnak egymással. Az entitás éppúgy nem képes irányítani a töredék-személyiségeket, ahogyan a tudat nem képes irányítani a szívverést.

Hirtelen elfogytak a szavak. Bámultam Robot.

— Hallottad magadat? — kérdezte.

Óriási zavarban bólintottam. — Halványan. Mintha a fejemben egy rádió valami más műsort fogott volna. — Elhallgattam, és ujjamat visszatettem a mutatóra. Úgy gondoltam, egy estére elég ennyi az ilyen fajta szózatból — vagy mi is volt ez.

— Seth, visszaigazolnád az üzenetet, amelyet Jane vett az imént? — kérdezte Rob.

IGEN. MOST JOBBAN ÉREZHETI MAGÁT.

Kissé megnyugodtam — az üzeneteket ismét a mutató vette át. De Rob újabb kérdést tett fel.

— Ezek szerint lehetséges, hogy az ember megy az utcán, és önmaga töredékével találkozik?

A mutató elkezdte a választ.

PERSZE. MEGPRÓBÁLOK KITALÁLNI EGY HASONLATOT, HOGY VILÁGOSABB LEGYEN. PÉLDÁUL A GONDOLATOK IS TÖREDÉKEK, CSAK EGY MÁSIK SÍKON...

A szavak megint rohantak az agyamban, miközben a mutató lassan, módszerezen járt betűről betűre. Iszonyú türelmetlenségre emlékszem, aztán magam fejeztem be fennhangon a mondatot. — Le kell fordítani őket az anyagi valóság nyelvére. Másfajta töredékek, a személyiségtöredékek viszont függetlenül működnek, bár az entitás felügyelete alatt.

A szavak megint abbamaradtak. Most már elhatároztam: még egyszer ez nem történhet meg, amíg időm nem lesz átgondolni a dolgot, és ezt meg is mondtam Robnak. Megegyeztünk, hogy azért a táblával még ellenőrizzük az elhangzottakat.

— Helyes volt Jane válasza, Seth? — kérdezte Rob.

IGEN — felelte a tábla —, ÉLVEZI, HOGY NEM KELL KIVÁRNIA, AMÍG A TÁBLA KIBETŰZI A VÁLASZT.

— Örvendek, hogy valakinek ez a véleménye — mondtam Robnak. Most, hogy a feladatot ismét a tábla látta el, biztonságban éreztem magam, és újból elővett a kíváncsiság. Javasoltam Robnak: kérdezze meg, hogy nem volna-e elég egyikünk a mutató működtetéséhez, és a mutató azt felelte, hogy próbáljuk meg. Rob a két kezét rátette a mutatóra, és föltett egy kérdést, de alig volt valami mozgás.

Ekkor mindketten visszatettük a kezünket. — Erről mi a véleményed, Seth? — kérdezte Rob.

NEM TÚL JÓ. LEHET, HOGY SZÁMODRA A KAPCSOLAT BELSŐ VIZUÁLIS ADATOKAT FOG TARTALMAZNI. JANE VALÓSZÍNŰLEG KÉPES KÖZVETLENÜL FOGADNI ENGEM. DE A KAPCSOLAT SENKIVEL SEM LEHETSÉGES ÁLLANDÓAN. EZ TITEKET JOBBAN FOG ZAVARNI, MINT ENGEM.

— Ejha — mondta Rob. Nevettünk, és itt véget vetettünk az ülésnek.

Nem tudom, mit szólt volna Rob, ha tudja, mit mondott Seth azzal, hogy „belső vizuális adatok”. Most, ahogy ezt írom, eszembe jut, mennyire meglepődött, amikor az első, rendkívül élénk látomásai megjelentek. Ezeket később mondom el. Aznap este természetesen a megszólalásom élménye foglalkoztatott bennünket. Ha tudtam volna, hogy a következő ülésen ez mivé fokozódik, talán idegroncs lett volna belőlem.

A következő hónap olyan döbbenetes élményeket tartogatott számunkra, hogy kis híján véget vetettünk az egésznek. Közben mégis nagyon könnyűnek, derűsnek éreztük magunkat. Ha ez a valóság tényleg többet rejteget, mint sejtettük, akkor azt mi fel akartuk deríteni. És még mindig a felderítésnél tartunk, mert az üléseken még ma is új elemek bukkannak fel. A Seth-szövegek folytatódnak, és mi számtalan kérdésre várunk még feleletet.

Seth december nyolcadikán bemutatkozott. Tizenötödikén szólaltam meg először a nevében. És nemsokára, miután teljesen megszabadult az Ouija-táblától, személye szabadabban érvényesülhetett. Izgalmas volt végigkövetni ezt a folyamatot. A korai üléseket ezért egy kicsit bővebben ismertetem, hogy az olvasó úgy ismerkedjék meg a szöveggel, ahogyan azt Seth átadta, és tanúja legyen, ahogy Seth önálló személyként kibontakozik.

2.

**A YORK BEACH-I KÉPMÁSOK -
„TÖREDÉK” SZEMÉLYISÉGEK**

A következő ülés előtt izgatott, szinte lámpalázias voltam. Különösen nehéz napom volt a galériában, és Rob is fáradtnak érezte magát. De Rob elég hamar magához tért, mert több, mint két órán keresztül Sethként beszéltem. Ez az ülés más okból is megdöbbentő volt — maga az információ ugyanolyan meglepő, mint ahogyan elmondtam.

Szinte azonnal meghallottam a szavakat a fejemben, de ragaszkodtam hozzá, hogy a táblával kezdjük. Mielőtt megszólalhattunk volna, megmozdult a mutató. IGEN. JÓ ESTÉT.

Rob ásított egyet, mire a mutató kibetűzte: REMÉLEM, NEM A TÁRSASÁGOM UNTAT.

Rob nevetett, aztán kérdezett. — Seth, a virágok és a fák is töredékek?

A mutató elindult. BIZONYOS ÉRTELEMBEN MINDENT LEHET TÖREDÉKNEK NEVEZNI... de a szavak megint feltorlódtak a fejemben, és miután

az első pár mondat kibontakozott a táblán, úgy éreztem, mintha fejest ugranék az ismeretlenbe. Ismét Sethként kezdtem beszélni. — De többféle fajta létezik. A személyiségtöredékek abban különböznek a többitől, hogy hatásukra a többi töredék képes önmagát átalakítani...

Rob azt mondja: olyan voltam, mintha valami láthatatlan kéziratot olvasnék fel. A szemem tágra nyílt.

Ekkor még nem voltam hajlandó lehunyni a szemem, és leülni sem. Bármilyen történjék, talpon akartam maradni, hogy ha megijednék, azonnal kiszaladhassak a szobából.

Ha meggondolom, elég nevetséges lehettem. Miközben Seth beszélt belőlem, szakadatlanul fel-alá jártam a szobában, de ennek sem voltam tudatában. Rob olyan gyorsan jegyzetelt, ahogy csak bírt. Gyorsírnival nem tudott, mindent hagyományos kézírással írt le, és másnap legépelte. Elég hamar kidolgozott aztán egy saját használatú jel- és rövidítés-rendszert.

— A jelenbeli egyént minden életében a saját teljes entitása töredékének lehet tekinteni, mert megvan benne az eredeti entitás minden tulajdonsága, bár ezek rejtve maradnak, nem nyilvánulnak meg. A kép, amelyet a barátod látott, a saját személyiségtöredéke volt. Megvolt benne a barátod minden tulajdonsága; hogy rejtve-e, azt nem tudom. A személyiségtöredékeknek ez a fajtája más eredetű, mint maga a barát-

to, aki saját entitásának töredéke. Ennek a fajtának hasadt személyiségtöredék vagy személyiségkép-töredék a neve. Általában nem tud működni a ti fizikai síkok valamennyi szintjén.

— Az egyén átküldhet egy személyiségkép-töredéket egy másik létezési szintre, akár úgy is, hogy nincs is róla tudomása. Ezen a másik szinten értékes információhoz juthat, aztán visszatérhet. Olykor az egyén nem képes feldolgozni ezt az információt, vagy arra nem képes, hogy felismerje saját visszatérő személyiségképét. A töredék, amelyet a barátod látott, ilyen fajtájú volt, de annyira elszakadt a barátodtól, és ő oly öntudatlanul küldte útjára, hogy információja talán egyenesen az entitáshoz került, akit a barátod megismerésit...

Rob később elmesélte, hogy rengeteg kérdés támadt föl benne, de nem akart közbeszólni, és a keze máris fáradt volt a jegyzeteléstől. Én egész idő alatt fel-alá járkáltam a szobában, félig nyitott szemmel, és pillanatnyi megtorpanás nélkül mondtam a monológomat.

— Az egyén tudatának fokozott koncentrációja az evolúció iránya. Akkor ezek a hasadt személyiségtöredékeket vagy képeket mind figyelemmel lehet követni, anélkül, hogy a jelenbeli Én megzavarodna. Most az látja el a feladatot, amit ti tudatalatinak neveztek; nem is valami jól látja el, hiszen nem arra való, hogy a tiszta figyelmet összpontosítsa. A tudat ki fog terjedni a ti síkokon. Határai annyira kitá-

gulnak, hogy minden személyiségtöredéket, személyiségkép-töredéket és az egymást követő inkarnációk egyes töredégeit mind könnyűszerrel figyelemmel tudjátok majd kísérni. Efelé tart a fejlődés evolúció, persze a maga csacsilassú módján.

Este kilenctől mondtam ezt a szöveget, míg végül Robnak tíz előtt tíz perccel görcsöt kapott a keze. Itt csak részleteket közöltem az elhangzottakból. Mindketten elképedtünk attól, hogy milyen sokáig beszéltem, és ilyen bonyolult mondatokat mondtam mindennemű helyesbítés vagy tétovázás nélkül. Aztán, tíz perccel később, a pihenő alatt Rob elmondta: fel fogja tenni a kérdést, hogy mi találkoztunk-e már ilyen „személyiségkép-töredékkel”. A szavak azonnal ismét megindultak a fejemben; diktálni kezdtem. Miközben beszéltem, fogalmam sem volt a szavak értelméről, így csak a következő pihenőnél tudtam meg, mit válaszolt Seth. A következő részlet az, amelyet később mindketten oly nyugtalanítónak találtunk.

— Az a férfi és a nő a York Beach-i táncklubban... Ők önmagatok töredékei voltak; saját jelenlegi Énetek negatív, agresszív érzelmeinek kivetült materializációi... A képeket saját felhalmozódott romboló energiáitok hozták létre. Tudatosan ugyan nem ismertétek fel őket, de tudattalanul nagyon is ismerősek voltak. Tudattalanul megláttátok önmagatok destruktív hajlamainak képét, és maguk ezek a képek indítottak arra, hogy leküzdjétek őket.

Robnak azonnal eszébe jutott az epizód, amelyet Seth említett. Ma sem értem, hogyan volt képes nyugodtan ülni és tovább jegyzetelni.

1963 vége felé, néhány hónappal az ülések kezdete előtt a Maine állambeli York Beachbe mentünk vakációra. Azt reméltük, hogy a környezetváltozás jól tesz majd Rob egészségének. Az orvos nem tudta megállapítani, mi a baja a hátának, és azt javasolta, hogy egy időre feküdjön be a kórházba, ahol nyújtának a gerincét. Mi viszont úgy okoskodtunk, hogy a panaszokért legalábbis részben a stressz felelős, ezért inkább elutaztunk.

A szóban forgó estén jó hangulatot keresve elmentünk egy éjszakai klubba. Rob szakadatlan fájdalommal kínlódott, és bár nem panaszkodott, nem tudta eltitkolni a hirtelen rátörő görcsöket. Aztán észrevettem egy idősebb párt, akik a terem túlsó végében ültek. Igazán megrémített, milyen kísértetiesen hasonlítanak Robra és énrám. Mi is ilyenek volnánk: fölényesek, keserűek — csak fiatalabbak? Nem tudtam a szemem levenni róluk, végül Robnak is megmutattam őket.

Rob odanézett, és felnyögött a hirtelen fájdalomtól. És akkor olyasmi történt, amit egyikünk sem volt képes megmagyarázni. Legnagyobb megdöbbenésemre Rob felállt, megragadta a karomat, és táncolni hívott. Egy pillanattal azelőtt járni is alig volt képes.

Csak bámultam rá. Házasságunk nyolc éve alatt egyszer sem táncoltunk így együtt, és a zenekar twistet játszott; ezt a táncot akkor egyikünk sem ismerte. De Rob egyszerűen nem tűrt ellentmondást. Félttem, hogy bohócot csinálok magamból, de Rob kivonszolt magával a táncparkettre. Áttáncoltuk az éjszakát, és Rob egészsége attól kezdve rohamosan javult. Mintha abban a percben tért volna vissza az életkedve.

Most Seth azt mondta: — Visszatekintve megállapíthatjátok, hogy az esetnek gyógyító hatása volt. De ha tudat alatt elfogadtátok volna azokat a képeket, abból súlyos hanyatlás következett volna személyes és alkotói síkon egyaránt. Ismétlem, azok a képek azt jelezték, hogy destruktív energiáitok kritikus tömegben halmozódtak fel. Az a tény, hogy a képek önmagatok képei voltak, azt jelzi, hogy a destruktív energiák befelé irányultak, annak ellenére, hogy anyagi formában testesültek meg.

— Táncotok volt az első távolodó lépés attól, amit azok a képek jelentettek, és az adott körülmények között a heves mozgás volt a legjobb, amit tenni lehetett... különben egy észrevétlen átalakulás mehetett volna végbe, amelynek során te és Jane átdadtátok volna személyiségetek nagy részét azoknak a képeknek, amelyeket magatok alkottatok... és az ő szemükkel néztetek volna önmagatokra a terem túlsó végéből. Ebben az esetben ma már nem a jelenlegi domináns személyiségetek volna a domináns.

A következő pihenőnél Rob elmesélte, mint mondott Seth a képekről. Akkor még egyikünk sem hallott soha a gondolatformákról, és az egész dolgot nagyon hihetetlennek éreztem. De mégis, gondoltam, a pszichológusok beszélnek kivetítésről, áttételezésről, amellyel félelmeinket egy másik személyre vagy tárgyra vetítjük, és úgy reagálunk rá.

— Lehet, hogy Seth jelképes teremtésről beszélt? — kérdeztem. De a szavak ismét torlódni kezdtek, és hamar nyilvánvalóvá vált, hogy Seth a szó szoros értelmében vett materializációról beszélt.

— Ki hagyta el előbb a helyiséget, Jane és én, vagy a képmások? — kérdezte Rob.

Ismét Seth szólalt meg általam. — A kivetített képek eltűntek. Felálltak, átmentek a termen, és eltűntek a tömegben. Nem volt hatalmuk elhagyni a helyet, ahol létre jöttek — ezt a hatalmat csak töletek kaphatták volna. Ne feledjétek, hogy valóban léteztek... Ugyanebből az okból a győzelmetek megerősítette jelenlegi Énetek egészséges vonásait.

Későre járt már, de Seth nem fáradt el. Kevéssel éjfél előtt Rob meg én ismét pihenőt tartottunk, aztán úgy döntöttünk, hogy befejezzük az ülést. (Ami azt illeti, maga Seth javasolta, hogy körülbelül félóránként tartsunk öt-tíz perces szünetet.) Rob meg én a világon semmit sem tudtunk kezdeni ezzel az üléssel. Kezdve azon, hogy

még soha életemben nem beszéltem ennyit egyfolytában, és folytatva azzal, hogy nem tudtuk, mit gondoljuk arról, ami elhangzott.

Ösztönösen érthetőnek éreztük Seth magyarázatát a York Beach-i esetről. Kétségkívül valami fontos dolog történt aznap este, de valóban rejtett félelmeink fizikai képmásait tárgyiasítottuk volna? És vajon gyakran teszik ezt az emberek? Mert ha igen, akkor ebből hátborzongató következtetések vonhatók le. Vagy esetleg ez a magyarázat pszichológiai és jelképi értelemben érvényes, de *gyakorlatilag* tömény értelmetlenség?

Folytassuk az üléseket? Én kissé jobban vonakodtam, mint Rob, hiszen a dolog engem érintett közvetlenebbül, de arra is gondoltam: micsoda lehetőség! Muszáj még legalább néhány ülést tartanunk, hogy lássuk, mi bontakozik ki ebből. Rob fel akart tenni még egy pár kérdést a személyiségtöredékekkel kapcsolatban. Mit akart Seth azzal mondani, hogy átváltozhattunk volna ezekké a képmásokká? Rob felírta a kérdéseket, hogy el ne felejtse, és két nap múlva este ismét leültünk a tábla elé. Ekkor természetesen még egyik ülés alkalmával sem volt fogalmunk arról, hogy nem ez volt-e az utolsó, függetlenül a mi tudatos elhatározásunktól. Amennyit tudtunk a dologról, attól Seth ugyanúgy eltűnhetett volna mindörökre, mint Frank Withers. Rob a keze ügyében tartotta a kérdéseket, hogy amíg van lehetőség, megkaphassuk a válaszokat.

A következő ülésen többet beszéltem Sethként, mint korábban. Seth részletesen elmesélte két korábbi életünket, és elkezdte Rob családjának reinkarnációs történetét. Az anyagban néhány kitűnő pszichológiai meglátás volt; amikor ezeket később a gyakorlatban felhasználtuk, azt vettük észre, hogy rokonainkkal sokkal jobb lett a kapcsolatunk, mint azelőtt. De a reinkarnáció állandó emlegetését nagyon rosszul viseltem. — A pszichológiai megfigyelések kitűnőek — mondtam Robnak az egyik szünetben. — De a reinkarnációról szóló rész merő képzelgés. Kellemes, érdekes, de fantázia.

— Nem kell ezt ma este végleg eldöntened, vagy igen? — érvelt Rob. — Minek ez a sietség? Lássuk, mi mást tud még mondani. Azonkívül ma este többet tudtam meg a családomról, mint eddig egész életemben. Azért ez is ér valamit.

Aztán, amikor folytattuk az ülést, Rob fölvette azt a kérdést, amely azóta foglalkoztatott bennünket, amióta Seth először szóba hozta a York Beach-i képmásokat. — Ha Jane meg én tudat alatt elfogadtuk volna a ezeket a képmásokat, képesek lettünk volna utána hazatérni ide, ahol ismernek bennünket? Hiszen a képmások idősebbek voltak, mint mi.

A szavak azonnal zúdulni kezdtek a fejembe, és ki a számon. Én kikapcsoltam, Seth bekapcsolt. — A képmások a negatív tendenciák közepette, sok év alatt felhalmozódott tapasztalatok jeleit hordozták magukon. Ha elfogadtátok volna, végül

ugyanúgy néztetek volna ki, mert átléptetek volna azokba a képmásokba. Igaz, a ti kreativitásotok és alkotókészségetek egy kicsit meglágyította volna az arcukat. A barátaitok felismertek volna, de észrevették volna a változást. Olyan megjegyzések érnének, hogy megváltoztatok — és persze teljes joggal.

— Volt korábban valamelyikünknek hasonló élménye? — kérdezte Rob.

— Egy délután egy kis parkban, amikor tizenegy éves voltál. Azt hitted, egyedül vagy. Öt óra felé járt, szeptember tizenhetedike volt, és aznap nem volt tanítás az iskolában. Megjelent egy másik fiú. Nem láttad közeledni, de arra gondoltál, hogy biztosan a zenepavilon melletti sétányon jöhetett oda. Valami volt a kezében. Egy-másra néztetek, és már majdnem megszólítottátok egymást, amikor a közeli fára fel-szaladt egy mókus.

— Odanéztél, és mire visszafordítottad a fejed, a fiú már nem volt ott. Egy ideig csodálkoztál, aztán elfelejtetted az egészet. Ami azt illeti, a bátyád, Loren éppen az utca túloldalán volt, apátok boltjában, és a kirakatüvegen át éppen arra nézett, de ő nem látott semmit.

— És az a fiú valóságos volt? — kérdezte Rob.

— Saját személyiségtöredéked volt. Játsszótárs után vágyakoztál, és féltékeny voltál, miért marad a bátyád oly sokáig apátoknál. Anélkül, hogy tudtál volna róla,

materializáltál egy személyiségtöredéket játszótársnak. Akkor nem tudhattad, mi történt, és nem voltál képes álladóságot adni a képmásnak.

— Néha a személy megdöbbeneti önmagát az ilyen képmásteremtéssel. Ez a jelenség általában meg is szűnik, amikor az egyén eléri a felnőttkort. De gyermekkorban gyakoriak az ilyen esetek. Amikor a gyerek felsír, mert látta a mumust, valójában kép- vagy rezgéskivetülést látott, amelyet a tudatalattiban élő eleven vágy hozott létre.

— Imádom, ahogy mindent a tudat alatti motivációkhoz kapcsol — mondtam később.

Rob somolygott az orra alatt. — Jobban szeretnéd, ha nem tenné?

— De hát ez a reinkarnáció... Meg hogy a gyerekek személyiségtöredékeket alkotnak maguknak játszótársul... — A homlokom ráncba szaladt. — De azért állati érdekes. És gondolj bele, mi van, ha mindez igaz!

— Gondolj azokra az ismerőseinkre, akik hirtelen megváltoztak, valahogy megmagyarázhatatlanul mások lettek, mint azelőtt — mondta Rob. — Ha Sethnek igaza van, akkor azonosultak azzal a destruktív képmással, amelyet önmagukról őriztek.

Kényelmetlenül éreztem magam, megborzongtam. — De ugye nem mindig destruktív? Ez végbemehet a másik irányba is, nem?

— Aggódsz? — ugratott Rob.

— Egyáltalán nem — mondtam fölényesen, de lelki szemeimmel még mindig láttam annak a párnak az arcát, és sok kérdés lebegett még a levegőben. Néhányra a későbbi üléseken választ kaptunk; az itt következő, különösen érdekes magyarázat vagy három évvel későbből való.

— Ami a York Beach-i képmásokat illeti: itt destruktív és agresszív energiák vetültek ki tudattalanul; ál-valóságosságot és időleges anyagi érvényességet kaptak. Az ilyen teremtés számára a mintát és a nyomatékot az érzelmi töltés adja. A megalkotója saját anyagi teste vegyi szerkezetéből helyez át vagy továbbít bizonyos mennyiséget, a képmás valóságosságához mérten. A folyamatban fehérje vesz részt, és magas szénhidrát-veszteség tapasztalható.

— Ahogy a test fehérjéi és egyéb vegyi anyagai felhasználhatók különféle képmások megalkotására, ugyanúgy felhasználhatók fekélyek vagy golyva előállítására és a testen belüli egyéb változások létrehozására is. Itt bizonyos érzelmeket az egyén megtagad, elvet magától. Nem akarja ezeket az Én részeként elfogadni. Ahelyett, hogy kivetítené őket, mint ti azokat a York Beach-i képmásokat, inkább a test egy meghatározott részébe irányítja, más esetekben ellenőrzés nélkül, szabadon hagyja vándorolni a test fizikai rendszerében, amolyan kóbor bajkeverőként.

Amikor Seth ezt az információt átadta nekünk, már volt alapunk ahhoz, hogy megértsük. Seth mindig is hangoztatta, hogy a betegség gyakran megtagadott vagy elfojtott érzelmek eredménye. A psziché úgy próbál meg megszabadulni tőlük, hogy kivetíti őket a test egy meghatározott területére; a fekélyek esetében az eltérített energiát magának a fekélynek a létrehozására fordítja. Ha az Énnek igazán nagy területei vannak legátolva, kialakulhat egy másodlagos személy, az árnyékszemélyiség, amelynek középpontjában az elsődleges Én által megtagadott vagy elutasított tulajdonságok állnak, s amely rendszerint szemben áll az elsődleges Énnel, a személyiséggel. Más esetekben a legátolt érzelmek más személyekbe vetülnek ki, vagy pedig, mint a York Beach-i képmások esetében, a nagyon erős töltésű, visszafojtott energia pszeudo-valóságos alakot is ölthet, amely felmutatja a személyiség előtt félelmeinek anyagivá vált képmását.

De akkor mindez még új volt számunkra. Amennyit én tudtam, annak alapján maga Seth is másodlagos személyiség volt; ezen a ponton akár fel is hagyhattunk volna a szeánszokkal. Érdekesnek találtuk ugyan, de nem voltunk meggyőződve afelől, hogy Seth valóban olyasvalaki, aki túlélte a halált. Sokkal valószínűbb, gondoltuk, hogy a saját tudatalattim egy rendkívül eleven része. Mostanra már olvastunk eleget ahhoz, hogy a másodlagos személyiség kérdése némi aggodalmat jelentsen. Az

anyagban viszont nem volt nyoma túlzott érzelmi töltetnek: sehol semmi elfojtott gyűlölet, előítélet vagy vágy. Seth egyikőnktől sem követelt soha semmit.

Közben elkövetkeztek a karácsonyi ünnepek. Két hétig nem tartottunk üléseket. Mindketten azon tanakodtunk, mi fog történni, ha — és amennyiben — folytatjuk. A következő epizód azonban annyira felbolygatta hagyományos elveinket, hogy majd-nem abbahagytuk az egészet. Persze nem tettük, de az akkor adott reakcióink évekig befolyásolták még tevékenységünket, és nagy hatásuk volt arra, hogy milyen irányban fejlesszem paranormális képességeimet.

3.

SETH A SZEÁNSZON — ÚJ UJJAK

A könyvemhez szükséges kísérletek sorában egy szeánsz következett. Csupán halvány sejtéseink voltak arról, mi is a szeánsz, egyikünk sem vett részt soha ilyenén. De arra gondoltunk, hogy kettőnél több résztvevőre van szükség, ezért úgy döntöttünk, hogy elhívjuk Bill Macdonellt; ő volt ugyanis az egyetlen, aki tudott a kísérleteinkről. Bill 1964. január 2-án beugrott hozzánk, és én megragadtam az alkalmat: azt javasoltam, hogy most mindjárt próbáljuk is meg.

Az eredmény annyira meglepő volt, hogy ezúttal nem is fogalmazom át Rob jegyzeteit — úgy másolom ide őket, ahogyan ő papírra vetette. Mindenekelőtt Rob objektívebb megfigyelő volt, mint én. Már a szöveg stílusa jelzi óvatos, kritikus hozzáállását. Bill Macdonell is elolvasta a jegyzeteket, és egyetértett velük.

A nappaliban ültünk le egy kis asztal mellé. Az asztalt sötét anyaggal terítettük le. A konyha a nappaliból nyílik, így mindkét helyiségben lezártuk a redőnyöket, és elhúztuk a függönyt.

Nem tudtuk, hogyan kezdjük el a szeánszt, ezért bekapcsoltunk egy piros fényű, elektromos karácsonyfagyertyát. A falaink fehérek, így miután a szemünk hozzászokott a homályhoz, egészen jól láttunk.

Megkértem Jane-t, hogy tegye az asztalra a jegygyűrűjét. Mindhárman eköré tettük kezünket az asztalra. Némán ültünk a félhomályban, és a gyűrűt bámultuk. Az jutott eszembe: a felületes megfigyelő itt tényleg azt láthat, amit csak akar.

A gyűrű peremén kis fénypont jelent meg, de amikor a karomat mozgattam, a fény pislogott. Egyszerűen csak a gyertya visszfénye volt, így áthelyeztem a gyertyát a függöny mögé, hogy szétszóródjék a fénye. Utána ismét a gyűrűre meredtünk, és semmi sem történt. Kérdéseket tettem fel taláломra, de egyiket sem intéztem Sethhez.

Aztán Jane tiszta, erős hangon megszólalt: — Nézzétek a kezet! — Ez parancsnak hangzott, és én tudtam, hogy Seth jelen van. Jane azt érezte, hogy a keze egyre hidegebb. Seth hallható élvezettel, Jane hangján részletesen elemezte a következőket — mint mondta, azért, hogy ne maradjon kétség afelől, mi történik.

Azzal kezdte, hogy nézzük Jane hüvelykujját. Az ujj hegye fényleni kezdett, mintha belülről hideg, fehér fény itatta volna át. A fény nem sugár-

zott, csupán magának az ujjnak a színe változott meg. Mivel a kéz árnyékban volt, a változást nem lehetett nem észrevenni.

A fény végigterjedt az egész ujjon, míg elérte a tenyér pereménél a kis dombot. — Nézzétek a dombot — mondta Seth nem csekély elégedettséggel. — Látjátok, hogy megváltozik a színe, és eltűnnek róla az árnyékok? Ha bemutatót akartok, hát tessék, bár eléggé bárgyú... Most pedig a csukló. Látjátok, hogy megvastagodik, és elfehéredik?

Jane csuklója valóban megvastagodott. Bal keze fejét az asztal lapján nyugtatta. Fekete pulóver volt rajta, az ujjá félig felhúzva, és a fehér fény felfelé haladt a duzzadó csukló után az alkarján is, egészen a pulóver ujjának széléig.

Ezután a keze kezdte megváltoztatni természetes arányait. Ezt látva az a kísérteties érzésem támadt, hogy egy állat mellső mancsát látom. Jane hosszú, kecses ujjai tömzsi nyúlványokká zsugorodtak, legalábbis így látszott. A fény átítatta a tenyerét, eltüntetve az ott lévő árnyékokat, ezért az volt a benyomásom, mintha az ujjak egyszerűen csak behajlottak volna.

A kéz lassan visszanyerte eredeti alakját. Jane keze változatlanul felfelé fordított tenyérrel nyugodott az asztalon. Seth most különösen kitett magáért. Az ujjak láthatólag meghosszabbodtak és kifehéredtek. Ezután Jane ujjai fölött öt új ujj bontakozott ki. Ezt a jelenséget eléggé egyszerűen

előidézhetette volna azáltal, hogy ujjait ebbe a helyzetbe görbíti, de mind a hárman láttuk a fehér, hosszú ujjakat fölemelkedni. Ráadásul ezen az öt új ujjon felül volt a köröm. Ha ezek Jane saját ujjai, a körmök alul helyezkedtek volna el, nem láttuk volna őket.

— Első kísérletre elég ügyes vagyok, igaz? — mondta Seth. — Mit szóltok ehhez? Jól nézzétek meg. — Perceken át tanulmányoztuk a jelenséget. Nekem úgy tűnt, a groteszken görbülő második ujjsorozat viaszos, szinte nedves, mintha frissen formázták volna. Jane nem látszott ijedtnak. Aztán az új ujjak fokozatosan eltűntek.

— Most megint a kéz változik meg — jelentette ki Seth. — Tömzsi, kövér kéz lesz belőle. Frank Withersnek volt pont ilyen keze. Frank Withers egy hájfej volt — tette hozzá nagy elégedettséggel, holott Seth saját bevallása szerint Frank az ő entitásának volt egyik személyiségtöredéke.

A kéz egy percre valóban tömzsi és kövér lett. Aztán megint átalakult mancsá. — Most pedig — szólt hozzám Seth — nagyon óvatosan nyúlj oda, és érintsd meg a kezét. Azt akarom, hogy érezd, milyen a tapintása. — Vigyázva Jane tenyeréhez érintettem ujjaimat. A mancs nagyon hideg, nyirkos volt, és a bőrfelület egyenetlen, dudoros, amit Jane kezén sohasem éreztem.

Seth most még jobban fölerősítette Jane csuklóján és tenyerében a belső fényt. A kéz és a csukló találkozásánál a kéz úgy feldomborodott, mintha egy tojás rejtőzne a bőr alatt. A fehérség felkúszott Jane karján a pulóverig, és leszivárgott az ujjaiiba, míg végül eltűnt minden, ami árnyékra emlékeztetett volna. Aztán, a bemutató záróakkordjaként, Seth egymás mellé tette Jane két kezét az asztalon, hogy jól lássuk a különbséget a kettő között. A kéz végül visszanyerte normális alakját, és Seth pihenőt ajánlott.

A szünet után Seth azt mondta, csukjuk be a fürdőszoba ajtaját. Az ajtó külső oldalán egy nagy, egész alakos tükör van; Seth felkért, hogy nézzünk bele. Mivel a tükör hosszú és keskeny, közelebb kellett húznunk egymáshoz székeinket a kis asztal három oldalán, hogy láthassuk tükörképünket. Jane ült középen. Beszéd közben a szája nagyon közel volt a fülemhez. Éreztem minden lélegzetvételt, hallottam, amikor nyelt. Most sokkal halkabban beszélt, és valóban az volt az érzésem, hogy valaki más szól általa (nem pedig egy tudatalatti személyiség, aki éppen Sethnek nevezi magát).

— Most mindhárman látjátok a tükörképeteket, ahogy kell. Figyeljete, mert meg fogom változtatni Jane arcát, átalakítom valaki mássá — mondta Seth. És Jane arcvonásai valóban változni kezdtek. A feje lejjebb

kókad. Ugyanakkor megváltozott a formája is; a haja rövidebb lett, és simábban tapadt a fejéhez. A tükörkép vállalai meggörbödtek, összeszűkültek. Aztán a tükörkép feje megbiccent, lefelé nézett, míg maga Jane fölemelt fejjel ült, és egyenesen szembenézett a tükörrel.

Jane később elmondta, hogy ez jobban felkavarta, mint bármi más. Előbb őt néztem magam mellett, aztán a tükörképet. Semmi kétség nem fért hozzá, hogy a kettő nem egyezik. Azt is megfigyeltem, hogy a tükörképen árnyék árad szét. Ugyanakkor az az érzésem támadt, hogy az arc előrébb helyezkedik el, mint a test. A tükörbeli fej most kisebb lett. Halvány ragyogást láttam körülötte, ahogy ott függött az űrben, látszólag a tükörkép és mi hármunk között.

Az is nyilvánvaló volt, hogy a tükörkép jóval alacsonyabban ül, mint Jane. A titokzatos fej időnként lebukott, és előbbre mozdult a testnél.” Itt érnek véget Rob jegyzetei.

A szeánsz alatt nem volt lámpalázam, és nem is féltem. A vége felé azért megdöbentett, hogy ilyen különbség van a tükörképem és önmagam között. Azt hiszem, egy pillanatra megijedtem: hátha tényleg olyan vagyok. Végül is ez elég normális reakció lehet — az ember megszokta, hogy ha tükörbe néz, hiteles képet lát benne, és nincs az a nő, aki örülne, ha egy kísérteties látomás nézne vissza rá.

Amikor Seth átkapcsolt, minden más gondolatom, minden kételyem eloszlott. A szemem mindvégig nyitva volt. Meg tudtam szemlélni például a különbséget a két kezem között, láttam az új ujjakat és a fényt, amely felkúszott karomon a pulóver felhúzott ujjáig. Amikor Seth megszólalt, mintha „kikapcsoltam” volna, de óriási energia áradt át rajtam. A végén látott tükörképtől eltekintve semmi sem volt ellemre.

De mihelyt véget ért a szeánsz, nagyon megrémültem. Seth részvétele az eseményekben rendkívüli módon felzaklatott bennünket. Mindannyian tudtuk, mit látunk. Rob egyszer még meg is érintette a kezét, és Seth több alkalmat adott, hogy ellenőrizzük a jelenségeket, amikor létrejöttek. Érzékeink tanúságát nem tudtuk elfogadni, de ilyen nyilvánvaló bizonyosságot el sem utasíthattunk. A könyv miatt végrehajtottuk ugyan a kísérletet, de a szeánszról az volt a véleményünk, hogy hülyeség, komolytalan dolog. Nem akartuk, hogy Seth belekeveredjen, sőt, szándékosan *nem őt* hívtuk.

Intellektuális kételyeimet éppen az okozta, hogy a kísérlet ennyire sikeres volt. Sokat vitatkoztunk azon, vajon a történetekért felelős lehetett-e valamiféle szuggesztió, de tudtuk, hogy az események felét sem lehet ezzel magyarázni. Szuggesztió aligha idézhette elő a dudorokat, amelyeket Rob a kezemen érzett, vagy a tíz ujjat egy kézen; a tükörképet viszont, úgy véltük, kiválthatta szuggesztió.

Életünkben most először kísérleteztünk olyasmivel, amit nem tudtunk megmagyarázni, először kellett kételkednünk érzékeinkben, ami mindenki számára kényelmetlen érzés lett volna. Az események akkora hatást gyakoroltak ránk, hogy hasonló szeánsszal ezután három évig nem próbálkoztunk. (Ennek ellenére, mint majd látni fogják, Seth látomás alakjában megjelent a 68. ülésen.) Ettől kezdve mindig égve hagytuk a lámpákat, hogy ellenőrizzük az esetleg bekövetkező jelenségeket.

A későbbi munka bebizonyította, hogy a paranormális jelenségek nemcsak azért jelennek meg, mert akarjuk, és nem is csak szuggesztió következtében. Később teljes világításnál figyeltünk meg bizonyos jelenségeket — például az ESP-csoportjaimon. A Seth-látomás is teljes világosságban jelent meg. Azóta hallottam olyan esetekről is, amikor erősen szuggerálható, gyenge kritikai érzékű emberek gyűltek össze lesötétített szobákban, és felkészültek mindenféle látomásra — de a világon semmi sem történt.

Azt hiszem, Rob meg én dühösek voltunk, mert ilyen kurtán-furcsán bántak velünk: olyan dolgokkal kellett szembenéznünk, amelyekre nem voltunk felkészülve. Minden olyan gyorsan történt. Egy hónap sem telt még el azóta, hogy kísérletezni kezdtünk az Ouija-táblával. Korábbi elképzeléseink arról, hogy mi lehetséges, a fejük tetejére álltak. Elhatároztuk: még egyetlen ülést tartunk, hogy megtudjuk, Sethnek mi a véleménye a történetekről, aztán abbahagyjuk a kísérletezést, könyv ide vagy oda.

De Sethet nem hibáztathattuk, hiszen a szeánsz eleve a mi ötletünk volt. Könyvem elején egyikében le kellett írnom a szeánsz eseményeit, de nem is tudtam, hogy fogjak hozzá.

Másnap este került sor arra az ülésre, amelyről azt gondoltuk, hogy az utolsó lesz. Utána viszont már tudtuk, hogy elköteleztük magunkat, és számunkra ez az ülés jelzi a Seth-szövegek létrejöttének kezdetét — itt végződik a bevezető rész.

Most „jött át” Seth először mint határozott, különálló személy: Rob egyszerűen nem tudta elhinni, hogy velem beszél. De ami még ennél is többet jelentett: Seth monológja a valóság természetéről megragadott bennünket, és fölkelte érdeklődésünket. Nem tudtuk, hogy ez erősen leegyszerűsített magyarázat, gondosan a mi akkori felfogóképességünkre méretezve. És még így is óriási hatást gyakorolt ránk.

Csaknem három órán keresztül beszéltem Sethként; fel-alá jártam a szobában, nevetve, tréfálkozva, időnként elhallgatva, hogy Rob utolérjen a jegyzeteléssel, és a monológot olyan taglejtésekkel, arckifejezéssel, szófordulatokkal fűszereztem, amelyek teljesen idegenek voltak a sajátjaimtól. Egyenletes tempóban, tétovázás nélkül beszéltem, a komoly filozófiai szöveget időnként joviális megjegyzésekkel körítettem, mint egy tanár a szemináriumon. Az ülés annyira fölkelte intellektuális és ösztönös kíváncsiságunkat, hogy többé eszünkbe sem jutott abbahagyni az üléseket.

— Képzeld el egy dróthálórendszert, amely minden irányban a végtelenbe nyúlik, úgyhogy ha belenézel, nem látod se elejét, se végét. A ti síkotok úgy képzelhető el, mint négy nagyon vékony drót által határolt kis terület, az én síkom pedig a négy szomszédos drót által határolt kis terület a másik oldalon. Nemcsak, hogy ugyanazoknak a drótoknak az ellentétes oldalán vagyunk, hanem ugyanakkor alul vagy felül is, a nézőpontodtól függően. És ha úgy tekinted a drótokat, mintha kockákat határolnának (ezt a te kedvedért mondom, Joseph, mert tudom, hogy szereted a képeket), akkor a kockák bele is helyezhetők egymásba, úgy, hogy ez a lakóikat egy jöttányira sem zavarja. És e kockák maguk is kockákon belül helyezkednek el, és most csak a térnek arról a kis darabkájáról beszéltem, amelyet a te síkod meg az enyém foglal el.

— Most gondolkodj ismét a te síkod fogalmai szerint, melyet azok a kis vékony drótok határolnak, és az én síkom a másik oldalán van. Ezeknek, mint mondtam, a sűrűségük és a mélységük végtelen, de az egyik oldal transzparens a másik számára. Átlátni épp nem lehet, de a két sík állandóan átjár egymáson. Remélem, értitek, mit csináltam itt. Bevezettem a mozgás fogalmát, mert az igazi transzparencia nem az átlátszóság, hanem az átjárhatóság.

— Ez az, amit ötödik dimenzióknak nevezek. Most pedig távolítsuk el a drótok és kockák rendszerét. A dolgok úgy viselkednek, mintha a drótok és kockák létezné-

nek, de ezek csupán mesterséges konstrukciók, amelyekre az én síkomon is szükségünk van... Mi olyan képeket hozunk létre, amelyek a mi érzékeink rendszerével vágnak egybe. Mi csupán képzelt vonalakat alkotunk, amelyeken járhatunk.

— A szobátok falainak rendszere annyira valóságos, hogy télen megfagynátok nélküle, de nincs szoba, és nincsenek falak. Hasonlóképpen, a drótok, amelyeket alkottunk, valóságosak, jóllehet nincsenek drótok. A szobátok falai számomra transzparenssek, bár nem biztos, hogy ezt be is mutatnám a társaság szórakoztatására, kedves Joseph és Ruburt.

— Azok a falak mégis *valóban* transzparenssek. Ugyanígy a drótok is, de gyakorlati okok miatt mindkettő esetében úgy kell viselkednünk, mintha ott lennének... És ha ismét volnál szíves elképzelni a drótháló-labirintust, úgy képzelj el, hogy betölt mindent, ami létezik, és a te síkod meg az enyém olyan, mint két apró madárfészek valami óriási fa koronájában, ami maga is olyan bonyolult szövedéket képez, mint a fészek...

— Gondold el, hogy ezek a drótok mozognak, állandóan rezegnek, elevenek, és nemcsak, hogy anyagát hordozzák a világmindenségnek, hanem a kivetülései is, és meglátod, milyen nehéz ezt elmagyarázni. Nem hibáztatlak, ha fáraszt; miután arra kértelek, hogy képzelj el ezt a különös struktúrát, most meg arról van szó, hogy rom-

bold szét, hiszen látni vagy megérinteni csak annyira lehet, mint egymillió méh zümmögését.

Seth ezen az ülésen javasolta, hogy hetenként kétszer tartsunk ülést, hangsúlyozva, hogy a rendszeres munka jobb, mint a kapkodás. Így folytatta: — Az én síkomon időnként mindannyian adunk ilyen leckéket, de a tanár és a tanítvány között pszichikai kapcsolatnak kell létrejönnie, ami azt jelenti: várnunk kell, amíg a ti sikotokon a személyek elérik a fejlődésnek azt a fokát, hogy elkezdhessük a leckéket. Akkor aztán elkezdődnek a leckék azok számára, akik pszichikailag kötődnek hozzánk.

— Ami a kapcsolatot képezi közöttünk, azt ti érzésnek vagy emóciónak nevezitek; minden síkon, minden körülmények között ez a kapcsolat jeleníti meg legjobban a lét erejét. Ebből szövődik minden anyag a te síkodon és az enyémen egyaránt.

Amikor a fent idézett szöveg véget ért, Seth ott maradt még, mintha hangsúlyozná, hogy együttlétünk fesztelen, társasági jellegű. Kérdéseket kért, sűrűn gesztikulált, megállt Rob előtt, és Jane-szerűtlen, tágra nyílt szememmel merően ránézett.

— Semmi rossz nincs abban — mondta —, sőt talán sok hasznatok is származhat belőle, ha kipróbáltok minden kísérletet, ami csak eszetekbe jut. Ha akarjátok, házi feladatnak is nevezhetitek...

Aztán eleven humorral beszélt az Ouija-tábláról, amelyet még mindig használunk az ülések elején és végén. — Van benne bizonyos szertartásosság, hogy a megszokott módon veszitek fel újra a kapcsolatot, különben is, bizonyos mértékig mindig kedveltem a formaságokat. A tábla használata olyan, mint a köszönés vagy a kalapemelés. Az a véleményem, hogy az apró szertartások erősítik az elmében tárolt adatokat, miként az elegáns tálalás is jót tesz a konyhaművészet remekeinek... Az ülés végén igen szívélyes elköszönés, ha megérintitek a táblát. Szerencsésekre azt nem kívánom, hogy öltözzetek ünneplőbe.

Rob nevetett ezen, és amikor felolvasta a jegyzeteit, én sem álltam meg nevetés nélkül. Nagyon felajzotta érdeklődésünket az ötödik dimenzióról szóló fejtegetés, amelynek teljes terjedelme sokkal nagyobb, mint az itt közölt részleteké. Seth személyisége akkora hatást tett Robra, hogy végre meggyőződésévé vált — legalább neki -: Seth teljesen független személy. Rob persze jól ismer engem, szinte minden hangulatomat, így kedvező helyzetben van ahhoz, hogy megítélje a Seth személyisége és az enyém közötti hasonlóságokat és különbségeket.

Miután Rob elmesélte az ülést, és felolvasta a jegyzeteket, igazi döbbenet vett rajtam erőt. Rob is, én is igen közvetlenek vagyunk, és ilyenek a baráti körünk is. A férfiak például nem kalapban, öltönyben járnak, hanem farmerben és ingujjban vagy pulóverben. Sethet, akárki vagy akármi lett légyen, szerfölött kellemes egyénnek ta-

láltam. Ki más akad az ismerőseink között, aki annyira magában hordaná a régi világ normáit, hogy akár csak szót ejtene kalapemelésről, vagy az ennivalót így emlegetné: „a konyhaművészet remeke”? Egyáltalán nem tűnt ijesztőnek, az ötödik dimenzióról szóló fejtegetése pedig egyenesen provokatív volt.

Mégis elkezdtem pszichológiai szempontból tanulmányozni saját viselkedésemet, és Seth valóságosságának kérdése mind jobban és jobban foglalkoztatott. Mivel valami módon Sethé „váltam”, sohasem tudtam magam megfigyelni Sethként, ahogy például Rob tudott, vagy a hallgatóim a csoportban, de azt tudom, hogy határozott benyomást tesz az emberekre. Ki ő? Mi ő? Szakadatlanul ilyen kérdésekkel bombáztam Robot. Hogyan nézek ki ilyenkor? Honnan tudja, hogy valaki más beszél? Mi az, ami meggyőzte arról, hogy Seth több, mint a saját tudatalattim egy függetlenedett része?

Nemhogy minden sarokban Seth után kurkásztam volna; minden elszántsággal azon voltam, hogy megőrizzem szellemi függetlenségemet. Amitől persze hülyén éreztem magam, mert Seth kísérletet sem tett arra, hogy „megszállja” a hétköznapijaimat. Sőt, ennél rosszabb: úgy éreztem, hogy erőfeszítéseim szórakoztatják, de meg is érti őket, és jóllehet alapvetően fölöslegesek, mégis fontosak a lelki nyugalom szempontjából.

És az új fejleményekről mégsem szereztem előre tudomást — mindaddig, amíg maguktól elő nem álltak és meg nem leptek. Ha azt hittük, hogy Seth a legutóbbi ülésen önmagaként „jött át”, akkor sokat tanulhattunk a következő ülésen, amikor váratlanul megszólalt Seth saját, erőteljes hangja.

Az első ülés Frank Withersszel 1963. december 2-án volt. A tizennegyedik ülésen, január 8-án kész voltam rá, hogy valóban Sethként szólaljak meg, mély férfihangon, ahogy illik. Alig több, mint egy hónap alatt jelentős utat jártunk be. Ezt a harminc-egynéhány napot kétségkívül intenzív pszichológiai tevékenység és izgalom töltötte ki, meg persze a tanakodás, hogy kivel is találkoztunk. Legalább három évnek kellett eltelnie, és a könyvem is megjelent, mire egyáltalán elkezdtuk megérteni, hogy mi történt velünk.

4.

SETH HANGJA

Mindezek közben délutánonként a helybeli galériában dolgoztam. Délelőtt az ESP-könyvemen munkálkodtam: kísérleteink eredményeit írtam le. Még mindig nem szóltunk senkinek arról, mivel foglalkozunk, kivéve a barátunkat, Billt. Igazából a könyv megjelenéséig nagyon kevesen tudták, miben sántikálunk. Ma már nem tudom, mire volt jó ez a nagy titkolózás, de akkoriban úgy éreztük, tanácsos távol tartani a külvilágot és kérdéseit. Nekünk magunknak is bőven voltak megfontolni való kérdéseink.

Most, hogy megszabadult a táblától, Seth személyisége sokkal szabadabban mutatkozott meg, különösen a meglepő tizennegyedik ülés után. Nem hiszem, hogy Rob valaha is el fogja felejteni. Még tartott bennünk az addig törtétek okozta megdöbbenés. Még mielőtt elkezdtek volna, már lámpalázias voltam, nem tudtam, most is átjön-e Seth, vagy nem. Akkoriban mindig attól féltem, hogy transzba esem, kinyitom a számat, és — semmi! Vagy, ami még rosszabb, zagyvaságokat kezdek locsogni. Ráadásul azt sem tudtam, *hogyan* szerzek tudomást arról, hogy Seth készen áll. Az

üléseket este kilenckor kezdtük. Öt perccel kilenc előtt vett erőt rajtam az az érzés, hogy már megint leugrom a magas trambulínról a mély medencébe — de nem vagyok biztos abban, hogy tudok úszni.

Az ülés úgy kezdődött, mint a többi, semmi jel nem utalt arra, hogy bármilyen változás várható. Itt szeretném megemlíteni, hogy azóta több könyvet olvastunk az érzékszerveken túli érzékelésről, de a hanggal való kommunikációról egyet sem találtunk. Olvastunk a Patience Worth-féle esetről, ahol egy bizonyos Mrs. Curren regényeket és verseket írt az Ouija-tábla segítségével és automatikus írással, de az tökéletesen idegen gondolat volt, hogy valaki egy másik személy helyett beszéljen. Eszünkbe sem jutott, hogy a hangom megváltozhat.

Ezen a tizennegyedik ülésen ötven percig beszéltem Seth nevében folyamatosan — mindaddig ez volt a leghosszabb, szünet nélküli monológ. Seth azzal kezdte, hogy teremtsünk magunknak kiegyensúlyozottabb társasági életet — járjunk el otthonról gyakrabban, találkozzunk emberekkel —, hogy ellensúlyozzuk a paranormális élménnyel járó intenzív belső megterhelést. Aztán belekezdett első fejtegetésébe a belső érzékekről; ez a téma tökéletesen új volt számunkra. A későbbiekben részletesebb kifejtésére is sor került.

— A ti síkotokon minden a materializációja valaminek, ami a ti síkotoktól függetlenül létezik. Ennélfogva az érzékeiteken belül léteznek más érzékek is, amelyek

befelé figyelnek. Érzékszerveitek a külvilágot érzékelik. A belső érzékszervek egy belső világot érzékelnek — és alkotnak meg... Ha egyszer egy meghatározott síkon létezel, óhatatlanul arra a síkra kell ráhangolódnod, ami leblokkol sok más érzékletet. Ez valamiféle lelki élességállítás: a tudatosság bizonyos vonalak mentén összpontosul. Ahogy környezetben mind jobban és jobban eltájékozódsz, egyre inkább megengedheted magadnak, hogy körülnézz, használd a belső érzékeket, és kitágítsd tevékenységed határait. Ez teljesen természetes. Egy bizonyos síkon fennmaradni, vagyis maga a túlélés attól függ, hogy mennyire vagy képes rákoncentrálni. Amikor a túlélésről a figyelem már többé-kevésbé gondoskodott, akkor már megengedheted magadnak, hogy érzékelj más valóságokat is.

Ez a szöveg oldalakon keresztül tartott. Rob szokása szerint jegyzetelt, ahogy csak bírt, hogy valahogy tartani tudja az iramot.

Ahogy belefutottunk az ülés második órájába, a hangom fokozatosan rekedtebb lett, és az ülések során először mutatkoztak a megerőltetés jelei. A belső érzékekről szóló első rész után Seth így szólt: — Nem akarlak ma este nagyon megdolgoztatni, Joseph. Ha a kezed olyan gyorsan jár, mint Ruburt szája, akkor biztosan elfáradtál már. Nem akarsz szünetet, vagy esetleg befejezni mára? A kényelmetek igen fontos számomra, majdnem olyan fontos, mint az oktatások — tette hozzá egy mosoly kíséretében.

Rob szünetet kért, de utána arra próbált rávenni, hogy fejezzük be az ülést, mielőtt elmegy a hangom. Tudtam, hogy aggódik miattam, de azt is tudtam, hogy rettenetesen érdeklő a tanítás, amelyet Seth átad. Ráadásul Sethként rendkívül aktív voltam, tréfás megjegyzésekkel tűzdeltem meg a sok oldalnyi komoly monológot. A tőlem független személy jelenléte erősebb volt, mint valaha — úgy döntöttem, hogy folytassuk. Csakhogy addigra már éjjel fél tizenegy lett. Míg beszélgettünk, Rob az időről elmélkedett; az ülés folytatásakor Seth erre a kérdésre tért rá.

— Az időnek korlátok nélkül nincs értelme. Másképp fogalmazva: az időnek nincs jelentősége, ha nincs szükség arra, hogy ellene hasson más eseményeknek. Ez a meghatározás valóságos gyöngyszem, ha mondhatom így. Csak az benne a szomorú, hogy egyelőre alighanem képtelen vagy megérteni. Ehhez idő kell! De mivel a tudatlanságod ellen próbálok dolgozni, nem állhattam meg, hogy kimondjam. Nem becsúszva mondom ezt, hiszen fogalmad sem lehet arról, milyen nehézséget jelent elmagyarázni az időt valakinek, akinek időre van szüksége ahhoz, hogy megértse a magyarázatot.

— Az idő megértése sokat megtanít majd az ötödik dimenzió mibenlétéről is. A megszilárdult vitalitásból, életeréből álló drótok cseppfolyósak; remélem, érted ezt: folyékonyak akkor is, ha szilárdak. A szilárdság csupán illúzió.

Seth ekkor nyomatéku­l rácsapott az íróasztalra a kezemmel, és a hangom hirtelen fölerősödött. Ugyanekkor eltűnt a rekedtség. Ahogy egyik szó követte a másikat, úgy lett a hangom egyre mélyebb, hangosabb, komolyabb. Rob a jegyzeteibe nézett, de felfigyelt rá, hogy valami történik a hangommal. Jegyzetelt, ahogy csak bírt, de időnként volt alkalma felpillantani, hogy megnézzze, mi történik. Most ott álltam előtte, és Jane-szerűtlen szememmel néztem rá, mintha meg akarnék bizonyosodni arról, hogy érti, ami elhangzik.

— Mondtam már azt is, hogy ez a vitalitás — én ezt a kifejezést szeretem használni: vitalitás — mozgásban van, és maga is a világmindenség eleven anyagának része. Mármost, mivel ezek a drótok látszólag áthaladnak egyik síkról a másikra, valójában a síkok határait képezik, és mindig az aktuális sík törvényei vonatkoznak rájuk. Ennélfogva a ti háromdimenziós rendszeretekben az idő törvényei alá kerülnek.

Az utóbbi bekezdés alatt a hang egyre erősebb lett, mintha egy jókora termet akarna betölteni. Miközben ezt a fejezetet írom, természetesen előttem vannak Rob eredeti jegyzetei, és ez után a bekezdés után egy megjegyzést találtam. A szavak jól tükrözik Rob akkori reakcióit: *„Ahogy Jane-re néztem, jól ismerve természetes, nőies hangját, nem volt könnyű elhinnem, hogy ez az új hang belőle ered, ekkora hangerő-*

vel, minden erőfeszítés nélkül. Azt sem tudtam, mi lep meg jobban: az, hogy Jane-t egyáltalán nem zavarja ez a hang, vagy az, hogy ilyen mély, férfias csengése van.”

Robnak kevés ilyen széljegyzetre volt lehetősége, mert a bekezdés ezután szünet nélkül folytatódik. — A látszólag megszilárdult vitalitás mozgása kelti az idő illúzióját. Az ellenhatás, amely ebben az esetben jelentkezik, a vitalitás legbelsejében működő ellenhatás, nagyon hasonló ahhoz, amit korábban a mentális zárványokról mondtunk... A hatás és ellenhatás az idő kiváltó oka. Vannak olyan síkok, ahol a mozgás egyszerre megy végbe, az idő ismeretlen. Számomra a ti időtök manipulálható; egyike az eszközöknek, amelyek segítségével beléphetek a tudatotokba...

— Most pedig, hogy jelezzem jóindulatomat, fejezzük be ezt az ülést. Folytatnám, ha nem kellene küzdenem a fizikai korlátaikkal. Ma este nagyon jól át tudtam jönni, és ilyenkor szeretem kihasználni az alkalmat. Ki vetheti ezt a szememre?... Mindenesetre most búcsút veszek. Tudhatjátok, hogy kedvelem a társaságot és a beszélgetést, különben nem tartottalak volna fel benneteket ennyi ideig. Sajnálom, hogy Josephet így megterhelem [*értsd: a jegyzeteléssel*]. Jó éjt, drága barátaim.

A hangom azonnal visszaváltozott a normálissá. A rekedtségnek már régóta nyoma sem volt. E ponton abbahagyni az ülést — ezt lehetetlennek éreztük. Túlságosan fel voltunk csigázva. Annak ellenére, hogy Seth elköszönt, még „éreztem” a jelenlétét, csakúgy, mint egy óriási adag vitalitást és jóindulatot. Rob elmesélte a

megdöbbentő erejű, mély férfihangot, én pedig éreztem magam körül ezt a hatalmas energiát és erőteljes humort, mintha Seth ott ülne láthatatlanul, készen a baráti csevegésre.

Mihelyt elhatároztuk, hogy folytatjuk, ismét a mély hang mennydörgött fel belőlem, és Sethként járkálni kezdtem a szobában. Néha megálltam, hogy egyenesen Robhoz intézzem szavaimat, vagy kinézzek az ablakon. Teljesen úgy éreztem, mintha valaki más telepedett volna bele a testembe, ő mozgatná egyre ügyesebben, és elégedettséget érezne amiatt, hogy ez sikerül.

— Szívesen töltök veletek még néhány percet azzal, amit ti kötetlen beszélgetésnek szerettek nevezni. Barátok között nem mindig magasröptű és súlyos dolgokról esik szó... Korábban túlságosan el voltunk foglalva mással, így érzelmi kapcsolatra nem nyílt mód. Jóllehet Ruburt hangja ebben az átmeneti időszakban eléggé hátborzongatóan cseng, én a magam részéről fölöttébb játékos, mondhatni, feldobott hangulatban vagyok. Úgyhogy bátran tégy föl kérdéseket, ami csak eszedbe jut.

Sethként elhallgattam, és mosolyogva Rob szemébe néztem. Rob meglepődött a váratlanul ismét megszólaló mély hangtól; egy perc is eltelt, mire eszébe jutott valami, amit megkérdezhet. Közben mulatott Seth joviális viselkedésén, a humoros gesztusokon és hanglejtésen, amely annyira különbözött az enyémtől.

— Ööö... — kezdte —, a te síkodon is van barátság, mint a miénken?

— Természetesen vannak barátságaim. A ti síkotok azért oly különösen vonzó számunkra, mert néhányunkat még érzelmi szálak kötnek ide, s ezért megpróbálunk, bár néha ügyetlenül, kapcsolatot teremteni a régi barátokkal. Ahogy ti levelet írtok más országban élő barátaitoknak, és nem felejtitek el őket, ugyanúgy nem felejtünk mi sem.

Rob újabb kérdéseket tett föl, végül is háromnegyed óra hosszat csevegtek egymással, Seth meg ő. A hangról Seth ezt mondta: — Ruburt hangja: kísérlet. Az ülések meghittsége fokozódik, ha több jön át a személyemből. Örömet, mondhatni, boldogan folytatnám még órákon át, de nem teszem. Én nem vagyok szenvedélyes szószaporító. Frank Withers csak azért jön át néha, mert ő volt a legutóbbi független materializáció, és szeret mindent magára vállalni. Nem asszimiláltam még teljesen, de törekszem rá, elhihetitek.

Ettől Rob megint nevetni kezdett. Seth atyailag, mégis gunyorosan beszélt Frank Withersről; hangszíne és mosolya tompította a szavak életét. Rob valami megjegyzést tett erre, és Seth így válaszolt: — Félek, az alázatot még nem tanultam meg. Viszont ismertél már engem, mielőtt én megismertem volna Frank Witherst, és akkoriban egészen elképesztő volt a hiúságom. Te is épp eléggé hiú voltál, nő lévén, és állíthatom, hiúság tekintetében a mostani feleséged elbújhatott volna mögötted.

Seth természetesen egy korábban ismertetett reinkarnációra utalt. Idővel megtudtuk, hogy Seth, Rob meg én egyazon ősi entitás részei vagyunk; erről majd a 14. és 15. fejezetben esik szó. Seth később azt is elárulta, hogy részben ennek a múltbeli kapcsolatnak köszönhető a mostani.

A Rob és Seth közötti párbeszéd előrehaladtával Rob mindinkább megszokta a hangot, és mind jobban érezte magát; elméjében nem maradt kétség afelől, hogy Seth az Seth: egy teljesen független és különálló személyiség.

Rob a hangból, a gesztusokból és a viselkedésből azt a benyomást szerezte, hogy egy energikus, művelt úrral áll szemben, aki a „régis iskolához” tartozik, talán a hatvanas éveiben járhat, rendkívül intelligens, de tisztában van saját különbségeivel: egy férfi, akinek igen fejlett, bár kissé régmódi humorérzéke van. Sethként megérintettem egy begóniát, az egyik kedvencemet, és azt mondtam: — Tetszik nekem Jane virága. A növények létetek próbakövei. Észrevehettétek, hogy korábban a „sík” szót használtam „bolygó” helyett, ugyanis nem egyedül a tiétek az egész... [A fordító megjegyzése: Seth szójátékkal él: sík angolul = *plane*, bolygó = *planet*, növény = *plant*.]

— Tartok tőle, hogy Jane férfihangja nem valami dallamos. A hangom egyáltalán nem olyan, mint az angyaloké, de legalább nem is olyan, mint egy nem nélküli

eunuché — ma este ennél többre nem voltam képes... Ruburt, ha rá akarsz gyújtani, csak egész nyugodtan. Az utóbbi tíz percben egy szál gyufával a kezében járkált.

Erre egyáltalán nem emlékszem, de Rob szerint ekkor cigarettára gyújtottam, és megittam egy pohár bort. — Ha ihatnék egy pohár bort veletek, és jól tudna esni, bizony megtenném. Ha pár percig jegyzetelés nélkül akarsz beszélgetni, állok elébe. Addig biztosan bírom, ameddig Ruburt bírja, sőt sokkal tovább is. És ha egy este beszélgetés közben a feleséged arca megváltozik, azt javaslom, ne szólj neki az ülés végéig.

Seth éjfél utánig folytatta. Az arcom megváltozásáról szóló mondat persze bekerült a jegyzetek közé, de majdnem egy évre megfeledeztünk róla, mígnem Seth egy napon nagyon erőteljes eszközökkel emlékezetünkbe nem idézte. Amikor az ülést bezártuk, a hangom friss volt és tiszta, nyoma sem maradt a korábbi rekedtségnek. Még csak el sem fáradtam.

A jegyzetek olvastán az anyag ismét felajzotta érdeklődésünket, különösen miután Seth megígérte, hogy részletesebben is elmagyarázza a belső érzékeket, és megtanít rá, miként használjuk őket. Be is tartotta ígéretét, mert, mint az olvasó hamarosan látni fogja, útmutatásokat adott nekünk, és amikor követtük őket, mindenféle új élményben volt részünk. Nem tudtuk, hogy ezt az információt előzőleg leegy-

szerűsítette a mi szintünkre, és nagyon is egyszerű volt ahhoz képest, ami később következett.

Arra sem jöttünk rá, hogy a Seth-hang megjelenése tette teljessé a Seth-szövegek átvételéhez szükséges lelki környezetet, amelyben Seth személye megnyilatkozik. Ettől az üléstől kezdve mindegyiken végbement valamiféle hangváltás, de a mély, mennydörgő hang az elkövetkező időszakban inkább kivételnek számított. Időnként igazán lehangoló erő érződik a hang mögött, és ez a saját hangomat sohasem erőlteti meg. Seth sokkal később elmondta, hogy ezt a pszichikai energiát nemcsak hanggá lehet átalakítani, hanem más célokra is alkalmazható. Mostanában például, amikor Seth látnoki szövegeket mond, a hangja csak ritkán erős. Az energiát az adatok egybegyűjtésére fordítja. (E könyvből később az is kiderül majd, hogy ezt az energiát ugródeszkaként is fel lehet használni más dimenziók felé.)

Amikor a hang mély és mennydörgő, én magam nagyon kicsinek érzem magam, és óriási energia vesz körül. Abból, amit megtanultunk, kiderült: a hang azt jelezte, mekkora energia áll rendelkezésre, és nemcsak arra, hogy Seth kifejezze általa önmagát, hanem számtalan más célra.

Most, hogy visszatekintek, valóban úgy tűnik: a Seth-hang első megjelenésével kialakult az ülések rendje. Az anyag alapelveit erősen leegyszerűsített formában adta át: ezek képezték a talajt, melyre később az alapokat raktuk le.

Micsoda pszichikai robbanás! Az első kísérletünk az Ouija-táblával 1963. december 2-án volt. Január végére már húsz ülés állt mögöttünk, és a jegyzetek legépelve vagy 230 oldalt tettek ki. Tudtuk, hogy a hang megváltozásának jelentősége van, de arra nem jöttünk rá, hogy a lényeg a hang mögött rejlő erő. Felfigyeltünk arra, hogy az üléseknek bizonyos meghatározott rendjük van, de arra már nem, hogy ennek mi a jelentősége. Ez a szerkezet folyamatosságot, stabilitást adott, de volt annyira rugalmas, hogy teret engedjen a későbbi fejleményeknek, amelyekről akkor még sejtelmünk sem volt. Saját médiumi kiképzésem biztonságos körülmények között ment végbe.

Itt, ezen a ponton több irányban is folytathattuk volna. Megtehettük volna, hogy senkinek nem szólunk a történeteikről; felvehettük volna a kapcsolatot egy spiritiszta körrel, és parapszichológusokhoz is fordulhattunk volna. Azt mindenesetre elhatároztuk, hogy, legalábbis egyelőre, nem szólunk sem a barátainknak, sem a rokonainknak. A spiritualista csoport mindenképpen kiesett — leírtam már, hogyan vélekedtem akkoriban a vallásról. Viszont a kezünkbe kerülő, ESP-vel foglalkozó könyvek mind azt tanácsolták, hogy aki ilyen élményeken megy keresztül, az vegye fel a kapcsolatot egy képzett pszichológussal vagy parapszichológussal.

Seth utasításainak eredményeképpen mindkettőnknek támadtak látnoki élményei, ezért arra gondoltunk, írunk valakinek, aki többet tud ezekről a dolgokról, mint

mi. Ott volt még a szorongató kérdés is: Seth vajon nem a saját tudatalattim része? Meg tudják ezt állapítani a pszichológusok? Elhatároztuk tehát, hogy felvesszük a kapcsolatot egy parapszichológussal, aki ért az ESP-hez és a pszichológiához.

Azt hiszem, ma is ugyanígy tennék. De már nem vagyok ebben biztos.

A következő fejezetek arról szólnak, miként próbáltuk „tudományos felelősségtudattal” próbára tenni Sethet és az ESP-t. Igazából nem jutottunk általános érvényű eredményre, de azt hiszem, bennem az az igény munkált, hogy ezt az egészet intellektuálisan vagy tudományos szempontból törvényessé tegyem. Holott már eleve az volt — de még sok tanulnivaló állt előttem.

5.

**A PSZICHOLÓGUS LEVELETŐL KILEL A HIDEG -
SETH MEGNYUGTAT**

Február elején Rob levelet írt dr. Ian Stevensonnak, aki kapcsolatban állt a Virginiai Egyetem Neurológiai és Pszichológiai Tanszékével. Dr. Stevensont érdekelte a reinkarnáció, és épp akkoriban olvastunk a munkájáról. Rob elküldött neki néhányat az ülések jegyzőkönyvei közül, köztük azt az információt is, amit előző életeinkkel kapcsolatban kaptunk. Ezek szerint a távoli múltban több életet is éltünk már, például háromszáz évvel ezelőtt Dániában, ahol Rob meg én apa és fia voltunk, Seth pedig egy közös barátunk. Legutóbbi életünket Bostonban éltük le a múlt században.

Nem voltam elégedett ezzel a reinkarnációs anyaggal, egyszerűen azért, mert nem voltam képes elfogadni az alapgondolatot — valahogy túlságosan erőltetettnek éreztem. Meg sem kértem Robot, hogy bővítsse ki Sethtel ezt az anyagot, vagy töltsse ki részletekkel a meglevőt. Viszont a reinkarnáció része volt a szövegeknek — ezt nem lehetett letagadni.

Dr. Stevenson olyan levelet írt válaszul, amelyet hasonló körülmények között magam is írtam volna. Az volt a véleménye, hogy az anyag összefüggő mivolta tudatalatti eredetre utal, de hangsúlyozta, hogy ebben a stádiumban ezt nem lehet pontosan meghatározni. Arra is figyelmeztetett, hogy az amatőr médiumkísérletek bizonyos körülmények között mentális tüneteket eredményezhetnek.

— Hát ez remek — mondtam Robnak. — Szerinted ma flúgosabb vagyok, mint azelőtt? — Rob ünnepélyesen megnyugtatót, hogy a viselkedésemben nincs változás. Tulajdonképpen kereste is az erre utaló jeleket, aminthogy én magam is. De Dr. Stevenson jóindulatú figyelmeztetése kissé mégis megrendített, pedig olvastunk ilyesfajta figyelmeztetéseket az ESP-vel foglalkozó könyvekben.

Dr. Stevenson levele tulajdonképpen rosszkor jött. Lehetetlenné vált, hogy továbbra is titokban tartsuk az üléseket. Elkerülhetetlen volt, hogy valamelyik barátunk éppen egy hétfő vagy szerda estén jöjjön át hozzánk látogatóba, és az ajtó előtt állva meghallja a különös hangot — ahogy Phillippel történt, közvetlenül azelőtt, hogy megírtuk a levelet Dr. Stevensonnak. Phil ettől kezdve időnként részt vett az üléseken. Barátunkat a Seth által adományozott entitásnéven emlegetem, mivel a családja nem érti meg a paranormális jelenségek iránti érdeklődését — ezzel a helyzettel bizony nem egyszer találkozottunk. Phil egy másik államban él, de üzleti ügyben körülbelül hathetenként Elmirába utazik.

Pár nappal azelőtt, hogy megkaptuk Dr. Stevenson levelét, Phil részvételével egy rendkívüli ülést tartottunk. Adtunk neki papírt, tollat, hogy írja le kérdéseit, de Phil nem jutott hozzá, hogy bármit papírra vessen. Beszámolója szerint Seth abban a pillanatban megválaszolta minden kérdését, amint Phil megfogalmazta őket a fejében. Phil ezt egy aláírt nyilatkozatban tanúsította is.

Ez volt az üléseken az első jele a telepáciának vagy a tisztánlátásnak. Phil rendkívüli módon megdöbbsent, de megdöbbsentem én magam is.

Elhittem, amit Phil mondott, de arra gondoltam, az epizód tulajdonképpen véletlen is lehetett. Az eset mégis nagyon feldobott. Aztán pár nap múlva megérkezett Dr. Stevenson levele, és összeroskadva visszahuppantam a földre.

— Kérdezzük meg, Seth mit szól ehhez a levélhez — javasolta Rob. Én beleegyeztem, de ha feszültség volt bennem, nem volt könnyű annyira ellazulnom, hogy sort keríthessünk az ülésre. A következő menetrendszerű ülést ezért kihagytam, de mire eljött a hétfő, sikerült visszanyernem egyensúlyomat.

Hát Sethnek bőven volt mondanivalója! — Szeretettel és bosszúsággal teli jó estét! — kezdte. — A bosszúság onnan ered, hogy a derék pszichológusnak majdnem sikerült teljesen aláásnia az önbizalmat, amelyet a Philippel együtt tartott ülésen sikerült átadnom Ruburnak. Megpróbáltam magabiztosságot plántálni Ruburtba, mire jön egy idegen, és lerombolja. A szándékai a legjobbak voltak, de azt hiszem, most

kötelességemnek érezhetem — és érzem is —, hogy belemerüljünk a szellemi és érzelmi stabilitás kérdésébe, és szót ejtsünk azokról a veszélyekről, amelyek ezek a téren rejlenek.

— Ami Ruburtot illeti, ő nincs veszélyben. Már csak azért sem, mert érzékeny, de fegyelmezett és józan — jóllehet kissé ingerlékeny — úr vagyok. Az, hogy általa szólok, nem vezet instabilitáshoz. Engedtessek meg megjegyezmem, hogy a magam részéről stabilabb vagyok, mint te vagy Ruburt vagy az a kiváló pszichológus úr.

— Komoly felelősségérzet van bennem irántatok és a kapcsolatunkból származó eredmények iránt. Ha valami, hát a tőlem kapott tanácsok segíthetnek szellemi és érzelmi egyensúlyotok erősítésében, ami a külvilággal való kapcsolatotok megszilárdulásához vezet... Való igaz: szükségem van arra, hogy Ruburt hajlandó legyen kikapcsolni. Nem vitás, hogy az ülések alatt időnként nincs tudomása a környezetéről. Ehhez ő hozzájárulását adta, és bármikor képes volna teljes figyelmével visszatérni tárgyi környezetéhez.

— Nincs olyan veszély, hogy a kikapcsolt állapot elkapja őt, mint valami fekete, titokzatos, bozontos fenevad, és magával rántja a hisztéria, a skizofrénia, a téboly alvilágába. Mindig és következetesen azt tanácsolom, hogy tartsátok a kapcsolatot a külvilággal, és mindkettőtöknek megmondtam: használjátok képességeiteket a külső kihívásokkal szemben. A kikapcsoltságba való visszahúzódás veszélyes lehet, ha a

világ elől való elmenekülés a célja, és ennek sokan estek áldozatául. De Ruburt esetében nem ez a helyzet.

— Először is: Ruburt Énje rendkívül erős. Intuíciója a zsilip, ahol különben csökönyös és uralkodni vágyó személyisége lecsillapodik. — Rob itt fölnézett, és jót nevetett. — Az intuíciója nem felszínes, és személyisége kellően egységes.

Seth ezután a kikapcsoltságot ismertette, és azt állította, hogy az ülések alatt bizonyos mértékig mindig tudatában vagyok a környezetemnek. — Igaz ugyan — mondta —, hogy a kikapcsolt állapotra szükség van. De egy ajtó kinyitása nem jelenti azt, hogy többé nem tudod becsukni, és azt sem jelenti, hogy ne lehetne egyszerre két ajtót nyitva tartani. És ez itt a lényeg. Igenis *lehet* egyszerre két ajtót nyitva tartani, és *lehet* egyszerre két csatornát hallgatni. Az egyiknek a hangerejét kissé vissza kell venni, míg megtanulod, hogyan hangolódj rá a másikra. Ez maga a kikapcsoltság.

Mikor Seth elhallgatott, Rob megkérdezte: — Mi mondanivalód van Dr. Stevensonak arról az elgondolásáról, hogy ez az egész esetleg csupán Jane tudatalattija?

— Erről már beszéltünk — mondta Seth —, és bizonyára számtalan alkalommal beszélünk is még; ha sikerül meggyőzzelek benneteket arról, hogy valóságos, különálló személy vagyok, azt rendkívül jó eredménynek fogom tekinteni. A látszat való-

ban az, hogy a szavaim Ruburt tudatalattijából erednek. De a hal is a vízben úszik, és mégsem azonos a vízzel, ugyanúgy én sem vagyok azonos Ruburt tudatalattijával.

— Azt a csekélyke bizonyítékot a telepátiáról szándékosan mutattam meg. Be akartam bizonyítani nektek, hogy a telepátia létezik; meg akartam mutatni Ruburnak, hogy többről van itt szó, mint amit ő a tudatalattijaként ismer... Most Ruburt rendez össze engem, illetve megengedi, hogy általatok felismerhető alakzatba rendezzem magam, de azért létezem ettől függetlenül is.

A fenti állítással kapcsolatos későbbi ismereteinkből eléggé pontos képet kaptunk arról, milyen belső folyamatok zajlanak le, amikor Seth meg én kapcsolatba lépünk. Szerepe van ebben a „pszichológiai híd” megépítésének, aminek magyarázatát később írom le ebben a könyvben.

Ez alkalommal mintegy negyven percre beszéltem Sethként, amikor pihenőt ajánlott, mondván: — Valamikor a következő huszonöt évben szeretnék majd más témákkal is foglalkozni, nemcsak a ti kételyeitek eloszlatásával. De azért most pihenjetelek, cicák.

Irgyeltem Robot különleges helyzete miatt. Ő láthatott és hallhatott engem Sethként, én pedig nem. Most a szünetben megint kifaggattam, de bosszantott, hogy valaki másra szorulok, aki elmondja, mi történik. Beláttam viszont, hogy nem lehetek

egyszerre Jane is és Seth is. Ahhoz, hogy Seth átjöhessen, gondolati tevékenységemnek le kellett állnia — ha csak időlegesen is.

A szünet után Seth így szólt: — Ismétlem: nem Ruburt tudatalattija vagyok, bár azon keresztül beszélek. A tudatalatti a közeg, amelyen át hozzátok érkezem, miként a levegő a közeg, amelyben a madár repül... Bizonyos mértékig át kell alakulnom. Ezt részben én végzem el, részben te és Ruburt a tudat alatt. Egyelőre beéritek ennyivel?

— Persze, Seth — mondta Rob.

— Kérlek, légy őszinte, mert nem szeretném, ha ez itt lebegne a fejünk fölött — mondta Seth. Aztán azzal folytatta, hogy az entitásokról és az őket alkotó egyénekről beszélt. Robot különösen az entitás és az egyén, a személy közötti különbség érdekelte.

— Az egyén élete, vagy inkább minden jelenleg élő egyén élete teljes joggal az entitás álmához hasonlítható. Míg az egyén a számára kiszabott éveket élvezi, az entitás számára ez csupán egy villanás. Az entitás csupán annyit törődik ezekkel az évekkkel, amennyire ti az álmaitokkal. Amiként belső célokat és rendezettséget adtok álmaitoknak, amiként mélyebb ismereteket és igazolást találtok bennük, bár életeteknek csupán töredékét teszik ki, az entitás bizonyos fokig ugyanúgy kormányozza az egyéneket, ugyanúgy ad nekik célt és szervezettséget.

— Az egyén végtelen változatosságot és lehetőségeket kap az entitástól... Saját álmaitok is töredékek, habár tágabb értelemben magatok is töredékei vagytok entitásotoknak. — Seth azt is elmondta, hogy van egy rész az egyénen belül, amely tud az entitáshoz fűződő kapcsolatról — ez a rész végzi az ember számára például a lélegzést meg a többi olyan testi folyamatot, amelyet tudattalannak tartunk.

Az ülés éjjel fél tizenkettőig tartott. Robot megnyugtatták Seth felelősségteljes hozzáállása és kijelentései, melyek szerint képes vagyok kezelni a kikapcsolt állapotot. Én is megnyugodtam, de az a megjegyzés Dr. Stevenson levelében nem ment ki a fejemből. — Persze, hogy Seth azt mondja, minden rendben van — jegyeztem meg. — Mi mást mondhatna?

Azt hiszem, volt egy olyan időszak, amikor napi tizenkét órában Sethet próbáltam pszichoanalízis alá venni, a másik tizenkét órában saját magamat. Az óvatosság rendjén való, de én néha nagyon eltúloztam. És Seth még így is azt állította: az én erős Énem komoly értéket képvisel a munkánkban, ha el nem túlzom, mivel így egyenletes a személyiségem, és rendelkezésemre áll a pszichológiai erő, hogy használjam és fejlesszem képességeimet.

Egyetlen apró, mulatságos incidens fordult elő, amely érzékelteti az első hónapokban tanúsított hozzáállásomat. Szép, tágas lakásunk van, a konyha azonban sajnos aprócska: akkora, mint egy szekrény. Amikor beköltöztünk, a konyhában egy tűzhely

állt és egy kis hűtőgép, amelyben nem fért el az ennivaló. Vettünk egy nagyobb hűtőszekrényt az olyan élelmiszernek, amit nem használunk mindennap, és ezt a második hűtőgépet beállítottam a nagy, csempézett fürdőszobába, amely jó ötször akkora, mint a konyha. Tudtam, hogy szerencsétlen hely ez a hűtőszekrénynek, de egy idő után megszoktam.

Kora tavasszal Robnak fogínytályogja lett. Egy este megkérdezte Sethtől, hogyan szabadulhatna meg tőle. Seth azonnal előállt egy nevetséges fejtegetéssel, hogy milyen egészségtelen a hűtőgép a fürdőszobában. Tett néhány gyengéd, de határozott kijelentést, miszerint igazán lehetne több eszünk, és azt javasolta, hogy a gépet helyezzük át a konyhába — minden hűteni való élelmiszer elfér majd benne. Ha így teszünk, mondta Robnak, a tályog el fog múlni.

— Nincs az az irányító vagy vezető vagy akárki, aki beleszólhat a háztartásomba — jelentettem ki. — Ez már olyan gyanús jel, amilyenekről olvastunk. A transzszemély elkezd fontoskodni, és megpróbálja uralma alá hajtani a médium normális egyéniségét. Emlékszel, mit írt Dr. Stevenson? Egyébként nincs is hely a konyhában annak a nagy frigónak.

— Ahogy gondolod — mondta Rob. — Van egy kis fogínytályogom, na és? Abba még nem kell belehalni.

— Hát...

— Különben is — folytatta Rob —, Seth nem *parancsolt* neked semmit. Én kérdeztem tőle valamit, ő pedig válaszolt.

Ha valamely érzelmi reakciónra Rob ésszerű választ ad, mindig visszavonulok. Most is beadtam a derekamat.

Másnap áthelyeztük a nagy hűtőszekrényt. Hogy megvédjem a maradék büszkeségemet (vagy mit), a kis hűtőgépet viszont be-állítottam a fürdőszobába, és törülközőket tettem bele. A nagy hűtő ma is a konyhában van. A kicsitől már régen megszabadultam. És, hát igen... Rob tályogja két nap alatt elmúlt, többé nem is újult ki.

Tehát sasszemmel figyeltem Sethet, különösen az első évben, de ő mindig intelligensen, méltósággal és jó humorral viselkedett. Amikor elkezdtem a cselekedetei alapján megítélni, és azt vizsgáltam, milyen hatást gyakorol ránk, fel is hagytam ezzel a szokásommal. Elnyerte a bizalmamat. Kitűnő, pszichológiailag egészséges tanácsokat adott nekünk, de parancsokat, utasítást sohasem.

Néha követtük a tanácsát, és jól jártunk vele. Máskor különböző okok miatt nem fogadtuk meg. 1964-ben például házat kerestünk. Seth egy bizonyos házról azt tanácsolta: vegyük meg. Nekünk is nagyon tetszett, de igen gyatra állapotban volt. Lehet, hogy Sethnek igaza van, gondoltuk, és boldogabbak lennénk, ha megvennénk azt a házat, de mégsem akartuk vállalni a kockázatot.

Úgy másfél évvel ezelőtt Seth azt javasolta, hogy hagyjam ott az állásomat a galériában, és tartsak paranormális jelenségekkel és képességekkel foglalkozó tanfolyamot. Még azt is megmondta, hogy három hónapon belül hány hallgatóm lesz. Ezúttal megfogadtam a tanácsát, bár nemigen hittem benne, hogy ezen a környéken akkora lesz az érdeklődés. Sethnek igaza volt: élveztem a foglalkozásokat, sokat tanultam belőlük, és saját képességeimet is sikerült olyan irányokban fejlesztenem, ahogyan azelőtt nem is hittem volna.

Az ülések első fél évében Willie, a macskánk rendkívül barátságtalanul kezdett viselkedni. Közvetlenül az ülések előtt vadul fűjt és prüszkölt. Egy este komolyan meg is ijesztett. Éppen az ülésre készülődtünk; Willie a hálósobai szekrényben szunyókált. Hirtelen kirentott a szekrényből, a bundáját felborzolta, átrohant a nappalin, és elbújt a függöny mögött. Máskor belekapott a bokámba, miközben Sethként beszéltem; ott csimpaszkodott a nadrágom szárán, és transzban lévén a fél szobán át vonszoltam magammal. Robnak végül be kellett zárnia Willie-t a műterembe.

Rob végül megkérdezte Sethtől, mi a baj. A válasz úgy szólt, hogy Willie rendkívül finom érzékei már az ülés előtt felfogták Seth jelenlétét. Azt mondta: a macska viselkedése megváltozik majd, ha hozzászokik a helyzethez. Willie körülbelül egy hónap múlva ismét a régi önmaga lett. Ma már oda sem hederít az ülésekre, sőt néha az ölembe telepszik, míg transzban vagyok.

Ez alatt az idő alatt Robnak kiújultak a hátpanaszai, bár sokkal enyhébben, mint azelőtt. Seth több hosszú ülést szentelt Rob állapotának, és elmagyarázta a tünetek okát. A tünetek végül gyógykezelés nélkül múltak el; szerintünk a gyógyulás oka az a tudás volt, amelyet Rob ezeken az üléseken szerzett. Korábban olyan hintaszéket vettünk neki, amelyet Kennedy használt. Rob ebben a székben ülve írta a jegyzeteket az üléseken, és egy darabig egyedül ebben tudott kényelmesen ülni. Amikor rendbejött, többé nem volt szüksége a székre, úgyhogy én szoktam rá a használatára. Sokkal később, amikor végre hajlandó voltam leülni a Seth-beszélgetéseken, ez lett a kedvenc „Seth”-székem.

Hamar megtanultuk, hogy Seth a testi tüneteket a belső bajok külső materializációjának tekinti. Hangsúlyozta a szuggesztió fontosságát és az önsajnálát veszélyeit. Azt mondta: ha egyikünk beteg, a másik ne vigasztalgassa túlzottan, mert azzal a betegségtudatot, a betegség ideáját erősíti. A későbbiekben remek tanácsokat adott az egészségség megőrzésének módjáról. Ezzel a témával a 13. fejezet foglalkozik.

Azért szenteltem ennyi időt és teret a korai Seth-üléseknek, hogy az olvasó az anyag egy részével abban a formában ismerkedjék meg, ahogyan azt átadták nekünk. Egy része az anyagnak oly elemi szintű, hogy ma nem is értjük akkori elképedésünket. Az állandó felfedezés érzése, az intellektuális kíváncsiság hajtott bennünket előre, és kételyeimet végül is ez oldotta fel.

A következő hónapokban annyi fejlemény történt, hogy nem könnyű mindet sorra venni. Mindketten ekkor éltünk át először testen kívüli élményt, úgynevezett „asztrálprojekciót”, asztrálkivetülést. A Seth által „pszichológiai idő”-nek nevezett jelenséggel folytatott kísérleteink révén fejlődtek paranormális képességeink. A Seth-szövegek minősége mind magasabb lett, látókörük egyre tágult, és felvettük a kapcsolatot másokkal is, akik a parapszichológia területén dolgoztak. Hamarosan rá kellett ébrednünk, hogy Seth valóban látnok, és hogy médiumi kiképzésem éppen csak elkezdődött.

6.

SETH ÉS A PSZICHOLÓGUS

Az, hogy a kiadóm meglepődött, amikor elolvasta az ESP-könyv első nyolc fejezetét, enyhe kifejezés. Dolgoztunk már együtt azelőtt; ismert már eléggé ahhoz, hogy személyes érdeklődést tanúsítson. Lelkes válaszleveleket írt, de kifejezte aggodalmát is a könyv jelenlegi állapota miatt. Tapasztalataim bebizonyították, hogy a tudtomon kívül egész életemben médium voltam, írta, és ez alááshatja a könyv alapkoncepcióját — azt, hogy a kísérletek bizonyos mértékig mindenkinél működnek, tekintet nélkül pszichikai ismereteikre, képességeikre.

— De hát éppen ezek a kísérletek szabadították fel a képességeimet — érveltem Robnak. — Ez bebizonyítja a lényegét, nem? Azelőtt sohasem voltak paranormális élményeim...

— Ne nekem mondd: mondd a kiadónak — felelte Rob. — Én, ha az életem függne tőle, akkor se volnék képes megérteni, miért nem lett sokkal jobb ez a könyv Seth felbukkanásától, mint nélküle lett volna.

Mint megtudtam, a kiadót éppen Seth részvétele zavarta. Ha Seth fontosságát visszavenném, és a többi, ugyancsak sikeres kísérletre koncentrálnék, a könyvnek nagyon jó esélyei lennének — mondta. A többi kísérlet például mindennapi jóslásokat, álmofelidézést foglalt magában; álmofelidézési munkánk már bebizonyította számunkra a látnoki álmok létezését.

Mindketten megpróbálkoztunk jövődöléssel; ez naponta csupán néhány percet igényelt. Kitakarítottuk agyunkból az objektív gondolatokat, és felírtunk mindent, ami az eszünkbe jutott: így próbáltuk megjósolni a nap eseményeit. A lényeg az volt, hogy az intellektust háttérbe szorítva szabadságot engedjünk az ösztönös Énnek. Az eredmények bennünket is megleptek, és meggyőztek arról, hogy a legtöbb embernek több tudomása van a jövőről, mint hinné. Fölfedeztük többek között, hogy gyakran látjuk előre egyazon esemény különböző részleteit.

Biztos vagyok benne, hogy mindenki előre reagál olykor egyes eseményekre; erről később szó is lesz még. Mivel ezekben a kísérletekben Seth konkrét javaslatokkal segített nekünk, és el is magyarázta, hogyan érzékeljük az ilyenfajta információt, egyszerűen lehetetlen volt a szerepét tompítani a könyv megjelenése érdekében. Számunkra Seth és a Seth-szövegek tettek lehetővé minden egyebet.

Végül, bár a szerkesztő támogatta a könyvet, a kiadó visszadobta. Nagy csalódás volt. Az eredménye az lett, hogy eljátszottam az ötlettel: mi lenne, ha Seth gon-

dolatait közreadnám mint a sajátomat, eltitkolva az eredetét? Ez nem volna becsületes, gondoltam, és elvetettem az ötletet. Különben is az volt a véleményem, hogy már maga az ülések ténye is izgalmas pszichológiailag, és fölvet egy sereg olyan kérdést, amelyekre maguk a szövegek adják meg a választ. Így tehát elküldtem a nyolc fejezetet egy másik kiadóhoz, és majdnem egy évre abbahagytam a munkát a könyvön. Munkaidőmet ehelyett novellairásra fordítottam, és elbeszéléseim meg is jelentek különféle országos magazinokban.

Ezenközben elhatároztuk, hogy írunk másnak is, aki ezen a területen dolgozik. Dr. Karlis Osis, az Amerikai Paranormális Jelenségek Társaságának tagja bizonyára találkozott már olyan esettel, mint a miénk. 1964 márciusában írtunk levelet neki. Hamarosan válaszolt, és kért néhány mintát az ülések jegyzőkönyveiből, meg azt, hogy Seth látnoki minőségében írja le az ő New York-i irodáját. Nem tudom, mit reméltem Dr. Osistól, de az biztos, hogy nem akartam Sethet próbára tenni. Seth ajánlkozott, hogy végrehajtja a kísérletet, de én ellenálltam; nem tudom, mitől tartottam jobban: attól-e, hogy sikerül, vagy attól, hogy nem.

— Ez tipikusan a *Hic Rhodus, hic salta* esete — mondtam Robnak könnyek között. — Ha ez az egész nem csupa üres locsogás, akkor lássuk, hogy megy át Seth a falon!

— Seth azt állítja, hogy képes rá — érvelt Rob nem minden ésszerűség híján.

Még Robnak sem tudtam elmondani félelmeimet. Mi van, ha Seth mégsem képes rá? Nem azt jelentené ez, hogy minden egyéb is csupán valamiféle tudat alatti svindli? Miért egyezett bele Seth, amikor jól tudta, hogy engem halálra rémít a feladat?

— Attól félsz, hogy próbára kell tenned ezt az ügyet — mondta Rob. — De a játszmának ebben a szakaszában ez teljesen normális. Jobb volna, ha nem erőltetnéd.

— Én tévedhetek, abban nincs semmi baj — próbáltam megmagyarázni. — De mi van, ha Seth is téved? Ha megpróbálja megtenni, amit kérünk tőle, és nem tudja?

— Miért, szerinted mindenhatónak kellene lennie? — kajánkodott Rob.

— Nem, dehogy — feleltem. — De persze nagy segítség volna, ha az lenne. — Akárhogy is, ekkor ismét lelombozódtam. Még nem voltam biztos abban, hogy hiszek az egyén halál utáni életében, márpedig ha nincs élet a halál után, akkor kitől kapom ezeket az üzeneteket? A tudatalattimtól? Ez a magyarázat kézenfekvő bűnbakot kínált, de ebben sem hittem igazán. A tudatalattim végül is kellő kifejezési lehetőséget kapott a novelláimban és a verseimben, anélkül, hogy más személy jellemzőit öltötte volna magára. Talán egy másodlagos személy? Lehetséges; viszont Seth nem illett bele az addig olvasott eseteírások összképébe — és nem illetem bele én sem.

Míg én tétováztam, hogy végrehajtsuk-e a kísérletet, Rob küldött még egy adagot a szövegekből Dr. Osinak. Dr. Osis azt válaszolta, hogy maga az anyag őt nem

érdekli, mivel nem illik az ő empirikus pszichológiájának keretei közé. Kérte, hogy ne küldjünk több anyagot, kivéve, ha ESP-vel kapcsolatos kísérletek leírását tartalmazza. Az változatlanul érdekelte, hogy ESP-ügyben tegyük próbára Sethet, engem mégis felbosszantott a levele. Ha nem érdekli ez a szenzációs anyag, háborogtam, akkor keressen mást, aki bekukucskál a falain keresztül!

Ne feledjük: ez 1964. márciusában volt. Az ülések csak pár hónappal azelőtt, decemberben kezdődtek, csak kevés ESP-eset fordult elő az üléseken, kivéve a fizikai effektusokat, amelyek viszont nemcsak felvillanyoztak, meg is rémítettek.

Úgy tűnik, nem álltam még készen arra, hogy akár Sethet, akár magamat próbának vessem alá. Attól féltem, hogy Seth látnoki mivolta pusztán tudat alatti hivalkodás — akár az övé, akár az enyém —, és nem tudtam még, van-e bátorságom rákérdezni a blöffre. És mi van, ha nem blöff? Ahhoz sem volt bátorságom, hogy ezzel szembenézzek! Egyszerűen nem tudtam még zöld ágra vergődni a saját élményeimmel. Azt hittem, Sethet szigorú, merev keretek között kell majd próbára tenni; tehát vagy az történik, hogy sikerül a próba, vagy az, hogy Seth kudarcot vall. Mit sem tudtam az ESP-kutatásban természetes, találatokkal és tévedésekkel teli kísérleti gyakorlatról. Kevés fogalmam volt a médiumitás belső mechanizmusairól, és valószínű, hogy akkoriban a következetes kísérletezés az én ellenállásomon futott zátonyra.

Dühös voltam Dr. Osisra, amiért jeleket vagy csodákat vár el (így értelmeztem akkor a levelét). Mégis tudtam, hogy ha egyszer összeszedem a bátorságomat, és próbára teszem Sethet vagy saját magamat, én is ugyanezt fogom követelni.

Időközben változás állt be transzállapotaimban is. Az első évben, ha Sethként beszéltem, fel-alá járkáltam a szobában. A szemem nyitva volt, a pupillám kitágult, és sokkal sötétebb volt, mint általában. A 116. ülésen, 1964 decemberében azonban leültem, és lehunytam a szemem. Rob nagyon bölcsen az ülés végéig nem szólt semmit. Seth elmondta, hogy ez kísérleti folyamat, és csak akkor folytatódik, ha hozzájárulok.

Ma már nevetségesnek tűnik, hogy 116 ülésre volt szükség, mire leültem, és felhagytam a járkálással. Mire ez az első változás végbement, már túl voltam az első testen kívüli élményen, és Seth útmutatásait követve, napi gyakorlatok során látnoki élményeim is voltak. De úgy éreztem, hogy ezek esetében nálam van az irányítás, az üléseket viszont Seth irányította, és számomra ez nagy különbség volt. Beleegyeztem az újszerű transzfolyamatba, de beletelt még egy kis idő, mire ez kivételtől szabállyá változott. A transz mélyebb lett, a szövegek bonyolultabb témákig merészkedtek. Ugyancsak ekkoriban kezdte Seth levenni a szemüvegemet, mielőtt megszólalt volna.

(A következő változás a transz alatti viselkedésemben 1966 januárjában állt be. Miután egy évig lehunyt szemmel vettem részt az üléseken, hirtelen megint elkezd-

tem kinyitogatni, pedig a transz most még mélyebb volt, mint azelőtt. Szembetűnő volt a változás a testtartásban és a mimikában is — általános személyiségváltozás ment végbe. A tekintet már nemcsak hogy nem Jane-é volt: határozottan Sethhez tartozott. Seth kényelmesen betelepedett a testembe. Jelenleg is ez a folyamat érvényesül, és ez a rendszer láthatólag bizonyos kifejezési szabadságot biztosít Sethnek. Gyakran néz például a szemébe Robnak vagy bárkinek, akihez szavait intézi.)

1964-ben azonban, amikor megírtuk levelünket Dr. Osisnak, a transz még nem volt ennyire mély, és nemrég kezdtem leülni beszéd közben. 1965 folyamán a Seth-szövegek a heti két ülés eredményeképpen folyamatosan gyarapodtak. Ennek az évnak az elején Frederick Fell szerződést kötött velem az ESP-könyvre, így már határidőhöz is kellett tartanom magam.

Az ESP-kísérletek gondolata még mindig megijesztett, de tudtam, hogy sem elkerülni, sem nélkülözni nem lehet őket.

1965 tavaszán, körülbelül egy évvel a Dr. Osisnak írt levél után Rob írt Dr. Instreamnek (ez nem a valódi neve), aki New York állam északi részén egy állami egyetemen dolgozott. Dr. Instream már régóta egyike volt az ország legkiválóbb pszichológusainak, és pályája során több médiumot megvizsgált már. Ha Seth másodlagos személyiség, gondoltam, azt Dr. Instream tudja megállapítani. A levélhez ezúttal is mellékeljük néhány ülés leírását. Dr. Instream válaszolt, érdeklődéséről

biztosított, és meghívott, hogy vegyünk részt az 1965 júliusában tartandó Nemzetközi Hipnózis Szimpóziumon.

Ekkorra már korregresszió és reinkarnáció kapcsán végeztünk néhány hipnózis-kísérletet. Ezekben én voltam a hipnotizőr, és Rob volt az alany. A Seth-üléseken viszont sohasem használtunk hipnózist a transz előidézésére, és az ülések kezdetekor semmiféle gyakorlatunk nem volt a hipnózisban. Vajon Dr. Instream hipnotizálni akar engem? Nem voltam benne biztos, hogy ebbe beleegyeznek-e. Most, hogy olvastam azokról a hipnotikus kísérletekről, amelyeknek Mrs. Eileen Garrett, a híres médium vetette alá magát, már tudom, hogy én sosem tenném ki magamat ennek. (Az önhipnózis más dolog — azt rendszeresen alkalmazom, amikor egészségmegőrző szuggesztióknak vetem alá magam.)

Örömmel néztünk a Dr. Instreammel való találkozás elébe. Ahhoz azonban, hogy ki tudjuk fizetni az útiköltséget meg a szimpózium részvételi díját, hozzá kellett nyúlnunk a nyaralásra félretett pénzünkhöz. Ráadásul Rob ekkoriban délelőttönként egy helybeli üdvözlőlap-előállító cég grafikai osztályán dolgozott, és délutánonként festett. Ennélfogva az utazás érdekében szabadságot kellett kivennie.

Életünk legörültebb, legzűrzavarosabb vakációja volt ez. Az első előadáson, amelyen részt vettünk, az előadó hipnózis-bemutatót tartott. Rajtunk és néhány egyetemistán kívül csupa pszichológus, orvos, fogász volt jelen. Az előadó a hipnó-

zissal kapcsolatos munkásságáról ismert pszichológus volt. Fojtott hangon kijelentette: mivel a hallgatóság többsége hivatásszerűen alkalmazza a hipnózist, tudniuk kell tehát, milyen érzés a hipnózis állapotában lenni. Hozzá is fogott.

Rob ült az egyik oldalamon, Dr. Instream a másikon. Úgy döntöttem, hogy nem hagyom magam hipnotizálni, de, hogy gyanút ne keltsek, lehunytam a szemem. Amikor a hallgatóság zöme kötelességtudóan alámerült — engem valamiért összecsukott szárnyakkal ülő galambokra emlékeztettek —, óvatosan felpillantottam, hogy megnézzem, mit csinál Dr. Instream. Tekintetünk találkozott. Rob bennünket figyelt, és somolygott.

Dr. Instream nagyszerű ember volt. Később, amikor Oswegóban, egy Howard Johnson's vendéglőben ültünk együtt, és a derék doktorral beszélgettünk, egyszerre megéreztem Seth jelenlétét. Otthonunktól távol még sohasem tartottunk ülést. Megpróbáltam a szememmel jelt adni Robnak. Egyszer még bokán is rúgtam, reménykedve, hogy nem Dr. Instream lábát rugdosom. Végül sikerült elkapnom a pillantását. Rob vette az üzenetet, és nevetséges grimasszal vállat vont.

— Khm... Nem is tudom, hogy mondjam — szólaltam meg —, de ha találkozni akar Sethel, most megteheti. Itt van.

Semmi kedvem nem volt egy Howard Johnson's vendéglőben ülést tartani. Dr. Instream ugyanígy volt vele. Gyorsan elvitt bennünket az irodájába, és becsukta az ajtót.

Az irodában megvalósult az első olyan Seth-ülés, amelyben oly gyorsan közlekedtem ki-be a transzban, hogy Seth is és én magam is részt tudtunk venni a beszélgetésben.

Seth először üdvözölte Dr. Instreamet, aztán így szólt: — Az én szakterületem az oktatás. Különösen az emberi személyiségben fölfedezhető [látszólag paranormális] képességek megértése és kutatása érdekel, mivel ezek nem természetellenesek, hanem sajátjai az embernek... Tudatában vagyok a nehézségeknek, amelyekkel szembe kell nézni.

— Gyakran szoktam mondogatni: én nem valami ködös tekintetű kísértet vagyok, aki éjfélkor materializálódik. Egyszerűen csak egy független személy vagyok, akit nem kötnek már a ti fizikai törvényeitek... — Seth ezután az ESP-kísérletekről beszélt, amelyeket Dr. Instream javasolt a korábbi beszélgetés során. — Vannak nehézségeim, mert Ruburt olykor meglehetősen csökönyös, de ezt is számításba kell venni... Komolyan megpróbálom megtenni, amire az adott körülmények között képes vagyok. Számítani lehet az együttműködésemmre. Mondani sem kell: ez nem sikerülhet egyik napról a másikra, de el fogjuk kezdeni. A rendszeres ülések egyikén ismer-

tetem majd, hogy mit lehet tenni. Sok mindent megtehetünk. Sok mindent nem tehetünk meg. De mivel értjük mind a lehetőségeket, mind a korlátokat, így abból, amink van, kihozhatjuk a lehető legtöbbet.

Azt hiszem, valamiféle rekordot állíthattunk fel ezen az ülésen. Előbb én mondtam valamit, aztán Dr. Instream, aztán Seth, majd Rob — akár egy körhinta. Seth a keresztnévén szólította Dr. Instreamet [Ez az angol nyelvben a tegezésnek felel meg. — A szerk.], és ezek ketten úgy beszélgettek egymással mintha régi cimborák volnának. Egy kissé meg is voltam ijedve ettől. Végül is Dr. Instream köztisztelőben álló, éltes tudós volt. Rob veszett tempóban jegyzetelt, hogy amit lehet, papírra vessen.

Seth azt mondta: — Teret kell engedni a spontaneitásnak, akkor lehet szert tenni a bizonyítékra, amely téged érdekel. Ha túlzottan erőlteted az eredményt, a spontaneitás odavész. Belép az Én, és nekünk befellegzett.

— Pontosan — helyeselt Dr. Instream. — Vigyázva kell előrehaladnunk, anélkül, hogy erőltetnénk... Kicsit elvesztettem itt a talajt, Seth. A spontaneitás valóban fontos, de...

— Számunkra az a kapu — szólt közbe Seth. — Ha bármiféle bizonyíték érkezik, azon a kapun át érkezik.

— Igen — mondta Dr. Instream —, de a mi emberi korlátaink... A saját módszertanunk is fontos, ha azt akarjuk, hogy mások is odafigyeljenek.

— Egy menetrendszerű ülésen ezt is tekintetbe vesszük majd — monda Seth. — Ezeken [az emberi korlátokon] belül fogunk dolgozni, és meglátjuk, mit tehetünk. Nagy haszna volna, ha te meg a többiek belátnátok, hogy ezek a korlátok egyedül csak azért léteznek, mert elfogadjátok őket.

— Értem.

— Az ember személye nem születetten korlátozott. Az ébrenlét, mint mondani szoktam, ugyanolyan transzállapot, mint bármi más. Itt [az üléseken] csupán más csatornákra irányítjuk a figyelem fókuszát. Gondold végig a transzállapotokban megfigyelhető tudatossági szinteket. Az Én a tudatosság irányába tekint...

— Neked és nekem sok közös érdeklődési területünk van. A személyiséget elemi szinten mindig úgy kell tekinteni, mint tevékenységi minták összességét. Ha különböző szinteken megpróbálsz beavatkozni, megváltoztatod a mintákat. Ha feltöröd a tojáshéjat, hogy megnézd, mi van benne, tönkreteszed a tojáshéjat. Más módokon is hozzá lehet fogni. Nem kell kalapács, hogy feltörjük a tojáshéjat... Tojáshéj vagyok magam is, de a feltörésemhez nincs szükség kalapácsra. — Seth szélesen mosolygott.

— Ezt jobban meg kell vizsgálnunk — mondta Dr. Instream. — Ember vagyok. Tanulnom kell. Bizonyítékra van szükségünk.

— A te hozzáállásoddal talán hozzá is juthatsz a bizonyítékhoz. De azoknak, akiknek elméje zárva van, sohasem mutathatsz olyan bizonyítékot, amely kielégítené őket.

— Némelyik bizonyítékot, amely a rendelkezésünkre áll, nehéz volna megcáfolni, de ezeket a dolgokat módszeresen kell vizsgálni — mondta Dr. Instream.

— Többek között ezért nem teremtettünk szeánszhangulatot. És ezért kerülöm a bemutatókat is...

— Ez megint egy kicsit túl mély nekem. Időre van szükségem, hogy átgondoljam, mit tehetünk, mik az elképzeléseid.

— Lehet, hogy eltelik bizonyos idő, míg elérjük, hogy Ruburtot elfogadják — mondta Seth —, de nem látom akadályát.

Dr. Instream tisztelettel, mély tisztelettel kezelte Sethet; meg kell mondjam, hogy akkor ezt eléggé gyanúsnak találtam. Magam sem voltam biztos abban, hogy Seth kiféle-miféle; nem egyszer jutott eszembe: a doktor viselkedése csak arra szolgál, hogy elnyerje a bizalmamat. A pszichológus úgy tesz, mintha maga is hinne a páciens téveszméiben.

Mielőtt ez a látogatás véget ért volna, Dr. Instream nem hivatalosan elmondta: szerinte Seth „masszív intellektus”, és egyáltalán nem tartja másodlagos személyi-

ségnek. Nem kis örömet szerzett azzal, hogy hozzátette: úgy látja, hogy kitűnő érzelmi és lelki egészségnek örvendek.

A szimpóziumon sajnos beszéltünk egy másik pszichológussal is, aki korban sokkal közelebb állt hozzám. Az egyik kötetlen összejövetelen ismerkedtünk meg vele. Amikor rájött, hogy semmi közünk az orvosi hivatáshoz, megkérdezte, milyen érdeklődés hozott bennünket a szimpóziumra. Elmondtuk neki. Egyik dolog jött a másik után — vitatkozni kezdtünk Sethről, és Rob később, a szobánkban megmutatott neki néhány feljegyzést.

Egy órát sem töltöttünk még együtt, a pszichológus máris biztosított afelől, hogy skizoid vagyok, és az üléseket arra használom, hogy uralkodjam Rob fölött. Felkapta a jegyzeteket az asztról, úgy jött felém, mint egy haragvó isten, és a papírlapokat lobogtatta az arcom előtt. — Szóval maga szerint erről még jegyzőkönyvet is kell írni, mi? — harsogta.

— Szükségünk van rá. Rob szokott jegyzetelni — ennyit sikerült elhebegnem.

— Ahá! — kiáltotta, de *tényleg* kiabált —, ez az egyik legfontosabb tünet!

— De hát Rob írja a jegyzeteket...

Ez sem használt. Akármit próbáltam mondani a magam érdekében, azonnal dialmasan felordított: — Látja? Látja? Maga is érzi, hogy védekeznie kell!

Ez a Dr. Instreammel folytatott első és második beszélgetés között történt. Közben autóval csavarogtunk a kihalt egyetemi városkában, és egyszer, egy füledt kis bárnál megálltunk egy italra. Soha nem éreztem még ennyi kétséget önmagam iránt. A pszichológus hangosan megfogalmazta belső félelmeim közül a legrosszabbikat.

— Alig fél órát beszélt velünk, szívem — mondta Rob.

— És ha igaza van? Én akkor sem tudnék róla — ez a legrosszabb az egészben. Egyikünk se tudna róla, vagy nem volna hajlandó elismerni!

— Édesem, ha valaki ennyire sérült érzelmileg, az a normális, mindennapi életben is mutat tüneteket.

— De az ülések! — keseregtem. — Az ülések, amelyekről azt hittem, annyit segítenek... A szövegek, amelyekben annyira hiszek, hogy segítenek megérteni a valóságot! Mi van, ha ez az egész csak az elmebaj tünete?

Elhajtottunk az elegáns egyetemi épületek mellett. Milyen szép és rendezett! Bárcsak ilyen rendezett volna az élet is, gondoltam. Amikor megérkeztünk Dr. Instream irodájába, Rob még mindig engem nyugtatgatott. Tényleg olyan fecsegő, uralkodni vágyó nő lennék, aki minden fortélyt latba vet, hogy elnyomja a férjét? Ránéztem Robra. Ott állt, csöndes volt és magabiztos, „hüvös” — ellentétben az én „tüzes” karakteremmel —, röviden szólva a férfiideálom. Általában beszédes vagyok. Most befogtam a számat, és Robot engedtem beszélni, legalábbis megpróbáltam.

Dr. Instream felvilágosított: a pszichológus pontosan azt a viselkedést tanúsította, ami a legjobban fel tudja bosszantani a parapszichológusokat. Azt is elismételte, hogy semmi ilyen tendenciát nem fedezett föl a viselkedésében. — Annak az embernek nincs pszichológiai gyakorlata — mondta. — Csak a tankönyvi eseteket ismeri. Szerencsétlen találkozás volt ez, mondta, de talán nem baj, hogy a játszmának ennyire az elején futottunk bele. Az akadémikus pszichológusok hajlamosak rá, hogy rossz szemmel nézzék a médiumitást. Az ilyen megjegyzéseknek le kell peregniük rólam. Ki kellett volna nevetnem azt a fiatal pszichológust. Azt mondhattam volna neki: — De jól ismeri az uralkodni vágyó személyiséget — lehet, hogy belülről? — vagy valami ehhez hasonlót.

Az eset azért mégis nyugtalanított. Eltelt bizonyos idő, mire ismét teljesen megbíztam magamban és a reakcióimban. Azt is éreztem, hogy többé nem vonakodhatom: ki kell próbálnom, mire képes Seth, mire nem.

Dr. Instream elmagyarázta az ESP-kísérletek parapszichológiai megközelítését, és azt javasolta, hogy Seth próbáljon látnoki eszközökkel meglátni olyan tárgyakat, amelyekre ő koncentrál. Ezt minden ülésen megtennénk. Hétfőnként és szerdánként este tízkor Dr. Instream otthon a dolgozószobájában egy tárgyra fog koncentrálni. Ugyanebben az időpontban megkérdezzük Sethet, és minden héten levélben elküldjük az eredményt Dr. Instreamnek. Most már beleegyeztem, és Seth is igent mondott.

Ezután, a hazafelé vezető úton Robnak új ötlete támadt. Mi lenne, ha közben magunk is megpróbálkoznánk valami hasonlóval? Úgyhogy a Dr. Instream-féle kísérellettel egyidejűleg elkezdtuk a borítékteszteket, amelyekben Sethet megkértük, hogy mondja el, mit lát a dupla, leragasztott borítékok belsejében.

Ki akartam próbálni, vajon Seth valóban meg tudja-e tenni azt, amit állít. Dr. Instreamnek a látnoki képességek bizonyításához tudományos adatokra volt szüksége, és mi valamennyien azt reméltük, hogy tudunk ilyet szolgáltatni. Nem kis célt tűztünk magunk elé! Az 1965 augusztusa és 1966 októbere közötti hónapokban annyi sikerben és kudarcban volt részem, hogy beleszédültem. A következő fejezetben ennek az izgalmas és talányos esztendőnek a történetét mondom el.

7.

TESTEN KÍVÜLI ÉLMÉNYEK - TAXIBA SZÁLLOK, DE A TESTEM OTTHON MARAD

Az Instream-teszteket és a saját borítékos tesztjeinket 1965 augusztusában kezdtük el. Októberben volt esedékes első könyvem megjelenése, és Peg Gallagher, az elmirai *Star Gazette* riportere interjút készített velem. Futólag ismertem már azelőtt is, de ebből az alkalomból Rob meg én összebarátkoztunk vele meg a férjével. Bill, a férj a *Star Gazette* hirdetési főnökének helyettese volt. Gallagherék Puerto Ricóba készültek vakációra a közeljövőben. Elhatároztuk, hogy előkészítünk egy kísérletet.

A szokásos eszközökkel egyáltalán nem fogunk kommunikálni. Helyette megkérjük Sethet, hogy „hangolódjék rá” Gallagherékre a nyaralásukon. Amíg ők úton vannak, ezzel fogjuk helyettesíteni a borítékos kísérletet. Annyit tudtunk, hogy Peg és Bill San Juanba készül, de ennél többet nem. Ráadásul sem Rob, sem én nem jártunk még soha Puerto Ricóban.

Egy Seth-ülés közepén tartottunk, Seth éppen Gallagherék utazásáról szerzett benyomásairól mesélt. Kedvenc hintaszékemben ültem, és Sethként beszéltem éppen, amikor egyszer csak egy taxi hátsó ülésén találtam magam. A következő pillanatban a taxi olyan éles kanyart vett, hogy az ülés sarkába vágódtam. Egy pillanatra komoly rémület lett úrrá rajtam. Nem voltam hozzászokva ahhoz, hogy az egyik pillanatban kényelmesen üldögélek a nappaliban, a következő pillanatban meg egy száguldó taxi dobál!

Épp csak annyi időm volt, hogy megfigyeljem a sofőr tarkóját — rövid, tömzsi nyaka volt. Miközben ez történt, a testemmel tökéletesen elvesztettem minden kapcsolatot. Szubjektív érzéseim megegyeztek annak az embernek az érzéseivel, aki hirtelen elveszíti egyensúlyát a kanyarodó taxiban. Viszont, miközben ez történt, a testem nyugodtan ült a nappaliban, és mondta Seth szavait.

— Taxiút. A macskarajongó barátunk [Seth ezzel a gúnynévvel illeti Peget, aki nem szereti a macskákat] éppen nagyot nevet. Három dollár a viteldíj, ami soknak tűnik. A sofőr inkább idős, mint fiatal ember; tömzsi nyaka van. Az úticél a következő kanyar után jobbra van.

Amikor Peg és Bill hazatért, megtudtuk, hogy ezek a benyomások teljesen hitelesek voltak. Három dollárt fizettek a taxisnak, aki a repülőtértől a motelbe vitte őket. Peg bosszankodott is emiatt, mert két évvel azelőtt ugyanez az út két dollárnál is ke-

vesebbe került. A taxi egyszer tett egy nagyon éles jobb kanyart. Peg és Bill élénken emlékezett erre, nemcsak a kanyar miatt, hanem azért is, mert a sofőr közvetlenül ezelőtt áthajtott a piroson. A kanyar annyira éles volt, hogy még a gyomruk is felfordult tőle. Viszont a sofőr nem volt „inkább idős, mint fiatal ember”. Bár érdekes módon Peg megfigyelte, hogy hátulról valóban idősnek nézett ki, mert a tarkóján durva, cserzett volt a bőr. A nyaka egyébként valóban vastag és tömzsi volt.

Nagy volt az örömöm, amikor mindez kiderült. Pontosan azt láttam, amit akkor láttam volna, ha testileg ott ülök az autóban. Peg és Bill nem érzékelte a jelenlétemet.

Az eset számos érdekes gondolatot vetett fel. Határozottan én voltam „odakint”, mégis Seth mondta el, amit én láttam. Hangja és személye irányította az én testemet, miközben a tudatom másutt járt — jó sok mérföld távolságban. Nem is kellett elmesélnem Sethnek, hogy mi történt — azonnal elmondta ő maga.

Arról az érzésemről viszont nem tett említést, hogy a kanyarodás az ülés sarkába hajított. Vajon azért, mert ő ezt nem érezte? Vagy azért, mert tudta, hogy erre biztosan emlékszem én is? Aztán nézzük a következő rejtvényt: tegyük fel, hogy a tudatom valóban eljutott a térben Elmirából San Juanba — de mi a helyzet az idővel? Az ülést 1965. október 25-én, egy hétfői napon tartottuk, viszont az incidens *egy héttel korábban*, 1965. október 17-én, ugyancsak hétfőn történt Gallagherékkal. Mégis éppoly elevenen éltem át az élményt, mintha abban a pillanatban érkezett volna

Puerto Ricóból. (Seth ugyancsak helytálló megfigyeléseket közölt ugyanerről az útról.)

A következő epizódban Seth nem vett részt közvetlenül, csak annyiban, hogy híven követtem útmutatásait a belső érzékek használatát illetően. Elhatároztam, hogy kipróbálom, egyedül milyen benyomásokat tudok szerezni Gallagherék utazásáról. Így hát még ugyanazon a héten egy délelőtt lefeküdtem, lehunytam a szemem, és azt szuggeráltam magamnak, hogy megkeresem Peget és Billt.

Hirtelen, minden átmenet nélkül a levegőben voltam, és egy hosszú, keskeny verandára ereszkedtem le, amelyet alacsony korlát övezett. Tudtam, hogy testem az ágyon fekszik, de elveszítettem vele minden kapcsolatot. Függetlenül a testem hollététől, én magam valahol egészen másutt voltam. Körülnéztem, és azt láttam, hogy egy sajátos felépítésű, kétszintes motel verandáján állok.

Az épület architektúrája szokatlan volt; a korlát fölött kisebb vízfelületet láttam, és mögötte, távolabb egy sokkal nagyobbat — úgy véltem, ez az óceán. Puerto Ricóban lennék? Fogalmam sem volt róla.

Az épület teljes hosszában ajtók nyíltak a verandára. Tanakodtam, vajon itt szálltak-e meg Gallagherék. Abban a pillanatban már tudtam, hogy igen, és hogy a középső ajtó mögött van a szobájuk. Peget és Billt azonban nem láttam.

Mielőtt délelőtt tizenegykor elkezdtem volna a kísérletet, az ébresztőórát beállítottam 11:30-ra. Most megszólalt. A tudatom oly gyorsan tért vissza a testembe, hogy a fejem (a testem feje) kóvályogni kezdett. Bosszankodva ültem fel. Nem tudhatok meg ennél többet? Nem pillanthatok meg egy táblát vagy valamit, ami pontosabban meghatározza a helyet?

Nem tudtam, hogy működik-e ez így, de harminc perccel későbbre állítottam az ébresztőórát, visszafeküdtem, és azt mondtam magamnak, hogy visszatérek ugyanarra a helyre. Ezúttal határozottan azt éreztem, hogy utazom. Hegyek és felhők sodródtak el mellettem. Aztán ugyanott, a motel fölött lebegtem a levegőben.

Túl magasam voltam, a részleteket nem tudtam jól kivenni, ezért azt kívántam, hogy közelebb kerüljek. Minden nehézség nélkül lejjebb ereszkedtem, de még mindig nem a földre. Alattam, kissé előbbre egy férfit pillantottam meg. Öltönyben volt, kalapot hordott, kezében aktatáskát vitt. A járdán lépkedett, és a motel túlsó végénél bement egy házba. Emlékszem: arra gondoltam, milyen furcsa, hogy öltönyben jár itt, mert a városról úgy gondoltam, hogy nyaralóhely. Úgy éreztem, csak pillanatok teltek el, de ismét megszólalt az ébresztőóra.

Milyen izgatott lettem! Azonnal térképvázlatot rajzoltam a motelről és környékéről. Alig vártam, hogy Gallagherék hazatérjenek, és ellenőrizhessem ezt is, meg a Sethről származó észleleteket is.

Megkértem Peget, rajzolja le a moteljüket és közvetlen környékét. A rajza meg-
egyezett az enyémmel! Leírásom a motelről ugyancsak helyes volt, ideértve azt is,
hogy a középső szoba volt az övék. A hely St. Thomas volt, egy sziget Puerto Rico
közelében. Peg és Bill a kísérletem napján és még másnap is ott tartózkodott.

És még ez sem minden: Bill mindkét reggelen felfigyelt arra a férfirra, akit lát-
tam, mégpedig éppen az öltöny miatt. A férfi bennszülött volt — ez volt a másik ok,
ami miatt Bill megnézte. Én ezt nem tudtam, mivel csak hátulról láttam. Az épület,
ahová belépett, a postahivatal volt.

Elfogott az izgalom — annyi mindent kellett megtanulnom. A Seth-ülésen Seth
mondta el, amit én figyeltem meg. Ezúttal várnom kellett, míg visszatérek a testem-
be, hogy leírhasam a történeteket, és megrajzolhasam a vázlatot.

Ami engem illet, nekem elég volt ennyi bizonyíték ahhoz, hogy meggyőzőzön:
mindkét eset hiteles. Ezek indítottak el a testen kívüli élmények kutatásában, amely-
ben még ma is keresem a válaszokat a jelenséggel kapcsolatos kérdésekre. Később
Seth ellátott tanácsokkal. Éppen most, miközben ezt a könyvet írom, Rob és én közös
kivetítési kísérletekbe kezdtünk, melyeket Seth kezdeményezett. Ezek az első esetek
jócskán megerősítették a Sethbe és saját magamba vetett hitemet.

Mennyivel érdekesebbek voltak ezek a történetek, mint az Instream-kísérletek,
amelyeket közben ugyancsak folytattunk! Ezekhez képest még a saját borítéktesztje-

ink is száraznak tündek. Elküldtük a Gallagher-anyagot is Dr. Instreamnek; rém izgatottan vártam választ. Biztosra vettem, hogy eredményeinket nem fogja *tudományos* bizonyítékként elfogadni, de hát ott volt a két majdnem teljesen egyforma rajz, és az észleletek is pontosak voltak. — Lehet, hogy szerinte ez nem elég tudományos — mondtam Robnak —, de legalább annyit el kell ismernie, hogy a látnoki észlelés valóban megtörtént.

1965 augusztusa és 1966 szeptembere között hetvenhat Instream-kísérletet és nyolcvanhárom borítéktesztet végeztünk el. Mint a legtöbbben, akiknek nincs tapasztalatuk paranormális ügyekben, én is világosnak és egyszerűnek képzeltem a dolgot. Ha Seth valóban az, akinek mondja magát, akkor képes kell legyen átlátni téren, időn, lezárt borítékon, éppoly könnyedén, mint ahogy mi látjuk a velünk egy szobában lévő tárgyakat. Nem tudtam, milyen sok függ attól, hogy milyen mély transzban vagyok, meg attól, hogy mennyi szabadságot engedek neki. Meg kellett tanulnom, hogy ne „blokkoljam” az átjövő információt. Azt sem vettem számításba, hogy még a normális érzékelésről sem tudunk eleget, és az érzékszerveken túli érzékelésről még annál is kevesebbet; egyetlen médiumtól sem várható el, hogy száz százalékgig pontos legyen. Az észleleteknek rajtam keresztül kellett átszűrődniük, és a régi mondás is azt tartja: tévedni emberi dolog.

Sethnek mégis sikerült felhasználnia a kísérleteket saját látnoki képességeinek bizonyítására; segítségükkel tovább folytatta oktatásomat, és ismertette velünk a lejátszódó folyamatokat is. A kísérletek során váltogatta a transz mélységét, hogy átéljem és megtapasztalhassam a különféle tudatállapotokat, s azt is megmutatta, miként használhatom saját asszociációimat egyes adatok megszerzésére. A kísérleteket az ESP bemutatására használta, de ennél többet is tett: rendszeresen gyakoroltatta velem a szubjektív fókuszállítást, és közben mindvégig magyarázatokkal is szolgált.

Az üléseken általában senki más nem vett részt, csak Rob meg én — a körülményeket aligha nevezhattük volna tudományosnak. De hát a borítéktesztekkel nem akartunk tudósokat vagy pszichológusokat meggyőzni semmiről. Csak arról szerettünk volna megbizonyosodni, hogy mit várhatunk el az ülésektől, és mit nem. Olyan megoldást akartunk, ami azon nyomban ellenőrizhető. Muszáj volt tudnom, hol tartunk!

Rob néha közvetlenül az ülés előtt készítette elő a borítékot, néha sokkal korábban. Mindenféle tárgyat felhasznált; olyat is, amit láttam már, a közelmúltban vagy régebben, meg olyat is, amivel sohasem találkoztam. Például egy levelet, amely az előző napon érkezett, és én is elolvastam, vagy valami olyan tárgyat, amelyet a házon kívül szedett össze, és nekem fogalmam sem volt róla. Előfordult, hogy a borítékot egy barátja készítette elő — ilyenkor maga Rob sem tudott semmit arról, mi van ben-

ne. Papírdarab, amit Rob az utcán szedett fel, falevél, sörálátét, hajcsomó, fénykép, firka, számla — mindez szerepelt egyszer-másszor. Rob néha szándékosan olyan tárgyat választott, amelynek erős érzelmi töltete volt. Máskor szándékosan valami közömbösöt. Meg akartuk tudni: vajon Seth bizonyos fajta tárgyakkal jobban boldogul-e, mint másokkal.

A tárgy mindig két kartonlap között helyezkedett el egy lezárt borítékban, és utána az egész belekerült egy második borítékba, amelyet szintén lezártak. Sohasem tudtam előre, mikor kerül sor ilyen kísérletre, és az ülés előtt sohasem láttam a borítékot. Rob mindig az ülés közepén adta át, amikor már transzban voltam, és általában a szemem is csukva volt. (Ami persze úgysem jelentett sokat, hiszen a tárgy mindig két kartonlap között, dupla borítékban lapult.) Volt, hogy az adatok közlése közben a borítékot a homlokomhoz szorítottam. (A következő fejezetben konkrét példákat sorolok fel.)

Micsoda hullámvasút! Ha Sethnek jól ment a teszt, én is napokig könnyűnek éreztem magam, mint egy tollpihe. Ha valamivel nem voltam elégedett, úgy éreztem, mintha két mázsányira híztam volna, és óránként még fél kilót szednék magamra. Azt gondoltam: a tökéletes teljesítményen kívül minden csak kételyeket támaszt Seth személyének függetlenségét illetően.

Mindent összevéve a kísérletek felbecsülhetetlen értékűnek bizonyultak, nemcsak az én gyakorlati oktatásom és önbizalmam növelése szempontjából, hanem azért is, mert előkészítettek a későbbi Seth-üléseken sorra kerülő, testen kívüli élményekre. Ezek a kísérletek és Seth magyarázatai olyan képet rajzoltak elénk a belső érzékek működéséről, amilyenhez semmilyen más módon nem juthattunk volna hozzá.

Ahogy Seth váltogatta a transz mélységét, két tudatfolyamot figyeltem meg: az övét és a sajátomat, és legalább bizonyos fokig kezdtem érteni, hogy a saját asszociációim mikor segítenek, mikor hátráltatnak. A nagyon mély transzban a belső folyamatok még a médium előtt is rejtve vannak. A legtöbb médium esetében a mechanizmusok annyira automatikusak, hogy az ilyen munkában közrejátszó belső pszichológiai tevékenységekről alig lehet megtudni valamit. Seth azt állította: a mi helyzetünk ebből a szempontból is előnyös.

Az adatközlésben gyakran tesz különbséget saját benyomásai és az időnként beszüremelő, tőlem származó észleletek között; az ényemeket összekapcsolja személyes asszociációimmal, és megmondja azt is, hogy helyénvalók-e, vagy sem. Ritkán fordul elő olyan „rövidzárlat”, hogy úgy érezném, mintha aludnék. Általában tudom, mi történik, bár utána szinte azonnal elfelejtem. Előfordul, hogy Seth meg én felváltva beszélünk, mert másodpercek alatt tudok transzba kerülni és kijönni belőle. Néha olyan, mintha összeolvadnék Seth-tel, és a sajátjaim helyett az ő érzéseit, reakcióit

érezem maradéktalanul. Ilyenkor Jane messze a háttérbe kerül, szunnyadozik, de a tudata azért halványan működik. Máskor — és ez a gyakoribb — én vagyok az előtérben, és Seth tanácsot ad, hogy mit mondjak.

Saját tesztjeink jelentik a mércét, amelyhez Seth és a magam teljesítményét mérem — azonnal ellenőrizni lehet a találati pontosságot, és közben megtanulom, hogyan állítsam élesre a belső fókuszot, hogy az általánostól eljussak az egyedihez. Erre az edzésre már csak azért is szükség volt, mert segített a Seth-szövegek közvetítésében is. Seth gyakran beszélt a miénkhez hasonló kommunikációban szükségszerűen előforduló torzításokról; nagy fontosságot tulajdonított annak, hogy az anyagot a lehető legkevesebb torzítás szennyezze. A későbbi üléseken részletesebben is szolt erről.

Amikor 1965 ősze beköszöntött, engem nagy remények töltöttek el, különösen a két fentebb leírt, testen kívüli élmény miatt. Nagyon vártam, mit szol hozzájuk Dr. Instream. Biztos voltam benne, hogy biztatónak ítéli őket, még akkor is, ha közvetlenül nem függték össze a vele folytatott kísérletekkel. Hozzáfoglunk már a számára fontos kísérletekhez is, és minden héten elküldtük neki az eredményeket. Mostanáig nem reagált rájuk; arra is nagyon kíváncsi voltam, vajon hogyan sikerült azokban a kísérletekben teljesítenünk. Ha csak fele annyira, mint a testen kívüli élmények esetében, gondoltam, kezdésnek akkor is nagyszerű kell legyen.

Időközben felmondtam állásomat a galériában, és minden időmet az írásnak szenteltem. Kivettem horgomat az ország egyik legnépszerűbb és legjobban fizető magazinjára. A szerkesztő egyik novellámat a másik után dobta vissza, de mindig biztatott, hogy a következőt már biztosan megveszi. Életemet a levélhordó látogatásai foglalták keretbe: egyrészt ettől a szerkesztőtől vártam kedvező választ, másrészt Dr. Instreamtól akármilyet.

Bebizonyítani a telepátia és a tisztánlátás létét valakinek, aki önmagát „keményfejú pszichológus”-nak tartja, emellett novellát adni el az ország egyik legjobb magazinjának, ráadásul folytatni a Seth-üléseket és a saját kísérleteinket — rájöttem, hogy ez egy kicsit sok egyetlen esztendőre.

8.

**A KÍSÉRLETEK ÉVE — SETH BORÍTÉKOKBA „LES”,
ÉS MŰVÉSZETI LECKÉKET AD ROBNAK**

A következő tizenegy hónapban a Seth-ülések elsősorban a kísérletek eredményeivel foglalkoztak. Este kilenckor Seth szokás szerint elkezdte az elméleti részt, amely egyre jobban érdekelt bennünket. Tízkor került sor az Instream-kísérletre, utána pedig Rob a kezembe adta a borítékot, ha aznapra terveztünk ilyen kísérletet. Ha sor került saját kísérletre is, akkor az ülés után még együtt maradtunk, és megpróbáltuk kiértékelni az eredményt. Addigra már rendszerint elmúlt éjfél, és eléggé elfáradtunk.

Bár a két testen kívüli élmény eléggé megerősítette önbizalmamat, mégis minden ülésen azt éreztem, hogy a kísérletekkel a végső határig feszítjük a húrt. Sohasem tudtam előre, hogy aznap lesz-e borítékteszt. Gyakran előre féltem az üléstől, hátha elbukunk a borítékteszten. (Ez végül is sohasem következett be, bár a közölt adatok nem mindig voltak olyan pontosak, amennyire szerettük volna.) Engem igazából nem érdekelt, hogy *mi van* a borítékban — csak azt akartam tudni, hogy Seth képes-e megmondani nekünk, és azt szerettem volna, ha minden egyes esetben száz százalé-

kig pontos. Biztos, hogy ez a hozzáállásom hatással volt a kísérletre. Ma már csodálom, hogy Seth egyáltalán képes volt akkoriban bármilyen eredményt elérni általam, de a legtöbbször nagyon jól sikerült a kísérlet.

Íme egy példa. Rob itt nem a telepátíát, hanem a tisztánlátást akarta próbára tenni. Sok más kísérletünkhöz hasonlóan ez is meglepő eredménnyel végződött. Rob jegyzetei világosan leírják, milyen módszerrel választotta ki a kísérlet tárgyát.

A műtermemben egy kupac régi újság hevert. Legtöbbjük a New York Times példánya, hétköznapi és vasárnapi számok vegyesen. Az ülés előtt kiválogattam a halomból a helyi lap példányaikat. Aztán hátat fordítottam a kupacnak, kihúztam belőle egy adagot, és anélkül, hogy megnéztem volna, kitéptem egy darabot az egyik oldalból. Még a hátam mögött összehajtogattam akkorára, hogy biztosan beférjen a két kartonlap közé és a borítékba.

A teszt tárgyának kiválasztott újságlapot még akkor sem néztem meg, amikor betettem a kettős borítékba. Aztán lehunyttal szemmel fölvettem azokat a lapokat, amelyeket kihúztam a kupacból, odatapogatóztam a mennyezetiig érő könyvespolchoz, és fölvettem egy magas polcra, ahol nem láthattam.

A folyamat végén csak egy dolgot tudtam biztosan: hogy a tárgy a New York Times egyik példányának részlete, de a dátum ismeretlen volt. A kísérlet végén Jane felnyitotta a kettős borítékot; én visszamentem a műterembe, és az elrejtett

újsgból kikerestem azt a lapot, amelynek részletét kiteptem. A New York Times 1966. november 6-i, vasárnapi számának 11-12. oldala volt.

Seth harminckilenc észleletet közölt. Szinte mindegyik közvetlenül vonatkozott a tárgyra. Leírok néhányat, az áttekinthetőség kedvéért csoportosítva.

— Papír tárgy, inkább durva, mint sima. — (A tárgy egy napilap kitepelt darabja volt, a papír felülete valóban durvább, mint például egy magazin fényezett papíráé.)

— Szürke a látvány. — (A papír mindkét oldalán voltak fotók, valóban szürkés tónusúak.)

— Nagyszabású adomány. — (A papíron a „nagyszabású árleszállítás” szavak voltak olvashatók.)

— Kapcsolatos a telefonnal vagy a telefonálással. — (A tárgy egyik oldalán ezt találtuk: „Postai vagy telefonmegrendeléseket nem fogadunk el”; a másik oldalon pedig ezt: „Megrendelhető postán és telefonon is”, és mellette egy csomó telefonszám sorakozott.)

— Valami ugyanolyan, mint valami más... Kettő van valamiből, vagy két egy fajtájú. — (Az „iker” szó szerepelt a tárgyon, egy árleszállításban kínált takaró méretének megjelöléseként. Szubjektíve mégis az volt az érzésem: ez a megjegyzés arra vonatkozik, hogy a borítékban lévő tárgy *része* egy hasonló tárgynak.)

A fenti adatok magára a tárgyra vonatkoztak. Most olyanok következnek, amelyek az oldalról szólnak, ahonnan a tárgy származott. Seth az alábbiakat mondta: — Valaminek az eltávolítása... Valami az anyanyelvvel... Korzói. — (Itt a „kormányzói” szót kerestem, de Rob szokás szerint úgy írta le a szót, ahogy a transzban kiejtettem.)

Amikor kiértékeljük a teszt eredményét, egy percig értetlenül álltunk ez előtt a rész előtt. Aztán Rob megnézte az egész újságlapot.

Mindketten egyszerre vettük észre. — Húha — mondtam. — Valaminek az eltávolítása — ez biztosan a kiárusítás! De a megfogalmazás elég nyakatekert.

— És nézd meg ezt itt — emelte fel Rob a kitépelt részt a teljes oldallal együtt. — „Választásnap kiárusítás” — ez áll a lap tetején, nagy, fekete betűkkel, mindkét oldalon. A korzói, vagy kormányzói arra vonatkozik, hogy november 9-én lesz New York állam kormányzójának megválasztása. Merem állítani: a „Választásnap kiárusítás” kifejezés az anyanyelvünkön van.

A kísérleti tárgy mindkét oldalán olyan hirdetések voltak, amelyek valamilyen módon összefüggtek a választás napjával, jóllehet maga a „választásnap” szó egyáltalán nem szerepelt a kitépelt papíron, csak az egész újságlapon, amely a kísérlet idején Rob könyvespolcán hevert.

— De miért nem mondta Seth egyszerűen azt, hogy „kiárusítás”? — kérdeztem bosszankodva.

— Hallgass ide — nevetett Rob —, úgy kell az adatokat vizsgálnunk, ahogy átjönnek, abból kell tanulnunk. Nagyon jól csináltad...

A fentieket ma remek példának tartom arra, hogy miként vesszük sokszor az érzékeken túli észleleteket. A kiárusítás valóban egy módszer valaminek az eltávolítására, de szóban a kapcsolat nem olyan közvetlen, mint ahogy szeretnénk. És nem is csak a tömörségről van szó: a válaszok néha egyszerűen csak mások, mint várnánk — ilyenkor a régóta ismert dolgokat új, de ugyanúgy érvényes szempontok szerint kell végiggondolnunk. Ebben a fejezetben szó lesz még ilyenekről.

Ez a kísérlet tartogatott még néhány meglepetést. Seth nemcsak ezt a kitűnő azonosító információt fogta fel, hanem további észleleteket is mondott a teljes oldalról, amelyből a kísérleti tárgy származott. A sok kiárusítási reklám mellett az újságnak abban a részében négy cikk is volt. A borítékba ezek nem kerültek bele, de Seth beszélt háromról közülük.

— Egy küldetés, váratlan következményekkel... 1943... Illia, és talán egy F és R... Valami újra megtörténik, mint egy megemlékezés... Valami zölddel van összefüggésben, talán mezővel... Egy gyerek... Januarius.

Mindez egy cikkre vonatkozott, amely egy dominikánus egyházi iskoláról szólt; a szemináriumot 1943-ban alapították a portugáliai Aldeia Novában. Úgy gondoljuk, a „Illia” talán az Aldeia kiejtésére irányuló próbálkozás lehetett. A cikk beszél egy

fiatal papról, Fernandes atyáról (atyá angolul Father, rövidítve Fr., itt az F és R betű), akinek az volt a *küldetése*, hogy adományokat gyűjtsön Amerikában az iskola felújítására. Ugyanő zarándoklatot is szervezett a fatimai ünnepek ötvenedik évfordulójára való *megemlékezésül*; a szeminárium alig tizenöt kilométerre van Fatimától. A cikk elmondja, hogy a szemináriumnak többek között saját gazdasága van, szőleje, zöldséges- és gyümölcsöskertje. Szerintünk erre vonatkozik a „valami zöld, talán mező” utalás. A „Januarious” kapcsolat nem függ össze a cikkel, mégis rendkívül fontos, mert számomra igencsak erős vallási tartalma van: egyik kedvenc gyerekkori tanítónőm egy apáca volt, Januarious nővér. A cikk beszél a három gyermekről is, akik Fatimában látták a jelenést, Seth pedig említett egy gyermeket.

Egy másik cikknek ez volt a címe: „Portugál rabok sanyarú sorsa”. Ez az írás arról szólt, hogy halaszthatatlanul szükséges modernizálni a „hatalmas, öreg, elavult” börtönöket, amelyek „rendkívül alacsony színvonalúak”, és közölt néhány statisztikai adatot is a portugáliai bűnözésről. A szerző megjegyezte, hogy egész Európában Portugáliában a legalacsonyabb az egy főre jutó jövedelem. Seth közlései eléggé nyilvánvalóak: — Valami szörnyűséggel kapcsolatos, valami szörnyű épülettel... Zavarodottság... Eltökéltség és hátrány... Nem kielégítő teljesítmény.

Seth arról az oldalról is közölt dolgokat, amelyből a kísérleti tárgy származott. — A tetején dátum... Gombok... valami figurák, és távoli kapcsolat koponyaformákkal... Színek, kék és bíbor és zöld... és további kerek dolgok.

Az újság megjelenésének dátuma természetesen valóban ott volt a lap tetején. A reklámfotókon látható ruhákon valóban voltak gombok, nem is kevés. A modellek arca a hátrasimított frizura miatt valóban kissé koponyaszerű. A Seth által említett színek az ágyneműhirdetésben szerepeltek. A bíbor szerintem az „Orchideafelhő” fantázianeve színt jelentheti.

A kísérlet azonnal számos kérdést vetett fel. Honnan vette Seth a teljes oldalra vonatkozó információt, amikor annak csak egy kis része volt benne a borítékban? Talán én alkalmaztam valamiféle kivetítést, egészen a műtermi könyvespolcig? Seth nem sorban adta az információt, nem úgy, hogy előbb a boríték tartalmára vonatkozót, aztán szépen sorjában rátért a lap többi részére; nem, ő ide-oda mozgott a kettő között, mintha együtt látná az egészet. És miért nem szorítkozott csupán a boríték tartalmára?

Egy későbbi ülésen megkérdeztük Sethet erről, és fölöttébb érdekes válaszokat kaptunk. — A rész mindig kapcsolatban áll az egészszel — mondta. — Számomra a kiszakított rész mellett ott volt a teljes oldal, és az egész részeiből kiolvasható az egész. Ha kellő szabadsága van egyfelől, másfelől pedig kellő gyakorlata az általam

való beszédben, Ruburt a teljes *New York Timest* kiolvashatja neked egyetlen lap letépett sarkából.

— Ebben tehát nincs szerepe a kivetítésnek.

— Szerepeltek más témák, amelyekben Ruburt saját tulajdonságai érvényesültek. Általánosságban szólva igaz az, hogy az érzelmi töltetű dolgoknak erősebb a vitalitásuk, ezért könnyebb őket megpillantani. Ezen túlmenően viszont Ruburt nem szereti a részleteket — Seth itt elmosolyodott —, és mindig is csupán vezérfonalként fogja használni őket.

— Nem fogja beérni azzal, hogy egyszerűen elmondja egy papírdarab részleteit. Az ő szellemi életében ez eléggé automatikus folyamat. Remélem, hogy üléseinken ezt más módokon is előnyünkre használhatjuk fel... A kísérletekben viszont, mivel le nem tagadhattuk, megpróbáltuk hasznát venni ennek a tulajdonságnak. Nekem Ruburt képességeivel és rajtuk keresztül kell dolgoznom, meg persze a saját képességeimmel. Ezt a tendenciát tehát arra használtuk, hogy szélesítsük a képet, és behozhassunk néhány további használható részletet... mégpedig olyan módon, amely Ruburt számára eléggé természetes.

A kísérletekről általában Seth így beszélt: — Tanítottam Ruburtot, s eközben az ő természetes érdeklődését és hajlandóságait követtem. A kísérletek iránti ellenérzést nem maga a gondolat váltotta ki belőle, hanem az a tény, hogy öncélú módon a rész-

letekre kell összpontosítania figyelmét. Az ellenérzés csak akkor támadt fel benne, amikor már megtörtént egy ilyen kísérlet. Az érzékszerveken túli érzékelésben — és az úgynevezett normális érzékelésben is — a személyiség természetes hajlamai határozzák meg, hogy a rendelkezésre álló adathalmazból mely információkat válogatja ki.

— Sok olyan területe van a tudásnak, amely bármely adott egyén számára érdektelen. Még a normális érzékelést sem használná fel azért, hogy megszerezze. Én Ruburt számára széles területeket nyitok meg, hogy összpontosíthasson. Segítek neki más irányokba és befelé fordítani az érzékelésre felhasznált energiát. Rendelkezésére bocsátom az információt. Ezután pedig ezt az információt a saját alapvető tulajdonságainak megfelelően használja fel.

A kísérlet az „irányított látnoki tevékenység” definíciója lehetett volna. Egy másik, korábbi teszt más szempontból volt megvilágosító erejű — bebizonyította számunkra, hogy az eredeti érzékszerveken túli érzékelés általános jellegű, mintha egy tág terület látképét nyújtaná. A fókusz szűkítéséhez különleges folyamatoknak kell lejátszódnuk.

Mulatságos volt ez a kísérlet, mert Seth a maga részéről remek teljesítményt nyújtott. Aztán odadobta a labdát nekem, és én kis híján orra buktam vele. A borítékban Robnak egy számlája lapult, rajta a dátum: 1966. július 15. Az ülést augusztus

elsején tartottuk. Amikor Rob kezébe kapta a számlát egy fatelepen, én is jelen voltam.

Rob két tábla, négyszer nyolc láb méretű farostlemezt és egy festékes tálat vásárolt. Az eladó, aki kiszolgált bennünket, nagyon beszédessé vált, amikor megtudta, hogy Rob festeni fog a táblákra. Elmesélte, hogy amikor a második világháborúban Európában katonáskodott, egy helybeli művész megfestette az arcképét. Nemi humorral előadta, hogy a festő teljesen szimmetrikusra és hibátlanra rajzolta az arcát, holott igazából jócskán ferde az arca, és az egyik szeme hibás. Az eladó szemüveget viselt.

Íme néhány szemelvény Seth észleleteiből: — Négy négyzet, vagy négyszer négy négyzet. — (Ezt nagyon jónak ítéltük: Rob ugyanis a táblákat félbe vágatta, hogy beférjenek a kocsiba. Így négy négyzet alakú táblát kapott, egyenként négyszer négy lábnyi méretűt.)

— Írás vagy nyomtatás a bal alsó sarokban, nagyon apró, ha vízszintesen tartod a tárgyat. Valami van a hátán is. — (Ezek is igazak voltak, bár a nagyon apró betűk nemcsak a bal alsó sarokban voltak, hanem az egész bal oldalon.)

— 1966, és tovább 1967-re. — (A számlán ott áll a dátum, az évszámmal együtt: 1966, és alatta: A csekk *továbbítva*.)

— Kapcsolatban áll valami fényképpel vagy hasonlóval. (Ez szerintünk egyértelműen a portréra utal.)

— Egy ovális alakzat, vagyis hát egy ilyesféle szem, egy négyszögben vagy háromszögben. — (Rob jegyzetei szerint itt a saját, lehunytt szememre mutattam. Az eladó, mint mondtam, az arcképpel kapcsolatban külön megemlítette hibás szemét és a szemüveget.)

— Kapcsolat valamiféle szállítással és vízzel. — (Sajátos utalás a tíz mérföldnyi autóútra *Wellsburg*be. [*Well* angolul kutat jelent. A ford.] A város neve a számlán olvasható. A számla hátán történetesen ott áll a „Házhozszállítás” szó is.)

— M betűvel kezdődő szó, és még egy M betű, ami egy név kezdőbetűje. — (Rob a márkanéven, Masonite-ként kérte a táblákat, de az eladó a számlára „Farost-lemez”-t írt. A számla tetején egy nagy M betű áll: Glenn M. Schuyler.)

— Négyszögletes tárgy, és valami sötét szín van rajta, talán sötétkék. — (A számla négyszögletes. A hátoldala pedig teljesen fekete.)

Seth mindent összevéve huszonnégy észleletet adott. Mindegyik helytálló volt, bár némelyik esetében lazább volt az összefüggés. Seth azt mondta például: — Kapcsolat a feketével, ami a halál jelképe; és valami küzdelemmel, szintén szimbolikusan, mint például két keresztbe tett kard. — (Szerintünk ez a második világháborúra való utalás; a bennünket kiszolgáló eladónak akkor festették meg az arcképét.) Egy

másik példa: — Számok... Talán 01913. — A számlán valóban vannak számok, és a számsor valóban nullával kezdődik (amit mi eléggé különösnek találtunk), de ezek a számok nem a Seth által megadott sorrendben szerepelnek. Az egyik sorozat 09-cel kezdődik (nem pedig 019-cel), az utolsó két számjegy, az 1 és a 3 pedig külön áll egy másik helyen.

Idáig az észleletek úgy jöttek át, hogy semmi gondom sem volt velük. Mély transzban voltam. Aztán Seth így szólt: — Egy érzés, hogy valami függ odafent; valami fenyeget vagy függ a tárgy felső része fölött, és sötét. — Miközben e szavakat mondtam Sethként, mintha egy repedés nyílt volna meg — valami kétely az elhangzott szavak értelmezése iránt. Tudtam: Seth azt akarja, hogy ezt a repedést magam szűkítsem be, és ez része a tanításomnak.

Úgy éreztem, hogy valami nagy és nehéz dolog függ fölöttem. Vajon ezt úgy kell lefordítani, hogy mondjuk egy súlyos tető van a fejem fölött? Vagy érzelmileg, „nyomott” hangulatot jelent? Nem tudtam. Abban a pillanatban halvány sejtelmem sem volt. Nem jött létre a helyes kapcsolat. Seth ekkor egy másik labdát dobott: — Valami fényes és kicsi, ami ott van ez alatt a nagy és fenyegető, függő dolog alatt. — Magamra hagyatva ezzel sem tudtam mit kezdeni, nem voltam képes eljutni addig az egyedi adatig, amelyre kíváncsiak voltunk.

Seth a „Tetőelemek” szóra akart rávezetni, amely a számla tetején, „a felső része fölött” volt olvasható. Látnivaló, mennyire helytálló és mégis kétértelmű volt az észlelet: „Egy érzés, hogy valami függ odafent; valami fenyeget vagy függ a tárgy felső része fölött, és sötét.”

A második észleletnek, amelyet nekem kellett volna kiegészítenem („Valami fényes és kicsi, ami ott van ez alatt a nagy és fenyegető, függő dolog alatt”) a „Festékes tál” szóig kellett volna elvezetnie, amely valóban ott állt a „Tetőelemek” szó alatt. A festékes tál tényleg kicsi, fényes és csillogó; az a példány, amelyet Rob aznap vásárolt, éppenséggel ezüstösen csillogó alumíniumból volt.

Seth észleleteit itt szó szerint kellett venni, mintha a számlán olvasható szavak megelevenedtek volna: mintha tárgyakként írta volna le őket, nem pedig tárgyakat jelölő szavakként. Később, amikor Seth rám bízott némely észleletet, már sokkal jobban teljesítettem, és az ilyen gyakorlatok felbecsülhetetlen értékűek voltak. Bár ezúttal nem voltam különösebben sikeres, mégis megtudtunk valamit az érzékelés sajátosságairól, márpedig Sethnek ez volt a szándéka. Ez a kísérlet fölkelte bennünk a gyanút, hogy alapvetően minden érzéklet, minden észlelet, légyen az érzéken túli vagy normális, alapvetően nem verbális és nem vizuális, hanem tisztán *érzés*, amelyet később fordítunk át az érzékek nyelvére.

Mindenfélét kipróbáltunk a borítékokkal. A *New York Times* esetében Rob maga sem tudta, mi olvasható a kísérleti tárgyon. Volt eset, hogy azt sem tudta, tulajdonképpen *mi* a kísérleti tárgy, sőt az is előfordult, hogy azt sem tudta, *mikor* lesz a kísérlet! Néhányszor a barátaink váratlanul toppantak be az ülésre, és magukkal hozták a tesztborítékot. Az ülés közepén adták a kezembe, én előre nem tudtam arról, hogy aznap borítéktesztre kerül sor. Rob néha azonnal felhasználta az így érkezett borítékot, máskor viszont eltette egy későbbi ülésre.

Az eredményekben nem okozott különbséget az a tény, hogy Rob tudja-e, mi van a borítékban. Egy este Nora Stevens (ez nem a valódi neve) jött el váratlanul. Egy barátunk barátja volt, és két üléssel korábban már járt nálunk. Ebben az időszakban arra biztattuk ismerőseinket, hogy váratlanul, bejelentés nélkül jöjjenek, és hozzanak tesztborítékokat; ezt egyébként elég kevesen tették meg. (Korábban és később is jobban szerettük a zárt körű üléseket.)

Tudtuk, hogy Nora titkárnő egy kórház irodáján, amelynek valami köze van a gyógyszerekhez és az orvosi segédeszközökhöz, de neki személy szerint nincs kapcsolata a betegekkel, a betegnyilvántartással vagy az orvosi eljárásokkal. Én nem tudtam, hogy borítékot hozott. Csak akkor csúsztatta oda Robnak, amikor az ülés már megkezdődött.

Seth ezeket mondta: — Kapcsolat egy családi feljegyzéssel, mintha például egy lap volna egy könyvből... Valami zaklatottsággal, kellemetlenséggel is kapcsolatos... Négy szám egy sorban, és még számok, M kezdőbetű, és kapcsolat egy másik várossal.

Az ülés után felnyitottuk a borítékot. Egy beteglap volt benne, egy kitépett lap egy tömbből; Nora egy másik iroda szemétkosarából szedte ki. Az alsó sarkában négy számjegy állt egy sorban, és a tetején további számok a páciens neve mellett, amely Margaret volt. A szülővárosának neve is M betűvel kezdődött — íme a kapcsolat a másik várossal. A kórházi ápolás nyilvánvalóan kellemetlenség, nemritkán zaklatott is. Seth további információkat is adott a nő életkörülményeiről, családi háttéréről, de ezt nem tudtuk ellenőrizni.

Ennek ellenére olykor még a jó eredmény is elbizonytalanít. Az egyik kísérletnek kezdetben elmondhatatlanul örültem. Ez volt a harminchetedik; 1966. március 2-án, a 237. ülésen került rá sor. A borítékba zárt tárgy Rob tenyerének lenyomata volt, egy héttel a kísérlet előtt készítette, amikor egy tényérelmzésről szóló könyvet olvastunk. Seth észleletei nem is lehettek volna pontosabbak. Utána napokig mosolyogva jártam-keltem a házban, ha csak eszembe jutott.

Aztán, éppen mosogatás közben egyszer csak fölmerült bennem egy fonák körülmény. Rob a nappaliban volt. Bementem. Lassú léptekkel. — Lefogadom, hogy

Dr. Instream kidobná a tenyérleNyomatos kísérlet eredményét, mert a múlt héten mind a ketten tenyérelemzéssel foglalkoztunk — mondtam.

— Lehet — ismerte el Rob. — De az is tény, hogy azóta kaptunk egy csomó levelet, amiket ugyanúgy felhasználhattam volna. Foglalkoztunk ezenkívül íráselemzéssel is; azokból az írásmintákból is kivehettem volna egyet. Választhattam volna valami olyat is, ami a születésed előtről származik, ahogy korábban sokszor megtettem. *Akármit* felhasználhattam volna. Mindegy, hogy mit választok, Sethnek egy bizonyos tárgyat kell leírnia. És azok az észleletek nem általánosak voltak — csak arra az egy bizonyos kézlenyomatra vonatkozhattak.

Egyetértettem vele. De ezután az eset után Rob mindig több borítékot készített elő egyszerre, megkeverte őket, és csak közvetlenül az ülés előtt választott közülük.

Hát az Instream-tesztek? Mindenekelőtt állandóan arra vártam, hogy mi a véleménye Dr. Instreamnek a testen kívüli élményeimről. *És ő soha még csak meg sem említette őket!* Ez rettenetesen kiábrándító volt számomra. Az észleletek, akár tudományosnak tartotta őket, akár nem, egybevágtak a valósággal. Ha ezek nem győzték meg arról, hogy itt valami történik, akkor igazán nem tudtam, mi fogja meggyőzni!

A saját borítéktesztjeink eredményei azzal biztattak, hogy elég jól működhetünk az Instream-kísérletek esetében is. Kezdetben az utóbbiakat is nagy lendülettel és nagy energiákkal végeztük.

Egy éven keresztül hetenként két ízben Seth elmondta észleleteit Dr. Instream tevékenységéről. Voltak ezek között konkrét utalások nevekre, dátumokra, helyekre is. Ezek közül sokat könnyűszerrel lehetett ellenőrizni. Dr. Instream mégis azt akarta, hogy Seth mindig nevezzen meg egy bizonyos tárgyat, amelyre ő épp akkor otthonában koncentrál. Nyilvánvaló volt, hogy az érzelmi mozzanatok rendkívül fontosak; az érzelmi töltetű cselekedetek könnyebben „átjöttek”, mint a közömbös tárgyakról szerzett észleletek. Seth a tárgyakról is adott anyagot, de sokkal inkább volt hajlandó Dr. Instream mindennapi életével kapcsolatos információt szállítani.

Abban az évben egyik kedvenc beszédtemánk volt, hogy vajon mikor kapunk hírt Dr. Instreamtól. Hónapokon át ugyanis nem kaptunk semmit. Arra gondoltunk: esetleg addig nem akar válaszolni, míg végére nem érünk a kísérletsorozatnak. De ha így van, akkor miért nem mond legalább ennyit? Amikor már túl erős volt a feszültség, a következő levelemben nekiszögeztem a kérdést: sikerült találatokat elérnünk, vagy nem sikerült? Dr. Instream ilyenkor mindig biztosított töretlen érdeklődéséről, biztatott, hogy folytassuk a kísérleteket, és hozzátette, hogy még mindig nincs elég erős bizonyítéka, amellyel „a keményfejű pszichológusokat meg lehet győzni”. De ez volt minden. Semmit sem mondott a nevek és dátumok soráról, az üléseken szóba került látogatókról és levelekről. Minden adat téves volt? Vagy részben helyes? Nem tudtuk. *Dr. Instream sohasem árulta el.*

A tudat, hogy Dr. Instream minden ülés alkalmával koncentrált, komoly terhet rótt rám, lehet, hogy a saját hozzáállásom miatt. Ekkorra már meggyőződésemmé vált, hogy valóban muszáj tűzön-vízen át minden hétfőn és szerdán megtartani az ülést. És még amikor nem volt vendég a szeánszokon (általában ez volt a jellemző), akkor is úgy éreztem, hogy nem vagyunk magunkban — egy láthatatlan Dr. Instream ott ült mint közönség. Az Instream-kísérletek előtt is alig hagytunk ki ülést. De mostanra annyira felgyülemlett bennem a dac, hogy kedvem lett volna kihagyni egyet, elmenni sörözni, és hagyni a pszichológust, hadd üljön otthon, hadd bámulja az öreg vázát vagy a tintafoltot, vagy amit aznapra kiszemelt a kísérlethez.

Eleinte még nem éreztem ezt, de később komolyan feldühödtem, hogy nem mond semmit a kísérletek eredményéről; az a sok óra mind elvesztegetett időnek tűnt számomra. Egy este, amikor különösen felbosszankodtam, hogy nem válaszol, valóban ki is mentem Robbal egy közeli bárba — de a végén az utolsó percben mégis hazaszaladtunk, nehogy elmulasszuk az ülést!

Mivel fogalmam sem volt arról, hogyan haladunk, a végén már fikarcnyit sem érdekelt, hogy voltaképpen *mire* koncentrált Dr. Instream. A tesztek fölemésztették az időt, és elvették a helyet az elméleti anyagtól, amit ezalatt kaphattunk volna. Még egyszer írtam a derék doktornak, és megkértem, hogy ne kíméljen, ha az adataim rosszak. Ha így áll a helyzet, akkor ő is csak az idejét pocsékolja, és mi is. Válaszá-

ban biztosított változatlan érdeklődéséről, és biztatott, hogy folytassuk csak — de a világért le nem írta volna, hogy jól csináljuk, közepesen, esetleg gyatrán, és nem reagált a sok elküldött részletmegfigyelésre sem.

Dr. Instream *valóban* megszállottja volt a telepátia és a tisztánlátás statisztikai bizonyításának, és azt remélte, hogy ezt mi fogjuk szolgáltatni neki. Először örült izgalmasnak találtam, hogy részt vehetek egy ilyen vállalkozásban. De ahogy telt az idő, és mi elolvastunk mindent, ami a témával kapcsolatban a kezünkbe akadt, az izgalom zavarodottsággá változott. Amennyire meg tudtuk állapítani, a telepátia és a tisztánlátás létezését számos alkalommal bebizonyította a Duke egyetemen Dr. J. B. Rhine, és bemutatták mások is, például Croisset, a látnok, aki a hollandiai Utrecht egyetemén dolgozott együtt Wilem Tenhaeff professzorral. Harold Sherman és más pszichikusok munkássága legalábbis közvetett bizonyítékokat szolgáltatott. Vajon Instream elveti ezeket az eredményeket és a számtalan egyéb bizonyítékot, amelyeket a parapszichológiai laboratóriumokban gyűjtöttek szerte a világon?

Úgy látszott, hogy elveti. A mi eredményeink pedig nem voltak minden problémától mentesek. Dr. Instream beismerte: nem tudja, miként elemezze őket statisztikailag. Mielőtt egy találatnak hitelt adhatott volna, bizonyos számú próbának kellett megfeleltetni, márpedig a Seth által adott kijelentéseket szinte lehetetlen volt bármiféle próbának alávetni.

Egy példa: Seth megmondta Dr. Instreamnek, hogy még az év vége előtt át fog menni egy közép-nyugati egyetemre. Fogalmam sincs, hogy Dr. Instream tudott-e erről előre, de a Seth által megadott időszakon belül valóban elköltözött, és valóban egy közép-nyugati egyetemre. Még azt sem tudtuk meg, hogy az ilyen fajta észlelésekből hány bizonyult helyesnek. Ha kellő számban lettek volna, abból biztosan kiderült volna valami. Csakúgy, mint a konkrét nevek és dátumok esetében: ha ezek elég magas arányban fordulnak elő, az biztosan jelent valamit, statisztika ide vagy oda.

Az ESP-teszteket 1965-ben kezdtük el, akkor, amikor barátaink, Gallagherék vakációra készültek. Később aztán elutaztak megint, és mi elhatároztuk, hogy ismét megpróbáljuk ugyanazt a kísérletet, amit az előző útjuk alkalmával végeztünk.

Peg és Bill ezúttal Nassauba utazott. Rob és én ott sem jártunk soha. Most sem leveleztünk, nem kommunikáltunk egymással. De nagy öröömre Seth pontosan tudta, hol szálltak meg Gallagherék. Egy este, 1966. október 17-én pontosan leírta a szállodájukat.

— Az épületnek van egy hosszú, keskeny szárnya; a tetőt oszlopok tartják. A tető is hosszú és keskeny. A padló homokszínű kő vagy cement. Az ajtajuk előtt veranda, meg egy homokkal teli vödör. A veranda alatt sziklák, azokon túl az óceán vagy egy öböl. A parton, lejjebb és távolabb egy kerek bevágás van, ahol a sziklák

miatt sebes az áramlás. Ezen a helyen, a bevágásnál nincs strand, de tőle jobbra is, balra is van egy-egy, méghozzá eléggé nagyok.

A leírás minden részletében helyes volt. Hazatérésük után Gallagherékkal végimentünk az egészen. De a fentieknél sokkal több anyag gyűlt össze. Seth pontosan leírt egy mulatót, ahová ellátogattak, és hozzátette, hogy itt „valami kellemetlenség történt”. Bill és Peg teljes szívéből helyeselt. Egy hangoskodó angol turista bosszantotta őket, és nyilvánvalóan másokat is. Az angol erőszakosan követelte, hogy fütyülhessen a zenekar kíséretével. Seth azt is megállapította, hogy a mulató előtt tizennyolc bokor van; Bill elismerte, hogy valóban voltak ott bokrok, de nem jutott eszébe megszámolni őket.

Seth elsősorban olyan dolgokat figyelt meg, amelyek Peg és Bill számára valamilyen érzelmi jelentést hordoztak. Például több más észlelet között azt mondta: — Megemlékezés egy gyilkosságról... egy szobor... — Kiderült, hogy Gallagherék valóban jártak egy szobornál, Sir Harry Oakes emlékművénél; Oakes 1943-ban egy híres, akkoriban nagy port felvert gyilkossági ügy áldozata lett. Peget annyira érdekelte ez, hogy még egy taxisofőrt is kifaggatott, mit tud a gyilkosságról.

Seth részletes leírást adott még egy helyről, amelyet Peg és Bill meglátogatott, de a szövegben volt egy érdekes torzítás, alighanem a megfogalmazásban. — Egy kút, amelyhez lépcsők vezetnek föl; kör alakú építmény, virágokkal körülvéve; Egé-

szen közel, az utcán balra szorosan egymás mellett álló, régi, kétszintes épületek sora. — Minden stimmelt, kivéve, hogy az építmény nem kút volt, hanem víztorony.

Mindent egybevéve negyven észleletet jegyeztünk fel a három ülés alatt, míg Peg és Bill Nassauban volt, de tulajdonképpen jóval többet, mert sok észlelet több pontot tartalmazott. Ami minket illet, Sethnek bennünket sikerült meggyőznie. Egy évi munka után megírtuk Dr. Instreamnek, hogy befejezzük a kísérleteket, és meg is indokoltuk. Még néhány borítéktesztet megcsináltunk, aztán véget vetettünk ezeknek is.

Tulajdonképpen nem bánom, hogy annyi időt szenteltünk a kísérletekre, de annak is örülök, hogy akkor fejeztük be őket, amikor ideje volt. Az én temperamentumom nem alkalmas arra, hogy hetenként kétszer tűz alá vegyenek, márpedig akkoriban így éltem át a kísérleteket. Érzelmileg viszolyogtam a tesztektől, de az eszemmel szükségesnek tartottam őket. Sethnek láthatólag semmi kifogása nem volt ellenük, én viszont azért kényszerítettem rá magam a kísérletekre, mert úgy gondoltam, hogy ez a dolgom. A tény mindenképpen tény marad: a mi üléseinken az ESP legjobb példái spontán módon keletkeztek, nem olyankor, amikor be akartunk bizonyítani valamit. Emlékszem: nagy csalódás volt, hogy Dr. Instreamtől nem kaptam végül valamiféle felhatalmazást vagy bizonyítványt. Igaz viszont, hogy nem is kér-

tünk illet; túlságosan is bosszantott, hogy nem kapunk visszajelzést az eredményeinkről.

Most már a Seth-szövegekre koncentrálhattunk. Az ülések, felszabadulva a kísérletek szigorú rendje alól, szerteágaztak a szélrózsa minden irányába. Rengeteg meglepetés várt reánk. Ha jobban bíztam volna Seth és a magam képességeiben, sok bajtól kímélhettem volna meg magam. Tulajdonképpen már az ESP-tesztek időszakában is történtek fura dolgok, és nem is csak az üléseken.

Nagyon rövid idővel az ülések kezdete után Rob látomásokat, képeket kezdett látni. Némelyik szubjektív volt, de mások tárgyiasultak — háromdimenziósak, vagy majdnem olyanok. Voltak köztük emberek is; Rob elkezdte őket modellként használni a festményeihez. A nappalink most tele van „ismeretlen” emberek portréival. Seth azt állítja, hogy némelyik közülük bennünket ábrázol korábbi életeinkben. Az egyik kép pedig Seth portréja olyan alakban, amelyben saját elhatározása szerint Rob előtt megjelent. (Azóta egy diák és az egyik barátunk is látta Sethet ebben az alakban megjelenni.)

Robnak erős a vizuális memóriája. Ha egyszer meglát egy ilyen képet, megőrzi, és később is fel tudja idézni. Az én vizuális memóriám viszont gyenge, és a szemem is — térlátásom nincs is. Rob hivatásos festőművész, kiváló rajztudással és kiforrott technikával. Az üléseken Seth mégis kitűnő tanácsokat és információkat adott neki,

mind technikai, mind művészetfilozófiai téren. Ez számunkra igen mulatságos, mivel én csak hobbiból festegetek, és képeim makacsul nélkülözik a perspektívát. Rob megpróbált perspektívát tanítani nekem, de ezek a leckék nem fogtak rajtam. Sohasem tanultam a festészetet; minden, amit festek, meglehetősen gyerekes, a színek is nyersek. Seth mégis elmagyarázta Robnak, hogyan keverjen, miként használjon bizonyos festékanyagokat, és Rob ezeket az ismereteket beépítette eszköztárába. Seth azt állítja, hogy neki sincs művészi tehetsége, de megkérdez olyan művészeket, akik beléptek az ő valóságsíkjára.

Az egyik ülésen Seth olyan útmutatást adott Robnak, amelyet azonnal alkalmazni is kezdett. A kép egyike a kedvenceinknek, és a portrészorozatba tartozik — azok közé az arcképek közé, amelyeknek modelljeivel sohasem találkoztunk. Rob a szóban forgó képhez néhány nappal az említett ülés után kapta az ihletet, egészen váratlanul, és az alkotásban a Sethől tanult technikát alkalmazta.

Íme néhány mondat arról az ülésről. — A portréfestésben — mondta Seth — alkalmazd ugyanazt a gyakorlatot, amit már korábban javasoltam: képzelj el az illetőről, hogy ő minden élet középpontja, úgyhogy amikor a kép elkészül, automatikusan benne lesz az egész világmindenség, amelynek része az illető személy. Semmi sem létezik elszigetelten, ez az a titok, amit a régi mesterek oly jól tudtak.

— A legapróbb részletekben is képesek voltak sugallni a spirituális világ valóságát, amelynek az a részlet is egy darabja, s rajta keresztül a világmindenség energiája nyilvánul meg. Használd tehetségedet, mely nem csekély, ebben az irányban. Kevesebbrel ne érd be.

— Az olaj a földet jelképezi. Legyen ez az anyag a hordozója az állandóság fizikai megjelenésének minden tárgyban; legyen ez kifejezője a festményen megjelenő emberi alak fizikai folyamatosságának. Jelképezzék az olajfesték áttetsző színei az energia állandó megújulását, ami a formával nem ragadható meg.

— A rólam festett arcképed egyik fő vonzereje az, hogy automatikusan sugall egy láthatatlan hallgatóságot, amelyhez beszélek. Nem szokványos közönséget, hanem láthatatlanokat, akik az emberiséget jelképezik. Jelen van a képen a láthatatlan. Az alak sugallja az emberi mindenséget és az embereknek otthont adó világot, bár ezek nem jelennek meg a képen.

— Ez az információ egy művésztől való, aki a testszín felrakását mindig barnás árnyalattal, sienával kezdi, egy egészen enyhe, leheletnyi ibolyával kiegészítve. Ezekre aztán ügyesen felhord egy átlátszó okkert, amely reá jellemző, majd egy különleges, tompa zöldet. Az utolsó testszínt ezekre viszi fel, egészen könnyedén, majdnemhogy a szél is le tudná fújni róla.

Az ülés után Rob kijelentette: biztos benne, hogy bennem nincsenek meg ezek az ismeretek — az én elmém „nem így működik”. Arcképen Rob sohasem próbálta ki eddig a színárnyalatok efféle felrakását, de az ülés után pár nappal egy „eszébe jutott” ötlet megvalósításánál felhasználta ezt a technikát. Seth később kiegészítette az információt. A művészetre, művészetfilozófiára és festői technikákra vonatkozó anyag a mai napig is gyarapodik.

Seth tett némi utalást a festő személyére, aki az adatokat átadta neki. Annak alapján, amit eddig mondott róla, a festő egy tizennegyedik századi dán vagy norvég művész, aki főként életképeiről és csendéleteiről volt híres. A festő nevét, mint mondta, későbbi üléseken, további festészeti információk között fogjuk megtudni.

Seth annyit mégis elárult, hogy a színépítkezéses technikával készült portré, amelyet Rob festett, éppen ezt a művészt ábrázolja. Hozzátette: Rob később fest még további képeket is a művészlől és környezetéről, esetleg a műterméről is.

Tudomásunk szerint Rob portréi eleinte olyan személyiségeket ábrázoltak, akiknek asszociációs úton vagy korábbi életeink révén közük volt hozzánk. Némelyik közülük még azonosításra vár. Az utóbbi időben azonban a portrék modelljeinek köre kiszélesedett. Rob legutóbb egy fiatalember arcképét festette meg; fogalma sem volt róla, hogy ki lehet az illető. Később az egyik hallgatóm, George felismerte a képen

azt a Bega nevű személyt, aki automatikus írás segítségével kommunikál vele. Seth igazolta ezt a tényt, hozzátéve, hogy egy másik valóságszinten Bega az ő tanítványa.

Jóllehet az ülések szokás szerint folytatódtak, közben más élmények is értek, Rob látomásaihoz hasonló, amelyek ugyanúgy a Seth-szövegekből fejlődtek ki, mint azok. Talán abból a célból, hogy új szabadságérzetünket erősítse, vagy megtámogassa önbizalmamat és előmozdítsa tanításomat, Seth mindenesetre az egyik ülésen elvitt engem Kaliforniába, miközben ő és Rob a New York állambeli Elmirában, a lakásunk nappalijában ülve beszélgetett. Mennyivel szórakoztatóbb ez, mint lezárt borítékok tartalmát találgatni! Ezúttal az élményben vadidegenek is szerepet kaptak, így ez az eset igazán kielégítette olthatatlan mohóságomat, amellyel a bizonyságokat gyűjtöttem.

9.

**EGY PSZICHOLOGUS ÉS SETH BESZÉLGET A LÉTRŐL —
MÉG EGY TESTEN KÍVÜLI ÉLMÉNY**

Egy napon, amikor még javában dolgoztunk a kísérleteken, kezembe került az Associated Press egy cikke, és a szemem-szám elállt. Egy pszichológus, bizonyos Dr. Eugene Barnard, aki akkor az Észak-Karolinai Állami Egyetemen dolgozott, a nyilvánosság elé állt egy olyan közleménnyel, amelyben az asztrálprojekció léte mellett foglalt állást. Kijelentette: sikerült a tudatát kivetítenie a testén kívülre, és a dologban hallucináció nem játszott szerepet. A cikk felsorolta Dr. Barnard kutatásait is a parapszichológia területén.

Rém izgatott lettem, hogy egy pszichológus a projekcióval kísérletezik; írtam neki. Egy darabig leveleztünk, aztán 1966 novemberében Gene és a felesége ellátogatott hozzánk. Remekül egymásra találtunk. Sohasem éreztem vele, hogy bármit is be kellene bizonyítanom — ami igazából nagy ravaszság volt részéről, mert közben nagyon szerette volna a maga számára igazolni a Seth-ülések hitelességét.

Egy este rendkívül érdekes ülést tartottunk, több órán keresztül. Én csak utána jöttem rá, miben sántikált Gene — pszichológus volt a javából! Kérdéseket tett föl Sethnek, bőséggel hintve a hivatásos pszichológia szakkifejezéseit, és sűrűn hivatkozott ezoterikus keleti elméletekre, amelyek előttem teljesen ismeretlenek voltak. Gene az angliai Leeds egyetemén szerezte diplomáját kísérleti pszichológiából, és Cambridge-ben tanított. Beható ismeretei voltak a keleti filozófiákról és vallásokról. És Seth nemcsak hogy állta vele a versenyt, hanem valami módon, amit ma sem értek, Gene saját terminológiáját és szavait használva győzte le Gene-t a saját játékában — ráadásul játszi könnyedséggel és humorral.

Ennek az ülésnek a jegyzőkönyve tizennégy gépelt oldalt tesz ki, és a szöveg annyira egységes, hogy nehéz belőle szemelvényeket kiemelni; minden részlethez sok háttér-információ tartozik. Alább az ülés második feléből vett részletek következnek. Seth és Gene ezt megelőzően a valóságról vitatkozott, és Gene kijelentette, hogy a létezés nem más, mint egy „kedves, kolosszális tréfa”. Seth azt válaszolta, hogy „az nem tréfa. A létezés az eszköz arra, hogy az Egész megismerje önmagát”.

Seth most így szólt: — A „tréfa” nagyon is ideillő kifejezés. Ha tökéletesen át tudnád élni, hogy a fizikai világotok csupán illúzió, attól kezdve nem fogadnád többé az érzékszervi észleleteket.

— Nem élhetek át olyan illúziót, amelyet én teremtek saját magamnak?

— Átélhetsz illúziót, de ha az illúziót illúzióként éled át, akkor az már *nem átélés*. Csak szaladsz önmagad előtt.

— De nincs hova szaladni — jelentette ki Gene.

— Ezt nem *tudod*. Csak gondolod. Nem leszel mindig ott, ahol most vagy.

— Hát lehet máshol is lenni?

— Nem és igen — felelte Seth.

— Hát van olyan létezés, amely nem illúzió?

— Erre azt válaszolom: van.

— Honnan lehet észrevenni? Meg lehet egyáltalán másként is különböztetni egymástól a valóságot és az illúziót, mint a saját agyi tevékenységem által?

— Ezt most még nem tudhatod. De ha elérsz egy bizonyos pontot, képes leszel átélni bármilyen „valóság/illúziót”, ami csak tetszik, de az az Éned, aki átéli ezeket a „valóság/illúziókat”, valóságként fogja őket átélni. Az ő számára ugyanis ez lesz az egyetlen létező valóság, amely elől nem menekülhet sehová, és így megteremti hozzá a saját környezetét is.

— De hát ez a jelenlegi, itteni Énemre is vonatkozik.

— A ti fogalmaitok szerint — mondta Seth.

— A te fogalmaid szerint is.

— A ti fogalmaitok szerint — ismételte Seth.

— A te fogalmaid szerint is.

— Akkor alaposan vizsgálj meg az utolsó kijelentést.

— Teljesen körbeértünk. Azonos vagyok azzal a valósággal, amelyet megteremtke magamnak. Innen nincs hova menni — érvelt Gene.

— Mégis lehetséges, hogy átéld ezeket az illúziókat, jól tudva, hogy csupán illúziók; tökéletesen tisztában lehetsz a jellemzőikkel, és tudhatod közben, hogy a valóság alapja te magad vagy. Nincs hely, ahová elmehetnél, mert te vagy a hely — e fogalmak szerint *minden* hely. De a „tréfa” releváns. Mindenből, amit ma este mondtam, ez a legfontosabb: a tréfa releváns. Elégge szabadnak kell lenned, hogy megfigyeld és átélj a rendszeredben mindent, ami él, tudva, hogy az te magad vagy, s aztán elhagyd a rendszeredet. Ezeknek közvetlen élményeknek kell lenniük.

— De hát nem hagyhatom el a rendszert, hiszen egyszerre benne vagyok minden rendszerben.

— Most a te fizikai fogalmaid szerint beszélek. De még e fogalmak szerint is kapcsolatban állsz más rendszerekkel.

— Nincs választásom.

— A magyarázat kedvéért egy folyamat fogalmait használok. Eszerint van egy időszak, aztán el is múlik, amikor úgy elmerülsz egy adott rendszerben, mintha több rendszer nem is léteznék; ezen a módon általában értékek szoktak kiteljesedni. De mindez nem jelenti azt, hogy közben ne állnál kapcsolatban más rendszerekkel. Az illúzióknak a mélyére kell hatolni.

— Ami nincs neki — vetette közbe Gene.

— A mélységét te teremtetted meg.

— Hát jó, de akkor a behatolás is együtt jár vele. Nincs mibe behatolni.

— A behatolásra szükség van. Bizonyos játékokra szükség van, és az eredményük fontos.

— És vajon nem maga a játék a cél? Nem a teremtés vagy a behatolás a lényeg?

— E fogalmak szerint te magad vagy a játék.

— Minden más fogalom szerint is.

— Magad teremtetted meg saját korlátaidat — mondta Seth.

— Hát létezik több nézőpont is?

— Igen. Nem engedsz teret a változatosságnak, pedig az létezik.

— Szívesen elismerem, hogy sokféle illuzórikus formát ölthet ugyanaz a dolog... Például te meg én. Ez egy és ugyanaz...

— Önmagadat nem csaphatod be — így Seth.

— Úgy van, de másokat sem.

— Csakhogy az önbecsapás ideája torzításokhoz vezethet.

— Viszont ezek a torzítások hozzátartoznak Síva játékához.

— Szívesebben nevezném ezt a szeretet művének.

— Persze — helyeselt Gene. — Gondolj csak a klasszikus szoborra, amelyen Síva az összetört gyermeken áll — szeretettel vállal részt a tragédia illúziójában. Még az önbecsapás illúziójában is.

— Sok lépcsőfokot ki akarsz hagyni.

— De hát nincsenek is lépcsőfokok.

— Számodra egyelőre vannak.

— És nem illuzórikusak?

— De azok — felelte Seth.

— Hát ha ezek mesterséges akadályok, melyeket a saját utamon emelek, akkor nyilván el is távolíthatom őket.

— Elméletben ez így igaz. De a gyakorlatban szükséged van rájuk, hogy figyeld, hová lépsz.

— Igaz. Sziddhartha is ezt a tanácsot kapta.

— Vannak gyöngé gyermekek, akiket nyugovóra helyezünk. Meg kell gyászolnunk őket akkor is, ha csak... [Itt néhány szó kimaradt.] Együtt kell éreznünk velük, bár a földdel válnak azonossá, mint a tehéntrágya — felelte Seth.

— Szeretnünk kell őket, mert azonosak velünk.

— Nem tehetsz ennél kevesebbet — mondta Seth. — De ennél sokkal többet sem.

— Aki ezt teszi, fél szemét kinyitotta, és meglátja, hogy már csupán egyetlen rövid lépést kell megtennie.

— Te játékot űzöl — korholta Seth.

— Persze. És te is. Azt szokás mondani, hogy Síva játszik, márpedig ki más volna Síva, mint te magad?

— Valóban játékot játszol önmagaddal, de ez a játék nem releváns, sőt talán irreleváns. De jobb lenne, ha több tisztelettel játszanád.

— Tisztelettel ki iránt?

— Az Én iránt.

— Helyes. A céljaink nem ütköznek.

— Van szent tiszteletlenség és van léha tiszteletlenség. Te játékot játszol. E kettő egy és ugyanaz. De bizonyosodj meg arról, hogy ezzel tökéletesen tisztában vagy.

*

Dr. Barnard oly kedves volt, hogy levelet írt e mostani könyvem kiadójának; a levélben leírta véleményét, és megemlítette ezt a 303. számú ülést is. (Ennél többet is tett: engedélyezte, hogy kitalált álnév helyett a valódi nevét használjam a könyvben.) Leveleiben azt írta: az üléseken „olyan beszédtemákat választottam, amelyekről tudni lehetett, hogy Seth számára elviselhetően érdekesek, az én számomra pedig kiváltképp érdekesek voltak, s melyekről addigra már megállapítottam, hogy Jane számára ismeretlen területek. E témákat olyan bonyolultsági fokig vittem, ahol már, úgy éreztem, teljesen valószínűtlen, hogy Jane bolonddá tudjon tenni: hogy tudattalanul bár, de a saját tudását és szellemi munkáját állítsa Seth helyébe.”

„Azt az estét a legjobban úgy tudnám összefoglalni: számomra rendkívül kellemes beszélgetés volt egy személlyel, intelligenciával, mindegy, minek nevezzük, akinek szellemessége, intellektusa és tudásának tárháza messze meghaladta a sajátomat. Úgy értelmezve az alábbiakat, ahogyan egy, a nyugati tudományos hagyományokon nevelkedett pszichológus értelmezheti: nem hiszem, hogy Jane Roberts és

Seth ugyanaz a személy, vagy ugyanaz a személyiség, vagy ugyanannak a személyiségnek különböző oldalai.”

Az ülésen kívül Rob meg én és Barnardék kitűnően elszórakoztunk azzal, hogy testen kívüli élményeinket meséltük egymásnak.

Nem sokkal e látogatás után végre megjelent a könyvesboltokban a könyvem, a *Hogyan fejlesszük ESP képességeinket?* Kaptam utána néhány levelet, de az érdeklődők azért nem árasztottak el küldeményeikkel. A legelső levelek egyike volt a kiváltója a következő testen kívüli élményemnek, amely egy Seth-ülésen következett be.

1967. május 3-án Peg és Bill Gallagher jött át látogatóba a szokásos hétfő esti ülésre. Az ülés előtt beszélgettünk, és én meséltem nekik egy levélről, amely egyszerre szórakoztatott és felhábortított.

— Ajánlva adták fel, még alá is kellett írnom, hogy megkaptam — meséltem. — Ehhez mit szölk? Két fivér küldte valahonnan Kaliforniából, és arra kíváncsiak, hogy Seth mit tud mondani róluk.

— Akarsz nekik válaszolni? — kérdezte Peg.

— Talán írok egy pár sort, amiben megköszönöm az érdeklődésüket, vagy ilyesmi. Seth meg azt tesz, amit akar. De kétkem, hogy akarna bármit is.

De most is, mint annyiszor, ha Seth fejével próbáltam gondolkodni, nagyot tévedtem. Nem sokkal ezután kezdetét vette az ülés, a 339., én pedig szinte azonnal

elhagytam a testemet, bár ezt alig észleltem. Egyszerűen csak azt vettem észre, hogy a levegőben lebegek, és lenézek egy helyre, amelyről jól látszott, hogy valahol Dél-Kaliforniában van. Seth ezalatt a nappaliban mesélte, hogy mit látok, de csak távolról hallottam a hangját. Sokkal kevésbé volt érthető, mint egy nagyon rossz minőségű interurbán telefonkapcsolat.

Nem tudtam, hogyan hozhatnám Rob tudomására, hogy nem tartózkodom a testemben, miközben Seth úgy beszél, mint bármikor máskor. Egyszer fölnevettem magamban, mert az jutott eszembe: táviratot kellene küldenem neki. De ezalatt végig a levegőben lebegtem, eléggé magasan, és a Seth által leírt környéket néztem. Képes voltam helyzetváltoztatásra, el is mozdulhattam a helyemről, hogy jobban lássak. De egyáltalán nem voltam kapcsolatban a nappaliban ülő testemmel. Seth ezt mondta:

— Van itt egy kis udvar, ahol a testvérek citromot termesztenek; egy rózsaszín stukkós ház, hátul két hálósobával, a ház nem új. A konyhában használták az Ouija-táblát. A ház az utcasarokhoz közel van, de nem a sarkon áll. Nincsenek távol a víztől. Egy területen magas fű nő, és valami facölöpök meg drótok vannak itt.

A szöveg annyira részletes volt, hogy Rob ezen a ponton föltette a kérdést: — Ott vagy most a helyszínen?

— Bizonyos mértékig. Homokdűnék vannak. Most megfordultam. A ház felé nézek. Az irányok a helyzetváltozás miatt kissé eltolódtak. Tőlem most jobbra áll egy

garázsszerű épület, és mögötte más építmények vannak, rajtuk túl pedig a víz. Az épületeken túl homokdűnék és a strand. Éppen dagály van.

Mármost *én* voltam az, aki megváltoztatta a helyzetét a levegőben. Amennyire meg tudtam állapítani, én voltam ott a helyszínen, nem Seth.

— Hány óra lehet most? — kérdezte Rob. (Elmirában elmúlt már este kilenc.)

— Kora este. Elég vékony facölöpök vannak itt, nem kerek, hanem négyszögletes a tetejük, úgy derékig érhetnek. — Seth kézmozdulatokkal mutatta Robnak a cölöpök magasságát és vastagságát. Én közben ott lebegtem e cölöpök felett, eléggé tanácstalanul, mert nem tudtam rájönni, mire valók, négzetes keresztmetszetüket is talányosnak ítéltém.

— Bal felé valami öbölszerűség van. Ilyen a part, látod, szóval nem egyenes. Kanyarodik a partvonal, aztán megint van egy kiszögellés. — Seth ismét széles gesztusokkal jelezte a tengerpart alakját. Azt is hozzátette, hogy a család erősen kötődik valami távoli országhoz, bár a nevük nem idegen hangzású, és tett még néhány megjegyzést a család történetéről és tagjairól.

Robert elküldött egy példányt az ülés jegyzőkönyvéből a testvéreknek. Ők magónszalagon válaszoltak: a felvételen kiértékelték az információt. Később aláírtak egy nyilatkozatot is, amely megtalálható az archívumunkban. Seth leírása a házukról minden ponton helyes volt, beleértve a környék és a tengerpart részleteit is.

A fivérek Chula Vistában éltek — soha életemben nem jártam ott. Egy rózsaszín stukkós házban laktak, hátul két hálósobával. A jobb oldali utcasarok két házzal volt távolabb. Maga az épület fél mérföldnyire állt a San Diegó-i öböltől. Voltak homokdűnék a közelben, és a dűnéken, ahogy mondtam, sok facölöp volt leverve.

A család Ausztráliából érkezett, és azt remélték, hogy vissza is térhetnek oda. Több más, itt nem közölt észlelet is pontosnak bizonyult, viszont akadtak tévesek is. Seth például azt állította, hogy az anyjuk meghalt. Az anya a valóságban életben volt még, viszont a család erősen elhidegült tőle, és az asszony nem is mindig lakott együtt velük.

Ez az élmény ismét fölvetett egy sereg kérdést azzal kapcsolatban, vajon milyen viszony van Seth és énközöttem a testen kívüli élmények alatt. Alkalmasint ő van benne a testemben, amíg én kilépek belőle, de biztos, hogy ez erős leegyszerűsítés. Egyelőre az üléseken és önállóan is gyűjtjük az információt ahhoz, hogy meg tudjunk felelni ezekre a kérdésekre.

Mint mindig, ha ilyen jó visszaigazolásokat kapok, ezúttal is naphosszat csak mosolyogtam. Sohasem voltam az a típus, aki feltétel nélkül elfogadja mások magyarázatait — bár még így is jóval többet fogadtam el életemben, mint kellett volna. Én mindig mindent magam akartam megtapasztalni. Senki sem lehetett volna kritikusabb a saját élményei iránt, mint én — de mindig fenntartottam magamnak annyi

szabadságot, hogy kísérletezhessem. Ez után az eset után kezdtem kissé fölengedni, ellazulni. Ismét elhagytam a testemet, és tapasztalataim ismét beigazolódtak. Hogyan segített ebben Seth? Miként foghatta az én észleleteimet, mikor én a kontinens túlsó partján jártam? Annyira izgattak ezek a kérdések, hogy el sem mondhatom. Egyet biztosan tudtam: Seth nagyon cselesen járt el — úgy „küldött el”, hogy nem tudtam előre a szándékáról. Így sokkal jobban tudtam teljesíteni, mert nem éreztem azt, hogy próbatétel alatt állok, és időm sem volt izgulni, hogy vajon milyen lesz az eredmény. (Pszichológusnak Seth sem utolsó ám!)

Ez az élmény és újonnan megerősödött önbizalmam tette lehetővé néhány későbbi esemény bekövetkezését. Újabb ismeretlenek írtak, és mindenféle segítséget kértek. Seth ugyan mindig azt hangoztatja, hogy a segítség belülről jön, néhányuknak kitűnő tanácsot adott, és helyes leírást a környezetükről — ezzel, azt hiszem, azt akarta bebizonyítani, hogy a megfelelő embernek adja a tanácsot, de a bizonyítékot inkább nekem szánta, mint bárki másnak.

Hétfői és szerdai üléseink, ahol Seth folytatja az elméleti anyag közlését, továbbra is zártak, bár olykor be-betoppan egy-egy vendég. Seth néha ülést tart ESP-tanfolyamom hallgatóinak, és ezeken a foglalkozásokon az anyag gyakorlati felhasználásához ad útmutatást.

Tulajdonképpen Philip az az egyetlen ember kettőnkön kívül, aki kisebb-nagyobb rendszerességgel részt vett az üléseken. Seth neki is adott információt az üzleti ügyeivel kapcsolatban, többek között helyesen megjósolta bizonyos részvények árfolyamának változásait; Phil százalékos kimutatást készít Seth „telitalálatairól”. Némelyik jóslat időtartama több évre terjed, de azok közül, amelyeket Philnek mostanáig módja volt ellenőrizni, Seth igen sok esetben adott pontos előrejelzést. Seth egyébként nemigen osztogatja a tanácsokat az üléseken: az az elve, hogy az embereknek saját döntéseiket maguknak kell meghozniuk.

Igazából sohasem tudtuk, mi várható az egyes üléseken, és Seth egy este nagyon meglepett bennünket. Aznap Phil is beállított; mint mindig, most is bejelentés nélkül. Elmondta, hogy béremelést kapott. Hogy mennyit, arra csak mulatságos fintorral vállat vont, és a levegőben hagyta a kérdést. Az ülés azzal kezdődött, hogy Seth dollárra pontosan megnevezte az összeget, és közben szélesen mosolygott. Ekkor Phil megkérdezte, mit tud Seth arról a hangról mondani, amelyet Phil egy helybeli bárban hallott.

— Férfihang volt, ugye? — kérdezte Seth.

— Igen — mondta Phil.

— És nem ismerted fel? Akkor nem mondom meg. Nem én.

— A te hangod volt? Olyan gyorsan történt, gondolkodni se volt időm — vi-gyorgott Phil. Sethként derűsen bólintottam.

Az első szünetben Phil elmesélte az esetet. Egy hónappal azelőtt egy bárban be-szélgetett egy fiatal nővel, amikor egyszer csak meghallotta, hogy egy férfihang tisz-tán, hangosan azt mondja: — Nem, nem. — A hang mintha Phil fejében szólalt volna meg. Soha még csak hasonló sem történt vele azelőtt; annyira megdöbbsent, hogy gyorsan valami kifogást motyogott a nőnek, és elment a bárból.

Seth beismerte, hogy ő szólította meg Philt. A szünet után így magyarázta: — Az a nő annyira tapadó, hogy az már katasztrofális mindenki számára, aki kapcsolatba kerül vele. Ütközőként használt volna téged — folytatta — önmaga és egy má-sik férfi között, és a huzakodásban felnagyította, eltúlozta volna a te legcsekélyebb érdeklődésedet. Kellemetlen helyzet alakult volna ki. Mivel hallgattál rám, megválto-zott a lehetséges jövő. — Ezután tekintélyes mennyiségű háttérinformációval szol-gált, többek között elmondta, hogy a nőnek van egy gyermeke, és viszonya van egy másik férfival. — A férfinak valami köze van az autószereléshez. — Hozzátette még, hogy a nő katolikus, és hogy valami bírósági irattal kapcsolatban van problémája.

Seth ezután elmondta Philnek, hogy hol lakik a nő, bár pontos címet nem adott. — A ház, ahol lakik... a harmadik vagy negyedik ház egy zsákutcában, a város északkeleti részén, de nyugatra attól az intézménytől, ahol találkoztál vele...

Phil ezt az egészet rendkívül érdekesnek találta. Fogalma sem volt, hol lakik a nő; egyáltalán, a nevén kívül csak annyit tudott róla, hogy körülbelül milyen idős lehet. Még egy napot kellett eltöltenie a városban, így visszament a bárba, és kérdezősködött. A csapostól megtudta a nő címét, és kocsival odament. Kiderült: Seth tudta, mit beszél. A nő egy zsákutca harmadik házában lakott, a város északkeleti részén, de nyugatra a bártól. Katolikus volt, egy gyereket nevelt, bár a partnere autókereskedő volt, nem szerelő.

Phil azóta sem ment vissza abba a bárba!

Rob meg én nem tudtuk, mit gondoljunk erről az esetről. Nyilvánvalóan Seth független személyére vonatkozó bizonyíték volt, hacsak nem az történt, hogy Phil hallucinálta a hangot, Seth pedig visszaélt ezzel a ténnyel, azt állítva, hogy az övé. Ha így történt is (amiben kételkedem), Seth akkor is tudott olyan dolgokat a nőről, amit Phil nem.

Seth szerint nyilvánvaló, hogy meg tudjuk változtatni a jövőt. Philnek így magyarázta: — Az események sohasem predesztináltak. Minden pillanatban változol, és minden cselekedeted befolyásol minden más cselekedetet. Én képes vagyok más perspektívából szemlélni a dolgokat, de még én is csak valószínűségeket látok. Azon a bizonyos estén olyan lehetőséget láttam, ami nem tűnt valami vonzónak. Te meg én megváltoztattuk.

Egy másik alkalommal az történt, hogy egyik barátunk meglátta Sethet, még-hozzá különös körülmények között. Egy éjszaka az ágyamban feküdtem, amikor egyszer csak a testemen kívül találtam magam, egy zsúfolt szobában, és nagy hévvel magyaráztam valamit festőbarátunknak, Bill Macdonnelnek. Jó erősen megráztam a vállát, aztán egy szempillantás alatt visszapattantam a testembe. Még tíz perce sem volt, hogy lefeküdtem, mégis azonnal fölkeltem az ágyból, leírtam, hogy mi történt, és még azon melegében elmeséltem Robnak is.

Pontosan egy hétre rá felhívott Bill, és a hangja nagyon ideges, feszült volt. Elmesélte, hogy valami igencsak különös dolog történt vele, ami még mindig nyugtalanítja. Nekem azonnal eszembe jutott a saját élményem; megkértem Billt, hogy várjon egy kicsit, amíg Rob odahozza a jegyzeteimet, így amíg Bill mesélte a maga történetét, össze tudtam hasonlítani a saját benyomásaimmal. Bill azt mesélte, hogy épp egy héttel ezelőtt éjszaka hirtelen felébredt, Seth állt az ágya mellett, tökéletesen háromdimenziós alakban; teljesen olyan volt, mint Rob festményén. Megrázta Bill vállát, aztán eltűnt. Másnap reggelinél Bill elmesélte az esetet az anyjának, és le is írta az egészet azzal a céllal, hogy odaadja nekünk.

Az eset elsősorban Bill anyját zaklatta fel; tett is egy félíg tréfás megjegyzést, mely szerint Seth meg én jobban tennénk, ha otthon maradnánk. De nem hiszem,

hogy ez pusztán vicc lett volna. Bill sem tudta megemészteni a történeteket, azért is nem hívott azonnal, és én sem kerestem meg őt a magam történetével.

Először is: a testen kívüli élmény alatt azt hittem, hogy egy zsúfolt szobában vagyok, holott Bill otthon volt, egyedül. És még valami: Bill úgy látta, hogy Seth dohányzik — márpedig én dohányzom. Vajon Bill hallucinációja volt Seth háromdimenziós megjelenése? Ha így van, akkor ez ugyanakkor történt vele, amikor én úgy éreztem, hogy mellette vagyok. Ő azt tapasztalta, hogy Seth megrázza a vállát, miközben a saját élményem során én ráztam meg.

Többen mondták már nekem, hogy Seth automatikus írás segítségével szól hozzájuk, de Seth tagad minden ilyen kapcsolatot, azt állítva, hogy minden kommunikációja a velem való munkára szorítkozik — így akarja biztosítani a Seth-szövegek egységességét. Más beszámolók szerint viszont be-benéz olykor egyik-másik ismerősünkhöz.

Egy napon összetalálkoztam Mrs. Briannel, egy korábbi hallgatómmal, aki annak idején a betegsége miatt maradt ki a csoportból. Mrs. Brian elmesélte, hogy a helybeli lapban olvasott egy cikket a készülő könyvről (arról, amelyet az olvasó most a kezében tart). A cikk idézett néhány részletet a Seth-szövegekből is, és volt mellette egy fotó is, amely Rob Sethről festett portréját ábrázolta. Mrs. Brian iszonyú fejfájást kapott, miközben a cikket olvasta, aztán hirtelen megérezte Seth jelenlétét.

Egy belső hang, alighanem Seth hangja azt mondta neki, hogy most már eleget sajnálta magát, hagyjon fel végre az egészsége miatti aggodalmakkal, tüstént keljen föl, és menjen ki sétálni. Ha így tesz, az egészsége azonnal javulni kezd.

Az asszony megdöbbsent ugyan, de engedelmeskedett. A fejfájása abban a szempillantásban elmúlt. Másnapra már jobban érezte magát, mint fél éve bármikor. Rászokott a rendszeres sétákra, és valósággal megfiatalodott. Mikor elmesélte a történetét, én csak bólintottam és mosolyogtam. Igazán nem tudtam, mi mást tehetnék.

Megkérdeztük Sethet erről az esetről. Mrs. Brian, mondta Seth, a saját belső Énje, felső tudata jelképeként használta őt, hogy segítséggel és gyógyító hatásokkal, nemkülönben tanácsokkal szolgáljon. Ez az élmény megtanította az asszonyt arra, hogy használja meglévő képességeit, Seth ideája lehetővé tette számára, hogy aktivizálja öngyógyító képességét. Seth azt mondta, ne izgassam magam emiatt. Láthatólag kedvét leli abban, hogy másokat ilyen módon inspirál: hogy saját, belső kreatív energiáik gyújtópontjaként szolgál.

Kereken visszautasítja, hogy az emberek mankónak használják — ez rám is vonatkozik —, és azt hangoztatja, hogy maguk a Seth-szövegek tartalmazzák azt az eszközt, amelynek segítségével az emberek, átértékelve és megváltoztatva a valóságot, jobban megérthetik önmagukat. Időnként tartottunk ugyan üléseket kifejezetten abból a célból, hogy egy-egy bizonyos emberen segítsünk, és ők is tapasztaltak időn-

ként érzékeken túli észleleteket, az ülések középpontjában mégis az anyag átadása maradt. Úgy érezzük, ez az ülések legfontosabb célja.

Bennünket a Seth-szövegek sokkal jobban érdekelnek, mint az ESP-bemutatók, és ez sohasem volt másként. Úgy érezzük, a szövegek kitűnő magyarázatot adnak arra, hogyan működik az ESP és egyáltalán, mindenféle érzékelés, és számunkra ez sokkal fontosabb. Seth kijelentéseit a valóságra és az embernek a valóságban elfoglalt helyére vonatkozó, fontos és érvényes magyarázatoknak tartjuk. A többdimenziós személyiségről szóló elméletei nemcsak intellektuális, hanem érzelmi kihívást is hordoznak. Minden egyén számára kínálnak lehetőséget, hogy felfokozza identitás- és céltudatosságát.

Az ülések közben tartott ESP-bemutatóknak mindig céljuk volt: vagy az, hogy az önbizalmamat növeljék, vagy az, hogy a képességeimet fejlesszék, vagy valamely, a szövegben előforduló megállapítást illusztráltak, esetleg információt szolgáltattak egy-egy rászorulóknak. Könnyű ma már elfeledkezni egykori érzéseimről, amikor bizonyítékot kívántam Sethtől; könnyű elfelejtenem, hogy én magam is ragaszkodtam a saját „csodáimhoz”, sőt többször előfordult, hogy nem voltam hajlandó hinni saját érzéseimnek, engedve annak a tévképzetnek, hogy így tudományosabb vagyok. Fogalmazzunk tehát így: mindig mély tisztelet volt bennem a Seth-szövegek iránt, és felismertem a bennük rejlő merész távlatokat.

Az első ülések idején még nagyon kevés paranormális irodalmat ismertünk. Számunkra minden újdonságnak számított. Csak sokkal később jöttünk rá, hogy a Seth által megfogalmazott gondolatok némelyike előfordult már ezoterikus kéziratokban, akár évezredekkel ezelőtt is. Tudásunk gyarapodtával arra is rájöttünk, hogy némely lényeges ponton Seth gondolatai eltérnek attól, amit a spiritualista és metafizikus irodalom általánosan elfogadott.

Például: Seth nem ismeri el a történelmi Krisztus létezését, jóllehet a krisztusi szellem létezését nem tagadja. Erről egyébként ebben a könyvben később lesz még szó. Jóllehet tényként kezeli a reinkarnációt, mégis tökéletesen más időösszefüggésbe helyezi, és összehangolja az elméletet a „szimultán” idő fogalmával. Ami talán ennél is fontosabb: a reinkarnációt teljes fejlődési folyamatunkban csupán kis részletnek tekinti. Más, nem anyagi dimenziókban más, ugyanilyen fontos létezőmódok fordulnak elő.

Mindezt átszövi az a gondolat, hogy a személyiséget a tevékenység, a cselekedetek formálják. Seth leírása az identitás alapjául szolgáló három teremtő dilemmáról rendkívül gondolatébresztő és eredeti. Istenről szóló gondolatai ezeknek az elméleteknek természetes és izgalmas folyományai.

Tudomásunk szerint az inverz idő elmélete és a valószínűségek rendszere teljesen eredeti gondolat a Seth-szövegekben. Seth elképzelése a fájdalomról, azt hiszem,

szintén jócskán eltér a mai metafizikai gondolkodás fő vonalától. Ő a szenvedést pusztán a tudat velejárójának tartja, a vitalitás jelének, amely az identitásnak csak azokat a területeit rémíti meg, amelyek a halált végnek tekintik, és rettegnek tőle.

De mostantól átadom a szót Sethnek. Olyan részleteket választottam a szövegekből, amelyek az eddig szóba került témákkal foglalkoznak. Egyes esetekben Seth a gyakorlatban is bemutatta nézeteit. Az egészségről szóló fejezetben például szemelvényeket közlök a konkrét személyeknek szóló szövegeiből. Ugyanezt az eljárást követtem a reinkarnációról szóló fejezetben is. A tárgyi valóság természetéről szóló elméletének magyarázatául annak az ülésnek a jegyzőkönyvét használom fel, amelyen Seth valóban bemutatta, hogy tudja, mit beszél — a nappaliban megjelenő látomást el lehet fogadni érvényes közelítésnek.

Ezt a fejezetet a 329. ülés jegyzőkönyvéből vett részletekkel zárom; az ülést 1967 márciusában, egy tanárbarátunk középiskolás csoportja számára tartottuk. Jól-lehet Seth ekkor tizenévesekhez beszélt, az üzenet mindannyiunk számára jelentőségteljes.

— A valóságot ti formáljátok saját hitetek és reményeitek képére, ezért fontos, hogy alaposan vizsgáljátok meg ezeket. Ha a világotok nem tetszik nektek, vegyétek vizsgálat alá várakozásaitokat. Így vagy amúgy, de minden gondolatot fizikai értelemben ti konstruáltok.

— Világotok hű leképezése gondolataitoknak. Léteznek bizonyos telepatikus körülmények, amelyeket alap- vagy gyökérfeltételeknek nevezünk; ezek tudat alatt ott munkálnak minden egyénben. Ha ezeket használjátok, olyan összefüggő fizikai környezetet hozhattok létre, amelyben a tárgyak helyét és kiterjedését mindenki elfogadja. Ez bizonyos értelemben hallucináció, mégis ez a valóságotok, ezen belül kell cselekednetek. A világ, amelyben a szüleitek éltek, eleinte csak gondolat volt. Először álmaik anyagában létezett, majd kisarjasztották belőle saját univerzumukat, és ebből megteremtették a maguk világát.

— Ha olcsón adjátok magatokat, azt mondhatjátok: „Anyagi szervezet vagyok, a tér és az idő által rám szabott korlátok között élek. Ki vagyok szolgáltatva környezetem kényére-kedvére.” Ha nem adjátok magatokat olcsón, így beszéltek majd: „Egyéniség vagyok. Anyagi környezetemet magam alakítom. Megváltoztatom és megteremtem világomat. Független vagyok tértől és időtől. Része vagyok mindennek, ami van. *Nincs helye bennem másnak, mint ami kreatív.*

10.

A TÁRGYI VALÓSÁG TERMÉSZETÉRŐL

Ön mit gondol, mi a tárgyi világ? Lehet, hogy tudatosan sohasem tette fel magának ezt a kérdést, de valamennyiünknek van róla véleményünk, és akár tudjuk, akár nem, aszerint végezzük mindennapi tevékenységünket. Tárgyi világnak nevezek mindent, amivel bármilyen módon kapcsolatba kerülünk: csillagok, székek, események, kövek, virágok — a teljes anyagi létünk. Viselkedésünket nagyrészt az határozza meg, hogy igazából miként vélekedünk ezekről a dolgokról. Az ember a saját egyéni világ-szemléletének megfelelően érezheti magát biztonságban vagy pánikban, lehet boldog vagy búskomor, magabiztos vagy bizonytalan.

Vannak, akik így gondolkodnak: valamennyien foglyai vagyunk a tárgyi valóságnak, mint legyek a légyapírnak, vagy mint vándorok a futóhomoknak; olyannyira, hogy bármit cselekszünk, azzal csak rontunk a körülményeinken, sietteti pusztulásunkat. Mások valamiféle színpadnak tekintik a világot, amelyre születésünkkel kilöknek bennünket, aztán a halálunk után mindörökre eltűnünk a színről. Mindkét nézet híveire jellemző, hogy minden új nap új fenyegetést hoz számukra, és

még az örömet is gyanakvással fogadják, mert végül, a test halálával annak is véget kell érnie.

Valaha én is így gondolkodtam. Amikor megismertem Robot, és szerelmes lettem, örömöm csak megkettőzte a mélyben átélt tragédiát, mintha a halál gúnyt űzne belőlem, amikor az életet kétszer oly értékesé teszi. Minden napomban egy újabb lépést láttam a végső elmúlás felé vezető úton, amelyet elképzelni nem tudtam ugyan, de egyre fokozódó indulattal utasítottam el.

Sokan érzik persze, hogy a halál egy újabb kezdet, de a legtöbben közülünk még mindig azt gondolják, hogy anyagi testünk, környezetünk teremtményei és rabjai vagyunk. Sokan, akik hisznek a halál után életben, úgy vélik, hogy jelenlegi életünk eseményeit a vak véletlen zúdítja ránk. Ismét mások azt tartják, hogy a jó és rossz eseményeket jutalmul illetve büntetésül kapjuk. A legtöbben mindenestre készpénznek veszik, hogy jócskán ki vagyunk szolgáltatva az eseményeknek, amelyek fölött csekély befolyással rendelkezünk.

Ezzel a témával, a fizikai anyag kérdésével azért foglalkozom, mert ez az alapja annak, hogy megérthessük Seth elméleteit. Seth azt mondja: éppoly tudattalanul alakítjuk a tárgyi világot, ahogyan lélegzünk. Nem úgy kell gondolkodnunk felőle, mint börtönről, ahonnan majd egyszer megszökhetünk, nem is mint vesztőhelyről, ahonnan lehetetlen a szökés. Nem: *mi magunk formáljuk az anyagot*, hogy működtessük a

háromdimenziós valóságot, fejlesszük képességeinket, és segítsünk másoknak. A fizikai anyag olyan, mint a gyurma, amelyet kívánságunk szerint formálhatunk, nem pedig olyan, mint a beton, amelybe beleöntötték a tudatunkat. Anélkül, hogy tudnánk róla, kivetítjük gondolatainkat, és ezáltal formáljuk az anyagi valóságot. Testünk a materializációja annak, aminek gondoljuk magunkat. valamennyien teremtők vagyunk, és ez a világ a mi közös, együttes teremtményünk.

Ezek Seth gondolatai, olyan egyszerűen megfogalmazva, amennyire csak tudtam. Nem vagyunk tehát kiszolgáltatva az eseményeknek. Az eseményeket mi alakítjuk, azután pedig reagálunk rájuk. Nézzük személyes megközelítésben: te, kedves olvasó, nem vagy kiszolgáltatva gyermekkori környezetednek vagy körülményeidnek, csak akkor, ha azt gondolod, hogy ki vagy szolgáltatva nekik. Te csupán együttműködtél szüleiddel a környezet és a körülmények kialakításában.

Ez az egyszerű kijelentés megszabadított bennünket, Robot és engem mindenféle előítélettől, amelyek megszállva tartották mindennapjainkat.

Seth azt állítja, nemcsak most formáljuk saját valóságunkat, hanem testünk halála után is, tehát határtalanul fontos, hogy megértsük, milyen kapcsolat van a gondolat teremtménye és a valóság között.

Seth azt is elmagyarázta, hogyan alakítjuk át a gondolatot valósággá. Tudomásunk szerint ez a magyarázat eredeti, nem szerepel másutt, csak a Seth-szövegekben.

A gondolat, hogy mi magunk teremjtük az anyagot, mindenféle kérdést vet fel; Rob meg én sokat ezek közül egy-egy alkalommal fontolóra is vettünk. Azt állítja vajon Seth, hogy nemcsak az eseményeket, hanem az asztalt meg a székeket is mi magunk teremjtük? És amikor betegek voltunk, a betegség is a mi alkotásunk volt? És, ha már itt tartunk: amennyiben mi magunk teremjtük a valóságot, nem tudnánk mindjárt jobbat teremteni helyette?

Seth válaszolt ezekre a kérdésekre, és még egy sereg olyanra is, amely nekünk eszünkbe sem jutott. Már az elején is roppantul érdekesnek találtam ezt a témát, de arra nem számítottam, hogy a nappali szobánk közepén látok belőle bemutatót. Márpedig pontosan ez történt a 68. ülésen (1964. július 6-án). Amikor az esemény történt, Seth éppen a remény, a várakozás és az érzékelés közötti szoros kapcsolatot magyarázta Bill Macdonnelnek. Ezt az ülést egyikünk sem fogja elfelejteni soha, amíg csak él. De mielőtt az esetet elmesélném, idézek néhány mondatot az anyagnak abból a részéből, amely ezt közvetlenül megelőzte.

— Amikor azt mondom, hogy ti teremtitek a fizikai anyagot, felhasználva a világmindenség vitalitását, ugyanúgy, ahogy mintát tudtok lehelni az ablaküvegre, ezzel nem azt állítom, hogy ti teremtettétek a világmindenséget. Ezzel azt állítom, hogy ti teremtettétek az anyagi világot, olyanra, amilyenek ismeritek.

— A vegyi anyagok nem képesek tudatot vagy életet létrehozni. Tudósaitoknak előbb-utóbb szembe kell nézniük azzal a ténnyel, hogy a tudat az első, és az fejleszti ki a maga formáját. A test minden sejtjének megvan a maga külön tudata. A szervek sejtjei között tudatos együttműködés folyik, csakúgy, mint a szervek között.

— A molekuláknak, az atomoknak és a még kisebb részecskéknak sűrűbb tudatuk van. Ezek sejtekké állnak össze, s ezáltal egyéni sejt tudatot alkotnak. Ez az összekapcsolódás olyan tudatot eredményez, amely sokkal több tapasztalatra és beteljesülésre képes, mint amennyi a különálló atom vagy molekula számára lehetséges volna. És ez így megy a végtelenségig — az anyagi test mechanizmusának kialakításáig. A legkisebb részecske is megőrzi egyéni mivoltát, és képességei az együttműködés által milliószorosra növekednek.

— Az anyag az eszköz, a közeg a lelki energia átformálására; ami így létrejön, azt úgy lehet felhasználni, mint az építőkockákat. Az anyag épp csak annyira szilárd, hogy a szemlélő számára viszonylagos állandóságot mutasson.

— Az anyag állandóan a teremtés állapotában van, de egyetlen anyagi tárgy sem folyamatos önmagában. Nincs például olyan anyagi tárgy, amely az idővel, az öregevéstől elbomlana. Vannak viszont a lelki energiának olyan fizikai formában megjelenő alkotásai, amelyek látszólag, többé-kevésbé szilárdnak tűnnek.

— Az anyagi dolgok oszthatatlan, szilárd, önmagukkal azonos tárgyként nem „léteznek elég sokáig” ahhoz, hogy az idő megváltoztassa őket. A bennük rejlő energia meggyengül. A fizikai forma elmosódik, eltorzul. Egy ponton túl a ti nézőpontotokból szemlélve minden egyes újratерmítés tökéletlenebb lesz az előzőnél. Sok ilyen újratерmítés után, amelyek számotokra észrevétlenül játszódtak le, felfigyeltek a különbségre, és azt feltételezték, hogy változás történt. Holott az anyag, amelyből a tárgy eredetileg állt, addigra sokszor, teljesen eltűnt már, és a mintát új anyag töltötte ki.

— A háromdimenziós valóságban a fizikai anyag teszi hatékonyvá a tudatot. Amikor egy energiatömeg közelít a ti mezőtökhöz, azon belül igyekszik képességeihez mérten a lehető legjobban kifejezni magát, kezdetben szinte gyurmaszerű képlékenységgel. A teremítés azonban folyamatos, mint egy sugárzás, vagy sugarak végtelen sorozata — először gyenge, amikor még távol van, aztán erősödik, majd a távolodással megint gyengül.

— Az anyag önmagában azonban nem folyamatosabb, nincs jobban kitéve a növekedésnek vagy az időnek, mint, mondjuk, a sárga szín.

A 86. ülés estéjén nagyon meleg volt az idő, minden ablakunk nyitva állt. Jeges kávé ittunk; az ülés kezdetén poharamat a faasztalra helyeztem. Akkoriban még járálva beszéltem Sethként, sötét, kitágult pupillával. Seth szokása szerint entitásnéven

szólított bennünket: engem Ruburtként emlegetett, Robot Josephnek, Bill Macdonnelt Marknak szólította. (Mint említettem, ezek a nevek a teljes személyt jelölik, amelynek jelenlegi Énünk csak töredéke.)

Nem sokkal az ülés kezdete után fölemeltem az elárvult poharat, és a férfiak felé mutattam. Seth hangja ezzel egyidejűleg mélyülni és erősödni kezdett, megjelentek benne a férfias vonások. Seth a pohár köré rendezte mondanivalóját.

— Egyikőtök sem azt a poharat látja, amelyet a többiek. Mindhárman megalakítottok egy poharat saját magatok számára, a saját nézőpontotokból. Következésképp itt három különböző pohár van jelen, de mindegyik teljesen más térrendszerben, más kontinuumban létezik.

Itt Seth hangja már valósággal mennydörgött. Bill a szoba közepén ült a hintaszékben. Most közelebb húzódott, hogy jobban lásson. Rob minden szót leírt, szokásához híven, és ha adódott egy szabad pillanata, fölnezett.

— Mark, te nem látod Joseph poharát, és ő sem látja a tiédet — mondta Seth.
— Ezt matematikailag be lehet bizonyítani, a tudósok már dolgoznak rajta, de nem értik a mögötte meghúzódó elvet. Létezik egy végtelenül kicsiny kiterjedésű pont, ahol Mark perspektívája és Ruburté átfedi egymást. Elvileg, ha ezt a pontot megpillanthatnátok, mindannyian látnátok a másik két poharat is.

— Az anyagi tárgyak csak meghatározott perspektíva- és térkontinuumban létezhetnek. De mindenki maga teremti meg a saját térkontinuumát. Ide kapcsolódik az a tény, hogy ugyanazt a tárgyat különféleképpen látjátok. Mindenki tökéletesen más tárgyat alkot, amelyet aztán a maga érzékszerveivel érzékel. Mivel pedig ma este ilyen kiváló és szívesen látott vendégünk van — mosolygott Seth —, érzékeljük hát őt a szemléletesség kedvéért; legyen ő a kísérleti nyúl.

Abban a pillanatban senki sem figyelt fel Seth utolsó mondatára. Rob annyira el volt foglalta a jegyzeteléssel, hogy a szavak értelmére nem ért rá odafigyelni. Én pedig, amennyire vissza tudok emlékezni, azt sem tudtam, hogy milyen szavak hagyják el a számat.

Itt a kiegészítő jegyzetekből idézek; Rob ezeket közvetlenül az ülés után írta.

Jane szünet nélkül beszélt, és eléggé gyors léptekkel járt fel-alá. A hangja erős és mély volt, de minden erőfeszítés nélkül.

A fürdőszoba ajtaja mellett álló íróasztalom mellől jól meg tudtam figyelni Billt, aki a hintaszékben ült, és a fürdőszoba nyitott ajtajára nézett. Miközben Jane beszélt, észrevettem, hogy Bill kitartóan bámulja az ajtónyílást, de ennek nem tulajdonítottam jelentőséget. Seth megjegyzését, miszerint Bill lesz a kísérleti nyúl, gondolkodás nélkül úgy értelmeztem, hogy Seth a következőkben róla fog beszélni.

Közben az ülés ment tovább.

— Te, Joseph, látod Markot ott ülni a széken — folytatta Seth. — A saját székében ül, amelyet ő alkotott a saját kontinuumában, a saját perspektívájában.

— Te és Ruburt látjátok Markot, de egyikőtök sem látja *Mark* Markját. Miközben ott ül a székben, saját lelki energiája segítségével, atomokból és molekulákból szakadatlanul újraalkotja fizikai képességét. Van tehát egy Markunk, akit önmaga terem, és mielőtt befejeznénk a mai ülést, meg fogtok lepődni, hány Markunk lesz a végére.

— Most szünetet javasolok. Mark, te pedig jegyezd meg a szavaimat: több vagy, mint hinnéd. Szeretném, ha erre a mai ülésre különleges figyelmet fordítanátok, mert igen értékes anyaggal foglalkozunk.

Amikor szünetre került sor, Bill kijelentette, hogy egy látomás tűnt föl előtte a fürdőszoba ajtajában. Azt bámulta egész idő alatt. Kért egy darab papírt, és azonnal hozzáfogott lerajzolni, amit látott. Bill nemcsak tanár: festő is.

Jane az ülés elején nem nagyon jól érezte magát, de most azt mondta, hogy nagyszerű a közérzete. Így mondta: Seth „gyorsan kiütötte”. Willie, a macskánk felélénkült. Járkálni kezdett a lakásban, és hangosan nyávogott. Egész ijesztően viselkedett, állandóan körülnézegetett, pedig nem voltak sem legyek, sem különös zajok, amelyek nyugtalaníthatták volna.

Amint Bill elmondta, hogy látomása volt, Jane meg én természetesen azonnal az ajtónyílásra néztünk, de nem láttunk semmit. Bill azt mondta: a szünet elején a kép eltűnt. Jane aztán újból beszélni kezdett, ugyanazon az erős, mély hangon. Bill folytatta a rajzolást, bár azt mondta, hogy ez a vázlat nem tetszik neki, és inkább elkezdi előlről.

Folytatódott az ülés.

— Hamarosan beszélek a látomásról is. Először is szeretném, ha megfigyelnétek, hogy Ruburt hangja most valamivel gyengébb, és utána engedelmetekkel folytatom.

— Jóllehet Mark megteremti a saját fizikai képmását, ti azt nem látjátok. E pillanatban három teljesen különböző Mark van ebben a szobában.

Jane ekkor Sethként a hintaszékben ülő Billre mutatott, aki a második rajzon dolgozott. Aztán meg énrám. Közben Bill megint az ajtónyílásra szegezte tekintetét. Az asztal mellől most sem láttam semmit, mint az előbb. A nyitott ajtószárny eltakarta előlem a kilátást. Nem akartam megmozdulni, mert folytatnom kellett a jegyzetelést, különben azt kockáztattam volna, hogy feljegyzéseink hiányosak lesznek.

— Itt van Mark, akit Mark teremtet: egy valódi, anyagi lény. És van egy másik, akit te teremtetél, Joseph. És van még két anyagi Mark: az egyiket Ruburt teremtetette, a

másikat a macskátok. Ha még valaki belépne a szobába, keletkezne egy további anyagi Mark.

— A szobában tehát négy fizikai Ruburt van, négy fizikai Joseph és négy fizikai macska. Igazából négy szoba létezik.

A lakás túlsó végén lévő műteremből bejött a macska. Még mindig idegesen viselkedett.

— Barátotok, Mark bizonyos értelemben kitűnő tanú, mert érzékeny az egyéb síkokról az anyagi világba átlépő dolgok iránt. Figyelme rövid távú. Átmenetileg valóban ott álltam az ajtóban, bár, ha megengedhetek magamnak egy megjegyzést...

Itt Jane megállt Bill mellett, és fölemelte az első tollrajzot, amelyet Bill a látomásról készített.

— ... Én igazából sokkal derűsebb fickó vagyok, mint ez az ábrázolat. Itt a járomcsontnál kihagytál egy bizonyos árnyalatot. És ha jobban megfigyeled a képmást, talán érthetőbbé tudom tenni.

Jane visszaadta a vázlatot Billnek, aki változatlanul az ajtónyílásra meredt.

— Ez az első eset, hogy ilyen módon próbálok meg közelíteni az ülés alkalmával. Örülök, hogy észrevettél; én is figyeltelek téged. Az a kép az ajtóban valóban az enyém, jöllehet Mark érzékelése bizonyára torzít rajta. Mark a belső érzékeivel lát

engem, és aztán ezt az adatot próbálja fizikailag is érzékelhető információvá alakítani.

Jane most Bill háta mögött állt meg, és a válla fölött nézte, ahogy rajzol.

— A szája körül van egy kis önteltség, nagyon jó, ez tetszik. Ezt a konstrukciót magam hoztam létre. Minden konstrukciónak, ha a ti síkotokon akar megjelenni, atomokból és molekulákból kell állnia, akár érzékelitek a jelenlétét, akár nem.

— A mozgás és a sebesség eltér a hagyományos konstrukciókétól. Én ebben a pillanatban Ruburton át beszélek, de ott álltam abban a konstrukcióban is, és néztem, ahogy beszél. Lehetséges, hogy később szólhatok a saját konstrukciómól is.

Jane kivette Bill kezéből a második rajzot, és a szobában járkálva nézegette.

Közben nekem is sikerült egy pillantást vetnem a rajzra. Bill eközben szakadatlanul a fürdőszoba ajtónyílására bámult.

— Való igaz, hogy a ti fogalmaitok szerint nem vagyok egy szépség, de tanúsíthatjátok, hogy azért csúnya sem vagyok. Most tartsatok szünetet. És szeretném megköszönni Marknak. Amikor azt mondtam, hogy segíteni fog a bemutatóban, azt valóban úgy értettem, hogy segíteni fog a bemutatóban.

Seth-Jane a monológ végén ránevetett Billre. Megkérdeztem Billt, tulajdonképpen mit látott. Azt felelte: a sötét ajtónyílást ködszerű fehérség töltötte be. A világos háttér előtt Seth alakját pillantotta meg. Az alak csupán sötét körvonal

volt, mondta Bill, tisztán kivehető részletek nélkül, de az első monológ alatt jól megnézte az arcát. Kicsit olyan volt, mint egy fénykép negatívja. Bill még hozzátette, hogy az arc körülbelül száznyolcvan centiméterre volt a padlótól.

Rob keze elfáradt a jegyzeteléstől; szünetet tartottunk. Én kissé zavarban voltam. Bill égre-földre esküdözött, hogy csaknem egy órán keresztül látta azt a jelenést. Nem volt olyan tömör, mint egy közönséges emberi test, de egyáltalán nem volt átlátszó. Seth számos megjegyzést fűzött ehhez. Én mégsem láttam semmit. Rob nem hagyhatta el a helyét, így ő sem látott semmit. A lámpák égtek — egyszerűen nem tudtam elfogadni a látomás tényét.

— Bill, fogadok, hogy nem is volt itt látomás — mondtam. — Csak azt akarod, hogy bedőljünk neked, azt mondjuk, hogy mi is láttuk, aztán kinevetsz.

— Ez nagyon kedves megjegyzés volt — mondta Bill dühösen. Én már meg is bántam, amint kiszaladt a számon.

— Lehet, hogy képzelődtél? — próbálkoztam erőtlenül.

— Van olyan fantáziám, mint bárki másnak, de azért nem látok naponta ilyeneket.

— Szívem, miért nem hiszel Billnek? — kérdezte Rob.

— Hát jó. — Egyszerre nagyon ostobának éreztem magam. Megperdültem, és tánclépésekkel odamentem az ajtóhoz. — Oké, Bill, pontosan hol is láttad azt az alakot? — Bohóckodva illegettem magam ajtónyílásban. — Itt? Vagy talán itt?

Hirtelen azt vettem észre, hogy Bill és Rob arckifejezése megváltozik. A szoba közepén álltak, és nevettek rajtam. De most Rob elsápadt, Bill álla leesett.

— Mi a baj? — kérdeztem.

— Ne mozogj — mondta Rob nagyon halkan.

Valami bizsergést éreztem, de látni semmit sem láttam. Rob és Bill reakciójából tudtam, hogy valami különös dolog történik, tehát megálltam mozdulatlanul, ahogy mondta. Már nem nevettem.

Újból Rob jegyzeteit idézem.

Bill és én észrevettük, hogy Jane eleven arca megváltozik. Miközben beszélt hozzánk, az álla vonala a hosszú, fekete haj hátterében szögletesebbé vált. Az orra megnőtt. Ajka beszéd közben vastagabb, szélesebb, súlyosabb lett, és a nyaka megvastagodott. Szemében és homlokán sem Bill, sem én nem vettünk észre változást.

Kérésünkre Jane mozdulatlanul megállt ott, ahol volt. Félreismerhetetlen volt, amit láttunk. A jelenség talán egy-két percig tartott. A szobában világos volt. Jane arcvonásainak változása mintha a valódi arca előtt egy-két ujjnyival lévő

síkon ment volna végbe. Az arcvonások mintha a levegőben függő, sima vetítőernyőn rajzolódtak volna ki. Míg figyeltem, mögötte — vagy rajta keresztül — ott láttam Jane igazi arcát, olyannak, amilyennek mindig is ismertem.

Rob ezután arra kért, hogy mozduljak előre néhány ujjnyit. Megtettem, mire a jelenység elhalványodott, aztán eltűnt.

Folytattuk az ülést, fejünkben ezernyi kérdés zsibongott. Bill azt mondta, hogy még mindig érzi az első jelenést, néha egész erősen. Két rajzot készített, most azokat javítgatta. Mivel az ülés kilenckor kezdődött, és éjfélig tartott, meg sem próbálok mindent itt felsorolni. A mély férfihang az egész ülés alatt megmaradt, és az ülés előrehaladtával egyre Seth-szerűbb lett.

Amikor folytattuk az ülést, Sethként kézbe vettem Bill második rajzát, és így szóltam: — Ez a rajz egy kifelé irányuló transzformációt képvisel, amennyiben Mark megpróbálta pontosan lemásolni azt az anyagot, amit a belső érzékeivel felfogott, ennél fogva a rajz rekonstruálja azt, ami vagyok.

— Azt a formát jeleníti meg, amelyet a képességeim által fel szoktam ölteni, ha közeli kapcsolatba kerülök az anyagi síkkal. Ez nem jelenti szükségszerűen azt, hogy minden síkon ugyanezt a képet mutatom. Először készült rólam ilyesfajta ábrázolat; tetszik is nagyon.

— Nem volna meglepő, ha azon gondolkodnátok, milyen szerepet játszik a szuggesztió az efféle bemutatókban. Általánosságban szólva semmilyen anyagi tárgy vagy cselekedet, mozgás nem jöhet létre anélkül, amit ti előszeretettel neveztek szuggesztiónak. Belső szándék és egyetértés nélkül semmilyen anyagi dolog vagy mozgás nem érzékelhető. Minden konstrukció és minden mozgás mögött tulajdonképpen szuggesztió áll.

— A szuggesztió nem több és nem kevesebb, mint egy belső szándék és egyetértés valaminek a bekövetkezése iránt. Ez a szándék a kiváltója azoknak a tudat alatti mechanizmusoknak, amelyek lehetővé teszik számotokra, hogy a belső ideákból tárgyi valóságot alkossatok.

— Abban a kijelentésben, hogy azt a látomást az ajtóban szuggesztió okozta, nincs több igazság és nincs több tévedés, mint abban a kijelentésben, hogy ezt a szobát és mindent, ami benne van, szuggesztió idézett elő. Meg fogjátok érteni: tévedés egyetlen fizikai világegyetemben gondolkodni. E pillanatban ti négy különböző fizikai világegyetemben léteztek.

Seth elmagyarázta, hogy a látomás vonásait Bill saját ideái kissé eltorzították. A magas homlok például Bill fogalmai szerint a rendkívüli intelligencia jele. Bill a maga elképzelései szerint interpretálta a rendelkezésére álló adatokat: ez az a Seth volt, akit Bill látott, függetlenül Seth saját alakjától.

Seth ezután igen kedélyes modorban folytatta; „előzetes információkat” adott Bill nyaralásával kapcsolatban; Bill a következő héten akart elutazni. Seth embereket és eseményeket írt le; Bill a visszatérése után elmesélte, hogy ezek mind egytől-egyig tökéletesen igazolódtak.

Rob és én ekkoriban tanakodtunk a házvásárláson — meséltem már erről. Épp aznap mentünk át, hogy még egyszer megnézzük a házat, és nagy meglepetésünkre a hátsó ajtót tárva-nyitva találtuk. Seth most elmondta: azt az ajtót a saját lelki energiánk segítségével mi magunk nyitottuk ki. Ez jó példa arra, mondta Seth, hogy a tudat befolyást gyakorol az anyagra.

Nem tudtam, mit gondoljak erről. Amikor végére ért a fejtegetésnek, Seth tréfálkozni kezdett Robbal és Bill-lel; olyan vitalitást és jó kedélyt tanúsított, hogy Rob alig volt képes jegyzetelni a nevetéstől.

Ez az ülés egyszerűen elképesztett. Annyi kérdésünk támadt, hogy azt sem tudtuk, hol kezdjünk hozzá. Konkrétan *hogyan* hozzuk létre szellemi energiából az eseményeket? Hogyan formáljuk a tárgyakat? Hogyan jutunk egyetértésre abban, hogy mit látunk?

Ideirok még néhány, későbbi ülésekről való szemelvényt, amelyek elmagyarázzák, miként vetítjük ki ideáinkat eseményekké és tárgyakká. Seth azt állítja: folya-

matosan működik a telepátia, és fenntartja a belső kommunikációt, hogy alátámassza az érzékek által szállított adatokat.

*

A 302. ÜLÉS JEGYZŐKÖNYVÉBŐL; 1966. NOVEMBER 21.

„Az objektív világ belső cselekedetek végeredménye. Valóban képesek vagytok belülről manipulálni a tárgyi valóságot, ez az igazi manipuláció eszköze és meghatározása.

A gondolatok és képek mint ideák, tárgyi valósággá alakulnak, fizikai ténnyé válnak. A folyamatot kémiai erők hajtják. A gondolat: *energia*. Megszületése pillanatában máris elkezd fizikailag megvalósítani önmagát.

A mentális enzimek kapcsolatban állnak a tobozmiriggyel. Mint tudjátok, a test anyagai fizikai természetűek, de ők működtetik a gondolati energiát, mert elementáris kódok formájában hordozzák az adatokat, melyek a gondolatok tárgyi valósággá alakításához szükségesek. Ezek révén reprodukálja a test a belső képet. Hogy úgy mondjam, ezek a szikrák, amelyek kiváltják az átalakulást.

A vegyi anyagok a bőr pórusain át távoznak el, egy láthatatlan, de határozott pszeudo-fizikai alakzatban. A gondolat vagy kép intenzitása nagyban befolyásolja a fizikai materializáció közvetlenségét. Nincs olyan tárgy körülötted, amelyet ne te magad teremtetél volna. Nincs semmi a saját anyagi képmásodban, amit ne te magad teremtetél volna.

A kiinduló gondolatok vagy képek a mentális zárványban léteznek. [Seth ennek mibenlétét korábbi üléseken magyarázta el.] Ez még nem anyagi természetű. Aztán a mentális enzimek szikrája materializálja őket.

Ez az általános folyamat. Azért az ilyen képek vagy gondolatok a ti fogalmaitok szerint nem materializálódnak teljesen. Lehet, hogy az intenzitás gyenge. A belső vegyi reakció hatására bizonyos elektromos töltések kisülnek, némelyik a szervezet belsejében. Ezután a bőrfelületen keresztül a külvilág felé megindul egy sugárzás, amelyben magas szinten elkódolva benne vannak az utasítások és az információk.

Az anyagi környezet tehát ugyanannyira a részed, mint a tested. Hatékony irányítás alatt tartod, mert hiszen éppúgy magad teremted meg, mint az ujjad hegyét. A tárgyak mind ugyanabból a pszeudo-anyagból állnak, amely a saját fizikai képmásodból sugárzik kifelé, csak az intenzitás mértéke különböző. Ha az intenzitás eléggé magas, akkor tárgyként érzékeled. Ha alacsony, akkor egyáltalán nem is veszed észre.

A test minden rostjának és szövetének láthatatlan, belső célja van, és ez kapcsolja össze a belső Ént az anyagi valósággal; ez teszi lehetővé, hogy megteremtse az anyagi valóságot. Bizonyos szempontból a test és az anyagi-tárgyi környezet a teljes Én kellős közepéből repül kifelé.”

Ezt a szöveget akkor kaptuk, amikor még végeztük az Instream-kísérleteket. Később, amikor már felhagytunk velük, Sethnek több ideje maradt a kérdéseinkre válaszolni. Rob azt szerette volna tudni, hogy a testnek mely más részei vesznek részt a fizikai anyag létrehozásában. Egy részlet a válaszból:

„Az idegi impulzusok láthatatlanul, az idegpályák mentén kifelé haladnak a testből, körülbelül ugyanúgy, ahogyan a test belsejében. A pályák az adott Énből kifelé áramló telepatisz gondolatokat, intuiciókat, impulzusokat és vágyakat szállítanak, melyek megváltoztatják a látszólag objektív eseményeket.”

A következő részlet szerintem rendkívül fontos.

„Az események és tárgyak nagyon is valóságos gyűjtőpontok, ahol a magas töltésű lelki impulzusok átalakulnak valamivé, amely már fizikailag érzékelhető: ez az áttörés az anyagba. Ahol ilyen magas töltésű impulzusok metszik egymást vagy egybeesnek, anyag jön létre. Az energia belerobban az anyagba, de a mögötte rejlő valóság, az idea magától az anyagtól független. Ugyanolyan vagy majdnem ugyanolyan

minta 'bármikor' újra és újra létrejöhet, ha megvannak a megfelelő koordináták ahhoz, hogy a folyamat beinduljon.”

Az évezredek során sokan felismerték, hogy a tudat és az anyag kapcsolatban áll egymással. A Seth-szövegekből kiderül, milyen úton-módon fordítódik le a tudat az általunk ismert valósággá. De pontosan milyen erő munkál az anyag legkisebb ismert egységei mögött? Hogyan játszódik le az „áttörés az anyagba”? Ezeket a kérdéseket sem hanyagolom el: a Függelék külön foglalkozik velük.

És mi az értelme ennek az egésznek? Seth így válaszol:

„A ti valóságrendszereitekben megtanuljátok, mi a mentális energia, és hogyan kell használni. Ezt úgy végzitek, hogy gondolataitokat és érzelmeiteket folyamatosan fizikai formába öntitek. A külső környezetet érzékelve tisztább képet kell kapnod belső fejlődésedről. Ami érzékelésnek tűnik, amit olyan konkrét, objektív eseménynek vélsz, amely független tőled, tulajdonképpen a saját belső érzéseid, energiád, mentális rendszered materializációja.”

De, amint majd kiderül, saját fizikai valóságunkat nemcsak most és halálunk után formáljuk, hanem több emberéleten keresztül, miközben az energiát és az ideákat, a gondolatokat megtanuljuk tapasztalattá alakítani. Nemcsak most formáljuk környezetünket, hanem jó előre kiválasztjuk szüleinket és életkörülményeinket is.

Talán a következő két fejezet után az olvasó is belátja, miért fogadtam el végül a reinkarnáció gondolatát, holott korábban annyi ellenérzés volt bennem.

11.

A REINKARNÁCIÓ

Éltünk-e már korábban, és fogunk-e élni halálunk után? Seth szerint mindannyian reinkarnálódtunk már, és ha befejeztük földi életeink sorozatát, más valóságrendszerekben tovább létezünk majd. Minden életünkben olyan körülményeket tapasztalunk meg, amelyeket saját magunk előre választottunk, a feladatokat és kihívásokat saját szükségleteinkre szabjuk, hogy fejlesszük képességeinket.

Gondoljuk csak meg: vannak köztünk lángelmék és tébolyodottak, egyesek ügyes és szép testtel születnek, másoknak fontos szerveik vagy tagjaik hiányoznak. Némelyek úgy dúskálnak a javakban, hogy életük az emberiség nagy részének minden képzeletét felülmúlja, mások a nyomornak ugyancsak felfoghatatlan, sötét bugyraiban öregszenek és halnak meg. Miért? Csak a reinkarnáció szövi ezeket a látszólag rendkívül különböző körülményeket olyan rendszerré, amelyben értelmet lehet felfedezni. Seth szerint ezeket az élethelyzeteket nem valami külső erő méri ránk, hanem magunk választottuk őket.

Miért választana valaki olyan életet magának, amelyben betegség vagy szegénység sújtja? És mi a helyzet a zsenge korban meghalt gyermekekkel, vagy a katonákkal, akik csatában esnek el? Amikor Seth a reinkarnációról kezdett beszélni, ilyen kérdések tolultak fel bennünk. Mint mondtam, az ülések kezdete előtt nem hittem azt sem, hogy még egyszer megszületünk, nemhogy sokszor. Ha már éltünk korábban, de nem emlékszünk rá, gondoltam, akkor mire jó az egész?

— Különben is — mondtam Robnak —, Seth azt állítja, hogy mindannyian a „tág jelenben” élünk, és voltaképpen nem létezik múlt, jelen, jövő. Akkor hogyan élhetjük egyik életünket a másik *előtt* vagy *után*?

Némelyik választ mások érdekében tartott üléseken kaptuk meg, amikor Seth konkrét esetekkel foglalkozott. Nyilvánosság előtt nem tartok bemutatót (aminthogy honoráriumot sem kérek és adományokat sem fogadok el), ezért azok lettek a reinkarnációval foglalkozó ülések, amelyeket a hallgatók vagy a barátok kedvéért tartotunk, vagy olyanok érdekében, akik valami különösen tragikus ügyben kértek segítséget. Ami azt illeti, Seth csak akkor foglalkozik ilyen esetekkel, ha az érdekelt kézben tudja tartani a szóban forgó ügyet.

Miért halnak meg gyermekek — különösen, ha tehetségesek, és szerető családba születtek? Nem hiszem, hogy van egyetlen válasz, egyetlen olyan magyarázat, amely

igaz volna minden egyes hasonló esetre, de két ülésen is szóba kerültek ilyen gyermekek, és arra a két konkrét esetre megkaptuk a választ.

Az első egy házaspárról szól, akiket Jim és Ann Lindennek fogok nevezni. Ann egy reggel teljesen ismeretlenül felhívott telefonon. Mivel közvetlenül, nem közpon-ton keresztül hívott, semmi sem utalt rá, hogy távolsági hívás; azt hittem, hogy a városból beszél, különösen akkor, amikor Elmirában élő rokonait említette. Elmesélte, hogy a fia, Peter néhány hónappal korábban, hároméves korában meghalt. Ő és a férje nagyon sokat gyötrődik azóta, mesélte, és egy New York-i barátjuk, Ray Van Over parapszichológus azt tanácsolta, hogy hívjon fel engem.

— Csak egyszer találkoztam Rayjel — mondtam. — Biztosan említette, hogy én nem szoktam fogadni, a saját munkámra és a Seth-ülésekre koncentrálok.

— Igen, mondta — felelte Ann. — De azt gondolta, hogy velünk talán kivételt tesz. Azt mondta: más, hasonló esetekben megtette már. — Elhallgatott, várt.

Egy hosszú percrengtem. — Hát, ma este éppen esedékes egy ülés. Ha át akarnak jönni...

— Ott leszünk — vágta rá azonnal. — A férjem napközben bent van New Yorkban, de késő délutánra hazaér.

— Lehet, hogy fáradt lesz.

De Ann megesküdött, hogy egy zuhany és egy gyors vacsora újjávarázsolja a férjét. Megállapodtunk, hogy ő és Jim nyolc óra körül a lakásunkon lesz.

Elmondtam a dolgot Robnak, aki csak annyit válaszolt, hogy rám bízsa, de nem volt nagyon boldog. — Emlékszel, amikor legutóbb megpróbáltál kapcsolatot teremteni valakinek az elhunyt hozzátartozójával? — mondta. — De majd Seth elintézi.

Bólintottam: nagyon is elevenen élt bennem az eset, amelyre Rob utalt. Amióta Ann Lindennel beszéltem, egyfolytában ez járt a fejemben.

— Ugye nem szeretnéd, ha még egyszer olyasmi történne? — kérdezte Rob.

— Aha — feleltem, és agyamban végigfutottak a legutóbbi, hónapokkal azelőtti eset részletei. Fényes, napsugaras vasárnap délután volt. Farmerben voltam, éppen takarítottam, amikor felhívott egy hallgatóm. Egy különösen bonyolult probléma állt előtte, és azt szerette volna, ha felveszem a kapcsolatot elhunyt anyósával. A fiatalasszony addig csak néhány foglalkozáson volt jelen, az anyósa pedig egész életét Floridában töltötte, ott is halt meg. A családot egyáltalán nem ismertem.

Azt feleltem, hogy jöjjön csak át, és Rob előbújt a műteremből, hogy jegyzeteljen. Az események alatt úgy éreztem, *én vagyok* a meghalt nő, aki újraél egy veszekedést a férjével. Olyan erővel csapkodtam az asztalt, hogy Rob már attól tartott, eltöröm a kezemet. Rendkívül indulatos veszekedés volt. A másik személyiség szinte teljesen átvette az uralmat; Rob már a testi épségemért aggódott. Az anyós nyilván-

valóan az enyémnél sokkal terjedelmesebb és erősebb testhez lehetett szokva. Végül sikerült csonttörés és izomhúzódás nélkül „visszavonulnom”, de azóta óvatosak vagyunk.

Elmosolyodtam, amikor eszembe jutott: Rob beszámolója szerint a bútorfényező flakonja a levegőbe ugrott, amikor először rácsaptam az asztalra, és a könyököimtől szanaszét repültek a takarítószeresek. Nem lehetett valami okkult légkör, még a nap is teljes erővel besütött az ablakon. A fiatal nő meg volt győződve róla, hogy valóban az anyósa nyilatkozott meg rajtam keresztül. Ráismert gesztusaimból és szavaimból — ideértve az anyós néhány kedvenc kifejezését, amelyek bizony meglehetősen vasakosak voltak.

Rob az arcomat figyelte. — Akkor nem érezted viccesnek, igaz?

El kellett ismernem, hogy igaza van. Az általam akkor megadott nevek és dátumok viszont többségükben helyesek voltak, egy dolgot pedig — amelyet a fiatalasszony nem tudott ellenőrizni — az egyik rokon igazolt.

— Seth akkor nem volt jelen — mondtam. — Ha ott lett volna, talán ő adta volna meg az információt, és nem kellett volna keresztülmennem azon az egészen.

— Vagy egyszerűen csak ki akartad próbálni egyedül is — kockáztatta meg Rob.

Kis büntudattal vigyorogtam. Azóta is törtem már a fejem azon az epizódon. Vajon ki akartam próbálni a saját szárnyaimat, hogy megtudjam, egyedül milyen bizonyítékát találom meg a halál utáni életnek?

Ha ez tudat alatti szerepjátszás volt részemről, akkor módfelett jól sikerült, hiszen a fiatalasszonynak néhány tényt mással kellett ellenőriztetnie. De nem esett jól, és nem is szerettem volna, ha még egyszer valami hasonló történik velem. Megvágatom, hogy kit engedek be a házamba, és az ilyen emberek, legyenek bár elevenek vagy holtak, nem találnak szíves fogadtatásra.

— Most nem akartam nagyon elutasítónak mutatkozni — mondtam. — Lindenék végtére is csak a kisfiukról akarnak megtudni valamit. Most rábízhatjuk Sethre az ügyet. Ma estére úgyis ülést terveztünk.

De tudtam, hogy Robnak igaza van. Szükségem van bizonyos önvédelemre. Az anyós esetétől eltekintve is volt már néhány nyugtalanító helyzet, amikor élő emberektől „vettem át” érzelmi állapotokat. Mindenesetre amíg ilyen nagyszerű anyagot kapok Sethtől, addig elsősorban arrafelé szólít a kötelesség. Aznap este, miközben Jimet és Annt vártuk, ilyen gondolatok kergették egymást a fejemben.

És hátravolt még egy meglepetés. Este hat körül Ann telefonált, hogy Binghamptonban van, tőlünk autóval több, mint egy órányira. Azt mondta: fogalma sem volt, hogy Elmira ilyen távol esik Brooklyntól.

— *Brooklyntól?* — Majdnem elejtettem a telefont. — Úgy értettem, hogy a férjem bement ma New Yorkba. De hogy ott is laknak...

— Ó, nem — mondta Ann —, de Jim kora délután hazajött, és azt hittük, pár óra alatt odaérünk Elmirába.

— Hű, a mindenit — mondtam, mire Rob az ölébe eresztette az esti újságot. — Azt akarja mondani, hogy egyetlen ülés miatt autóznak idáig? New York tele van kitűnő médiumokkal.

— De magát annyira ajánlották. Azért telefonáltam, mert késni fogunk. Rosszul esik, hogy ezt kell kérnem, de megtennék, hogy megvárják, míg odaérünk?

Kissé kábultan igent mondtam, és letettem a telefont. Rob attól tartott, hogy túl nagy lesz rajtam a teher, tudva, milyen hosszú utat tesznek meg oda-vissza egyetlen ülésért. Ann-nek elmagyaráztam ugyan, hogy semmiképpen sem tudom garantálni, mi fog történni. Most szándékosan kiűztem agyamból az ügyet, és leültem tévét nézni. Akkor az egésznek a tetejébe még este nyolc körül beállított Phil is, azzal, hogy éjszakára a városban marad, és szeretne részt venni az ülésen!

Jim és Ann este tíz körül érkezett meg. Azonnal megkedveltük őket. Húszas éveik vége felé járhattak, intelligensek voltak, és viselkedésüket, akárcsak a miénket, közvetlenség jellemezte. Egy pohár bor mellett meséltek a kisfiukról.

— Rendkívül értelmes gyerek volt — mondta Jim. — Egyszerűen fantasztikus, és ezt nemcsak azért mondom, mert a mi gyerekünk volt. Az első pillanattól fogva messze az átlag fölött állt, és annyira gyorsak voltak a reakciói, hogy néha szinte megijesztett bennünket. Aztán egyik napról a másikra meghalt vészes vérszegénységben. Még azt sem tudni, mi okozta.

Mit lehet ilyen helyzetben mondani? Segíteni akartam. Éreztem, hogy valóban nagy szükségük volna rá, de tudtam azt is: szinte lehetetlen *bebizonyítani* a halál utáni életet valóságosságát. Mi történnék, ha sikerülne felvennem a kapcsolatot a kisfiúval — vagy azt hinném, hogy felvettem? Mit segítene ez? Ahelyett, hogy a szülők szembenéznének az elválás tényével, ez az eset vajon nem rontana a helyzetükön? És föltámadtak saját kételyeim is: ha mégis tudat alatti szerepjátzás, amit csinálók...

Rob mintha olvasott volna a gondolataimban. — Nyugi, szívem — szólalt meg hirtelen. Lindenéknek is elmondtam, mi jár a fejemben, mire Ann elmosolyodott. — Ray mondta, hogy te vagy az egyik legobjektívabb médium, akit ismer.

— Félek, túlságosan is objektív. Ez néha visszatart attól, hogy teljesen kihasználjam a képességeimet.

Ez az utolsó mondat, amit emlékezetem szerint önmagam nevében mondtam. A következő pillanatban Seth mély, zengő hangja szólalt meg belőlem. — Az a fiú a saját akaratából volt rövid időre a tiétek. Az volt a célja, hogy megvilágosítson ben-

neteket, és ezt meg is tette. Korábbi életekben ismertétek már. Egyszer nagybátyja volt jelenlegi apjának.

— Nem akart az anyagi valóságban megmaradni. Csak azért jött, hogy felmutasson nektek egy lehetőséget, és megértesse veletek a belső valóságot. Betegségét maga választotta. Nem a sors mérte rá. A szervezete nem termelt megfelelő vért, mert nem akart tovább maradni az anyagban, mint tervezte.

— Lendületet akart adni nektek, és a hatása így sokkal erősebb, mint ha életben maradt volna; ezt ő maga is tudta. Rettegett attól, hogy fiatal férfivá serdüljön, megismerkedjék egy fiatal nővel, vonzódni kezdjen hozzá, és leéljen egy újabb életet.

— Ő fénysugár volt számotokra, és ez a fénysugár nem hunyt ki. Elvezet egy olyan tudáshoz, amelyhez egyébként nem jutottatok volna hozzá, mert nem kerestétek volna ilyen elszántan. Ő nagyon jól tudja ezt. Azt akarta, hogy elinduljatok a zárandokúton — de ez a zárandokút bennetek van.

Seth tágra nyílt szememmel tekintett rájuk. Mozdulataim az övéi voltak. Beszéd közben egyenesen Jim szemébe nézett. Ann és Rob jegyzetelt, Phil csak ült, és hallgatott.

— A tudományokkal állt kapcsolatban Atlantisban és Egyiptomban is, de most nem kívánta folytatni ezt a tevékenységét. Már messze túl volt rajtuk. Te [Jim] két

előző életben is ugyanilyen kapcsolatban álltál vele; papok voltak, és mindketten a mindenség belső működése iránt érdeklődtek.

Seth ezután kijelentette, hogy Jim bizonyos értelemben félresiklott, elfelejtette, amit megtanult a múltban. — Ő [Peter] nem kényszeríthetett rá, hogy emlékezz, de erőteljes ösztönzést, lökést azért adhatott nektek, és ebben az életében pontosan ezt is cselekedte.

— Most nem az a dolgotok, hogy ide-oda szaladgáljatok, és minden bokrban az igazságot keressétek. Az igazság bennetek van. A fiatalok többé nem hároméves. Most már olyan entitás, aki idősebb, mint ti vagytok, és megpróbálta megmutatni nektek az utat. Nem gyermek volt ő, akit elragadtak, mielőtt a benne rejlő ígéreteket beválthatta volna — olyan személyiség volt, aki azért ment el, mert reinkarnációi befejeződtek. Nem tér vissza többé, hanem továbbhalad egy olyan valóságba, ahol képességeit jobban használhatja.

Seth szerint Peter reinkarnációi már azelőtt befejeződtek, hogy erre az utolsó életére megszületett volna. Csak azért tért vissza fiatalon meghalni, hogy Jim és Anna feltegye a kérdéseket, amelyeket most fel is tettek.

Seth egy alkalommal széles mosollyal azt mondta: — Én magam sokszor éltem és sokszor meghaltam már, de érezhetitek a vitalitásomat. Elmondhatom nektek, hogy a fiú vitalitása ma is létezik. De ha tovább kell maradnia, az büntetés lett volna

számára. Egy korábbi élete során segítettél „megmenteni a lelkét”, és most azért tért vissza, hogy viszonzozza ezt a segítséget. Egyszer kísértésbe esett, hogy képességeit a hatalom megszerzésére használja, saját előnyére fordítsa papi mivoltát. Akkor te állítottad meg.

Seth azzal folytatta, hogy jellemzést adott Jim jelenlegi személyiségéről az előző életek eseményeinek összefüggésében, és a jövőre vonatkozó tanácsokkal látta el. Jim elmesélte, hogy korábban disc jockey volt. Seth most ezt mondta: — Senki sem mondhatja meg neked, melyik utat járd. A válaszok benned vannak. Óvakodj azoktól, akik kész válaszokkal állnak eléd. Én valószínűségeket, lehetőségeket mondok, mert a jövő képlékeny.

Azt javasolta, hogy Jim tartsa távol magát a színészi pályától, mert az ő esetében ott identitási zavarok következhetnek be. Azt tanácsolta, hogy maradjon a kommunikációs szakmák környékén; ha a rádiózásnál marad, ott egy új állásra van kilátása, s onnan egy másik pályára térhet át.

Seth beszélt még az összes érintett előző életeiről, aztán hozzátette: — Amit elmondok, az szerintem a legfontosabb információ, függetlenül attól, hogy ellenőrizhető-e, vagy sem. Belső Énetek feldolgozza majd, amit mondtam, és ez fontosabb, mint tízoldalnyi adat és feljegyzés, amit nem tudtok ellenőrizni, mert azok az életek annyira régen zajlottak le.

Szót ejtett ezután Peter betegségének szimbolikus jelentőségéről, Jim és Ann előző életekbeli kapcsolatáról, és megállapította, hogy Jimnek kiváló matematikai tehetsége van, amelyet nem használ. — Ez a képesség két előző, papi életedből származik, amikor mindketten rengeteg számítást végeztetek az égitestek mozgásával kapcsolatban.

A következőkkel fejezte be: — Természetes, hogy ebben a helyzetben másokhoz fordultok segítségért, és remélem, hogy a magam módján segítettem is. De azért van különbség aközött, amit *megmondtak* neked és amit *tudsz*. A tudás belülről jön. Ha tudsz valamit, nincs szükséged rá, hogy megmondják — és ti képesek vagytok szert tenni ilyen tudásra. Örülni fogok, ha a segítségemmel megtaláljátok, de senki más nem találhatja meg helyettetek.

Az egyik szünetben kekszet rágszálva, bort iszogatva ültünk együtt, és hirtelen mindenféle benyomások zúdultak az agyamba. Sokat közülük ott, helyben ellenőriztünk is. Megmondtam például Ann-nek, hogy a bátyja több nevet használ, és parókat visel; ezt is és sok egyebet is igazolt. Közben folyamatosan kaptam a benyomásokat a kisfiú tüneteiről.

Amikor ilyesmi történik velem, el szoktam lazulni, és kimondom, ami eszembe jut. — Volt egy eset — mondtam —, amelyben lábkörmök és egy túl kicsi cipő játszott szerepet. A jobb láb nagyujján nyomás keletkezett, ami kihatott egy érre a jobb

lábszáron. Az ilyen esetekben mindig szerepet játszik valami hasonló sérülés, bármilyen csekély, amely a szervműködést károsítja.

Volt több ilyen megállapítás is, amelyek ott helyben igazolódtak. Bár ezeknek az információknak nem volt közül a reinkarnációhoz, mégis segítettek Jimnek és Ann-nek bebizonyítani: megvan bennünk a képesség, hogy a fizikai érzékeken kívül más módokon is tudáshoz jussunk. Az események, amelyekre hivatkoztam, Lindenék számára érzelmileg jelentősek voltak, bár más szempontokból hétköznapiak.

E benyomások közül némelyik a Peter halálát okozó betegség eredetére vonatkozott. A betegség oka ismeretlen, nincs is értelme itt és most belemenni a magyarázatába. Viszont a betegség jellemző tüneteiről adott leírásom szintén pontosan fedte Peter állapotát. Lindenék nem beszéltek erről nekünk — talán túlságosan fájdalmasnak ítélték. Mivel ezek a részletek pontosak voltak, nincs ok feltételezni, hogy a betegség orvosiag ismeretlen okára vonatkozó benyomásaim ne lettek volna azok. Ugyanebből a megfontolásból nincs ok feltételezni, hogy a reinkarnációs anyag nem volt helytálló, bár az eltelt idő miatt nem ellenőrizhető. (Némelyik reinkarnációs adat hozzánk közelebbi korokból való, ezért bizonyos mértékig utána lehet nézni, ha az érintettek veszik az időt és a fáradságot. Mostanáig nagyon kevés pappal találkoztunk, olyannal pedig, aki Atlantiszban élt volna, rajtuk kívül egyel sem.)

Seth az ülés végén Phillel foglalkozott, és jócskán elmúlt már éjjel egy óra, mire a végére értünk. Jim és Ann azzal a meggyőződéssel indult haza, hogy fiuk élete és halála üzenet volt, hogy életüknek van célja és értelme, és hogy ez a látszólagos tragédia magasabb szinten a javukra válik.

Az eset után eléggé szégyelltem magam. Jim és Ann szinte átlényegült, bennem pedig annyi kétely volt az ülés előtt, hogy képes voltam tétovázni. (Az az igazság, hogy amikor tudatosan gondolkodom ilyen szűklátókörűen, akkor előlép az intuitív belső Énem, és bebizonyítja: itt a pusztán egónál jóval többről van szó. Érzem is, hogy ezek a képességek úgy járnak át bennünket, mint a szél a fa koronáját.) Ann nem sokkal ezután írt nekem, és elárulta, hogy ő meg Jim nem érzi többé azt az elviselhetetlen szomorúságot, amely azelőtt nyomasztotta őket.

Egyre többször láttam, miként ad értelmet a reinkarnáció a látszólag értelmetlen tragédiáknak is; hogyan mutatja meg a rendszert olyan helyzetekben, amelyekben különben csak a káoszt és az igazságtalanságot látnánk. Nagyon örültem, hogy segíthettem Ann-nek és Jimnek. Ez az ülés meg a többi hasonló fontos szerepet játszott abban, hogy felismertem e gondolatok értékét, pedig eredetileg nem voltam képes elfogadni őket. Ugyanez áll Sethre is: elképeszt, ahogyan segít másokon, milyen mélységig érti a pszichológiát, micsoda képességeket mutat fel az üléseinken.

Egy másik esetben szintén gyermekhalálról volt szó. Egy asszonynak, aki részt vett néhány csoportfoglalkozásomon, hónapokkal azelőtt vízbe fúlt a tizenöt éves fogadott fia. Seth azt mondta: a fiú több előző életében is tengerész volt, és a vízi halált többre becsülte a szárazföldinél. A fiú egy korábbi életében már kapcsolatban állt mostani mostohaanyjával, és ő is azért tért vissza, hogy segítsen az asszony belső fejlődésében. Korai halála azért következett be, hogy mostohaanyja megfogalmazza a kérdést, és megkeresse a választ. Az asszony médiumtól médiumhoz szaladgált, megpróbálta felvenni a kapcsolatot a fiúval. Seth félreérthetetlenül megmondta neki, hogy hagyjon fel ezzel, és dolgozzék saját belső fejlődésén.

Seth szerint magunk választjuk meg betegségeinket, csakúgy, mint születésünk és halálunk körülményeit is. Minden betegségre vonatkozik ez, legyen az balesetben eltört láb vagy fekély. Ez nem azt jelenti, hogy *tudatosan* választunk; nem arról van szó, hogy valaki leül, és így spekulál: „No, azt hiszem, ma délután háromkor a patika előtt el fogom törni a lábamat.” Nem; bensőnk egy része zaklatott, ezért választ egy betegséget vagy balesetet, hogy a belső helyzetnek kifejezést adjon. Ezt az egészségről szóló fejezetben magyarázom el, Sethnek az egészség és vitalitás megőrzésére vonatkozó útmutatásaival együtt.

De mi a helyzet a súlyos betegségekkel — és hol jön be a képbe a reinkarnáció? Először is: Seth nem használja azt a szót, hogy „büntetés”. Nem szenvedünk „bünte-

tést” a korábbi életünkben elkövetett „bűnök” miatt. A betegséghez nem is a vele járó, benne foglalt élethelyzet miatt fordulunk — bár olyasmi megtörténik, hogy a betegséget a hosszú távú tervbe illesztve használjuk fel, hogy ez úton tanítsunk meg magunknak egy fontos igazságot, vagy fejlesszünk valamilyen képességet.

Így néz ki ez a folyamat egy konkrét példán szemléltetve. Ez az eset szintén egy telefonhívással kezdődött; ezúttal egy férfi hívott fel, akit Jonnak fogok nevezni. Az ország egy távoli szögletéből telefonált, közvetlenül az első könyvem megjelenése után. Jon is és a felesége is húsz-egynéhány éves lehetett. Az asszony neve legyen Sally. Sally sclerosis multiplexben szenvedett, az orvosok szerint talán csak egy év volt már hátra az életéből, és Jon meg akarta kérdezni Sethet, hogy mit lehetne tenni Sallyért.

Ismét azt éreztem, hogy nagyon szeretnék segíteni, és ismét tele voltam kéte-lyekkel. Gondoljuk el — csak a feltevés kedvéért -: mi van, ha Seth javasol valami kezelést vagy szert, ami súlyosbítja Sally állapotát? Végére is én Jane Roberts vagyok, nem Edgar Cayce. Hogyan bízhat egy idegen ennyire Sethben és az én képességeimben, amikor magam is oly gyakran tele vagyok kétségekkel?

— Biztos vagyok benne, hogy Seth tud segíteni — mondta Jon. — Amint elolvastam a könyvét, már tudtam. És ha Sallyt nem lehet meggyógyítani, Seth akkor is

adhat valami magyarázatot, amitől értelme lesz ennek a betegségnek. Miért épp Sallyvel történik ez? Hiszen ő soha életében nem vétett senki ellen.

Úgy éreztem magam, mint egy vár, amelyet ostrom alá vettek — főként azért, mert annyira szerettem volna segíteni. Végre sikerült eszembe idéznem, hogy a belső Én sokkal erősebb, mint a Jane-Én, és hogy Seth sokkal többet tud, mint akár az egyik, akár a másik. Tehát igent mondtam.

Az azóta eltelt két év alatt több ülést tartottunk Jon és Sally érdekében. De a legelső ülésen Seth olyan nagyszerű tanácsot adott, amely mindenkin segíthet, akit betegség kínoz. Mielőtt rátért volna a reinkarnációs háttérre, amely ebben az esetben különösen fontos volt, hangsúlyozta a szuggesztió és a telepátia szerepét a betegszobában. Mivel ennek fontos általános tanulsága van, idézek néhány részletet.

— Mindenkinek, akit érint ez a betegség, változtatnia kell mentális hozzáállásán, és fel kell támasztania önmagában a reményt. Akik ma körülveszik az asszonyt, azt gondolják, hogy a gyógyulása lehetetlen, ő pedig felfogja a gondolataikat, és ezekre reagál.

— A betegséget az anyag szintjén, az életfolyamatok útján nem lehet visszafordítani. A testi javulás spirituális változás eredménye lesz. Mindazoknak, akik körülveszik őt, fel kell hagyniuk a reménytelenség érzésével, a negatív szuggesztióval,

mind kimondva, mind kimondatlanul. Ez önmagában már elegendő lesz bizonyos javulás eléréséhez.

— A férj naponta háromszor végezze el a következő gyakorlatot: képzelje el, hogy a világmindenség energiája és vitalitása egészséggel tölti fel felesége testét. Ne legyen ez holmi jámbor óhaj, merő vágyakozás. Tegyen valódi erőfeszítést annak megértésére és átélésére, hogy az asszony szervezetét ezek az energiák építik fel, és ily módon képes lesz rá, hogy hozzásegítse feleségét az energiák pozitív irányú felhasználásához. Ha lehetséges, a gyakorlat közben érintse meg a feleségét, és tegye meg ezt reggel, délben és este.

— Ne koholj hamis bizonytságot, hanem őszintén és kitartóan emlékeztess magad arra, hogy feleséged testét a mindenség energiája tölti ki és formálja. Egy gátló tényező megakadályozta, hogy teljes hatékonysággal használja ezt az energiát. Te részben pótolni tudod ezt saját hozzáállásoddal és a gyakorlatokkal, amelyeket adtam neked. Ez már önmagában egy kis lélegzethez juttatja őt, amikor a betegség előrehaladása megáll. Ha útmutatásomat maradéktalanul követed, hamarosan némi javulás fog beállni.

— Ha nem fogadjátok meg az asszony mentális környezetének jótékony megváltoztatására vonatkozó útmutatást, akkor semmilyen más tanács vagy orvosság nem fog segíteni.

Seth megígérte, hogy ad majd egy programot is azzal a céllal, hogy megváltoztassa Sally saját reményeit, és hipnóziskezelést javasolt, hogy a hipnotizőr pozitív szuggesztiói életre keltsék az asszony akaraterejét.

Javasolta, hogy Sally tagjait mogyoróolajjal dörzsöljék, és étrendjét egészítsék ki vassal. Hangsúlyozta, hogy az asszony jobban érezné magát egy másik szobában, mondván: — Azt hiszem, van egy szép, napos nappali szoba a házban. Annak a szobának jótékony hatása lesz a betegre. Költöztessék át oda. — Érintőlegesen megemlített néhány epizódot Sally jelenlegi életéből, ezek közül Jon többet igazolt a következő levelében — volt köztük egy olyan is, amelyről Jon maga sem tudott addig, míg Seth meg nem említette. Seth azt mondta, hogy Sally valaha egy szatócsüzletben dolgozott egy barátnőjével, és ennek a barátnőnek a látogatása most jótékony hatással lenne rá. Jon nem tudott Sally életének erről az epizódjáról, de az anyósa emlékezett rá.

Megjegyzendő, hogy Seth nem tért át más témákra, míg a fenti tanácsokat el nem mondta — a tanácsok pedig a férjnek szóltak és azoknak, akik Sallyt ápolták, nem magának a betegnek. Az első ülés végén Seth azt mondta: — Működnek előző életetekhez kapcsolódó összefüggések is. Egyelőre fontosabb, hogy megtedd azokat a lépéseket, amelyeket elmondtam, mint az, hogy ismerd ezeket az összefüggéseket.

A két ülés között Jon megírta, hogy bizonyos javulás tapasztalható Sally állapotában, és hogy híven követi Seth útmutatásait. Valóban volt a házban egy olyan szoba, amelyet Seth említett; Sallyt oda költöztették át.

A második ülést Seth teljes egészében a reinkarnációs hatásoknak szentelte — igen jó példa ez az eset arra, miként befolyásolják ezek az egészségi állapotot. Az ülésen elhangzott néhány általános tanács is, csakúgy, mint a válasz bizonyos, a korábbi életek és a jelenlegi egészségi állapot összefüggését firtató kérdésekre.

Seth kijelentette: a karma nem tartalmaz büntetést. — A karma a fejlődés lehetőségét kínálja. Képessé teszi az egyént arra, hogy tapasztalatokkal növelje ismereteit, kitöltse a tudatlanság okozta hézagokat, megtegye, amit meg kell tennie. Ebben mindig a szabad akarat érvényesül.

Sally előző életének története nagyon érdekes. Tudni kell, hogy ez nem a *közvetlenül* megelőző élete volt, hanem egy annál korábbi, amelynek problémáit „elraktározta” a jelenlegi életéig.

— Az asszony akkor olasz férfi volt, és egy hegyi faluban élt. Feleségét elveszítette, egyedül maradt rendkívül neurotikus, nyomorék lányával, akit sok éven keresztül ápolt. Sallyt akkor Nicolo Vanguardinak hívták [Rob így írta le a nevet fonetikusan], a lánya neve Rosalina volt. Nem szerette a lányt; gondját viselte ugyan, de nem volt kedves hozzá.

— Újra meg akart házasodni, de a lánya miatt senki sem akart hozzámenni. A lány, amikor csak tehetett, ellene szegült az apjának. Szemrevaló lány volt, nyomorék, de nem torz. A harmincas éveiben jóval kevesebbnek látszott, mint a nála fiatalabb nők, akiknek mezei munkával telt az életük. Volt egy kis gazdaságuk, ahol alkalmi munkások segédkeztek. Az egyik közeli faluból egy gyermektelen özvegyember járt át segíteni; beleszeretett a lányba, és a betegsége ellenére magával vitte szülőfalujába.

— Az apa, aki Sally volt, nagyon megkeseredett. A lány túl későn ment el; ő már megöregedett, senkinek sem kellett, és most már szólni sem tudott senkihez. Emiatt még jobban gyűlölte a lányát; dühös volt rá, mert vénségére hagyta magára, pedig ő annyi éven át gondoskodott róla.

Seth azzal folytatta, hogy Sally a következő életében nőként született újjá, ismét Itáliában, némi művészi tehetséggel, és igen sikeres életet élt. Két fia született. — Itt a személy alig száz kilométerrel távolabb született újjá, és egy gazdag földbirtokos feleségeként gyakran kocsizott ki arra a vidékre, ahol még állt a kis ház, melyben előző életét leélte. A várost súlyos bombázás érte a második világháborúban.

Ez után az élet után Sally személye úgy döntött, hogy elvarrja a fejlődésében felmerült problémák szálait. — Ezúttal a személy nem gondoskodó, hanem gondoskodásra szoruló ember lett — lévén, hogy a betegsége miatt másoktól függött. Korábbi életében a személyiség sem képes, sem hajlandó nem volt megérteni a

nyomorék lány helyzetét, körülményeit. A belső valóság tényeit egy pillanatig sem vette fontolóra.

— Most Sally maga játssza ezt a szerepet, és tökéletesen elmerült benne. Az előző életben Jon volt az a férfi, akivel a lány elment az apai háztól. Sally most szerelmes belé, és felfedezte személyisége jó oldalait.

— A szerepcsere által Sally rálátást szerzett korábbi kudarcaira, jelenlegi férjének pedig lehetőséget ad, hogy mélyebben elgondolkodjék, és keresni kezdje a választ olyan kérdésekre, amelyeket különben nem tett volna fel. Az asszony hozzájárul az ő fejlődéséhez is, s közben sikeresen dolgozik a saját személyében meglévő komoly hiányosságok felszámolásán.

Seth a továbbiakban elmondta még, hogy az olasz város neve Ventura vagy ehhez hasonló, Itália délkeleti részén fekszik, és az 1930-as évek végén tragikus vasúti szerencsétlenség történt a környéken.

— Az ilyen helyzeteket, mint Sally betegsége, a személy mindig maga választja, de az egyénnek magának kell megtalálnia a megoldást. Az entitás nem szabja meg előre, hogy teljes gyógyulás, elhúzódó betegség vagy korai halál lesz-e a végkifejlet. Az általános élethelyzet a mélyebb összefüggésekre adott válaszként áll elő.

— A konkrét probléma igazából olyan feladat, amelyet az entitás állít valamilyik saját személyisége elé, de a végeredményt az egyén maga határozza meg. E sze-

mély számára ez volt az utolsó ilyen akadály. Senki nem választja öncélúan a betegséget mint élethelyzetet. Ebben az esetben a személy azért döntött a teljes függőség állapota mellett, hogy tisztábban áttekinthesse korábbi tevékenységét.

Seth kijelentette: a személyiség még az ilyen, látszólag tragikus helyzetekben sincs magára hagyatva. — A belső Én, amely nem tévesztendő össze a könnyebben hozzáférhető tudatalattival, ismeri a helyzetet, és megtalálja a vigaszt a gyakori belső kommunikációban, amelyben felidézi és újraéli sikereit. Az álmok rendkívül eleve nek ebben az állapotban, mert ezek erősítik az emberben a bizonyosságot, hogy nagyobb, mint amilyennek véli magát. A személyiség ilyenkor tudja, hogy több, mint az az Én, amellyel egy időre összekapcsolta magát.

De Sally közben szörnyű állapotban volt, kezdett megvakulni, nem tudott már sem beszélni, sem mozogni. Miért, kérdezte Jon a levelében, miért nem választott magának valami kevésbé pusztító kórt? Miért nem volt kicsit beteges három életen keresztül, ahelyett, hogy egyszerre leterítse ez a gyilkos betegség?

Seth válasza: — A merészséggel párosuló türelmetlenség jellemző erre az entitásra. Ez magyarázza döntését, hiszen ez az állapot óriási megterhelést jelent. Minden gyengesége felfokozódik, ettől ennyire súlyos az állapota. Az entitás inkább ezt választotta, mint a kisebb nehézségek sorozatát. Jon tudat alatt beleegyezett ebbe, hogy

türelmet és segítőkészséget tanuljon — hogy a neki rendelt orvosságot egy adagban vegye be.

Seth hangsúlyozta, hogy Sally a közvetlenül ezt megelőző életében menedéket talált a problémák elől, pazar körülmények között élt, és alkotó tehetségét is kiteljesíthette.

— Az ilyen helyzet lehetővé teszi a személy számára, hogy a szükséges tapasztalatot egyetlen élethelyzetbe sűrítse: hogy mélyre merüljön, és egyszerre nézzen szembe olyan problémákkal, amelyek különben több életsorsot tennének ki. Csak merész személyek vállalják ezt.

Ma, több, mint két esztendővel később Sally él még, de nagyon rossz állapotban van. Seth azt mondta: Sally megoldotta a maga elé tűzött feladatokat, de a teste annyira megsínylette ezt, hogy úgy döntött: leveti magáról. Most, amikor e sorokat írom, Sally kómában van. Jon tudni akarta, mi történik vele ebben az állapotban. „Vajon valahol másutt eleven a tudata? Vagy csupán álmodik? És mi lesz vele a halál után?” Seth a közelmúltban válaszolt ezekre a kérdésekre. A válaszok egy része általánosságban magyarázza meg a halált, ezért ennek az ülésnek egyes részleteit a következő fejezetben idézem, és részletesebben ismertetem Seth magyarázatát a reinkarnációról.

12.

TOVÁBBIAK A REINKARNÁCIÓRÓL - A HALÁL UTÁN ÉS KÉT ÉLET KÖZÖTT

Jon épp a múlt héten telefonált. Sally a kórházban van, egy súlyos rohamon esett át, amelynek során egy rövid időre megállt a szíve. Jon tépelődött, hogy miért imádkozzék: a gyógyulásért-e vagy azért, hogy a halál megszabadítsa az asszonyt; megkért, hogy tartsunk egy ülést az érdekükben.

Seth gyakran mondta nekünk, hogy ha végeztünk itteni feladatunkkal, alig várjuk már, hogy elhagyjuk ezt az életet. Amikor a test elhasználódik, valóban meg akarunk szabadulni tőle. A túlélési ösztönnek ez nem mond ellent, hiszen a belső Én jól tudja, hogy a halál után tovább él. Mégis rosszul esett ezt Jonnak a telefonban elmondanom. Elméletben elfogadhatóan hangzott, de tudtam: Jon azt akarja, hogy Sally éljen. Tudtam, hogy valami csodában reménykedik, legalább részleges gyógyulásban, csekélyke haladékbán.

Megígértem, hogy a következő Seth-ülést nekik szenteljük, és utána nagyon örültem ennek. Az ülés nemcsak Jonnak segített, hanem kitűnő választ adott arra a

kérdésre, hogy mi történik azzal, akiről azt mondjuk: nincs eszméleténél, kómában van, valamint hogy mit tapasztalunk közvetlenül a halálunk előtt és után.

Mikor az ülést tartottuk, Sally mély kómában volt. Már több, mint egy éve nem tudott beszélni. Seth először egy jegyzetlapnyi benyomást, észleletet közölt; nevekkel, kezdőbetűkkel, eseményekkel, ilyesmivel, amelyek, mint mondta, „az asszony tudatának egy bizonyos részéből” merített, összefüggéstelen emlékek, gondolatok, ideák voltak.

— Sally teljes valósága sokkal nagyobb, és ő most ezeket az emlékeket rakja helyükre, mintha egy új ház befűtőrozásával foglalkozna. Az idő már keveset jelent neki. A két különböző típusú időélményt a következőképpen lehet érzékeltetni.

— A ti dimenziótokban az emlékezetben őrzött események olyanok, mint egyetlen szobában, meghatározott rendben elhelyezett bútordarabok. Aki abban a szobában lakik, könnyűszerrel eltájékozódik a bútorok között.

— Később aztán átköltöztöl egy nagyobb, másféle szobába, ahol a bútorokat tetszésed szerint bárhogy, akármilyen rendben elhelyezheted. Különbféle kombinációkat hozhatsz létre, és különböző célokra használhatod őket. Sally most éppen a bútorokat rakosgatja gondolatban. Megesik, hogy miután kinéztél magadnak egy új lakóhelyet, időnként odalátogatsz, és átszállítasz a holmidból is egyet-mást, még mi-

előtt ténylegesen beköltöznél. Ő most így ismerkedik új környezetével. Most költözik át éppen az új helyre.

— Vannak körülötte olyanok, akik segítenek neki. Alig fogja észrevenni, amikor majd teljesen átköltözik, annyira otthon érzi magát. A gyermekkorra emlékképeit alkotta meg, azokból az időkből, amikor még nem volt beteg, és most ezek közé lépett be. Megtanulja, hogy az események, amelyek látszólag a múltban játszódtak le, újraélhetők.

— Ez nem azt jelenti, hogy Sally gyermeknek hiszi magát. Most éppen a szabadságot élvezi, amely az események újrateremtésével jár együtt. Az ő esetében ez afféle spirituális terápia; így tudja leválasztani magáról a betegséget, nehogy magával vigye.

— Nemsokára elkezdődik a gyakorlás időszaka. Rajta lesz a sor, hogy másokon segítsen, hogy erőforrás legyen számukra. Tehát már el is kezdte új életét [Seth természetesen nem a következő fizikai életre utal ezzel], bár a jelenlegi élményeit bizonyos mértékig ellenőrzik a segítők.

— A segítők a Bibliából ismert, ősi alakokként látja. Ezek a személyiségek elmagyarázzák neki a valóságot, olyan szavakkal, amelyeket megért. Ebben is megoldotta már az önmaga elé állított feladatot, férjében megértést és együttérzést keltett: olyan érzelmeket, amelyek sokat segítenek a férj fejlődésében.

— János apostol szelíd alakjában jelentem meg előtte, és beszéltem vele. Nem csaptam be ezzel — egyszerűen olyan eszközt választottam, amelyet elfogad, és amellyel segíthettem neki. Nem ritka dolog, hogy a segítők ilyen megnyugtató alakot öltenek.

(Később jutott eszünkbe, hogy ez a kijelentés milyen messzire vezető gondolatokat ébreszt olyan esetekkel kapcsolatban, amikor bibliai alakok jelentek meg látomás formájában az emberek előtt. Reméljük, hogy Seth a jövőben alaposabban is foglalkozik majd ezzel a kérdéssel.)

Az egyik szünetben Rob összeírt néhány kérdést, amelyekre érzése szerint Jon szívesen megismerné a választ, vagy amelyek az ülés jegyzőkönyvét olvasva felmerülnének benne. Az egyik körülbelül úgy szólt, hogy Sally vajon milyen testben van most. Seth válasza: — Új teste természetesen nem új — olyan test, amely a ti fogalmaitok szerint nem fizikai; az a fajta test, amely az asztrálprojekciókban használatos; ettől kapja az általatok is ismert fizikai test a vitalitást és az erőt.

— A ti testetek most ebben helyezkedik el. Ha elhagyjátok az anyagi testet, a másikat ugyanolyan valóságosnak érzitek majd, bár az jóval nagyobb szabadságot élvez. Sally nagyon boldog az új testével, különösen a másik, beteg testhez képest. Arra törekszik, hogy felszámoljon minden kapcsolatot az anyagi testtel, tekintet nélkül arra, hogy az a ti fogalmaitok szerint eleven vagy halott.

— Jon most mondja meg neki, hogy szabadon eltávozhat; hogy örömmel visszaadja a szabadságát. Így Sally nem fogja azt érezni, hogy a halála után is Jon közelében kell maradnia. Sally tudja, hogy találkozni fognak még, és felismerte azt is, hogy Jon még nincs ezzel annyira tisztában, mint ő.

Néhány nappal ezután meglátogatott bennünket egy nyugalmazott pap és a felesége. Lowe tiszteletes (így fogom nevezni) egy országos terjesztésű kis lapot szerkeszt, amely a kereszténység és a lelki jelenségek összefüggéseivel foglalkozik. Néhány év óta levelezésben álltunk egymással, de találkozni még nem találkoztunk. Elmeséltem a legutóbbi Jon-ülést, és a tiszteletest nagyon érdekelte, amit Seth Sally kómában átélt élményeiről mondott.

Lowe tiszteletes és felesége éppen egy csoportfoglalkozás estéjén érkezett; természetesen meghívtam őket, hogy vegyenek részt ők is. Csoportjaimban igyekszem a lehető legkötetlenebb légkört megteremteni. Mindenki tegeződik mindenkivel, és mindenki a számára legtermészetesebb, legkényelmesebb öltözetet viseli. Öltönyösnyakkendős férfiak vegyülnek el hippiruhásokkal, és mindig kerül egy kis bor annak, aki szereti. Meg kell valljam, okozott némi fejtörést, hogy Lowe tiszteletes mit szól vajon ehhez; reméltem, hogy nem valami imádságos gyülekezetre számít. A magunk módján mi is imádkozunk — de nagyon kötetlen, kreatív, a hagyományostól eltérő

módon. Néha például rock and roll zenét játszunk, miközben én felolvasok egy verset — és ezt imádkozásnak tekintem.

Nem tudtam, vajon Seth átjön-e aznap este. Az elején tréfásan egy rockzenekar dobosaként mutattam be a nyugdíjas papot, hogy oldjam kissé a csoport és az ő hangulatát is. Szórványos megszólalások után valaki megjegyezte: lehet, hogy a pap jelenléte csöndesíthetett le mindenkit.

Hirtelen megjelent Seth, és azt mondta: — Én meg azt hittem, hogy miattam viselkedtek ilyen jól nevelten! Át kell képeznem magam tisztelendő rockdobossá, hogy tartani tudjam a lépést. — Ezután a csoport egyes tagjaihoz szólt, majd felkérte Lowe tiszteletest, hogy ha van kérdése, tegye fel.

— Ha elhagyjuk fizikai testünket, hová megyünk? — kérdezte a pap. Mindenki hátradőlt, szopogatta a borát, és figyelt.

— Oda még, ahová csak akarsz — mondta Seth. — Hiszen már ma is, amikor hétköznapi, éber tudatod álomba merül, ellátogatsz más dimenziókba. Tehát máris van tapasztalatod ezekről a dimenziókról. A magad módján máris készülödsz. Ha meghalsz, azokon az utakon indulsz el, amelyeket előkészítettél. A felkészülésnek különböző időszakai vannak, amelyek az egyénektől függően változnak.

— Ahhoz, hogy jól tudd kezelni a valóságot, előbb meg kell értened a tulajdonságait. A tárgyi valóságban megtanulod, hogy a gondolataid valóságosak, és a való-

ságot te teremted olyannak, amilyennek ismered. Amikor elhagyod ezt a dimenziót, a megszerzett tudásra összpontosítasz. Ha még ekkor sem ismered fel, hogy saját valóságodat magad teremted, akkor visszatérsz, újra tanulod a valóság kezelését, és újra meg újra találkozol belső valóságod materializálódott eredményeivel. Addig gyakorolod ezt a leckét, amíg meg nem tanulod; utána azt kezded tanulni, miként használd intelligensen a tudatodat. Ekkor képmásokat formálsz mások érdekében, és ezeket vezeted, irányítod. Ezzel folyamatosan tágítod megértésed határait.

— Mi határozza meg, mennyi idő telik el két reinkarnáció között? — kérdezte a pap.

— Te határozod meg. Ha nagyon elfáradtál, pihensz. Ha elég bölcs vagy, engedsz időt magadnak ahhoz, hogy megemészd a tanultakat, és megtervezd következő életedet, ahogyan az író megtervezi következő regényét. Ha túlságosan sok szállal kötödsz ehhez a valósághoz, vagy türelmetlen vagy, vagy nem tanultál eleget, esetleg túl hamar térsz vissza. Ez mindig az egyéntől függ. Nincs predesztináció. A válaszok tehát akkor is tebenned rejlenek, csakúgy, mint most.

Lowe tiszteletes további kérdéseket is feltett, de azok nem kapcsolódtak jelenlegi témánkhoz. Láthatólag jól megértették egymást Sethtel. Később, az egyik szünetben benyomásokat kaptam Mrs. Lowe egyik előző életéről. „Láttam” őt a tizennegyedik századi Franciaországban, egy lovaglóiskola előtt; utána őt és Mr.

Lowe-t ikreként Görögországban, ahol mindketten férfiak voltak, a férj szónok, a feleség katona. Voltak más részletek is, de az volt a legérdekesebb, hogy Mrs. Lowe utána elmondta, hogy bolondul a lovakért, és igazából két ország érdekli: Görögország és Franciaország.

Seth ritkán ad reinkarnációs adatokat, ha azok nem kapcsolódnak közvetlenül az egyén jelenlegi életéhez, és egyáltalán nem ad előző életekre vonatkozó információt olyanoknak, akikről azt gondolja, hogy nem fogják hasznosítani a levonható tanulságokat. Egyszer mégis előfordult, hogy egy csoportban reinkarnációs információt adott három diáklánynak, akik nyilvánvalóan nem hittek a reinkarnációban. Akkoriban kezdtek járni a csoportba, és bár az ESP érdekelte őket, a reinkarnáció elméletéhez nem volt türelmük — mármint az ülés előtt.

A lányok mindhárman értelmesek, intelligensek voltak — és éber figyelmeük. Mindenféle halandzsával nem lehetett őket palira venni. Ugyanakkor fölöttébb érdekelte őket Seth módszere, mellyel a tudat kábítószeres nélkül, biztonságosan kitágítható. Egyikük, Lydia különösen hevesen kelt ki a reinkarnáció ellen.

— Reinkarnálódni fogsz, akár hiszel benne, akár nem — kezdte Seth mosolyogva. — Sokkal könnyebb, ha elméleteid találkoznak a valósággal, de ha nem, az sem változtat semmit a reinkarnáció menetén. — Ezután aránylag részletes beszámolót adott Lydia egyik előző életéről, 1832-ből, amikor férfi volt, és a Maine állam-

beli Bangor környékén élt. Ez volt az első Seth-ülés, amelyen Lydia részt vett; csak ült a széken, és kuncogott-vihogott, miközben Seth sorolta az előző életéből való neveket, dátumokat, konkrét eseményeket.

Amikor Seth a végére ért, Lydia így szólt: — Hát, nem is tudom, mit mondjak. Az az örület az egészben, hogy gyerekkoromat tényleg Maine-ben, Bangorban töltöttem, és amikor átköltöztünk New Yorkba, képtelen voltam otthon érezni magam. Mindig úgy éreztem, hogy Maine-be tartozom. És Seth azt is mondta — elhallgatott, és beleolvasott a jegyzeteibe, majd izgatottan folytatta -: Seth azt mondta, hogy abban az előző életemben a családom francia ágából egy bizonyos Miranda Charbeau beházasodott a bostoni Franklin Bacon családba. Na most, a dologban az az örület, hogy a családom tényleg rokoni kapcsolatban áll a bostoni Roger Bacon családdal.

De további beszélgetésre nem volt idő, mert Seth most Jeanhez kezdett beszélni, aki a három lány közül a legfejlettebb fizikummal rendelkezett.

— Ő Mezopotámiában élt, még mielőtt a területet így nevezték volna. Itt életek során át azt látjuk, hogy a képességei megnyilvánultak, de elsikkadtak vagy nem megfelelő célra használta őket; klasszikus példa ez sokak „fejlődésére”, akiknek fizikai tulajdonságai kedvezőek, de személyiségüket és képességeiket rosszul irányítják.

— Kína és Egyiptom. Különféle vallási környezetben leélt életek, de a szükséges felelősségérzet nélkül; szerencsétlen módon előnyt kovácsolva abból, hogy az

uralkodó osztályok számára minden korban könnyen hozzáférhetőek voltak az anyagi javak. Emiatt a képességek nem hoztak gyümölcsöt. Csak ebben a jelenlegi életben tapasztalható némi megértés és felelősségtudat. A múltban a lelki képességeket rossz célokra használta, következésképpen nem bontakoztak ki eléggé, és az egyén fejlődése megrekedt.

— Két ízben is tűz által halt meg. — E kijelentés után Seth részleteket mondott Jean 1524-beli, írországi életéről. Ezután pedig rátért az alább következő részletekre, melyeket fölöttébb érdekesnek találtunk. Pontosan úgy írom ide, ahogy kaptuk, bár kezdetben eléggé zavaros volt, mert Seth minden átmenet nélkül csapott bele.

— Egy kisváros huszonöt kilométerre Charteroustól — ez a legvalószínűbb írásmód; esetleg Charterus vagy Charteris; talán Chartres? A családnév ebben az életében Manupelt. Vagy Man Aupault. A. Curia. Valami összefüggés az első történelmi személyiséggel, aki az utunkba akadt: egy nagyon távoli rokoni kapcsolat Jeanne d'Arckal a misztikus apai ágán, harmadlagos. És az a név, körülbelül úgy, ahogy megadtam, egy levéltárban... egy régi székesegyházban. A család neve, a városé és a székesegyházé ugyanaz.

Amikor Seth befejezte, Jean vagy egy perccig némán ült a helyén. Aztán fülíg vörösödött, és elmondta, hogy egész életében rettegett a tűztől, és a középiskolában két beceneve volt: Szent Johanna és Boszorkány.

De Seth még nem fejezte be. A harmadik lányról, Connie-ról is mondott reinkarnációs adatokat, és külön kiemelt egy életet Dániában, amikor kisfiúként diftériában halt meg. És ez telibe talált! Connie mindenkit meglepett, különösen a barátnőit, amikor kijelentette: kisgyerekora óta attól fél, hogy diftériát kap, de mindeddig nem értette, hogy miért.

— Mégis, ki szorong manapság pont a diftéria miatt? — kérdezte.

— Ha, mondjuk, a rák miatt aggódnál, azt érteném — mondta Lydia.

— Hát épp erről van szó — felelte Connie. — Egész mostanáig semmi értelmét sem láttam. A családban soha senki nem halt meg diftériában.

Tehát Seth a reinkarnációs történetekkel együtt minden lánynak adott egy olyan jelentőségteljes információt is, amely a szobában mindenki más előtt ismeretlen volt, csak az érdekelt tudott róla. És ez az információs adat pontosan összevágott valami aprósággal, amit mostanáig megmagyarázhatatlannak tartottak. Hirtelen erősen érdeklődni kezdtek a reinkarnáció iránt, és mint általában, most is vágott az eszük. Mindent tudni akartak, mégpedig azonnal.

— Seth korábban azt mondta, hogy minden idő egyszerre létezik — mondta Jean. — Akkor hogyan beszélhet reinkarnációs életekről, vagy egymást követő életek sorozatáról? A kettő nemigen vág egybe.

Seth szinte azonnal átjött, és megfelelt a kérdésre.

— A te időfogalmaid téves. Az idő, ahogy ti érzékelitek, pusztán illúzió, amelyet érzékeitek hoznak létre. Arra kényszerítenek, hogy az eseményeket egy bizonyos módon érzékeljétek, de az események a valóságban nem ilyenek. Érzékeitek a valóságnak egyszerre csak kis darabját képesek felfogni, ezért számotokra úgy tűnik, hogy egyszerre csak egy pillanat létezik, aztán eltűnik mindörökre, majd jön a következő pillanat, és az is eltűnik, mint az elődje.

— Csakhogy a világon minden egy időben, egyszerre létezik. A legelőször kimondott, legelső szavak még ott visszhangzanak a mindenségben, és a ti fogalmaitok szerint szólva a legutoljára kimondott szavak is elhangzottak már, mert kezdet nem létezik. Csupán a ti érzékeitek korlátozottak.

— Nincs múlt, jelen és jövő. Ezek csak a háromdimenziós valóság lakói számára léteznek. Mivel én már nem ott élek, képes vagyok felfogni azt is, amit ti nem. Van egy részetek, amely nincs bezárva az anyagi valóság börtönébe, és ez a részetek tudja, hogy csak az Örök Most létezik. Az a részetek, amely tudja ezt, az a teljes Én.

— Amikor például azt mondom, hogy előző életedben 1836-ban éltél, ezt azért teszem, mert számodra most ez jelent valamit. Minden reinkarnációdát egyszerre éled, de ezt a háromdimenziós valóság keretei között nehéz megértened.

— Vegyük úgy, hogy álmokat látsz egymás után, és közben tudod, hogy álmodsz. Minden álomban eltelhet száz földi év, de számodra, az álmodó számára nem

múlt az idő, mert te független vagy attól a dimenziótól, amelyben az idő létezik. Az idő, amelyet látszólag az álomban — vagy egyes életeidben — leéltél, csupán illúzió; a belső Én számára nem múlik az idő, hiszen idő nem is létezik.

Seth sok hasonlatot használt a reinkarnációs élmények magyarázatára. Üléseink jegyzőkönyvének 3600. oldalán ezt olvasom: „A több különböző reinkarnációs Ént *felszínes* hasonlattal a keresztretjtvény soraihoz lehet hasonlítani: mindegyik része az egésznek, de külön-külön is léteznek.”

A 256. ülésen ezt mondta: „Mivel ennyire ragaszkodtok a múlt-jelen-jövő fogalomrendszeréhez, kénytelenek vagytok úgy gondolkodni a reinkarnációról, mintha az egyes életek füzéreként sorakoznának, egyik megelőzné a másikat. Tulajdonképpen csak azért beszélünk előző életekről, mert annyira hozzászoktatok az időfolyamat koncepciójához. De a dolog inkább úgy működik, ahogyan az *Éva három arca* című könyvben történnek a dolgok. Léteznek domináns Ének, mind részei egy belső identitásnak, ezek a különböző életekben dominálnak. De a különböző életek egy időben léteznek. Krisztus előtt 145 és Krisztus után 145, ezer évvel ezelőtt és ezer év múlva — ez mind most van.

Seth végül is három vagy négy ülésen foglalkozott a „hasadt” személyiség és reinkarnációs Énjeink összehasonlításával. Befejezésül ezeket mondta: — Érdekes, hogy az *Éva három arcában* a személyiségek váltogatták egymást, és mindegyik egy

időben létezett, jöllehet minden adott időpontban csak az egyik volt domináns. Ugyanígy az úgynevezett előző személyiségeid megvannak benned most is, de nem dominálnak.

Tudomásunk szerint a reinkarnáció és a szimultán idő fogalmának összebékítése eredeti gondolat a Seth-szövegekben. A reinkarnáció más elméleteinek legtöbbje készpénznek veszi az idő folyamatosságának tényét. De így viszont mi a helyzet az okkal és az okozattal? Amikor Seth először szólt a témáról, bennünk ez a kérdés merült föl elsőként. Seth fogalmai az okról és az okozatról világossá válnak majd a későbbiekben, amikor elmagyarázza az „idő” valódi mibenlétét, de amikor Rob először fölvetette neki a kérdést, Seth így válaszolt:

— Mivel a valóságban minden esemény egy időben játszódik le, nem sok értelme van azt mondani, hogy valamely múltbeli esemény okozott egy jelenlegi eseményt. A múltbeli élmények *nem* határozzák meg a jelenlegi élményeket. *Egyszerre* formáljátok a múltat, a jelent és a jövőt. Csakhogy az események a ti számotokra egymás után jelennek meg, ezért ezt nehéz elmagyarázni.

— Az az állítás, mely szerint bizonyos, az előző életből való vonások befolyásolják vagy meghatározzák a jelenlegi viselkedésmintákat, az ilyen kijelentések — magam is mondtam ilyeneket — erős leegyszerűsítést tartalmaznak, hogy megvilágíthassanak bizonyos pontokat.

— A teljes Én tudatában van *minden* Énje *minden* tapasztalatának, és mivel egyazon identitás teremti őket, óhatatlanul vannak bennük közös vonások, hasonlóságok. Az anyag, amit a reinkarnációról adtam nektek, nagyon is érvényes, különösen gyakorlati célokra, de leegyszerűsített megfogalmazása annak, ami a valóságban végbemegy.

Tehát Seth gyakran magyarázza jelenlegi életünk problémáit előző életekben felmerült nehézségekkel, és azt is egyértelművé teszi azok számára, akik képesek megérteni: az életek valójában egy időben léteznek, csakúgy, mint ahogyan három személyiség létezhet egy időben egy testben. De nem minden problémánk vezethető vissza ilyen „előző életbeli” hatásokra. Volt olyan eset, amelyben egy barátnőm jelenlegi komplexusai a mostani életében gyökereztek, bár a barátja a múltjában rejlő gondokkal küszködött.

Dorisnak, ahogy mondani szokták, „minden baja volt”. Legfőként az, hogy csak olyan férfiakba szerelmesedett bele, akik házasságról hallani sem akartak. Ezekben a kapcsolatokban mindig ő volt a kezdeményező. Mindegyik férfi utált randevúra járni, túlságosan kötődtek a szüleikhez, és valamilyen okból nem voltak képesek nőkkel normális kapcsolatot kialakítani. Doris elég értelmes volt ahhoz, hogy felismerje ezt, de mégis minden egyes alkalommal biztos volt benne, hogy ez az új fiú jobb, mint az előzőek, de legalábbis valószínűbb, hogy kedvezően fogadja majd a közeledését.

Eközben Doris rettenetesen magányos volt; „közönséges” férfiakkal nem volt hajlandó jární, hiszen mindegyiket sokkal hitványabbnak látta, mint a legújabb bálványát.

Amikor egy ilyen kapcsolata éppen zátonyra futott, Doris kért egy Seth-ülést a saját problémájának megértése érdekében. Jól ismert mindkettőnket, ezért nagyon meglepett az ülés előtt tanúsított viselkedése. Olyan mereven ült a helyén, hogy alig tudtam transzba menni. Csak ült ott falfehéren, mosolytalanul, teljes rémületben.

Seth így kezdte szelíden: — Amit irántam érzel, az összefügg a benned lévő érzések egészével. Kisgyerekkorod óta féltél az apádtól. Most egy idős, bölcs, nagyon erős, felnőtt férfinak tekintesz engem, amilyennek kislányként apádat gondoltad. Ez a beállítódás árnyékot vet minden férfira, akivel kapcsolatba kerülsz.

— A kép, amelyet a férfiakra kialakítasz, a jelenlegi életedből, gyerekkorodból való mintát követ. Apádat isteni tulajdonságokkal ruháztad fel, és ezt próbálsz rávetíteni azokra a férfiakra, akiket most ismersz meg. A férfiakat ezért kiábrándítónak látod, de ez a szükségleteidet is szolgálja. Istennek látod ugyan a férfit, de az Isten a te szemedben magyarázat nélkül, kegyetlenül osztogatja a büntetést. Tehát félsz a férfi „kezére adni” magad, félsz férfiuralom alá kerülni. Több előző életedben férfi voltál, ezért ezt még visszatetszőbbnek érzed.

— Következétesen olyan férfiakat választasz tehát, akikben nőies vonásokat ismersz fel, és abban reménykedsz, hogy ezek a gyengédebb tulajdonságok megoltalmaznak majd a rettegett, férfias durvaságtól, amelyet annyira eltúloztál magadban.

Rob később elmesélte, hogy Doris zavartan, fülig vörösödve hallgatott. A magónk be volt kapcsolva. Seth példákat hozott Doris gyerekkorából, amelyről Rob és én mit sem tudtunk. A teljes ülés szövege kilenc sűrűn gépelt oldalt tett ki; Seth elemezte Doris belső tulajdonságait és hajlamait, és szavait olyan eseményekkel támasztotta alá, amelyekről addig csak Doris tudott, végül az egészet néhány kitűnő tanáccsal zárta.

Elmondta Dorisnak, hogy ezt a képet vetíti rá minden férfira, akit megismer, és utána *erre* reagál, nem az illetőre. Adott néhány gyakorlatot is, amelyek arra szolgáltak, hogy segítsenek szétfoszlatni ezt a hamis képet. Doris ekkor sírdogálni kezdett. Seth mosolygott, és azt mondta: — Ejnye már, ne pityeregj. Nem az apád vagyok, nem a számtant kérdezem ki. Segítek neked, és tessék, könnyeket kapok cserébe. Általában nem ezt a hatást szoktam kiváltani az emberekből.

Doris válaszként elmosolyodott.

— Kérdezhetsz is — mondta Rob.

— Na, hát akkor Frank [ez nem a férfi valódi neve] miért nem jár nőekkel, miért nincs egy normális kapcsolata se? Ő épp eléggé férfias — kérdezte Doris. Aztán,

némi daccal hozzátette: — *Benne* aztán nincs semmi feminin. — Frank esetében a probléma gyökere „előző életbeli” gondokban rejlett.

— Frank az amerikai forradalom idején nő volt, körülbelül ugyanazon a földrajzi helyen, ahol ma él. Jelenlegi szülei a fivérei voltak. A fivérek kémkedésre adták a fejüket. A te Franked pedig feladta őket: elárulta, hogy egy régi fogadó pincéjében bujkálnak. Amikor kiment ennivalóért, elfogták, ő kivallotta a rejtékhelyet, és már nem tudta testvéreit figyelmeztetni. Úgy érezte, hogy cserbenhagyta, elárulta őket.

Frank, folytatta Seth, ezúttal a két fivér fiaként tért vissza — ők most férj és feleség voltak. — A vágyát, hogy ne kelljen elköltöznie otthonról, megpróbálja racionalizálni. A testvérei sohasem hibáztatták. Tudták, hogy a kislány csak félelemből vallott, nem azért, mert ártani akart nekik. Nincs szó itt büntetésről. Azért választotta ezt az életet, hogy segítségére lehessen fivéreinek, és segíthessen másokon is. Szófukarsága [Frank rendkívül hallgatólag volt] ezeknek a múltbeli élményeknek a következménye. Úgy érzi, egyszer túl sokat beszélt, túl sokat árult el. Most magába fojt mindent, amit fontosnak vél.

Seth hangsúlyozta: Frank a fenti okokból nem akar házasságra lépni, és befejezésül még hozzátette: Doris épp emiatt választotta őt. Sohasem látta olyannak, amilyen, mindig csak azt a képet látta, amelyet ő vetített rá a férfira. Megadta Frank

előző életbeli nevét is: Achman. Doris sokkal később megtudta, hogy Frank családjának van egy Achman nevű ága.

A fentieknél sokkal több pszichológiai tanács hangzott el. Az ülés nagyon sokat segített Dorisnak — azóta egyébként nem is fél már Sethtől!

Az tehát túlzott leegyszerűsítés volna, ha kijelentenénk, hogy *minden* jelenlegi problémánk korábbi életünkben felmerült nehézségek *következménye*. Nem arról van szó, hogy „megakadunk” egy problémánál, légyen az ebből az életből való vagy korábbiból, és azt vonszoljuk magunkkal. Nem; a problémák megoldhatók, és jöllehet a reinkarnációs hatások valóban működnek, nem légtüres térben hatnak. A következő, az egészségről szóló fejezetben szóba kerül néhány módszer, amelyet Seth a lelki, szellemi és testi erő — és fejlődési perspektíva — megőrzésére adott.

Az a benyomásom, egyesek jobban tudják elmúlt életeik tapasztalatait hasznosítani, mások viszont minden életünkben eléggé szorosan elzárkóznak, kitérnek az efféle hatások elől. Láthat például az ember olyan életeket, amelyek teljesen értelmetlennek tünnek, ha nem ismerjük az „előzményeket”. Ötven, hatvan, hetven évnvi élettartamunk olyan, mint egy jól megszerkesztett és jól megírt regény.

Kétség nem fér hozzá, hogy a reinkarnációs hatások ismerete felbecsülhetetlenül értékes: fényt derít a személyiség tulajdonságaira, és hozzásegít, hogy jelenlegi életünket bizonyos távlatból szemléljük. Az alább következő szemelvények egy rein-

karnációs ülés szövegéből valók; jól illusztrálják a folyamatosságot és az egymásba fonódó kapcsolatokat, amelyek Önünk szövetét alkotják.

Meglátogatott bennünket egy New York-i szerkesztő, akit Mattnek fogok nevezni. Leveleztünk egymással, de találkozni még nem találkoztunk. Olvasta egyik kéziratomat, és tudott Sethről. Azonnal rokonszenvesnek találtuk egymást, de a találkozó elsősorban üzleti jellegű volt. Úgy éreztem, Matt esetleg azt akarhatja, hogy „bizonyítsam be képességeimet”, és nem akartam, hogy kényszerítve érezzem magam.

Rájöttem már, hogy egyesek rendkívül fura elképzeléseket dédelgetnek magukban a médiumokkal, a paranormális képességekkel rendelkező emberekkel kapcsolatban. Amikor erre rájöttem, elkezdtem örvült mód iparkodni, hogy bebizonyítsam, mennyire normális vagyok. Az emberekben ez gyakran csalódást keltett, engem meg rémesen feszélyezett. E rossz szokásom már lekopott rólam. Ma már épp annyira vagyok normális vagy abnormális, mint bárki más.

Mulatságos volt a helyzet, Matt ugyanis épp azon iparkodott örvült mód, hogy érzékeltesse velem: nem kell bebizonyítanom semmit! Beszélgetésünk ennélfogva eléggé nevetséges lehetett.

Seth előzőleg adott némi információt Mattról, a kiadóvállalatról és a munkatársairól. Másnap este, amikor már fesztelenebbül éreztük magunkat együtt, Seth átjött, és nagyszerű ülést tartott.

Matt azóta jó barátunk lett, de akkor még a világon semmit sem tudtunk róla. A Seth által tanúsított pszichológiai éleslátás egészen döbbenetes volt — nem hiszem, hogy a világ legképzettebb pszichológusa képes lett volna oly jól körülrajzolni e fiatalember jellemét, képességeit és belső egyenlegét, mint Seth.

Az ülés időtartamának nagy részében nyitva volt a szemem — pontosabban a testi szemem, mert a tekintetem határozottan egy másik személyiséget tükrözött.

— Egy betöltésre váró űr volt itt jelen — kezdte Seth. — Az identitásból félelmek szöktek ki. Serlegem túlcsoordul immár, s belőlem semmi sem marad — ugye érted? Másfelől viszont a személyiség számára mindig is természetes volt a könnyed, szenvedélyes kifelé fordulás.

— Két életet találunk, amelyek mások támogatásában teltek el. A személyiséget mindkét életben belső félelem töltötte el, bizonyos mértékig ellene fordult azoknak, akiken segített. Miközben ő másokat istápol, ki marad a boltban? Attól félt, hogy közben kifosztják a raktárát.

— Két másik életben a mások kirekesztésére való belső képesség fejlődött: az ajtók és ablakok bezárása. Ő nem nézett ki, és benézni nem mert senki. Lelkének

ablakánál rettentő, mulatságos pofákat vágott, hogy elriassza a többi embert. És mégis, mindeközben fejlődtek belső képességei. „Raktárában” gyarapodtak a javak.

— Ezután elkezdte belső és külső tapasztalatait szintetizálni. Ráébredt, hogy belső Énjét nem kell oly szigorúan őriznie, identitása nem fog elszőkni tőle, mint a pórázról elszabadult eb. No, ugye látjátok, milyen barátságos fickó vagyok — mint vén eb egy *hosszú* pórázon...

Rob és Matt jót nevetett ezen. Aztán Seth tovább sorolta az információt, összekapcsolva a fiatalember jelenlegi érdeklődését múltbeli cselekedeteivel. Több korábbi életet vett sorra, de egyet külön kiemelt mint a fontosabbat. — Tagja voltál egy szerzetescsoportnak, amely azzal foglalkozott, hogy mindenféle magvakat gyűjtött és rendszerezett. A csoport hivatalosan kéziratokkal dolgozott, de a barátunk és még néhány társa titkos maggyűjtő volt — nem hittek abban az akkoriban általános elvekben: azt tartották, hogy a természetre vonatkozó kérdésekre a természet megfigyelése adja meg a feleletet.

— Vizsgálat alá vették a botanikára, a magvak szaporítására vonatkozó népi hagyományokat és hivatalosan elfogadott tudományos ismereteket, és a kolostor mögött létrehozták titkos kertjüket, ahol a növények örökléstanának titkait próbálták felfedni.

— Ez Bordeaux közelében történt. A szerzetesrendnek valami köze volt Szent Jánoshoz. Volt egy címer is, vagy a rend címere, vagy a barátunké: egy négyágú villa,

a nyél felső részén egy kígyóval az előtérben, a háttérben pedig egy kastély vagy egy kolostor.

— A szerzeteseket eltávolították a rendből... az 1400-as években. A szerzetes neve mintha ez lett volna: Aerofranz Marie [Rob fonetikus átírása].

— Akkor hogyan haltam meg? — kérdezte Matt.

— Három környékbeli ember a kolostor birtokán vadászott. Te rájuk kiáltottál, hogy a tilosban járnak, és megbotlottál egy kőben. Beütötted a fejed, elájultál, és a falusiak elfutottak. Éjszaka tértél magadhoz, a kolostortól távol a mezőn botorkáltál, és valami vízpartra értél. Letérdeltél imádkozni, de elveszítetted az egyensúlyodat. Belekapaszkodtál egy ágba, amely a víz fölé lógott, de az nem bírta el a súlyodat, így belefulladtál a vízbe.

Míg Seth beszélt, én mintha láttam volna a jelenetet. Kissé magasabbról, a háta mögül láttam a szerzetest, amint botladozik a mezőn, egyre távolabb a kolostortól. Seth hozzátette még a fentiekhez, hogy a barát kísérletei sokban segítettek egy másik szerzetes sikerét, aki ugyanezen a téren kísérletezett.

Seth adott egy kitűnő tanácsot is Mattnek; ennek, azt hiszem, sokan mások is hasznát vehetnék: — Ne úgy használd az intellektusodat, mint valami cifra zászlót, amelyet az ablakból lengetsz. Most úgy bánssz vele, mintha valami kényes játékszer volna, amely csak a tiéd. Felhúzod, mint az óraművet, de nagyon megválogatod, hogy

a játékot milyen irányban engeded szaladni. Az intellektusod remek, de engedted, hogy elkápráztasson a nagyszerűsége, és nem úgy használod, ahogyan egy szerszámot használni kell.

A személyes üzenetekből itt csak részleteket emeltem ki; azokat, amelyeknek közük van a reinkarnációhoz. Maguk az üzenetek általában sokkal több mindent tartalmaznak: egészségügyi javaslatokat, karakterelemzést és mindenféle egyéb tanácsot. És a mai napig is minden egyes ilyen ülés rendkívül fontosnak bizonyult az érintett számára.

Matt például megdöbbsen a jellemrajztól; a Seth által leírt címer is nagyon hasonlított ahhoz a rajzolathoz, amelyet Matt telefonálás közben szokott firkálni. Egy további érdekesség: a szerkesztő pár évvel korábban két színdarabot írt; az egyikben szerepelt egy szerzetes, aki Bordeaux közelében élt a tengerparton, és a másik is Franciaországban játszódott, a tizenharmadik században. Ezekről a tényekről nekünk természetesen fogalmunk sem volt.

Azt viszont tudtuk, hogy Matt érdeklődik a botanika iránt; Seth ezt az érdeklődést a magvakkal való kísérletezéssel hozta összefüggésbe.

A fentiekben megpróbáltam néhány példán bemutatni Seth nézeteit a reinkarnációról. De adódnak még fontos kérdések, amelyeket eddig nem érintettünk. Például: hány életet élünk? A válasz egyszerű: annyit, amennyit szükségesnek érzünk a képes-

ségeink kifejlesztéséhez és ahhoz, hogy felkészítsük magunkat a valóság többi dimenziójára.

A fejlődés rendszerében van azonban egy minimális követelmény. Seth azt mondja: — Minden entitás úgy születik, hogy megtapasztaljon három szerepet: az anya, az apa és a gyermek szerepét. Tulajdonképpen két élet is elég volna, hogy az ember megélje ezt a hármat, de egyes esetekben a személyiség nem jut el a felnőttkorig. És ami még ennél is fontosabb: a lehetőségek legteljesebb kihasználása.

Seth azt is elmondta nekünk, hogy egyes személyek nem fejlődnek jól a fizikai valóságban, más valóságokban viszont ki tudják teljesíteni önmagukat. Más szóval: az „utolsó” reinkarnáció még nem a vég. Vannak a létnek egyéb dimenziói, ahol még nagyobb szerepet kell játszanunk az élet és a tudat fenntartásában. E dimenziók és a bennük játszott szerepünk magyarázatát az Isten fogalmával, a valószínűségekkel és az idővel párhuzamosan ismertetem majd. De Seth reinkarnációról szóló nézeteinek középpontjában a következő gondolatok állnak. A 233. ülésen elhangzottak egyéni és történelmi távlatba helyezik a reinkarnációt.

— Amikor a személy különböző reinkarnációk sorozatában testet ölt, materializálódik, csak az Én és a személyes tudatalatti vesz magára új tulajdonságokat. Az entitás többi része megőrzi múltbéli tapasztalatait, identitását és tudását.

— Az Én viszonylagos stabilitása tulajdonképpen sokban köszönhető ennek a tudat alatti emlékezetnek. Ha nem lennének ott az entitás mélyebb rétegeiben a múltbeli élmények, az Én szinte képtelen volna másokkal együttműködni, a társadalom összetartó ereje nem létezne.

— A tudást az anyagi világban, biokémiai szinten bizonyos mértékig a gének viszik tovább, de ez tulajdonképpen az előző életekben megszerzett és megőrzött belső tudás megjelenése az anyagban. Az emberi lény nem a születésekor zuhan bele a létbe, hogy fáradságos munkával előlről kezdje a tapasztalatszerzést. Ha így működne a dolog, még mindig a kőkorszakban tartanátok.

— Léteznek energiahullámok, és léteznek reinkarnáció-hullámok is, mert hiszen *voltak* kőkorszakok a bolygótokon, még hozzá sok kőkorszak volt, amikor új identitások ismerkedtek „új” tapasztalatokkal, a fizikai léttel, és miközben fejlődtek, átalakították a föld arculatát is.

— Ők a maguk módján alakították át, nem úgy, ahogyan ti, de ezt sokkal később beszéljük meg. Mégis ez az egész alapvetően egyetlen szempillantás alatt megy végbe; mindennek, ami történik, célja és értelme van, és minden az eredményeken és a felelősségen alapul. Az Én minden egyes része, jóllehet tekintélyes függetlenséget élvez, mindazonáltal felelős az Én minden részéért; amiként a teljes Én (az entitás) is felelős az összes többiért, jóllehet működésében és döntéseiben nagyon is független.

— Ugyanis ahány Én-rétegből áll a teljes Én, az entitás, annyi entitás alkot egy Gestaltot, amiről ma még keveset tudtok, és egyelőre nem készültem fel rá, hogy elmagyarázzam nektek. — (Ez az utolsó megjegyzés sokkal később az Isten fogalmával foglalkozó ülések egész sorozatában teljesedett ki.)

Még mindig vannak üléseink, amelyek a reinkarnációval foglalkoznak, és amikor kérdések merülnek fel bennünk, föltesszük őket. A témáról szóló anyagunk tehát még mindig bővül, viszont az ülések teljes szövetében a reinkarnáció már csak kis szerepet játszik, hiszen csekély része a valóságnak.

Akár értjük és elfogadjuk saját reinkarnációs hátterünket, akár nem, mindenképpen nagyon fontos, hogy *jelenlegi* életünk egészséges és kiegyensúlyozott legyen. Kialakítottuk előző életeinket, kialakítjuk a mostanit is. És amikor ma megoldjuk problémáinkat, sokkal könnyebbé tesszük „múltbeli” és „jövőbeli” Énjeink sorsát.

13.

AZ EGÉSZSÉG

Hogyan maradhatunk egészségesek? Hogyan szabadulhatunk meg betegségeinktől? Pontosán milyen összefüggés van lelki és egészségi állapotunk között? Seth gondolatai erről a kérdésről rendkívül értékesek voltak Robnak és nekem, csakúgy, mint mindenki másnak, aki megismerkedett velük. Az ő elveit beillesztettük mindennapi életünk gyakorlatába, és néha már magunk is csodálkozunk, hogyan tudtunk élni azelőtt, hogy megértettük volna a gondolatok, az érzelmek és az egészség közötti szoros összefüggést.

Pár hete hallottam, hogy meghalt valaki, aki valaha a szomszédunk volt. Joanie körülbelül egy évig lakott ugyanabban a házban, ahol mi, lakásának ajtaja a folyosón szemközt volt a miénkkel. Sovány, vörös hajú, rendkívül zabolátlan természetű nő volt. Azt hiszem, az egyik legszellemesebb ember, akit valaha ismertem; csodálatosan tudott másokat utánózni. De szellemességét nagyon gyakran úgy használta, mint egy kardot. Humora akkor is kegyetlen volt, amikor önmaga ellen fordította, és ez nem volt ritka eset.

Harmincas éveinek elején járt, jó állása volt, de lenézte munkatársait. Még mielőtt a szomszédunk lett volna, elvált a férjétől, és bár mindig arról beszélt, hogy újból férjhez akar menni, igazából egyáltalán nem bízott a férfiakban. Azt hiszem, a lelke mélyén gyűlölte őket. A nőkről sem volt sokkal jobb a véleménye, bár olykor nagyon melegszívű is tudott lenni. Robot és engem megkedvelt; sokat üldögéltünk együtt ő meg én ennél az asztalnál, amelyen most írok, és beszélgettünk.

Mindig úgy kezdte a beszélgetést, hogy előadott valami fantasztikusan mulatságos történetet valamelyik ismerőséről. Ritka tehetsége volt ahhoz, hogy kitapintsa mások gyenge pontjait, és nevetségessé tegye őket. De ennek ellenére, amikor nem a gonoszkodás uralkodott benne, tele volt vitalitással és vele született ravaszsággal. Sajátos játék zajlott közöttünk. Kedveltem őt, de nem voltam hajlandó beadni a derekam a negatív gondolatoknak és a pesszimizmusnak, amellyel órákon át bombázott, akkor sem, ha mégoly szellemesen adja elő. Ezzel ő is tisztában volt. Az egészben az volt a legrosszabb, hogy Joan igazán mulatságos volt; nagy erőfeszitésembe került nem nevetni a szavain, akkor is, amikor pontosan tudtam, hogy nem volna szabad. És ő ezzel is tisztában volt. Úgyhogy folyton azt próbálgatta, meddig képes eljutni, mikor jön el az a pillanat, amikor nem állhatom tovább, amikor belekezek a szokásos „kiselőadásba”; amelyben rámutatok, hogy a gondjait nagyrészt az emberek iránti negatív érzelmei okozzák.

A gondjai betegségek voltak — oly számosak és változatosak, hogy azt hiszem, maga sem tudta volna felsorolni őket. A betegségek némelyike súlyos volt; Joan több komoly műtéten is átesett. Fölszedett minden divatos fertőzést, és több olyat is, amely nem volt divatban. Orvostól orvoshoz vándorolt, mindig valami nagyon határozott és gyakran visszataszító testi tünettel. Étrendjét az orvosok erősen lekorlátozták, a betegségei pedig egyre súlyosabbá váltak.

Érzelmileg a túlzott feldobottság és a mély lehangoltság letörtség állapotai között ingadozott. Nehezen viselte az életkorát — gyakran hangoztatta, hogy „negyven fölött vége az ember életének”, és ennek végül a halála sok évvel elébe is vágott. Mégis mindannyian megdöbbenünk a halálhíre hallatán. Tudtuk, hogy Joan „megbetegítette” magát, de azt nem is sejtettük, hogy halálosan.

Emlékezzenek rá: tárgyi valóságunkat mi magunk formáljuk belső fogalmaink és érzelmeink hasonlatosságára. Ez a Seth-szövegek egyik legfontosabb alap gondolata. Joan kevés kivételtől eltekintve mindenkit utált. Ráadásul meg volt győződve arról, hogy őt sem szereti senki, mert ő szerethetetlen. Úgy érezte, hogy üldözik, hogy a háta mögött pletykálnak róla, kibeszélik — mert ő pontosan ezt tette másokkal. A mindennapi élet Joanie számára tele volt veszéllyel, fenyegetéssel, idegei állandó feszültség alatt álltak. Testének védelmi rendszere legyengült. Belefáradt az állandó harcba, és nem vette észre, hogy harca nagyrészt egyoldalú és oktalan. A valóságról

kialakított ideáit kivetítette, és ezek a képek a szó szoros értelmében a vesztét okozták.

Pedig még figyelmeztettük is. A halála előtt két évvel kérte, hogy részt vehessen az egyik rendszeres Seth-ülésen. Seth nagyon komolyan beszélt vele, nem a szokott jovialitásával, és akkor azt gondoltam, túlságosan szigorú hozzá. Ma már tudom: meg akarta értetni vele, hogy újítania kell; arra van szüksége, hogy változtasson az emberekhez való hozzáállásán, reakcióin. Olyan világosan és egyenesen fogalmazta meg az egészségről vallott tanításait, amennyire csak lehetséges, és gyakorlati útmutatást is adott. Szinte ma is látom Joant, amint keresztbe tett lábbal ülve várja, hogy megkezdődjék az ülés. Ha képes lett volna megfogadni Seth tanácsait, meggyőződésem, hogy ma is élne épen, egészségesen. És abban is biztos vagyok, hogy az olvasók, akik megértik és követik Seth ide vonatkozó tanításait, saját egészségi állapotukban jelentős javulást fognak tapasztalni.

— Vigyázz a képekkel, amelyeket képzeletben alkotsz — mondta Seth —, mert túlságosan nagy hatalmat engedsz a képzeletnek. Ha elolvasod a tőlem kapott anyag elejét, meglátod majd, hogy környezeted és életkörülményeid belső várakozásaidat, reményeidet tükrözik. Tudatoddal megteremtetted ezeket a saját valóságokat.

— Ha nyomorúságos körülményeket, betegséget, szorongató magányosságot képzelsz el, természetesen ezek materializálódnak, mert ezek a gondolatok teremtik

meg a feltételeket, amelyek között fizikai értelemben is valósággá válnak. Ha jó egészséget szeretnél, akkor azt kell éppoly elevenen elképzelned, mint ahogyan félelmedben az ellenkezőjét képzeled.

— Saját nehézségeidet is magad teremtet. Ez mindenkire egyformán igaz. A belső pszichés állapot kivetülve tárgyi valósággá válik, tekintet nélkül arra, hogy milyen az a belső pszichés állapot. Ez a szabály mindenkire vonatkozik. Fordíthatod saját előnyödre is: megváltoztathatod a körülményeidet, ha már felismerted őket.

— Saját szemléleted elől nem menekülhetsz, mivel az határozza meg a valóságot, amit látsz. A szó szoros értelmében azt látod, amit látni akarsz; saját érzelmi beállítottságod és gondolataid materializálódnak. Ha változásokra van szükség, annak először szellemi és lelki változásnak kell lennie. Ez tükröződik majd a környezetedben is. Ha negatív, bizalmatlan, szorongó vagy lekicsinylő hozzáállást tanúsítasz bárki iránt, az önmagad ellen irányul.

Joan csak ült, és idegesen dobolt a lábával. Ezúttal nem szellemeskedett. Akkoriban egy iszákos férfival járt. Emlékszem az első megjegyzésére: — Az alkoholizmusa bosszant, az dühít. *Ő* az én problémám. *Ő* az, aki miatt ideges vagyok.

Rob nevetett: Joan bámulatos rutinnal hárította másra a felelősséget.

— Még valamit meg kell értened — folytatta Seth. — A telepátia, a tudat alatti kölcsönhatás állandóan működik. Ha folyamatosan azt várod el valakitől, hogy egy

bizonyos módon viselkedjék, akkor a telepátia által szakadatlanul sugalmazod neki, hogy mit tegyen. Az ilyen szuggesztióra mindenki reagál. Ha a körülmények olyanok, az egyén többé-kevésbé a tömeges szuggesztió tartalmának megfelelően fog cselekedni.

— Ezeket a tömeges szuggesztiókat nemcsak mások sugallják szóban és telepatikusan: azok is ide tartoznak, amelyeket az ember éber és alvó állapotban önmagának sugall. Ha az egyén bajban van, ennek az az oka, hogy mások és önmaga negatív sugallatainak áldozatává vált. Ha ilyen embert látsz, és az a véleményed, hogy nyomorúságos állapotban van — Seth éles pillantást vetett Joanra —, vagy hogy gyógyíthatatlan alkoholista, akkor ezeket a szuggesztiókat tudat alatt ő is elfogja, akkor is, ha te egy szót sem szólsz. Legyengült állapotában azután elfogadja a szuggesztiót, és aszerint cselekszik.

— Ha viszont ugyanilyen helyzetben erőt veszél magadon, és szelíden csak annyit mondasz: „Mostantól jobban lesz, hiszen iszákossága csak átmeneti, és valóban van még remény”, akkor segítesz neki, mert a szuggesztióid telepatikus muníciót, hitet és reményt adnak neki, hogy megvívja harcát a bajai ellen.

— Nyilvánvaló, hogy megvannak a módszerek, amelyekkel változtathatsz saját körülményeiden, megóvhatod magad saját negatív szuggesztióitól és a másokéitól is.

Meg kell tanulnod, hogy a negatív gondolatot vagy képet az ellenkezőjével helyettesítsd.

— Ha az a gondolat uralkodik benned: „Fáj a fejem”, és nem cseréled le ezt a szuggesztiót valami pozitív gondolatra, akkor öntudatlanul azt sugallod, hogy a tested teremtsen meg azokat a feltételeket, amelyek hatására a fejfájás folytatódik. Adok majd neked egy reklámszöveget, amely jobb, mint az Excedriné: „A rövid fejfájás”. Meg fogom tanítani, hogy egyáltalán ne legyen fejfájásod. — Az egész ülés alatt ez volt az egyetlen jele Seth humorának. Ha konkrét személy érdekében tartunk ülést, Seth rendszerint kitérőként tesz néhány kedélyes, barátságos megjegyzést, hogy az illető ne érezze feszélyezve magát.

Rövid szünetet tartottunk, amely alatt Joan tovább panaszkodott a barátja iszákosága miatt, és azt hajtogatta, mennyit árt ez az ő idegállapotának. Biztos benne, mondta, hogy ha ezzel nem kellene küzdenie, ő is újra egészséges lenne. Ingerült, indulatos lett, miközben szinte minden baja miatt a barátját hibáztatta. A szünet után Seth még komolyabb hangot ütött meg, mint előtte.

— Most sem a lényegről beszélsz — mondta. — Papírsárkányokat eregetsz, hogy szakítsam szét őket, de ezek nem az igazi sárkányok. Meg kell tanulnod a belső Éned hangjára figyelni. Attól nem kell félned. Engedted, hogy az egód átvegye a ha-

talmat, hamis Énné növelje fel magát, és elhiszed a szavait, mert nem hallod a mélyéről jövő, elfojtott hangot.

— Másokat vizsgálgattál önmagad helyett. Amit másokban látsz, az a materializációja annak, ami vagy — kivételése annak, amit önmagadról *gondolsz*. Például, ha másokat hazugnak, csalárdnak látsz, ennek az az oka, hogy becsapod önmagad, és ezt vetíted ki a többiekre.

— Most példákat mondok. Ha az egyén csak gonosztságot és ürességet lát maga körül a világban, ez azért van így, mert őt szállta meg a gonoszság és az üresség, ezeket vetíti ki, és lecsukja szemét minden más előtt. Ha tudni akarod, mit tartasz önmagadról, kérdezd meg magad, mit tartasz a többi emberről, és kezdedben lesz a válasz.

— Még egy példa. Egy igen szorgalmas egyénnek az a meggyőződése, hogy az emberek többsége lusta és semmirekellő. Soha senkinek nem jutna eszébe őt lustának vagy semmirekellőnek bélyegezni, de mégis pontosan ez az ő tudat alatti képe önmagáról, ez ellen küzd szakadatlanul. Mindezt anélkül cselekszi, hogy felismerné a saját, önmagáról alkotott képét, és ráébredne, hogy azokat a gyengeségeket vetíti rá a többiekre, amelyektől ő maga retteg.

— A valódi önismeret az, ami nélkülözhetetlen az egészség és a vitalitás megőrzéséhez. Felismerni a valódi Ént — ez egyszerűen annyit jelent, hogy először fel kell ismerned, milyen képet alkottál önmagadról tudat alatt. Ha ez a kép kedvező,

építhetsz rá. Ha kedvezőtlen, tekintsd pusztán véleménynek, ne abszolút, megmásíthatatlan lényegnek.

Joant minden más baja mellett gyakori migrén is kínozza. Az ülés befejezése előtt Seth olyan tanácsot adott neki, amelyet bárki felhasználhat.

— Gyakran mondogasd magadnak: „Csak konstruktív sugalmakra reagálok”, mert ez bizonyos védelmet ad önmagad és mások negatív gondolataival szemben. A negatív gondolat, ha ki nem törlőd, szinte bizonyosan negatív eredményt szül, átmeneti levertséget, fejfájást, a gondolat intenzitásától függően.

— Ha megfájdulna a fejed, azonnal mondd azt magadnak: „Ez a múlt. Most, ebben az új pillanatban, az új jövőben máris jobban érzem magam.” És utána azonnal tereld el figyelmedet a állapotodról. Koncentrálj valami kellemesre, vagy kezdj új tevékenységbe.

— Így módon nem sugalmazod, hogy a test tartsa fenn a fejfájás állapotát. Ezt a gyakorlatot, ha kell, meg is ismételheted.

Nem elég a negatív gondolatokat, a félelmeket, a haragot, a keserűséget egyszerűen elfojtani. Seth más üléseken azt hangsúlyozta, hogy ezeket fel kell ismerni, szembe kell nézni velük, és csak utána megváltoztatni.

Az elfojtás nekem volt szokásom egy időben, különösen miután megtanultam, milyen pusztító hatásúak tudnak lenni a negatív gondolatok. Először felháborodottan

tiltakoztam ellenük, vagy legalábbis megpróbáltam. Ha azon kaptam magam, hogy egy személyről vagy helyzetről rosszindulatú gondolataim támadnak, először szinte hátrahököltem. „Szörnyűség ilyet még csak gondolni is” — korholtam magam.

— Ha agresszív gondolatot sugározok valaki felé, azzal árthatok neki — mondtam Robnak. — Ha elfojtom, akkor nekem árthat, ha a felszínre tör, és valamiféle testi tünetet okoz. Légy szíves, kérdezd meg Sethet a következő ülésen, hogy mit javasol. — Seth ezen az ülésen elmagyarázta, mi a különbség az elfojtás és a helyes megoldás között.

— Ruburnak fel kell ismernie a rosszindulatot, amikor érzi, és emlékeztetnie magát, hogy a rosszindulattól meg lehet szabadulni. De mindenekelőtt fel kell ismerni. Aztán irtsa ki tövestől a rosszindulatot, és ültessen pozitív érzelmet a helyébe. De a kiirtás folyamatát el kell képzelnie.

— Ez a különbség az elfojtás és a pozitív cselekedet között. Az elfojtással elta-
karítjuk szem elől a rosszindulatot, és nem veszünk róla tudomást. A mi módszerünkkel vállaljuk, tudomást veszünk róla, képzeletben kigyomláljuk mint valami nem kívánatos gatz, és a helyébe békét és konstruktív energiát ültetünk. — (Seth gyakran figyelmeztetett, nehogy elfojtsam agresszióimat, csak azért, mert félek tőlük. Rob azt mondja, nagyon mulatságos — neki! —, hogy Seth, miközben általam beszél, ilyen feladatokat oszt ki nekem. A tanácsai viszont mindig kitűnőek.)

Később Seth tett még egy igen fontos észrevételt: — Ha az egészség utáni vágyakozásodban figyelmed középpontba helyezed a leküzdeni vágyott betegséget, akkor jobban jársz, ha elkerülsz minden, az egészségre vagy a betegségre vonatkozó gondolatot. Ha túl sokat foglalkozol a betegséggel, akkor az útban álló akadályok kerülnek a gyújtópontba, és ez csak megerősíti a negatív állapotot.

Seth mindig azt mondja, hogy az élet gazdag, energiában gazdag és erős. Mindannyiunknak megvan a védelmünk a negatív szuggesztiók ellen, és bízunk kellene saját védettségünkben. Az emberek csak akkor reagálnak a negatív szuggesztiókra, ha lelki beállítódásuk negatív. Olyankor elzárjuk önmagunkat a konstruktív energiák elől, amelyekre szükségünk van.

Seth itt is azt javasolja, hogy *ne fojtsuk el* érzelmeinket. A legfőbb szabály a spontaneitás. Ha igazán spontán módon, elfojtások nélkül élnénk, állítja Seth, nem kellene a pozitív szuggesztiókkal foglalkoznunk, mert természetünkéből fakadóan lennénk egészségesek.

Az egyik hallgatóm, egy üzletember mindig aggályoskodni kezd, ha Seth a spontaneitásról beszél, mert ezt a fegyelem hiányával azonosítja. Seth ezt az embert szeretetteljes humorral csak így emlegeti: „a plébános”. Egyike ő a legjobb tanítványaimnak, a többiek hatalmas érdeklődéssel hallgatják paranormális kalandjait. Erősen közösségi ember, ezért a „spontaneitás” szó olyan neki, mint bikának a vörös

posztó. És azt is be kell ismernünk, hogy sokan érezzük úgy: belső érzelmeinket veszedelmes volna szabadjára engedni.

Egy este épp erről beszélgettünk a csoportban, amikor Seth váratlanul átjött. — Az érzelmek úgy vonulnak át rajtatok, mint viharfelhők az égen. Nyitottnak kell lennetek, és reagálnotok kell rájuk — mondta. — Nem vagytok azonosak érzelmeitekkel. Csak átvonulnak rajtatok. Az egyik pillanatban még hatnak rátok, aztán már el is tűntek. Amikor megpróbáljátok visszatartani őket, feltornyosulnak, mint a hegyek. Plébánosunknak már mondtam, hogy a spontaneitás jól ismeri saját fegyelmét. Idegrendszeretek tudja, mire hogyan reagáljon. És ha engeditek, spontán módon reagál. Érzelmeitek csak akkor válnak veszélyessé, ha megpróbáljátok letagadni őket.

Aznap este új tag érkezett a csoportba, és valaki megjegyezte, hogy Seth nagyon szigorú lehet. Most tréfásan ezt mondta: — Súlyosan megsértettek engem itt ma este; azért jöttem, hogy új barátunknak megmutassam, derűs fickó vagyok. Legalábbis ez volt az eredeti szándékom. De mostanra megváltozott. Mert újra el kell mondanom nektek, hogy a belső Én, ha spontán módon cselekedhet, azt a fegyelmet tanúsítja, amelyet még nem értetek.

Seth a szememmel körülnézett a szobában. Valaki fölemelte a szemüvegemet, és a kisasztalra tette. (Említettem már, hogy amikor Seth átjön, mindig leveszi a szemüvegemet, és gyakran nagyvonalú mozdulattal a szőnyegre hajítja.) Mint min-

dig, most is világos volt, égtek a lámpák. Szembefordult a csoporttal, és nagy nyomatékkal ezt mondta: — Nem vagytok azonosak a testetekkel. Nem vagytok azonosak az érzelmeitekkel. Érzelmeitek vannak. *Vannak* gondolataitok, ahogyan rántottátok is van reggelire, de nem ti vagytok a rántotta, és nem ti vagytok az érzélem. Épp annyira függetlenek vagytok a gondolataitoktól és az érzelmeitektől, mint a szalonnától és a tojástól. A fizikai szervezet életfolyamataihoz *felhasználjátok* a szalonnát meg a tojást, a gondolatokat, az érzelmeiket pedig a mentális szervezetben használjátok fel. Ugye nem azonosítjátok magatokat egy darab szalonnával? Akkor ne azonosuljatok a gondolatokkal és az érzelmeikkel se. Ha korlátokat emeltek, csukott ajtókat alkottok, akkor bezárjátok magatokba az érzelmeiket, mintha tonnaszám halmoznátok a szalonnát a hűtőszekrényben, aztán csodálkoznátok, miért nincs benne hely semmi másnak.

Aztán a „plébánoshoz” fordult. — Miért olyan nehéz megértened, mi a szabadság?

— A szabadság, ha a végsőig visszük, már majdnem olyan, mint a felelőtlen-ség.

— Ez a te felfogásod — mondta Seth —, éspedig azért, mert követelményeket támasztasz. Kérdezlek én, mire jutna egy virág, ha reggel a nap felé fordítva arcát azt mondaná: „Napsütést követelek. És esőre is szükségem van. Tehát megkövetelem azt

is. És követelem, hogy jöjjenek a méhek, és szedjék össze a virágporomat. Tehát azt követelem, hogy a nap ennyi és ennyi órát süssön, az eső pedig ennyi és ennyi órán keresztül essék... Ami pedig a méheket illeti, az A, B, C, D és E nevű méh jöjjön, mert mást nem fogadok. Megkövetelem, hogy fegyelem működjék, és hogy a talaj kövesse utasításaimat. De a talaj számára nem engedélyezek spontaneitást. És a nap számára sem engedélyezek spontaneitást. És nem értek egyet azzal, hogy a nap tudja a dolgát. Követelem, hogy mind a fentiek az én elveim szerint értelmezzék a fegyelmet”?

— Kérdezlek én: ki figyelne oda? Mert a nap varázslatos spontaneitásában, tökéletes szabadságában fegyelem van, amelyet nem veszel észre, tudás van, amely meghalad mindent, amit mi tudunk. És abban, ahogy a méhek játékosan röpködnek virágról virágra, olyan fegyelem van, amelyet felfogni sem vagy képes, és olyan törvények, amelyek a saját tudásukhoz igazodnak, és olyan öröm, amelynek nem szabhat határt semmi. Mert az igazi fegyelmet, mint látjuk, csak a spontaneitásban lehet megtalálni. A spontaneitás ismeri saját rendjét.

Seth itt ismét a plébánosra nézett, de a csoport többi tagjához beszélt. — Idegrendszeretek spontán működésében mit találunk? Látjuk a plébános fejét a két váll között, és az intellektusát, amely fegyelmet követel. És mégis ez az egész a belső Én spontán működésén alapul, meg az idegrendszeren, amelyről az intellektus vajmi

keveset tud. És enélkül a spontán fegyelem nélkül nem létezhetne ego sem, hogy itt üljön a vállaik között, és fegyelmet követeljen... Nahát, most, hogy bebizonyítottam, milyen jó kedélyű fickó vagyok, az javaslom, tartsatok szünetet.

Mindenki nevetett. A pihenő után Seth folytatta, mert hátravolt még néhány megválaszolásra váró kérdés, de az utolsó vitát azzal fejezte be, hogy rámosolygott a „plébánosra”: — Az évszakok egymást váltják a bolygótokon, ahogy évezredek óta; váltakozásuk csodálatos spontaneitással és teremő erővel tör rá a világra. És mégis nagyon szertartásos, fegyelmezett módon váltakoznak. A tavasz nem jön decemberben. Spontaneitás és fegyelem ilyen összhangját, együttműködését gyönyörűség figyelni. És mégsem félsz az évszakok váltakozásától.

— Mindannyian hozzájárultok ehhez a magatok módján. Mert tekintsétek meg a földet és mindent, ami rajta van: a fákat, az évszakokat, az eget — és bizonyos mértékig ehhez ti is hozzájárultok: a spontaneitás és a fegyelem összhangja teszi termővé a földet.

A természet egésze spontán módomban működik. Testünk automatikusan egészséges lesz, ha nem vetítünk belé tévképzeteket.

De ez természetesen nem ennyire egyszerű. Amikor Seth a csoport tagjaihoz beszél, igyekszik a lehető legerőteljebben fogalmazni, olyan szavakkal, amelyeket mindenki megért. Saját üléseinken sokkal mélyebbre hatol az ilyen témákban. Az

alábbiakban egy másik ülés részletei következnek; Seth itt magyarázza el a fájdalom élettani és lelki összetevőit, és leszögezi, hogy néha maga a betegség is célirányos tevékenység.

Miközben olvassa, gondoljon vissza korábbi betegségeire, és vizsgálja meg, mennyire illenek rájuk az elhangzottak. Seth a betegséget itt nemcsak a felszíni személyiség viszonylatában elemzi, hanem lehatol az emberi szervezet legmélyére is. Seth korábban arról beszélt, hogy Sallynek (Jon feleségének) le kell választania magát a „beteg” identitásról. Most ezt fejti ki részletesebben.

— A személyiség minden betegséget elfogad mint részét az Énnak, és a veszély épp ebben rejlik. Nemcsak szimbolikus értelemben fogadja el, itt most nem jelképekben beszélek. A gátló tényezőket, például a betegséget a szó szoros értelmében befogadja a személyiség szerkezete, és ha ez megtörtént, konfliktus lép fel. Az Én nem szívesen mond le önmaga részeiről, még akkor sem, ha az a rész fájdalmat vagy hátrányos helyzetet jelent számára. Emögött sokféle ok húzódik meg.

— Az egyik, hogy jóllehet a fájdalom kellemetlen, mégis eszközként szolgálhat az Én számára, hogy hozzászokjon a felgyorsult tudatállapothoz. Minden felfokozott érzés, akár kellemes, akár kellemetlen, bizonyos mértékig serkentő hatást gyakorol a tudatra. Lehet, hogy az érzés megalázóan kellemetlen, a psziché egy része mégis válogatás nélkül befogadja, mert érzés, még hozzá intenzív.

Seth itt jut el a lényeghez, amely elméletei szempontjából rendkívül fontos. — A tudat egyik alapvető vonása, hogy a fájdalmas ingerek iránt is engedékeny. Nem tesz különbséget kellemes, fájdalmas vagy örömteli ingerek között. Ezek megkülönböztetése sokkal később, és egy másik szinten következik be. — (Seth itt abból indul ki, hogy a személyiség *energiából* vagy *mozgásból* áll.)

— A mozgás minden ingerre igent mond. A finomabb megkülönböztetés már a magasabban differenciált tudatban történik. Ezzel nem azt mondom tehát, hogy a kellemetlen érzéseket a kevésbé tudatos szervezet nem kellemetlenként éli meg, és nem reagál elhárítással. Csak azt mondom, hogy ösztönös reakciónk szerint örömmel fogadják, mert minden inger élmény, és a tudat az élmények által ismeri meg önmagát.

— A bonyolult emberi személyiség egyéb szervezetek mellett kifejlesztett egy igen differenciált „én”-tudatot (más szóval az egót), amely természeténél fogva arra törekszik, hogy védelmezze az identitás látszólagos határait. Ennek érdekében válogat a cselekedetek, a mozgások között. De emögött a bonyolult szövetű Gestalt mögött ott vannak lénye egyszerűbb alapjai, és ott van a készség minden inger befogadására, ami nélkül az Én-azonosság elképzelhetetlen volna.

— Ha a fájdalmas ingereket nem fogadná el, a szervezet képtelen lenne fenn tartani önmagát, mert közben az élettani folyamatban részt vevő legkisebb részecskék

folyamatosan fogadják az ilyen ingereket, és boldogan élik át akár önmaguk megsemmisülését is. Mivel minden változásban tudatában vannak identitásuknak, a bonyolult „én”-tudattal viszont nem rendelkeznek, nincs okuk félni a pusztulástól. Önmagukat mint a mozgás részét élik át.

— Erre az alapismeretre szükség van, ha meg akarod érteni, miért fogadja el a személyiség az olyan, korlátozó, akadályozó mozgást is, mint a betegség, annak ellenére, hogy az ego elutasítaná a fájdalmat.

Seth a továbbiakban arról beszél, hogy a betegség lehet „egészséges” reakció is, bár a mélyén mindig személyiségproblémák rejlenek. — A személyiségnek meg kell értenie, hogy a betegség az ember teljességében hat, és nem része az eredeti személynek.

— A személyiség eltolhatja a fókuszot a konstruktív területekről, és az energiát az akadályozó eseményre, a betegségekre fordíthatja. Ilyenformán a betegség valójában egy új egyesítő rendszer alapját képezi. Mármost, ha a személyiség eredeti egyesítő rendszere romokban hever, előfordulhat, hogy átmenetileg maga a betegség őrzi meg érintetlen állapotban a személyiség integritását — időlegesen, amíg egy új, konstruktív egyesítő elv föl nem merül és hatni nem kezd.

— Az egyesítő elvek olyan tevékenységek csoportjai, amelyek köré a személyiség egy adott időszakban szervezi magát. Ha a mozgás nem ütközik akadályokba, az

egyesítő elvek aránylag egyenletes, sima változásokon mennek keresztül. [Figyeljük meg, hogyan illeszkedik ez a hallgatóknak adott tanácshoz a spontaneitásról és az elfojtás veszélyeiről!] Ezek az akadályok, a betegségek tehát néha az egész pszichológiai rendszert összetartó elemeként működhetnek, miközben felhívják a figyelmet a belső, lelki problémákra. A betegség része a személyiséget felépítő mozgásnak, ennélfogva célirányos, és nem tekinthetünk rá úgy, mint valami idegen erőre, amely kívülről szállta meg az embert...

— A betegséget tehát nem is nevezhetjük akadályozó eseménynek, csak akkor, ha sokkal azután is tovább működik és hat, miután célját beteljesítette. És még akkor is csak az összes tény ismeretében lehet megítélni, mert a betegség tovább is szolgálhat például a személyiség biztonságérzetének forrásaként; jó, ha vésztartalékként mindig kéznél van, hátha az új egyesítő rendszer is csődöt mond.

— Más szóval bizonyos mozgásokat nem lehet akadályozónak bélyegezni anélkül, hogy ismernénk az adott egyént felépítő mozgások összességét. Ez rendkívül fontos. Ha figyelmen kívül hagyjuk ezt a körülményt, egy új, súlyosabb betegség léphet fel.

— Ha a mozgásnak természetes lefolyása van, akkor neurotikus elutasítás nem fordul elő. És éppen a neurotikus elutasítás, ellenállás okozza a *fölösleges* betegséget.

— A betegségek szinte mindig valamely akadályba ütközött, természetes lefolyásában meggátolt mozgás következményei. Ha a természetes, az eredeti mozgás útja felszabadul, ha megnyílnak a csatornák, a betegség megszűnik. Viszont az is lehet, hogy a zátonyra futott mozgás katasztrofális következményeket vonhatna maga után, és a betegség éppen ezt akadályozza meg. A személyiségnek megvan a maga logikája.

Seth újra és újra elmondja, hogy a testi betegségek a belső Én üzenetei, jelzések arról, hogy valamilyen mentális tévedést követünk el. Az egyik ülésen a testet szoborhoz hasonlította. — Ez a szobor sohasem készül el, mert a belső Én különböző technikákat próbál ki rajta. Az eredmény nem mindig a lehető legjobb, de a szobrász független a művétől, és azt is tudja, hogy alkot még majd mást is.

Ismertetett még néhány érdekes összefüggést is a különféle betegségek és a közrejátszó belső problémák között. — Ne felejtsd el, hogy a belső Én része vagy. A belső Én nem használ ki téged. Te vagy az a része, amelyen keresztül megtapasztalja az anyagi valóságot. Mármost a testi betegség, ha nem végzetes, de észrevehető — tehát nem jár együtt valamely szerv vagy végtag elvesztésével — *általában* olyan problémára utal, amely közelít a megoldáshoz, tehát „kint van a szabadban”.

— Az ilyen betegség a felfedezés, a felismerés és megragadás folyamatának végterméke. A belső problémák ott kerülnek felszínre, a szó szoros értelmében, ahol

szembe lehet nézni velük, fel lehet ismerni és le lehet küzdeni őket; a tünetek az előrehaladás mércéjeként használhatók. A folyamat „próba-szerencse” alapon is zajlik, de a belső állapot változása eléggé hamar megváltoztatja a testi állapotot is.

Seth máskor azt is elmagyarázta már, hogy olykor maguk a tünetek is részei a gyógyulási folyamatnak. Nekünk tehát az a dolgunk, hogy változtassunk belső magatartásunkon, keressük meg a belső problémát, amelyet a tünet megjelenít, és a tünet visszafejlődésével mérhetjük előrehaladásunkat.

— Olyan esetekben, amikor a tünet a szervezet belsejében fejlődik ki, mint a fekélyek, a személyiség még nem készült fel arra, hogy szembenézzen a problémával, a tünet maga rejtve van a szem előtt — ez szimbolikus értelemben is nagyon jól kifejezi a helyzetet. Az a tény tehát, hogy a tünet mennyire vehető észre, mennyire szembevető, támpontot jelent annak megítélésére, hogy milyen a személyiség viszonya a problémához.

— Sok probléma sohasem materializálódik. Üres területekként, kihasználatlanul és terméketlenül maradnak meg a pszichében; olyan tartományok ezek, ahol nem jelentkeznek problémák, mivel élmények sincsenek engedélyezve. Itt mentális, lelki vagy érzelmi vakság lép fel, teljes blokádnak. Az effajta tapasztalatmegtagadás sokkal szerencsétlenebb, mint ha valamilyen meghatározható probléma fejlődik ki, mert a

személyiség azon a területen egyáltalán nem lesz képes megnyilvánulni, kifejezni magát.

Rob apja érzelmeszedésben szenved, ápolásra szorul, intézetben van. Nem ismer meg bennünket. Amikor meglátogatjuk, öregek vesznek körül, akik többé-kevésbé ugyanilyen állapotban vannak. Következésképp érdekelnek bennünket az öregedéssel járó problémák.

Seth szerint a szenilitás mindenkinél más és más, de általában arról van szó, hogy a személy a tudat életfontosságú elemeit átemeli a lét magasabb szintjére, és ott gyakran tökéletesen működik. A személy mentális fókusza fokozatosan hagyja el ezt az életet, és a lét egy másik szintjén kezd el működni. A fizikai tünetet — az agyi erek falának elmeszesedését, megkeményedését — az okozza, hogy a személyiség egyre kevésbé hajlandó az anyagi világból új ingereket befogadni, új tapasztalatokat szerezni (akár szándékosan, akár tévedés következtében). Azok választhatják például ezt az utat, akik rettegnek a haláltól, mert mire a halál bekövetkezik, a tudatuk már megismerkedett az új környezettel, és az anyagi test halála elveszíti tragikumát. De mindenesetre az egyén belső Énjének döntése okozza a testi tünetet, nem megfordítva.

Egyes tünetek még a halált is túlélhetik. Miss C. például, aki egy házban lakott velünk, érzelmeszedéssel halt meg. Egy éjjel testen kívüli állapotban, egy furcsa

házban találtam magam — azért volt furcsa, mert rendkívül régimódi volt, bár minden vadonatúj volt benne. Miss C. épp akkor lépett ki az ajtón, amikor odaérkeztem. Nagyon zavarodottan viselkedett. Hirtelen „tudtam”, hogy a ház az ő hallucinációja, gyermekkori otthonának másolata, és azt is tudtam: Miss C. nem fogta fel, hogy meghalt.

Ugyanabban a pillanatban azt is felismertem, hogy fel kell világosítanom. Uto-
lértem, gyengéden visszavezettem a házba, és azt mondtam: — Miss C., nem kell többé félnie a haláltól. Már túl van rajta. Az elméje most már teljesen feltisztulhat. Nincs semmi baj. — Úgy láttam, hogy megérti, s amikor mondókám végére értem, jött valaki más, és átvette a helyemet.

Olvastam már hasonló esetről, de be kell vallanom, hogy csupán élénk fantáziáról árulkodó beszámolóknak tartottam őket mindaddig, míg magam is Miss C. segítője nem lettem. A lényeg az: az idős hölgy annyira félt a haláltól, hogy nem vette észre, amikor bekövetkezett. Mivel fizikai teste már halott volt, ő az asztrálestébe költözött át, de mégis zavartan viselkedett, elméje még mindig ködös volt, mintha még mindig agyi érelmeszesedésben szenvedne.

Seth azt tanítja: reinkarnációs életeink során fel kell ismernünk, hogy gondolatunkat és érzelmeinket kivetítve alakítjuk a valóságot. Ha az ember felismeri például, hogy a betegség torz ideák kivetülése a testben, akkor azon kell munkálkodnia, hogy

feloldja a belső problémákat. Ez a felismerés még olyan betegségeket is képes meggyógyítani, amelyek előző életekhez kapcsolódnak. Seth szerint ezek az életek egy időben zajlanak, „párhuzamos” Énjeink ma is bennünk vannak, ezért terápiával hozzájuk férhetünk.

Emlékszik az olvasó arra a barátnőmre, aki mindig olyan férfiakba szeretett bele, akik nem voltak alkalmasak a párkapcsolatra? Ő egyre depressziósabb lett, többször kísérelt meg öngyilkosságot. Egy este a távollétében ülést tartottunk az érdekében, azzal a céllal, hogy a jegyzőkönyvet elolvastatjuk majd vele. Seth üzenete fontos, általános érvényű vonatkozásokat tartalmazott.

— Nem az élet feltételei szerint fogadtad el az életet — mondta Seth. — Azt követeled, hogy az élet olyan legyen, abban a mederben folyjék, amelyet te tudatosan kijelöltél neki. Nem vagy hajlandó az életet örömmel fogadni, mint ön maga okát és célját tebenned.

— Az a gondolat, hogy *muszáj* találnod egy férfit, aki szeret, valójában fedezék: azt a tényt takarja el, hogy nem vagy hajlandó az életet az élet feltételei szerint elfogadni. Az mondod: „Ha az élet nem fogadja el a feltételeimet, akkor nem akarok élni”, márpedig senkinek sincs joga a benne lévő vitalitással szembeszegülni.

— Ha egyszer teljes szíveddel elfogadod az életet olyannak, amilyen, valóban elérheted mindazt, amire vágyol, de addig nem, amíg ezt feltételül szabod ahhoz,

hogy tovább vállald az életet. Ha megszabadulsz a feltételeidtől, saját belső törvényeid mindennapos örömmé fogják változtatni az életedet. Elfeledkezel arról, amid megvan: az egészségről és a vitalitásról. Elfeledkezel az intellektusodról és az intuíciódrol. Elfelejtet, micsoda áldásokban van részed.

— Ezeket akkor sem hamisíthatod meg, ha megpróbálsz rákényszeríteni őket, hogy azokat a célokat szolgálják, amelyeket a létezés feltételéül szabtal. Abban a hitben kell élned, hogy küldetésed *van*, be fog teljesedni, és máris a beteljesedés útján van. Abban a hitben kell élned, hogy életednek van értelme és célja, különben nem lennél itt.

— Ápolnod kell a személyiségedben lévő egyediséget. Jelenlegi személyiséged küldetését a jelen körülmények között csak a lehető legjobban tudod maradéktalanul beteljesíteni. Igaz, a kihívásokkal, a feladatokkal máskor, más életekben is szembenézhetesz. De ugyanazok az emberek, akiken most segíthetsz, ugyanaz a jócselekedet, amit ma megtehetsz, soha máskor nem fog ugyanígy a rendelkezésedre állni.

— Olyan férfiak és nők, akiken a terajta lévő áldás századrésze sem volt meg, és harmadannyi okuk sem volt várni a holnapot, mint neked, boldogan köszöntötték az estét és a reggelt, áldással és örömmel hallgatták szívük dobogását; ők beteljesítették rendeltetésüket, és boldogságot adtak másoknak. Ők az élet feltételei szerint

fogadták el az életet, és azáltal, hogy elfogadták, kegyelem lett osztályrészük — mert ez származik abból, ha mindenedet, amid van, odaadod az életnek.

De tulajdonképpen mi is az egészség? A „plébános” nemrégiben egy csoport-foglalkozáson föltette Sethnek ezt a kérdést.

— Azért kell jó egészségre törekedned, mert ez lényed természetes állapota. Bíznod kell lényed belső intelligenciájában. Annak is az egészség a természetes állapota. Testeden keresztül nyilvánul meg a mindenség energiája. Te mint egyén, mint egyedivé vált tudat, része vagy ennek, és ha nem vagy jó egészségben, nem tudod önmagad tökéletesen megvalósítani, sem küldetésedet betölteni. Mert a test állapotát megérzi a tudat, és a tudat állapotát megérzi a test.

A „plébános” összeráncolta homlokát. — Ezt úgy értem, hogy ha jó az egészségem, akkor lelkileg is jó állapotban vagyok?

— Ha a tested rossz állapotban van, az nem jelenti azt, hogy gonosz ember volnál. Tegyük tisztába ezt a dolgot. Ez csupán annyit jelent, hogy egy bizonyos részed le van gátolva, és azon a területen nem vagy képes konstruktívan felhasználni az energiát. Elvileg, ha az energiát úgy használod, ahogy kell, akkor kitűnő egészségi állapotban vagy, bővében az erőnek. Ha viszont hiány keletkezett, az sokféle módon képes megnyilvánulni.

— Nem akarom, hogy azt higgyétek, az egészség vagy a test jó állapota törvényszerűen a spirituális gazdagság jele. Vannak, akik egyes területeken egészen remekül működnek, másutt viszont gyatrán. Az az ideális állapot, amikor minden képességedet használod, és ezáltal másokon segítesz.

Seth azt javasolja, hogy alkalmazzunk önhipnózist és enyhe transzállapotot arra, hogy földerítsük a problémát, amely betegségünket okozza. Ajánlja azt is, hogy egyszerűen kérjük meg a belső Ént: tegye számunkra tudatossá, felfoghatóvá a választ. Ha a belső problémát nem fedjük fel, akkor a tünetet egyszerűen felváltjuk egy másikra. Több ülésen foglalkozott azokkal a konkrét lépésekkel, amelyeket ezen a téren kell megtenni. Az álmok nagyon fontosak, mert felfedik a problémát, és azért is, mert az álomban a megoldás is megtalálható. Ezért a következő fejezetet azzal kezdem, hogy ismertetem Seth javaslatait az álmok terápiás alkalmazásáról. Az útmutató egyszerű, bárki követheti.

14.

ÁLMOK — A KITALÁLT DÉMON — ÁLOMTERÁPIA

Egy éjjel nagyon valóságosnak tűnő, félelmetes álmot láttam. A hálósobánkban, de testen kívüli állapotban találtam magam, és hirtelen észrevettem, hogy „valami” ott van közvetlenül a fejem fölött. A következő pillanatban lezuhantam az ágy lábához, aztán fölemelkedtem a levegőbe, majd a hálósoba sarkában a padlóra zuhantam. Fölöttem volt valami, amit csak így tudok leírni: egy elmosódott körvonalú, torz emberi alak, de nagyobb az embernél, és rendkívül sűrű.

Lehet, hogy nevetségesnek hangzik, de tudtam, hogy ez a „valami” azért van itt, mert a vesztemet akarja. Tudtam, hogy kívül vagyok a testemen, és döbbenet lett úrrá rajtam, de nagyon meg is rémültem. Olvastam már olyasmiről, hogy embereket megtámadtak „projektált” démonok vagy hasonlók, de egyszerűen nem hittem a démonokban. Hát akkor mi ez? Nem volt időm töprengeni, mert ez az izé többször beleharapott a kezembe. Meglepő súllyal nehezedett rám, és egyfolytában azon igyekezett, hogy elvonszoljon a testemtől, be a hálósobai szekrénybe.

Pánikban voltam, miközben Rob békésen hortyogott. Mindegy, gondoltam, úgylátó vagyok a testemen, nem veheti észre, hogy valami baj van. És hol van Seth? Hol vannak azok a „segítők”, akiknek futva kellene segítségünkre sietniük, amikor bajba kerülünk? Ilyen gondolatok kavargtak bennem, miközben megpróbáltam lerázni magamról ezt a rémet. Éreztem a súlyát, meglepően nehéz volt, és éreztem azt is, mi a szándéka — hogy szétmarcangoljon, vagy akár ott helyben meg is öljön.

— Csak semmi pánik — mondtam magamnak, és megpróbáltam a nyugalomnak legalább a látszatát megőrizni. De az a „valami” egyre csak szorított lefelé, és újból meg akart harapni. Fenébe a semmi pánikkal, gondoltam, és teli torokból sikítani kezdtem. Tudtam, hogy nem a fizikai torkom sikoltozik, de abban bíztam, hogy a hangom vagy elriasztja a szörnyet, vagy sikerül valamilyen segítséget hívnom.

A lény egy pillanatra visszahőkölt, valahogy úgy, mint egy óriási állat, ha megriasztják, én meg kicsusszantam alóla. Rakétasebességgel a testem felé iszkoltam, a rém meg utánam. Mit szépitsem, gyáván megfutamodtam. Olyan gyorsan vetődtem bele a testembe, hogy kóválygott tőle a fejem, de nem bántam. Sosem örültem még ennyire a testemnek.

Percekig nem mertem kinyitni a szemem. „Az áldóját, ha még mindig itt van, jól nézek ki” — gondoltam. De a szörny nem volt látható. Talán a létezés valamely

másik szintjén tartózkodott. Először fel akartam ébreszteni Robot, hogy elmeséljem, mi történt velem, de aztán úgy döntöttem, nem zavarom meg az éjszakai nyugalomát.

Most, hogy már biztonságban voltam, röstelkedtem önmagam előtt a gyávaságom miatt, de annyira azért nem voltam magabiztos, hogy azonnal vissza merjek aludni. Fölkeltem, ittam egy pohár tejet, és végiggondoltam, mi mást tehettem volna — például azt mondhattam volna fennköltén: — Távozz tőlem, Sátán! —, vagy ilyesmit. Amit a legkevésbé tehettem volna meg, gondoltam, az, hogy visszaharapom.

Másnap volt a szokásos szerda esti Seth-ülés. Mielőtt elmesélném, mit mondott Seth a fenti incidensről, egy kis magyarázattal tartozom. Az eset előtt már napok óta rosszkedvű voltam, azon borongtam, mennyi körülöttünk a negatív érzelem. Sőt, ami még rosszabb, magamban is fölfedeztem a rosszindulatot, a félelmet, a haragot.

Seth most így szólt: — A barátunk [vagyis én] az éjjel új csatateret próbált ki. Elhatározta, hogy a negatív érzelmek az ellenségei, és egy másik valóságsíkon formát ad nekik, ahol megküzdhet velük. Nem asztrálsík volt ez, hanem egy alacsonyabb szint.

— Az erő, amely ezt a „fekete rémet” létrehozta, a rejtett félelmek energiája volt, de ilyen teremtményt mindenki létre tud hozni, hiszen félelmek mindenkiben

vannak. Ruburt egyszerre próbálta meg leválasztani a félelmet, alakot adni neki, és le is győzni. A lény valójában egy eléggé otromba, alacsony dimenzióbeli állat volt, egy felbőszített, ostoba eb, amely harapással támadta meg Ruburtot — ez jelképnek is felfogható. Az ily módon, tisztán félelemből létrehozott lények különösen a teremtőjüktől félnek, őrre dühösek. A támadáson kívül egyebet nem tehetett önnön ingatag valóságossága érdekében, hiszen tudta: Ruburt csak azért teremtette meg, hogy ha lehet, megsemmisítse.

— Következésképp *volt* valóságossága. Ruburt visszamenekült előle a normális tudat biztonságába. A lény ekkor Ruburt szemszögéből nézve szétfoszlott. Ugyanis amikor Ruburt „hazaszaladt”, ösztönszerűen visszavonta a szörnyre fordított energiát. Ruburt megpróbálta leválasztani magáról mindazokat a dolgokat, amelyeket negatívnak ítélt, és egyszersmind el is pusztítani, mintha így eltávolíthatná a gonosztságot a világmindenségből.

— Megpróbálta megsemmisíteni a „gonosz bestiáját”, amely ezért megharapta őt. Mármint, a gonosz ilyen értelemben nem létezik. Még a betegség és a félelem sem okvetlenül ellenség, inkább segítség a megértésben, a nagy cél felé vezető úton.

Seth így folytatta: — A gonosz, amelyről Ruburt azt képzelte, hogy kivetíti önmagából, nem létezik. De mivel Ruburt azt hitte, hogy létezik, a saját félelmeinek képére materializálta. Ez a legutóbbi depressziójának alakja volt. Általánosságban

szólva gonosz nem létezik, csak a ti érzékeléseitek fogyatékos — de tudom, hogy ezt számotokra nehéz elfogadni.

— De ez a tény Ruburt védelme a testen kívüli utazások során — ha el nem felejtí. „Béke legyen veled.” Ezek a szavak átsegítik minden nehézségen a valóság más rétegeiben is, mert hiszen ahogy ő megteremtette azt a rémet, ugyanúgy mások is teremtenek, és ő összetalálkozhat mások teremtményeivel. Ha békét kíván nekik, az valamelyes megnyugvást jelent számukra, hiszen van bizonyos valóságosságuk. Ha félsz tőlük, azzal az ő valóságbirodalmukba lépsz át, és akkor az ő módszereikkel kell megküzdened velük. Erre nincs szükség.

Közvetett bókként Seth megkérte Robot: mondja meg nekem, hogy képességeim javulnak — ez a gondolatforma [az álombeli bestia] nagyon jól volt felépítve. Bók ide vagy oda, eszemben sincs azt ajánlani, hogy olvasóim közül bárki megpróbálkozzék ezzel az oktalan kalanddal. Az viszont nagyon is valószínű, hogy némelyikük már meg is tette, anélkül, hogy tudott volna róla, és felébredve csak arra emlékezett, hogy valami rémeset álmódott.

Ez az eset alvó állapotból kiinduló, testen kívüli élmény volt, és annyi haszna mindenképpen van, hogy bebizonyította: az álomvalóság ugyanolyan érvényes és igazi, mint az éber valóság. Az álmok erőteljesen befolyásolják a mindennapi életet. Javíthatnak egészségi állapotunkon, elmélyíthetik depresszióinkat. Álmainkat azon-

ban céltudatosan is felhasználhatjuk létünk jobbítására — bár elismerem, az előbbi példa nem a legjobb ebből a szempontból.

Az emberek mindig is tudták, hogy az álmok magyarázatot adhatnak viselkedésünkre. A pszichoanalitikusok a tudat alatti motivációk felderítésére használják az álmokat, de azt kevesen tudják, miként használják álmaikat kreatív módon: egészségük jobbítására, az ihlet serkentésére, a vitalitás helyreállítására, problémamegoldásra, a családi kapcsolatok gazdagítására.

Seth gondolatébresztő javaslatai megmutatják, hogyan alkalmazhatók az álmok közvetlen terápiás eszközként; néhány gondolatának igen jó hasznát lehet venni önsegítő programokban és a pszichoterápiában.

Seth így kezdte mondandóját: — A személyiséget energia-Gestaltok alkotják. A személyiséget a tapasztalatok alakítják, és ugyanezt teszik az álmok is; amiként az adott környezet módosítja bizonyos mértékig az egyént, ugyanúgy módosítják az álmok is, amelyeket ő maga alkot. Az Énnek nincsenek korlátai. Határokat ott tapasztalsz, ahol érzékelésed csődöt mond. Például úgy érzékeled, hogy ha nem látod őket, az álmaid nem léteznek. Ez azonban korántsincs így.

— A személyiség egy szinten álmokonstrukciókkal igyekszik megoldani problémáit, és gyakran enged szabadon olyan mozgásokat is, amelyek éber állapotban

nem nyilvánulhatnak meg a maguk teljességében. Ha a próbálkozás nem sikeres, akkor a probléma vagy mozgás, mint láttuk, betegségként jelenhet meg az anyagban.

— Vegyünk például egy olyan helyzetet, amikor a személyiségnek függő viszonyt kellene megvalósítania, de ezt a viszonyt nem érzi önmaga számára megfelelőnek. Ha képes olyan álmot alkotni, amelyben függő szerepet játszik, akkor a problémát az álom állapotában meg tudja oldani. Nagyon sok esetben pontosan ez is történik. Az egyén esetleg nem is emlékszik az ilyen álomra, de az élmény attól még érvényes, a függőség megvalósult.

— Sok kutatást végeztek már az álmok értelmezése terén, de nagyon kevesen foglalkoztak az álombeli tevékenység irányításával. Pedig a megfelelő szuggesztiók használatával ez kitűnő terápiás módszer lehet. A negatív álmok a személyiség negatív vonásait erősítik, ördögi körök, szerencsétlen bonyodalmak kialakításában játszhatnak közre. Holott az álombeli cselekedeteket *lehetséges* úgy befolyásolni, hogy a konstruktív reményeket teljesítsék be, ami már önmagában jótékony hatást gyakorol a dolgok menetére.

— Sok betegségnek álomterápiával elejét lehet venni. Az agresszív késztetéseket az álomban szabadjára lehet engedni. Szuggesztióval elérhető, hogy az ember álmában élje át, teszem azt, az agresszivitás élményét. Szuggesztióval az is elérhető, hogy miközben figyelni álombeli önmagát (mintha színdarabot nézne), megértse saját

agresszivitását. Ha megengedhetek magamnak némi fantáziálást, elvileg elképzelhető egy tömegméretű álomterápiás kísérlet, amelyben a háborút a népek nem ébren, hanem álmukban vívják egymás ellen.

Amikor először olvastam ezt a szöveget, felujjongtam: micsoda nagyszerű módszer az elfojtásoktól való megszabadulásra: ki kell álmodni őket! Ha igazán dühös vagy valakire, és nem mersz elégtételt venni, elalvás előtt besuggerálhatod magadnak, hogy álmodban igazán kiegyenlíted a számlát. Csakhogy ez nem ennyire egyszerű.

Seth határozottan kijelenti: — Ezzel kapcsolatban még egy fontos körülményt meg kell érteni. Ha például a probléma az agresszivitás, az álomszuggesztióba bele kell foglalni, hogy az agresszió nem irányulhat konkrét személy ellen. A probléma mindig a megfoghatatlan mozzanat (példánkban az agresszivitás), nem pedig az az egyén, aki felé az ember irányítaná.

— Nem akarjuk azt szuggerálni, hogy az egyén álmában ártson valakinek. Számos oka van ennek, többek között a telepátia valósága, amiről még nem sokat tudtok, valamint a büntudat bevésoedése, ami elkerülhető. Nem arról van szó, hogy a valóságos mozgást helyettesítsük álommozgással. Arról van szó, hogy bizonyos problémákkal foglalkozni kell.

Seth újra meg újra elmondja, hogy az álom vagy az elképzelt élmény *ugyanolyan* valóságos, mint az, amit ébren élünk át. Ha depressziós vagy, depressziósak az álmaid is. Seth a következő gyakorlatot javasolja álomterápiaként: elalvás előtt szuggeráld magadnak, hogy álmod kellemes, örömteli lesz, és teljesen helyre fogja állítani kedélyállapotodat, vitalitásodat. Ha a depresszió nem nagyon mélyen gyökerezik, akkor mire felébredsz, elmúlik, vagy nagyon legyengül.

Én gyakran alkalmazom ezt a módszert, mindig kitűnő eredménnyel. Néha emlékszem álmainra, néha nem, de mindig felfrissülve, megújulva ébredek, és ez a hatás tartós is. Az álmok, amelyekre vissza tudok emlékezni, nagyon inspiratívak voltak. Erejük nemcsak arra volt elég, hogy leküzdjék a lehangoltságot: rendkívül jó közérzetet teremtettek bennem.

A fentieknek inkább gyakorlati jelentőségük van, Robot és engem még ennél is jobban érdekelt Seth magyarázata az álomvalóságról. Sok olyan, testen kívüli élményben volt részem, amely alvó állapotban ért; nem csoda, hogy érdekelt, mennyire valóságos az a környezet, amelyben ilyenkor találom magam. Seth az álomvalóságról szóló fejtegetéseit már az ülések sorozatának legelején elkezdte, és az anyag a mai napig gyarapodik. Amíg meg nem tanultam Seth-től, hogy „felügyeljem” álmainkat, és ébresszem fel kritikai képességemet, addig Seth megállapításainak némelyike egyszerűen elképesztett.

Vegyünk például egy korai szövegrészt, a 92. ülésről, amelyet mindmáig alapvető fontosságúnak tartok.

„Minden álom lelki energiával indul, amelyet az egyén nem anyaggá formál át, hanem egy olyan valósággá, amely minden részletében igaz és működőképes. Az ideát álombeli tárggyá vagy eseménnyé alakítja, annyira hatékonyan, hogy az álombeli tárgy több dimenzióban is létezni kezd.”

„Jóllehet az álmodó saját céljaira alkotja az álmot, és azok közül a szimbólumok közül válogat, amelyek az ő számára jelentenek valamit, mégis kivetíti az álomképet mint értékek kiteljesítését, mint a lélek meghosszabbítását, kiterjesztését. A kiterjedés akkor következik be, amikor az álmot megéli az álmodó. Amikor az álmodó végére ér az álomeseményeknek, bekövetkezik az összehúzódás, de az energiát akkor sem lehet visszavonni.”

Seth az álomban alkotott személyiségeket (például az én „fekete bestiámat”) kettős-hibrid konstrukciónak nevezi. Az én esetemben a Seth által emlegetett „kiterjedés” akkor következett be, amikor saját lelki energiámból megalkottam a rémet. Az „összehúzódás” akkor ment végbe, amikor figyelmem energiáját visszavontam belőle; azt az energiát azonban nem tudtam visszavonni, amely a szörnyet létrehozta. A bestia továbbra is létezett, magára hagyva, szabadon, de nem az én dimenzióban.

Seth — még mindig az álmokról szólva — kijelenti: „*A konstrukciókba vetített energia*, legyen az lelki vagy fizikai, nem vonható vissza; annak a meghatározott formának a törvényeit kell követnie, amelyet az adott pillanatban felöltött. Következésképpen amikor az álmodó visszavonja, összehúzódnásra készíti a több valóság-szinten létező dolgokat, akkor csak önmaga számára vet véget nekik. Az álom valósága folytatódik.”

Seth így magyarázza: az energia átalakítható, de nem semmisíthető meg.

Seth Rob sok kérdésére válaszolt, és ezek bizonyára az olvasó fejében is megfogalmazódnak. Miért van az, hogy a mindennapi életet sokkal valóságosabbnak látjuk, mint bármely álombeli létezést? És ha az álom univerzuma valóban érvényes, akkor miért nem hat jobban a mindennapi életünkre? Az emberek abban többé-kevésbé mind egyetértenek, ami az anyagi valóság szintjén történik, az álmok viszont nagyon is egyéniek. Hogyan lehet az álom univerzuma folyamatos? És ebben az univerzumban hogyan lehetséges bárki mással megállapodásra jutni abban, hogy ami történik, az valóságos?

— Először is — mondta Seth — maga a tárgyi valóság különféle egyéni jelképek halmaza, amelyek egyike sem jelenti két egyén számára pontosan ugyanazt, és amelyben még az olyan, úgynevezett alapkritériumokra sem lehet támaszkodni, mint a szín vagy a térbeli helyzet. A hasonlóság, a megfeleltetés, az analógia az, amire

koncentráltok. A telepátiát tekinthetjük úgy, mint a ragasztót, amely fenntartja a tárgyi világ ingatag egységét: ez az, ami lehetővé teszi, hogy egyetértsetek a dolgok létét és tulajdonságait illetően.

— Az álomvilág esetében is ugyanilyen típusú univerzumról van szó, de ez olyan síkon jön létre, amelyet fizikailag nem tudtok érzékelni. De a folyamatossága, a kontinuitása erősebb, mint az átalatok ismert tárgyi világé, és bámulatos analógiák működnek benne.

— És még valami. Azok, akik a mai fizikai síkon ismerik a létezést, bizonyos ciklikusság folytán korábban is nagyjából ugyanazokban a történelmi korokban éltek. Belső ismeretség él bennük, olyan kohézió, amely egy többé-kevésbé meghatározható korhoz kötődik, meg az azt megelőző korhoz, amikor szintén ugyanazt a közös valóságot élték meg együtt.

— Álomélményeik tehát nem különböznek annyira egymástól, mint gondolnád. Az álomrendszerben bizonyos jelképek alakulnak valósággá, ugyanúgy, ahogy bizonyos ideák válnak anyaggá a fizikai rendszerben.

— Az álomrendszert ugyanolyan lelki egyetértés tartja össze, mint a fizikai rendszert. Ha az ember képes volna észrevenni a tárgyi valóságnak azokat az elemeit, amelyekben nem lehetséges egyetértés, ha az ember a megegyezés helyett a különbségekre tudná fordítani figyelmét, elcsodálkozna: hogyan juthat valaki egyáltalán arra

a gondolatra, hogy létezik akár *egyetlen* olyan fizikai tárgy is, amelyben egyetértésre lehet jutni.

— Elcsodálkozna, miféle kollektív téboly bírta rá az embert, hogy a gyakorlatilag végtelen káoszból kiválasszon egy maroknyi hasonlóságot, és világegyetemet alkosson belőle. Te ugyanígy csodálkozol a látszólag kaotikus álmovalóság láttán: hogyan állíthatom azt, hogy ez a zűrzavar koherens, érvényes, és viszonylagos állandósággal bír?

Az álmokat kaotikusnak és értelmetlennek véljük; ennek, azt hiszem, az az egyik oka, hogy csak töredékekre emlékszünk belőlük, és elfelejtjük az egységesítő tényezőket. Egy másik ok, hogy az álmoknak intuitív, asszociatív „logikájuk” van, amely tolmácsolásra szorul, és amelyben az idő, amennyire ezt tudni lehet, nem játszik szerepet. Seth szerint bizonyos álmok rendkívül egyszerűek; pusztán jelenbeli, megoldatlan problémákkal vagy eseményekkel foglalkoznak, de még ezekben is előfordulhatnak előző életekből való események.

Minden álombeli tárgy valójában két- vagy háromfedelű; más, mélyebb információk, adatok jelképe. A reinkarnációs információt magában foglaló álm például segíthet szembenéznünk valamely jelenkori problémával, mert rávilágít szunnyadó belső képességeinkre. Nekem volt két igen eleven reinkarnációs álmom. Az egyiket nem sokkal az első ülés után álmodtam, és eléggé megijesztett; attól féltem, hogy

előrevetített valami későbbi eseményt. Álomban vénvéges vénasszony voltam egy nagyon szegényes, sivár kórteremben. Rákban szenvedtem, haldokoltam, és tudtam ezt, de egy csöppet sem féltem. Mellettem egy öregember szintén meghalni készült. Nyugtattgattam, mondtam, hogy ne féljen, ott leszek mellette, és segíteni fogok. Aztán meghaltam, de ez a tudatomban nem okozott változást. Segítettem az öregembernek elhagyni a testét, és folyton azt duruzsoltam neki, hogy nincs semmi baj, minden rendben van.

A következő Seth-ülésem szóba hoztuk ezt az álmot. Seth elmondta: ez arra a halálomra vonatkozik, amikor a múlt században médium voltam Bostonban. Az előző üléseken adott már információt arról az életéről, most pedig elárulta, hogy ezúttal nem rákban fogok meghalni. (Ez taktikai hiba volt a részéről, mert már jó ideje megpróbált rávenni, hogy szokjak le a cigarettáról, én meg nem hallgattam rá. Sosem próbált rám parancsolni, csak annyit mondott, hogy ez a szokásom nem tesz jót az egészségemnek, sem a fejlődésemnek nem mozdítja előre.)

A másik álom még ennél is elevenebb volt, és igazán élvezetes. Nem tudom, mikor éreztem magam ennyire jól — éber állapotban bizonyosan nem. Seth javaslatára elalvás előtt azt mondtam magamnak, hogy olyan álmot fogok álmodni, amely reinkarnációs múltamról nyújt további felvilágosítást. Akkoriban nem hittem még

igazán a reinkarnációban, de azt mondtam Robnak: — Végül is, mit veszíthetek? Megpróbálom. — Többször elmondtam magamnak a szuggesztiót, aztán elaludtam.

Ebben az álomban Rob és én együtt szerepeltünk; mindketten harminc felé közeledő férfiak voltunk. Nagyon jól tudtam, hogy egy későbbi életünkben Rob és Jane lesz belőlünk, bár testi hasonlóság nem mutatkozott. Rob például sötét hajú és kreol bőrű volt, ma pedig a haja is, a bőre is világos tónusú. Mindketten törökös, buggyos nadrágot viseltünk, a bokánál szorosan megkötve. A nevünkre nem emlékszem.

Az álom azzal kezdődött, hogy beléptünk egy hatalmas terembe. Hasonló ruhába öltözött férfiak csoportja ült körben a padlón, tarka párnákon. A kör közepe üres volt. Egy korábbi életemből ismertem mindegyiket: akkor a vezetőjük voltam, és nagyon fiatalon haltam meg. Ők megöregedtek, én viszont újjászülettem. Most azért voltam itt, hogy beválsam ígéretemet, miszerint visszatérek hozzájuk. Jól tudtam, hogy ebben az új testben nem fognak felismerni.

Előadtam történetemet, ők udvariasan végighallgattak. Szószólójuk ezt válaszolta: vezetőjük annak idején megígérte nekik, hogy amikor visszatér, végrehajt egy cselekedetet, amely segít majd személyét azonosítani. Felkért: bizonyítsam be tetteimmel, hogy valóban az ő személyisége vagyok, és készen állok arra, hogy átvegyem a helyét. Összemosolyogtunk Robbal: számítottunk volt erre a próbatételre.

A terem közepe üres volt, csak néhány alacsony asztal állt ott. Rob kérte, vigyék ki ezeket a próba idejére. Ez megtörtént, és a párnákon kuporgó férfiak közelebb húzódtak. Társam mögöttem állt. Néhány könnyed, pattogó tánclépést tettem, ami valahogy szertartásosnak tűnt, azzal elhagytam fizikai testemet. Az lerogyott a földre; társam óvatosan félrehúzta.

Asztrálestemben átrepültem a termen, a magas mennyezet kupolája alatt. Nevettem, mert nagyon jó tréfának tetszett, amit műveltem: alacsonyan rárepültem a párnákon ülő férfiakra, és sorban levertem a turbánjukat. Társam egy madártollat adott át nekem — ő bizonyára tisztán láthatott engem, én pedig képes voltam fizikai tárgyakat megfogni, megmozdítani. A tollal együtt többször ide-oda repültem, így az öregek a tollat követve tekintetükkel, figyelemmel kísérhették röppályámat a fejük felett.

Társam egész idő alatt hangosan kacagott, és én is csodálatosan éreztem magam. Végül visszatértem testembe, és üdvívalgás közepette talpra álltam. A többire alig emlékszem. Tudom, hogy nőket hoztak, de egy legyintéssel, mosolyogva elküldtük őket, mert inkább régi társainkkal akartunk beszélgetni. Mindannyian sötét bőrűek voltunk.

Az első ülésen Seth említette, hogy élt valaha török férfi testében, de önmagunkkal kapcsolatban nincs ilyen ismeretünk. Saját előző életeink sorában kü-

lönben is sok betöltésre váró hézag tátong, mert amíg nem hittem a reinkarnációban, megkértem Robot: reinkarnációval kapcsolatban ne kérdezzen. Ráadásul, ha Seth ilyen adatokat adott, az annyira felkavart, hogy Seth úgy dönthetett: jobb, ha egy időre felhagy ezzel. Ha Seth az egymást követő ülések egy sorozatát valamely témának szenteli, nem szívesen szakítjuk meg az anyag folyamatosságát, hogy valami másról kérdezzük, és különben is megtanultuk, hogy Seth végül a lehető legtöbb kérdésünkre megadja a választ.

Jelenlegi tudomásom szerint ez a török inkarnáció volt az egyetlen egzotikus, színpompás életem. A bostoniról Seth azt mondta, hogy eléggé szürke volt. Médiumként nem lettem híres, az üléseket részben azért tartottam, hogy segítsék másokon, részben azért, hogy megéljek. Ugyancsak fegyelmezetlen és szeszélyes voltam — ezeket a hibákat a jelenlegi életemben próbálom kijavítani. Azt hiszem, ez az álom arra figyelmeztetett, hogy voltam valaha hatalmi helyzetben, így nem kell tartanom a felelősségtől, sem saját képességeimtől. Seth állítja, hogy sokan álmodnak előző életeikről, és gyakran csak azért nem emlékeznek rá, mert magának az álomnak a jelentőségét nem ismerik fel.

De mi a helyzet a hellyel, ahol az álom történt: azzal a kupolacsarnokkal? Az mennyire volt valóságos? Mennyire valóságosak a helyek, amelyeket álmunkban látogatunk meg? Seth erről a következőket mondta: — Azt hiszed, csak akkor vagy

tudatos, ha ébren vagy. Úgy képzeld, az alvás öntudatlanság. Az éber elme valóban cinkelt kártyákkal játszik. De egy pillanatra képzeld el, hogy ezt a helyzetet a másik oldalról nézed.

— Képzeld el, hogy az álom állapotában vagy, és az éber lét és tudat problémájával foglalkozol. Abból a szemszögből teljesen más a kép, hiszen a valóságban tudatos vagy akkor is, amikor alszol.

— Számodra azok a helyek, amelyeket álmodban látogatsz meg, ugyanannyira valóságosak, mint most a fizikai valóság helyei. Ne beszéljünk többet tudatos és öntudatlan Énről. *Egyetlen* Én van, amely figyelmét különböző irányokba összpontosítja. Az ébrenlét állapotában a fizikai valóságra. Álomban a figyelem egy másik dimenzióra összpontosul.

— Az ébrenlét állapotában kevés álombeli helyre emlékszel, de álmodban is kevés emléked van a tárgyi valóságról. Amikor a fizikai test az ágyban fekszik, hatalmas távolság választja el attól az álombeli helytől, ahol az álmodó Én tartózkodik. De ennek a távolságnak semmi köze sincs a térhez, mert az álombeli hely ugyanabban a szobában létezhet, ahol a test alszik.

— Az álombeli helyek nem „fedik le”, mondjuk, az ágyat, a szekrényt, a széket. Ugyanazokból az atomokból és molekulákból állnak, mint amelyeket éber állapotodban ágyként, szekrényként, székként érzékelsz. Ne feledd: a tárgyak a te érzékelésed

eredményei. Az energiából formákat alkotsz, ezeket aztán tárgyaknak tekinted és használod. De ha nem arra a dimenzióra állítod a fókuszot, amelyben a tárgyakat megalkottad, akkor a tárgyak haszontalanok.

— Bizonyos álomállapotokban ugyanezekből az atomokból és molekulákból megteremtéd a környezetet, amelyben működni fogsz. Miközben álmodsz, nem találsz az ágyat, a szekrényt meg a széket, és ébren nem találod azt az álombeli helyet, ahol pillanatokkal előbb jártál.

Mindez nem jelenti azt, hogy néha nem hagyjuk el testünket álmunkban, és nem utazunk asztráltestünkben más, a tárgyi valóságban létező helyekre. Seth szerint gyakran tesszük ezt, akár emlékszünk rá, akár nem. Némelyik hallgatómnak például gyakran van testen kívüli élménye mind éber, mint alvó állapotában, és több ilyen alkalommal találkoztak velünk itt, a nappali szobában.

Seth elmondta: ez sokkal előbb előfordulhatott, mint hogy ilyen élményem lett volna, vagy mielőtt olvastam volna ezekről. De Seth gondolatai az éber és az álombeli állapot közötti kölcsönhatásról igazán lebilincselőek.

— Említettem a keresztrefeszítést. Azt mondtam róla, hogy érvényes és valóságos volt, jöllehet nem a ti fizikai időtökben zajlott le. Olyan időbeliségben történt, amelyben az álmok történnek, és valóságosságát nemzedékeken keresztül érezték.

Mivel nem volt megragadható valóság, ezért a fizikai anyag világát oly mértékben befolyásolta, ahogyan egy tisztán fizikai esemény sohasem lenne képes.

— A keresztrefeszítés valósága egyszerre gazdagította az álmok világát és az anyagi világot, és az álmok, a mítoszok, az ideák világából származott. Annak a rendszernek ez volt a legjelentősebb adománya a tiétek számára; az anyagi valóságból vett hasonlattal élve egy új égitest születéséhez mérhető.

Seth itt nem azt állítja, hogy a keresztrefeszítés „csak álom”. Azt állítja, hogy jöllehet *történelmileg* nem történt meg, egy másik valóságban a maga teljességében végbement, és az emberi történelembe *ideaként* került át, nem fizikai eseményként — olyan ideaként, amely megváltoztatta a civilizációt. (Seth szerint persze az idea mindeképpen esemény, akár materializálódik, akár nem.)

Seth így folytatja: — Krisztus mennybemenetele nem a ti általatok értelmezett időben történt meg. Ez is az álmok világának hozzájárulása a ti fizikai rendszeretekhez, és azt a tudást jelképezi, hogy az ember független az anyagtól.

— Sok elmélet és találmány egyszerűen kívárja az álmok rendszerében, amíg valamelyik ember a fizikai valóság síkján elfogadja lehetőségként. A fantázia az éber állapotban lévő ember kapcsolata az álmrendszerrel. A képzelet gyakran merít az álomadatokból, azért, hogy a mindennapi élet körülményei között felhasználja őket.

— Az álmvilágban máris léteznek tehát olyan fogalmak, amelyek idővel tökéletesen át fogják alakítani a fizikai világ történelmét, de ha tagadják az ilyen fogalmak létezésének lehetőségét, az késlelteti a hatásuk kibontakozását.

Volt néhány olyan Seth-ülés, amelyen megtudtuk, pontosan hogyan is alakítjuk álmainkat, miféle anyagok, vegyületek gyűlnek fel bennünk éber állapotban, és bomlanak le álomalkotás közben. Más ülések az álomvalóság elektromágneses összetételével foglalkoztak. És mindezekon végigvonul az a határozottan érvényesülő elv, amelyet az álombeli élet „objektivitásának” nevezhetünk.

Seth először ahhoz adott útmutatást, hogyan lehet emlékezni álmainkra. Ezt követőleg elmondta, álmodás közben miként ébreszthetjük fel kritikai képességeinket, és miként vetíthetjük ki tudatunkat a testünkből, az álmot valamiféle kifutópályának használva. Mindig boldogan próbáltam ki a Seth által ajánlott kísérleteket, és ez ma sincs másként. Az ebből keletkező személyes élmény szubjektív bizonyítékot adott Seth nézeteire, de nemcsak erről van szó: szeretem magam megtapasztalni a dolgokat.

Vegyünk egy példát. Egy napon reggeli után visszafeküdtem, hogy kipróbáljam az álomból kiinduló kivetítést. Ez egyszerűen ennyit jelent: néha felismerem, hogy álmodom, a normális, „éber tudatomat” beviszem az álmhelyzetbe, és ott arra használom, hogy máshová vetítsem a tudatomat. Amikor ezen a reggelen idáig eljutottam,

éreztem, hogy elhagyom a testemet, de közben végig tudatában voltam annak, hogy biztonságban, kényelmesen fekszem az ágyban, zárt ajtók mögött.

Oly gyorsan utaztam a levegőn át, hogy minden elmosódott előttem. Végül egy különös város utcáján találtam magam. Elhatároztam: kiderítem, hol járok, és utcanévtáblát keresve elindultam, hogy megkerüljem a háztömböt. Nagy üzletek és szállodák voltak a környéken. Két utcanévtáblát találtam; úgy döntöttem, hogy bemegyek az egyik szálloda előcsarnokába. Itt egy könyvesboltra bukkantam; körüljártam a polcok között. Az ESP témakörében három könyvet találtam Jane Robertstől; akkor, 1967-ben, amikor ez az élmény történt, még csak egyet írtam.

Meglepődve újból körülnéztem. Minden normálisnak tűnt. Akárhol legyek is, ez anyagi, fizikai hely. Valami arra készítetett, hogy fölnézzek. Egy fiatalember vigyorgott rám, mint a macska, ha sikerült elkapnia a kanárit. A bolt egyik eladója volt, most figyeltem fel rá, hogy az eladók mind nagyon fiatalok, és mindegyik engem figyel.

Nem tudtam, mit tegyek, mit mondjak. — Kérem, én igazából testen kívüli állapotban vagyok. Ez csak egy asztrálprojekció! — Sohasem hinnék el nekem. De mi van azzal a három könyvvel, amelyeken az én nevem áll, és mitől mosolyog ez az eladó olyan jelentőségteljesen?

— Izé... Ezeket a könyveket még nem láttam — mondtam.

— Nem csodálom. Ahol él, ott még nem írta meg őket — felelte a fiatalember. Azzal fölnevetett, de barátságosan, nyíltan, és a többiek is nevetni kezdtek.

— Hol vagytok? — kérdeztem.

Megmondta, aztán hozzátette: — De felejtse el. Vagyis hát úgysem fog rá emlékezni.

— Dehogynem. Begyakoroltam.

— Még nem elég képzett hozzá — mondta egy másik eladó. Én meg nagyon mérges lettem. Akár asztrálprojekció, akár nem, ezek itt én rovásomra szórakoznak.

— Figyeljen ide — mondtam. — Én most az asztráltestemben vagyok. A fizikai testem otthon van az ágyban.

— Tudjuk — mondta a fiatalember.

Megint a könyveken akadt meg a szemem. — Csak tessék — biztatott az eladó —, jegyezze meg a címeket. Sajnálom, de semmi hasznát nem veszi majd. Nem fog emlékezni rájuk. — Valamennyien együttérzéssel mosolyogtak.

— Már megjegyeztem két utcanévet — mondtam. — Biztos abban, hogy meg fogom írni ezeket a könyveket?

— Itt már meg is írta őket.

Akárki mondjon akármit, elhatároztam, hogy megjegyzek minden jellemző adatot: neveket, utcátáblákat, a főútvonalak számát. Az eladó felajánlotta, hogy körbevezet; megmondtam neki, hogy mindenképpen fel akarom fedezni ezt a helyet. A fiatalember nagyon kedves volt. Beszélgettünk, ő közben érdekes látnivalókat mutatott a városban, és közben figyelmeztetett, hogy nem fogok emlékezni semmire.

Aztán, minden átmenet nélkül, azt éreztem, mintha elhúzna onnan valami. Egy nagyon erős, süvítő hangot hallottam, és megint a testemben találtam magam. Úgy éreztem, hogy rászedtek. Általában nehéz visszakerülni ugyanarra az álombeli helyre, de most annyira felbosszankodtam, hogy visszakívántam magam. Nem sok értelme volt. Ugyanazon a sarkon „szálltam le”, de a fiatalember nem volt sehol. Akkor elindultam, hogy megkeressem a szállodát. Akár meg is esküszöm rá, hogy háromszor jártam körül a háztömböt, és a többi épületet felismertem, de szállodát nem találtam meg. Végül visszatértem a testembe.

Természetesen megkérdeztük Sethet erről az élményről. Ő általános érvényű információt adott arra nézve, hogy mire számíthatunk az álomból kiinduló projekció állapotában.

— Az álomvalóságban létezik forma — mondta —, de a forma elsősorban a lelki energiában rejlő lehetőség. A lehetséges forma már jóval fizikai materializációja előtt létezik. A ház, amelyben öt év múlva lakni fogtok, a ti fogalmaitok szerint talán

még nincs is meg. Lehet, hogy még meg sem épült, ezért fizikailag nem érzékelitek. De annak a háznak mégis van formája, mégis létezik a tág jelenben.

— Az álomvalóság bizonyos szintjein érzékelni lehet az ilyen formákat is. Az álomvalóságban sok olyan jelenséggel is kapcsolatba kerülhettek, amelyekkel általában nem kell foglalkoznotok. Azokban a projekciós kísérletekben, amelyeket terveztek, ez az információ nagyon hasznos lehet. Szeretném ismertetni veletek, legalább vázlatosan, hogy mire számíthattok.

— Amikor a tárgyi valóságban működtök, aránylag egyszerű szabályok rendszerre áll rendelkezésetekre mint korlátozó tényező. Az álomvalóságban több szabadságotok van. Az ego nincs jelen. Az éber tudat, kedves barátaim, nem azonos az egóval. Az ego az éber tudatnak csupán az a része, amelyik a tárgyi világban való működéssel foglalkozik.

— Az éber tudatot be lehet vinni az álomállapotba, az egót viszont nem, mert nem lévén tapasztalata, eltévedne, és azonnali kudarcot okozna. Kísérleteitekben sokféle körülményt fogtok tapasztalni, és kezdetben, amíg az irányítást meg nem tanuljátok, nehéz lesz különbséget tenni közöttük. Lesz, amin tudtok változtatni, lesz, amin nem. Bizonyos álombeli helyeket ti magatok alkottok, mások ismeretlenek lesznek. Ezek más valóságdimenziókhoz tartoznak, de véletlenül betévedhettek oda is.

— Az álmodó számára lehetséges más csillagrendszereket meglátogatni, a múltban, a jelenben, a jövőben, a ti fogalmaitok szerint. Az ilyen látogatások általában töredékesek és spontán módon jönnek létre. Ez jobb is, ha így marad. Használd ki őket, ha előadódnak, de magad ne próbálkozz ilyen kalanddal, mert bonyodalmak léphetnek fel.

Ülések egész sora foglalkozott az álomállapotból kiinduló tudatkivetülés módszereivel és feltételeivel. Seth azt mondja: néhány ízben ő maga segített nekem a kivetítési kísérleteimben, én azonban egyszer sem vettem észre. Sosem álmodtam Sethről; szerintem ez elég furcsa. Az viszont gyakran előfordul, hogy az éjszaka közepén egyszer csak felébredek, és azt érzem, hogy Seth-ülés volt. Fejemben hallom még Seth szavainak visszhangját. Ahhoz tudnám hasonlítani ezt a jelenséget, mintha olyan rádióállomásra hangolódtam volna, amelyet nem lenne szabad hallgatnom, mert amikor figyelni kezdek a szavakra, a fejemben kattán valami, és az „adó” kikapcsol. Két ilyen esetben előfordult, hogy eleget sikerült meghallanom a szavakból: tudtam, mi hangzik el, és kinek az érdekében tartja Seth az ülést. Később ez a két ember elmesélte, hogy álmukban Seth beszélt hozzájuk rajtam keresztül, és ezt ugyanazon az éjszakán álmodták, amikor azt az élményt tapasztaltam. Én semmit sem mondtam nekik, a történeteikről maguktól számoltak be.

Seth szerint vannak közös és tömeges álmaink is. Ezek mindennapi életünk stabilizálásához járulnak hozzá. Személyesek, egyéniek-e álmaink? Úgy látszik, kevésbé, mint hinnénk. Seth a 254. ülésen a következőket mondta:

— A tömeges, közös álmok bizonyos területén az emberiség közösen foglalkozik a politikai, társadalmi szerkezet problémáival. A megoldások, amelyekhez az álomvalóságban eljut, nem mindig esnek egybe azzal, amit a fizikai valóságban elfogad.

— Az álombeli megoldások azonban ideaként fennmaradnak. Tömeges álmok nélkül például nem létezhetne az ENSZ. Fejlődéseket jelenlegi szakaszában fontos, hogy szelekció működjék. Ha tudatában volnátok a felétek özönlő telepatikus hatások állandó zuhatagának, most még nagyon nehéz volna megőrizni identitástokat. A közös álmok ezért rendszerint mélyen a tudat alatt húzódnak meg. Ahogy a tapasztalatok során át az identitás érzése erősödik, automatikusan kiterjed, és átfog más valóságokat is, amelyekben hatni tud.

— Amikor másokról álmodsz, ők tudnak erről. Amikor más álmodik rólad, arról neked is tudomásod van. A jelenlegi körülmények között azonban semmi haszna sem volna, ha ez a tudás az éber tudatban is megjelennék.

Seth ezen az ülésen beszélt John F. Kennedyről, és említett néhány összefüggést a faji problémák és az álmok között.

— Mint tudjátok, sokan előre megálmodták Jack Kennedy halálát. Egy bizonyos szinten ez az információ maga Kennedy számára is hozzáférhető volt. Ez azonban nem jelenti azt, hogy a halála *szükségszerűen* következett be. Csupán eleven lehetőség volt. A halála egy volt sok különböző probléma sok különböző megoldása közül. Jóllehet nem a legmegfelelőbb megoldás volt, abban az időben, a tárgyi valóságban az ember nem juthatott ennél közelebb a legmegfelelőbb megoldáshoz.

Seth azzal folytatta, hogy az álom teljes érzelmi intenzitását nagyon ritkán tudjuk felidézni. Aztán röviden arról beszélt, hogy a kollektív álmok alkalmasak történelmi fordulatok előidézésére.

— Azok, akiket érint a jelenlegi faji helyzet, egyénenként és kollektíven arról álmodnak, hogy változtatnak rajta. Álmaikban megélik a változás különböző módzatait. *Ezek az álmok valóságosan segítenek abban, hogy a változás bekövetkezzék.* Az álmok energiája és iránya segít majd megváltoztatni a helyzetet.

Több könyvet írhatnék arról, hogyan magyarázza Seth az álmokat. A Seth-szövegek szerint lelki fejlődésünk és növekedésünk, tanulási-tapasztalási folyamataink mind összefüggnek álmainkkal. Az álmokban más létezési szintekre látogatunk el, sőt elsajátíthatunk olyan képességeket is, amelyekre szükségünk van. Vannak egészen határozott elektromágneses és élettani kapcsolatok, amelyek ilyenkor egyesítik tudati szintjeinket, és Seth részletesen ismertette is ezeket.

Álmaink segítségével megváltoztatjuk a tárgyi valóságot is, és mindennapi tapasztalataink kihatnak álombeli élményeinkre. Állandó kölcsönhatás működik. Amikor álmodunk, tudatunk egy másik fajta valóság felé irányul, amely épp annyira eleven, mint az éber életünk. Álmainkat elfelejtethjük, mégis hozzánk tartoznak, még akkor is, ha nem vagyunk teljesen tudatában valóságosságuknak.

Seth szerint sok más valóságrendszerben is működünk anélkül, hogy az éber ego tudna róla. Nemcsak anyagból és antianyagból álló valóságrendszerek léteznek, hanem végtelen számú köztes valóság is. Léteznek eszerint „lehetséges valóságok”, amelyekben azokat az utakat járjuk, amelyek a földi életben nyitva álltak előttünk, de nem léptünk rájuk.

Seth azt mondja: — Az álomélményt közvetlenül a belső Én éli át. Az álmoknak, mint mondtam, elektromos valóságuk van. Ezen az elektromos valóságon belül a dolgok nemcsak, hogy az álmodótól függetlenül léteznek, hanem megfogható formákat is öltenek, jöllehet ezeket a formákat nem az átlalatok ismert anyag tölti ki.

Seth sokszor elmondta, hogy minden tapasztalat elektromos kódként benne van a sejtjeinkben, de nem függ a sejtektől. Ugyanez vonatkozik az álombeli tapasztalatokra. Seth így folytatja: — Az ember gondolatai és álmai messzebbre hatnak, mint gondolja. Több dimenzióban léteznek, és hatást gyakorolnak olyan világokra is, amelyeknek a létezéséről sem tud. Létezésük éppoly konkrét, mint egy betonépület.

Sok rendszerben, sokféle formában megjelennek, és ha létrejöttek, nem vonhatók többé vissza.

— Az álom elektromos valóságának dekódolása úgy megy végbe, hogy hatása nemcsak az agyban, hanem a test legtávolabbi részein is észrevehető. A tudat által rég elfelejtett álmélmények kódja mindörökre megmarad a fizikai szervezet sejtjeiben. A sejteken belül léteznek, az egyén többi élményével együtt. A sejtben változást idéznek elő. Ezek az elektromosan elkódolt jelek a teljes élménykészlet megfelelőjévé állnak össze, és ez a minta már független a tárgyi valóságtól.

Más szavakkal: álmainknak, csakúgy, mint személyiségünknek, megvan a maguk halhatatlansága. Seth így beszélt erről: — Minden egyén a születésétől fogva építi, formálja saját megfelelőjét a folyamatos, egyéni, beépített elektromos jelekből, amelyek magukban foglalják álmait, gondolatait, vágyait és tapasztalatait. A fizikai halál után a személy a fizikai formától elválva létezik tovább.

15.

LEHETSÉGES ÉN — LEHETSÉGES VALÓSÁGRENDSZEREK

1969 júniusában komolyan megriadtunk, amikor Seth kijelentette: lehet, hogy Rob egyik „lehetséges Énje” meglátogat bennünket. Akkoriban még fogalmunk sem volt arról, mi az a lehetséges Én, bár Seth korábban használta már egyszer-kétszer ezt a kifejezést. Tehát mi a lehetséges Én? Seth szerint más valóságokban mindannyiunknak megvan a megfelelő párja, másodpéldánya. Ez nem azonos Én, nem is ikertestvér, hanem másik Én, amely része entitásunknak, aki másképpen fejleszti képességeit, mint mi.

Ezek a lehetséges személyiségek távolabb állnak tőlünk, mint reinkarnációs Énjeink. Inkább olyanok, mint távoli rokonok, akiken észrevehetők a családi vonások. Annak az információnak alapján, ami addig birtokunkban volt, annyit tudtunk, hogy némelyiknek ezek közül más érzékelési módok állnak rendelkezésére, mint nekünk.

A mi rendszerünkben például Rob festőművész. Pár évvel ezelőtt készített néhány anatómiai rajzot, és egészen meglepődött, milyen tehetsége van hozzá; mennyi-

re kezére állnak az orvosi eljárások és kifejezések, pedig amikor elkezdte a munkát, még semmit sem tudott ezekről. Rob minden rajza és festménye tudományos díjakhoz segítette az orvosokat, akik az illusztrációkat megrendelték. A 487. ülésen Seth elmondta Robnak, hogy egy másik valóságrendszerben Rob egyik lehetséges Énje orvos, aki hobbiból festeget. Ezért ment oly könnyen Robnak az anatómiai rajz! (Az orvos számára természetesen Rob a lehetséges Én.)

Seth aztanap sokat mesélt erről az „emberről”; azt is elmondta, milyen módszerekkel kísérletezik, hogy felvegye a kapcsolatot ezzel a valósággal. Seth így mesélte: — Az anyagnak tulajdonképpen végtelen a változatossága még egyetlen, *általatok* térnek nevezett kereten belül is. A fizikai érzékszervekkel természetesen sohasem érzékelheted a többi rendszert. A kiművelt, magas fokra fejlesztett belső érzékek segítségével mégis lehet ilyen felfedezőutakat tenni. A te barátod (lehetséges Éned) már fejlettebb — az ő rendszere fejlettebb, mint a tiéd.

— Ugyanúgy, ahogyan a gondolatokat átküldheted a téren, ugyanúgy lehet az egyéni tudatot átküldeni más valóságrendszerekbe, más dimenziókba. Ahogyan egy növény magja száll a levegőben, úgy utazhat keresztül az egyéni tudat ezeken a rendszereken, de közben védelemre van szüksége. Bizonyos szerek biztosíthatják ezt a védelmet. [Ez az a módszer, amelyet Rob lehetséges Énje használ, amikor kivetíti magát saját lehetséges rendszeréből.]

— Ezek a szerek amolyan időkapszulaként működnek: egyes periódusokra elzárják az ingerek útját, aztán pedig, amikor elérkezett a célállomásra, serkentőt injektálnak. A folyamat rendkívül sokrétű és bonyolult. Az injekciót a fizikai testbe adják be, és az elmére hat. A tudat testen kívüli élményt él át. Az idegrendszer védve van a sokkhatástól, mert a tudat ebben az esetben oly gyorsan utazik, hogy megszabadhat a kapcsolat közte és a test között.

— Bizonyos injekciók, amelyeket ekkor kap az agy, abban segítenek, hogy a tudat elhagyja az agyat: energiaforrásként, mintegy táplálékként hatnak. De ez csupán az egyik módszer. A szer meghatározott időtartamokra rendkívüli intenzitást kölcsönöz a tudatnak; minden szellemi képesség felgyorsul. Az ilyen periódusok között azonban önkívületi állapot, eszméletvesztés lép fel. Ennek biztonsági szerepe van.

— Az eszméletlen időszakban az agyba adott injekció táplálékot, energiatöbbletet juttat az agynak azokba a területeibe, amelyek részt vesznek a tudat kivetítésében. Következésképpen, jóllehet a lehetséges Éned esetleg itt van karnyújtásnyira, néha ezt az áramszüneti-táplálkozási állapotot éli meg.

— A te idődben a felfokozott tudatállapot periódusai körülbelül három napig tartanak, ezt a körülményektől függően mintegy másféltől négy napig terjedő paszszív időszak követné. Ebben benne van a tudati energia átvitele a megszokott rendszerből az idegenbe, és bizonyos, többé-kevésbé automatikus változtatásokat kell

végrehajtani rendszerről rendszerre, beleértve a tudati rezgések változtatását is, mivel a különböző rendszerekben mások a normák.

— Léteznek másféle elmebeli beidegződések is, mint amelyeket a tudósaitok fölfedeztek. A szerek segítenek megváltoztatni ezeket, ha szükséges. Ha egy rendszerbe való belépéskor vagy a rendszer elhagyásakor nem változtatnák meg ezeket az agyi mintákat, a tudat, legalábbis elméletben, bármelyik rendszerben csapdába eshetne: gyorsítás-lassítás, de mentálisan.

Az ülés után, amikor Rob felolvasta, mit mondott Seth, percekig csak bámultunk egymásra. — *Lehetséges*, hogy van egy lehetséges Éned — mondtam végül nevetve.

— Ez nem új gondolat — felelte Rob. — A tudósok már felállították egy lehetséges, alternatív világegyetem elméletét.

— De Seth azt állítja, hogy végtelen számú létezik ezekből, ha jól értem — mondtam. — Amellett más dolog elméleteket fabrikálni lehetséges Énekről, és más dolog arra gondolni, hogy az egyik esetleg meglátogat.

— Én készen állok — mondta Rob, és készen is állt. A következő hetekben Seth útmutatása alapján gyakorlatokat végzett a pszichológiai idővel, és megpróbált intuitív módon felfigyelni mindenre, ami szokatlan. Közben volt egy másik ülésünk is, amelyre Rob jó néhány kérdéssel készült. Abból, amit Seth mondott nekünk, ez a

lehetséges Én egy bizonyos Dr. Pietra. Az ő valóságrendszerében idősebb ember, mint Rob ideát, és jöllehet sokat foglalkozik a festészettel, ezt a tevékenységét alárendeli az orvosi praxisnak.

— A festészet terápiás felhasználását kutatja — mondta Seth. — Nemcsak úgy, hogy a betegek festenek, és e tevékenységük része a terápiának. Ő azzal a gondolattal foglalkozik, hogy bizonyos festményeknek *önmagukban* gyógyító hatásuk van. — Seth azzal folytatta, hogy — Egyes festmények összegyűjtik és irányítják a szemlélő gyógyító képességeit. A festő szándéka beépül az általa alkalmazott anyagokba és a festménybe.

— Dr. Pietra tudja, hogy én létezem? — kérdezte Rob.

— Tud a létezésed lehetőségéről — felelte Seth. — Hisz abban, hogy létezik egy lehetséges Énje, és törekszik rá, hogy ellátogasson ebbe a lehetséges világegyetembe. Arról persze nincs fogalma, hogy te esetleg számítasz a látogatására, vagy hogy esetleg tervezed a vele való találkozást. Két társával maga is részt vett a szer kidolgozásában.

— Képes lesz a saját rendszerében is működni, míg távol van. A te lelki állapotod és fogékonyságod ereje eljut hozzá, és irányító fényként működik majd, ezt fel fogja ismerni. Személyiségetek rokon vonásai megtisztítják majd a csatornákat ket-

tőtök között. Az átjáró természetesen nem anyagi, bár az anyagi részecskék rendszere játszik bizonyos szerepet.

— De fogom látni őt fizikailag? — kérdezte Rob. — Tegyük fel, hogy sikerül felvennünk egymással a kapcsolatot: tudok majd erről egyáltalán?

— Vizuálisan észlelni fogod — vagy tökéletesen tárgyiasult formában, vagy úgy, mint egy különösen eleven belső képet. De ez nem elég: telepatikus belső kapcsolat lesz közöttetek. Tudod: ő is vizuális típus. Lehet, hogy képeket mutat majd az ő valóságrendszeréből. Lehet, hogy projekció segítségével magával visz téged, és onnan láthatod majd a saját rendszeredet; villanások sorozatában tisztábban láthatod majd Ruburt és a magad életét.

— De mikor lesz itt, a mi fogalmaink szerint? — kérdezte Rob sietve, mert az ülés már a vége felé közeledett.

— Úgy becslem, körülbelül hét óra múlva a ti rendszeretekbe érkezik, akár észreveszed, akár nem. A szernek lehet olyan hatása, hogy felerősíti a képmás színeit, ezért ne lepődj meg, ha sárgás vagy lilás elszíneződést tapasztalsz. Bizonyos okok miatt, amelyeket ma este nem beszélhetünk meg, a kísérleteket most néhány héten keresztül végzik, aztán abbahagyják addig, amíg nálatok el nem jön az őszi. Szerepet játszik ebben a sejtszerkezet vezetésképesége és az, hogy ebben az időszakban milyen a légkörötök állapota.

Ezt az ülést 1969. június 9-én tartottuk. Seth elismételte, hogy a kapcsolatfelvételt megkönnyítik majd a pszichológiai időgyakorlatok. (Ezekről a paranormális képességek fejlesztéséről szóló fejezetben lesz szó.) Rob ezen a héten többször elvégezte a gyakorlatokat, de tudomása szerint nem került kapcsolatba Dr. Pietrával. Június 16-án Seth azzal lepett meg, hogy kijelentette: kétszer is létrejött a közeli kapcsolat.

— A történetek lényege, hogy rövid időre a tudatosnál mélyebb szinten összeolvadtak a személyiségjegyek — mondta Seth. — Egyikőtök sem tudta, mit tegyen ebben a helyzetben. Attól féltetek, hogy eltorzítjátok saját identitásotokat, és megijedtetek a köztük mutatkozó hasonlóságoktól. Holott épp ezek a hasonlóságok tették lehetővé ezt a csekély kapcsolatot.

— Mikor történt ez? — kérdezte Rob.

— Egy olyan alkalommal, amikor gondolataid egy érintő mentén elkanyarodtak. Azt hiszem, éppen egy emberi test belső szerveit ábrázoló belső kép volt benned, vagy egy olyan gondolat, amelynek köze volt a belső szervekhez. Ekkor érzékelted mélyebb szinten Dr. Pietra jelenlétét.

Rob valóban arcképeken és emberalakokon dolgozott, tehát ez az információ mondott neki valamit. A test belső részeivel kapcsolatos, intenzív belső képre azonban nem emlékezett; kijelentette viszont, hogy valóban gondolt zsigerekre — erről a

tényről én nem tudhattam. Seth azzal folytatta, hogy a teljesebb kapcsolat még mindig lehetséges. — Habár — tette hozzá — Dr. Pietra összpontosítása nem szilárd, és jelenlétének intenzitása ingadozó.

Seth mondott még egyet-mást a szerekről is, amelyeket Pietra használ kísérleteiben. Ezek gondoskodnak arról is, hogy a tudat ne túl gyorsan térjen vissza a testbe. Kijelentette: léteznek módszerek, amelyekkel „a túloldalon figyelik a relatív viselkedést és az utazó tudat állapotát. Komoly veszély esetén visszavonják a tudatot, ennek azonban igen nagy a kockázata.”

Ha bárkiben kételyek merültek volna fel, kijelenthetem: ez a lehetséges valóságrendszer Seth szerint éppoly valóságos, mint a miénk. Lakói számára ugyanúgy fizikai anyagból épül fel, és ugyanúgy végtelen számú rendszer és univerzum van az anyag és az antianyag között. Pietra rendszerében az emberek a feltevések szintjén már foglalkoztak a lehetséges univerzumok létezésével, és Pietra egyike az első felfedezőknél, főként kimagasló orvosi képzettsége miatt.

A fenti szemelvényekből kiderül: a lehetséges rendszerek közötti közlekedés módja a tudat kivetítése a testből, de ebben közrejátszik az orvostudomány, a fizika és még néhány diszciplína ötvözete. Korábbi kijelentéseiben Seth azt is megmondta, hogy a mi rendszerünkben a nagy távolságú űrutazást mentális, nem fizikai eszközökkel valósítják majd meg.

Ha igaz, amit Seth hangoztat, és léteznek lehetséges Énjeink; ha emellett ezen a bolygón is több létezést valósítunk meg, akkor mihez kezdjünk az egyetlen lélek fogalmával?

Az alábbiakban három ülés néhány részlete következik; Seth itt elmagyarázza, mi a különbség a fizikai esemény és a lehetséges esemény között, milyen viszonyban állunk a lehetséges valóságrendszerekkel. (Ne feledjük: Rob és Dr. Pietra két különálló egyén. Seth úgy magyarázza kettejük kapcsolatát, hogy rokonságban állnak, mint távoli unokatestvérek.) Először a teljes Én, a teljes identitás lényegét magyarázza el, és azt, hogy milyen összefüggésben áll ezzel a léttel meg a többivel.

A 231. ÜLÉS RÉSZLETEI: AZ ÉN ÉS A LEHETSÉGES VALÓSÁGOK

A mozgás akkor is mozgás, ha nem érzékeled; a lehetséges események akkor is események, ha nem érzékeled őket. A gondolatok is események, a kívánságok is, a vágyak is. Az emberi szervezet ugyanúgy reagál rájuk, mint a fizikai történésekre. Az álmokban félig tudatosan gyakran érzékelhetők lehetséges események. Ezt áthalláshoz vezet; ezt a kifejezést szándékosan használom, mert egy hasonlat erejéig a magánod lesz a példa.

A teljes Ént úgy képzeld el, mint egy mesterszalagot. A magnód négycsatornás. A mi magnónkon számtalan csatorna legyen. Mindegyik a teljes Én egy darabját jelképezi, mindegyik más dimenzióban létezik, mégis mindegyik része a teljes Éennek, a mesterszalagnak. Látod: nevetséges volna azt állítani, hogy a Mono 1-es csatorna érvényesebb, mint a Mono 2. A Mono 1-et tekintsük a jelenlegi Énednek.

Képzeld most el, hogy ezek az Ének megsokszorozódnak, mert van kettes, hármas, négyes, ötös, hatos Éned, és így tovább. Mármost a magnódon be lehet kapcsolni a sztereót. Így harmonikusan keverni tudod a különböző csatornákat, amelyek egyszerre szólnak. Itt elidőzőm egy kicsit, hogy jól megvilágítsam ezt a pontot; ritkán találkozom a sztereofóniával a maga tökéletes tisztaságában.

A sztereó hangzást ahhoz lehet hasonlítani, amit belső Ének nevezünk. Mindegyik Én a maga módján érzékeli az időt, a maga sajátos érzékeinek megfelelő módon. Amikor bekapcsol a sztereó hatás, az összhangban az egyes Ének felismerik egységüket. A különböző valóságok összeolvadnak a teljes Én közös felismerésében.

A teljes Én tehát képes ily módon egyszerre érzékelni önnön részeit, a látszólag különálló részek viszont elszigeteltnek és magányosnak tűnnek. Van ugyan kommunikáció köztük, de nem tudnak róla. A szalag maga az, ami valamennyi csatorna számára közös. Mármost a belső Én a hangmérnök, aki beállítja az arányokat, de a teljes Éennek (a léleknek) ismernie kell önmagát. Nem elég, hogy a belső Én tudja, mi

történik. A belső Ének előbb-utóbb egyetértést, összhangot kell teremtenie az egyidejű, szimultán Ének között.

A teljes Én mindegyik részének fel kell ismernie a többit. És ez nem olyan egyszerű ügy, mint a magnó esetében, hiszen a szalagok (az Ének) állandóan változnak...

A LEHETSÉGES ESEMÉNY ÉS A FIZIKAI ESEMÉNY KÖZÖTTI KÜLÖNBBSÉG

Vegyük például X eseményt. Ezt a lehetséges eseményt az Én különböző részei mind a maguk módján fogják érzékelni. Ha a te egód érzékeli, akkor fizikai esemény. Ha az Én más részei érzékeli, az ego nem tud róla.

Az esemény attól még valóságos, és változatos tapasztalatot hordoz. A teljes Én érzékeli a lehetőségeket, és hatnak is rá; eseményként érzékeli őket, akkor is, ha az ego elfogadja ezeket fizikai eseményként, és akkor is, ha nem. Az időbeli sorrend is változatos. Múlt, jelen és jövő — ezek csak az egód számára jelentenek valamit.

A belső Éned, mint tudod, a tág jelenben létezik. A tág jelen az az „idő”; amelyben a teljes Én létezik, de *az Én részei a saját időrendszerükben szerzik tapasztalataikat.*

Ebből már nyilvánvaló lehet, hogy ha az időélmény különböző, a pszichológiai alkatnak is különbözőnek kell lennie. Nézd meg például, milyen pszichológiai különbségek mutatkoznak már a tudatos és a tudatalatti között is...

Az ego nagyrészt abból meríti stabilitását, hogy visszatekint a „múltba”, és megtalál ott valamit önmagából. Az Én lehetséges részeinek nincs „múltbeli” élményük, amely identitás- vagy folyamatosságérzést adna nekik. Az állandóság fogalma, ahogyan azt az ego értelmezi, az Énnak e részei számára idegen és fölöttébb visszatekintő, mert merevséghez, rugalmatlansághoz vezet.

A hajlékonyság itt a kulcsszó — az Én önkéntes változása annak érdekében, hogy kipróbáljon minden lehetőséget. A tapasztalat képlékeny. Az alapvető azonosítás érzését az a dolog hordozza, amit az általad ismert tudatalattihoz lehetne hasonlítani. Más szóval: a pszichológiai alkatnak ez a része viseli az identitás terhét, az ego tapasztalatai álomszerűek.

RÉSZLETEK A 232. ÜLÉS SZÖVEGÉBŐL

A lehetőségek rendszere éppolyan valóságos, mint a fizikai rendszer, és te is benne élsz, akár tudod, akár nem. Egyszerűen csak nem erre van állítva benned az élesség. Időnként, alvó állapotban észreveheted ezt a rendszert, vagy valamelyik lehetséges

Énedet. Mondtam már, hogy az álmokképek valóságosak. Ugyanígy a lehetséges események is. Csak éppen a te számodra nem tűnnek konkrétak.

Azt álmodod például, hogy egy alma van a kezében, aztán felébredve azt tapasztalod, hogy eltűnt. Ez nem azt jelenti, hogy az alma nem létezik, csak azt, hogy éber állapotban, tudatos szinten nem érzékeled a lehetséges események realitását. Teljes Éned egy darabja azonban nagyon is részt vesz ezekben a lehetséges eseményekben. Az álombeli „én”-t például joggal tekintheted olyan Énnak, amely lehetséges eseményeket tapasztal. Ez az „én” tökéletesen tudatosnak tekinti magát, az ő számára az éber „én” a lehetséges Én.

Gondoljuk végig a következőt. Egy egyén előtt háromféle cselekvési lehetőség áll. Kiválaszt egyet, és fizikai tapasztalatot szerez általa. A másik két cselekvést a belső Én szintén megtapasztalja, csak éppen nem a tárgyi valóságban. A kapott eredményeket aztán a belső Én összehasonlítja, hogy segítséget nyújtson a további döntésekben. A lehetséges mozgásokat tehát valóságosan megtapasztalja, és éppen ezekből a tapasztalatokból áll össze a „lehetséges Ének” léte, ugyanúgy, ahogy az álombeli mozgások jelentik az álombeli Én tapasztalatait. A teljes Én összes rétegei között állandó tudat alatti tapasztalatcsere zajlik.

RÉSZLETEK A 227. ÜLÉS SZÖVEGÉBŐL

Az a tapasztalathalmaz, amelyre rá tudod állítani az élességet, amelyet az „életednek” tekintesz, valójában sok kis halmazból áll, de a teljes valóság-halmaz ennél sokkal nagyobb. Az Énnek egy része teljesen más tapasztalatokat szerez, mint az ego, és ez a rész egy érintő mentén eltávolodik. Amikor tudatos Éned érzékeli X eseményt, Énednek ez a másik darabja, mondjuk így: leágazik belőle, az összes többi esemény felé, amelyeket az Én megélhetett volna.

Az ego a korlátai miatt kénytelen egyetlen eseményt kiválasztani. De az Énnek ez a része bele tud menni az X1, X2, X3 eseménybe, és így tovább. Végigkövetheti és megtapasztalhatja az összes alternatívát, ugyanannyi fizikai idő alatt, ameddig az ego átéli az X eseményt.

Ez a valóságban nem olyan bonyolult, mint amilyennek hangzik. Egy kézfogást egyszerű cselekedetnek tartasz. Nem érzékeled azt a milliányi apró mozzanatot, amelyből összeáll ez a látszólag jelentéktelen mozgás. De attól még léteznek. Nem kell időt fordítanod rá, hogy egyenként érzékeld őket. Érzékelésed számára egységként jelennek meg. Mármint: Énednek ez a része tudatosan megéli a lehetséges eseményeket, ugyanolyan gyorsan, ahogy te érzékeled a millió apró mozgást, amelyekből a kézfogás összeáll.

A 227. ÜLÉS RÉSZLETEI: A SZEMÉLYISÉG ÉS A LEHETŐSÉGEK

„Az Énnek ezek a részei egyszerűen más valóságdimenzióban működnek, más tevékenységi területeken. Példánkban hasonlítsuk a teljes Énnek ezeket a részeit egy család tagjaihoz. A férfi a városban dolgozik. Az asszony a háztartásban, vagy a kertben. A három gyerek mindegyike más-más iskolába jár. De attól még ugyanannak a családnak a tagjai, és ugyanabból az otthonból indulnak el. Nincs semmi akadály, hogy bármelyik gyerek az apja munkahelyén töltse el napjait, de nem értené meg az ottani eseményeket, a tevékenység lényegét.

Szeretném világosabbá tenni a hasonlatot. A gyerek fizikailag képes lenne bejutni az épületbe. Fizikai értelemben nincs olyan korlát, amely átengedi az apát, de távol tartja a gyereket. Aminthogy az apa is beülhetne az iskolapadba, de ennek a változatnak is kevés haszna lenne.

A családon belül létezik az általános, közös ismeret az egyes családtagok tapasztalatairól, de ezek közvetett információk azokhoz az eseményekhez képest, amelyek a család mint egység számára közősek. Ugyanígy megvan az Én egyes részeiben az általános, intuitív tudás a többi rész tapasztalatait illetően.

Bizonyos eseményeket az Én minden rétege érzékel, bár mindegyik a maga módján, és ezek az események közös tapasztalatok. Az ilyenből kevés van, de az nagyon eleven, és a hatása — csakúgy, mint a család közös élményeie — az, hogy megerősíti a teljes pszichológiai rendszer identitását.

A lehetséges események itt is éppoly valóságosak, mint az az esemény, amelyet kiválasztanak, hogy fizikai tapasztalattá váljék. Vegyük ismét X eseményt. Ez csak egy a számtalan lehetséges esemény közül. A tudatos Én azonban a saját céljaira X eseményt választja. Csakhogy mindaddig, amíg az ego meg nem tapasztalja, ez is csupán egy az összes többi lehetséges esemény közül, semmiben sem különbözik tőlük. Csak akkor válik a ti számotokra valóságossá, ha a fizikai Én megéli.

Más dimenziókban a többi lehetséges esemény épp ennyire „valóságos”. Egyébként előfordulnak néha olyan érdekes esetek, amikor komoly pszichológiai sokk, például egy mély kétségbeesés hatására rövidzárlat jön létre, és az Én egyik része egy másik lehetséges valóságot kezd érzékelni. Különösen az olyan amnéziás esetekre gondolok, amikor az áldozat egyszer csak egy idegen városban, ismeretlen névvel tér magához, és nincs emléke saját múltjáról. Bizonyos esetekben ez csupán egy az összes lehetséges esemény között, de meg kell tapasztalnia a saját időrendszerében.”

Seth persze ennél sokkal több anyagot adott a lehetséges világokról és eseményekről. Beszért a lehetőségek és az előérzetek meg az idő összefüggéseiről is. Dr. Pietrával nem sikerült tudatos kapcsolatot létesítenünk. Most, amikor e sorokat írom, közelednek az őszi hónapok, amikor Seth szerint ismét lehetséges lesz a kapcsolat-felvétel.

Az ilyen kapcsolat lehetősége rendkívül izgalmas; nem győzzük találgatni, milyen hatással lehet ez nemcsak Robra és Dr. Pietrára, hanem különböző valóságrendszerekre is. Seth határozottan állítja, hogy bizonyos körülmények között a kapcsolat lehetséges; ez az egyetlen ok, amiért egyáltalán foglalkozunk a gondolattal; annyi minden szól az efféle kapcsolatfelvétel ellen. Mindketten érezzük, hogy sokkal több információra és kemény munkára van szükség; kíváncsian nézünk elébe az elkövetkezendő években e téren folytatott kísérleteknek.

A fenti szemelvények, mint látható, a személy mibenlétére is fényt derítenek. A személy többdimenziós, ezért nem lehet egyetlen címszó alatt elintézni; magyarázat közben Seth maga is szinte többdimenziós módszert alkalmaz. Amikor erről a témáról beszél, nemcsak a szöveg fontos, hanem az is, hogy mi történik az ülésen. Rövidesen elmondok egy nem régi, igen jelentős fejleményt, amely talán minden szónál jobban érzékelteti a személyiség többdimenziós mivoltát.

Mit gondolsz most, kedves olvasó? Ki vagy? Mi vagy? Elveszettnek érzed magad az entitások és lehetséges személyek szövevényében? Hol jössz bele a képbe *te*, akinek hitted magad? A következő fejezetből, amely Sethnek a személyiségről szóló szövegeivel foglalkozik, kiderül majd, hogy identitásod mindig az marad, aminek ismered.

16.

A TÖBBDIMENZIÓS SZEMÉLYISÉG

Nemrégiben egy fiatal pszichológiatanár hívott fel, és arra kért, hogy tartsak előadást a helyi egyetemen. Kis csoportról volt szó, körülbelül tizenöt diáklányról, ezért azt javasoltam, jöjjenek inkább át a lakásunkra. A tanár hozzáállása már abban a percben nyilvánvaló volt, amikor belépett az ajtón. Önszántából tíz méternél közelebb sose ment volna egy médiumhoz, de mivel a médiumok léteznek, és ő tudott is egyről, kötelességének érezte, hogy diákjai előtt „feltárja” ezt a jelenséget is. Kétségkívül veregette is a saját vállát a nyitottsága miatt.

Két és fél órán át beszéltem az emberi személyiség lehetőségeiről és arról, hogy milyen fontos felismerni, fejleszteni és használni őket. Tudásom legjavát adva elmagyaráztam, mi a telepátia, mi a tisztánlátás, mi a megérzés, és milyen kísérletekkel lehet bemutatni működésüket. Végül javasoltam egy gyakorlatot a diákoknak, ugyanazt, amelyet olykor a csoportommal magunk is végzünk. Minden nap kirajzszögezek egy rajzot a bejáratú ajtó belső oldalára. A lányok megpróbálnak „fel-

fogni” egy benyomást a vázlatról, és lerajzolni. A megadott időszak végén elküldöm az én rajzaimat a tanárnak, és ő a saját maga számára kiértékelheti az eredményt.

Úgy éreztem, alaposan elmagyaráztam, miért fontos ez a kísérlet, és megkértem a tanárt, legyen objektív a dolog iránt. De, mint később az egyik diák elmesélte, a hozzáállása távolról sem volt objektív, és a legkevésbé sem tudományos. Szavaival és viselkedésével érzékeltette, hogy szerinte az efféle kísérletek nem méltók komoly figyelemre. Különös módon az eredmények egyáltalán nem voltak rosszak, de a tanár viselkedése miatt mindössze öt lány vett részt a kísérletekben. Javasoltam, hogy a tanár is vegyen részt bennük, de erre nem volt hajlandó. Elutasító magatartása annyira elriasztotta a diákokat, hogy később joggal mondhatta: a résztvevők alacsony száma miatt a kísérlet eredménye értékelhetetlen. A találatokat ezzel intézte el: csupán a véletlennek köszönhetők.

A tanár intelligens, barátságos, eleven eszű férfi volt. Ha más körülmények között találkoztunk volna, talán még rokonszenvesnek is találom. De nem volt hajlandó átértékelni előítéleteit, újragondolni a személyiségről alkotott fogalmait. Elmulasztott egy lehetőséget, hogy szélesítse látókörét, és talán olyan bizonyítékhoz jusson, amely meggyőzi arról, hogy az emberi személyiségnek sokkal tágabbak a határai, mint eredetileg gondolta.

Ennek az esetnek meg még néhány hasonlónak a hatására óvatosabb lettem az úgynevezett tudósokkal. De szerencsére nem minden pszichológus ilyen szűklátókörű és merev. Tavaly az egyik hallgatóm esti pszichológiai tanfolyamon vett részt a helyi egyetemen, és a tanár kívánságára gyakran mesélt Sethről és a mi ESP-csoportunkról. Az egyik dolgozatát a személyiség Seth-féle magyarázatáról akarta írni. Megérte Sethet, hogy tartson egy ülést külön ebből az alkalomból. A diáklány magnóra akarta venni Seth szavait, hogy az egyetemen lejátssza a társainak.

Seth beleegyezett, és egy teljes ülést erre a célra szentelt. Mondott egy-két érdekességet a saját valóságáról is. Ez a szöveg nem ugyanaz az elmélyült elemzés, amilyet akkor ad, ha magunkban vagyunk, viszont pontosan összefoglalja a személyiségről vallott elméletét azok számára, akik nem ismerik a Seth-szövegeket. A fejezet elején ebből a szövegből idézek részleteket.

Az ülésen körülbelül tíz állandó hallgatóm vett részt. Seth a csúcsformáját hozta: mosolygott, és a komoly szöveget gyakorta szakította meg egy-egy könnyed, tréfás megjegyzéssel. Többnyire ahhoz a lánynak beszélt, aki az ülést kérte, vagy a hatvan tagú egyetemista csoporthoz intézte szavait, akik nem voltak jelen. A teljes jegyzőkönyv körülbelül hat sűrűn gépelt oldalt tett ki.

Seth így kezdte: — Az identitás nem azonos a személyiséggel. A személyiség az identitásnak csupán azokat a vonásait jeleníti meg, amelyek képesek a háromdi-

menziós valóságban létezni. A személyiséget a ti fogalmaitok szerint a körülmények alakítják, az identitás viszont *használja* a tapasztalatokat, és nem sodródik el minden szíre-szóra.

— Az igazság az, hogy az Énnak nincsenek korlátai; bizonyos értelemben kimondható, hogy az Én kiterjed, és magába öleli a környezetet. A jelenlegi személyiségelméletek nem veszik figyelembe a telepátia, a tisztánlátás vagy a reinkarnáció tényét. A ti pszichológiátok lényegében egydimenziós. Az identitás viszont sok dimenzióban működik.

Seth ezután szólította meg az egyetemistákat, akik majd meg fogják hallgatni a felvételt. Később mindannyian arra a véleményre jutottunk, hogy a helyzet elképesztően mulatságos volt: egy személy, aki a mi fogalmaink szerint láthatatlan, egy jelen nem lévő diákcsoportnak adott elő a személyiség témájáról! De Seth pontosan tudta, mit tesz: a saját, rendhagyó kommunikációs módszerét használta példaként.

— Itt, ezen az ülésen a személyiség mibenlétének provokatív bemutatója zajlik — jelentette ki. — Mert a személyiségem nem azonos Ruburtéval, sem az övé nem azonos az enyémmel. Például, nem vagyok másodlagos személyiség. Nem teszek kísérletet arra, hogy uralkodjam Ruburt életén, és nem is várom tőle, hogy ezt megengedje. Nem vagyok Ruburt saját lényének valamely elfojtott szegmense. A jelenlévők jól tudják, hogy ő nem az az elfojtós típus!

— Segítettem neki, hogy személyisége hatékonyabban működjék. Most már jobban kihasználja képességeit. De ez pszichológiai értelemben sem vétek. Az a helyzet, kedves pszichológiaszakosok és tisztelt tanár úr, hogy mindegyikőjünkben több van, mint gondolja. Mindegyikőjük létezik más valóságokban és más dimenziókban is, és az az Én, amelynek magukat nevezik, teljes identitásuknak csupán kicsiny töredéke.

— Álmukban kapcsolatba kerülnek önmaguk egyéb részeivel. Ez a kommunikáció folyamatosan zajlik, de Énjük annyira a fizikai valóságra és az abban való túlélésre koncentrál, hogy nem hallják a belső hangot. Rá kell ébredniük, hogy igazi Énjük nem látható a tükörben. Amit a tükörben látnak, az igaz valóságuknak csupán halvány visszaverődése.

— A tükörben nem látják az egót. Nem látják a tudatalattit. A tükörben nem látható a belső Én. Ezek a kifejezések a személyiségnek olyan részeit jelölik, amelyet nem lehet látni, nem lehet megérinteni. De az önök által ismert Énen belül ott van az elsődleges identitás, a teljes belső Én. Ez a teljes Én sok életet élt már. Sok személyiséget öltött magára. Lényege az energia, csakúgy, mint nekem. Az egyetlen különbség az, hogy én nem materializálódok a fizikai anyagban. Önök sem a halál pillanatában válnak „lélekké”. Ma is azok.

Seth ezután mosolyogva tárgyalta tovább saját létének kérdését — és az enyémet. Először is kijelentette: mindig arra ösztönzött, hogy tartsam meg az egészséges egyensúlyt az egyedüllét és a cselekvés között. Aztán a pszichológiatanárhoz intézte szavait.

— Ha gondolod, tekinthetsz engem a tudatalatti termékének. Ez a megjelölés nincs nagyon ínyemre, mivel nem igaz. De ha engem Ruburt tudat alatti személyisége meghosszabbításának tartasz, akkor azt is el kell ismerned, hogy a tudatalatti rendelkezik telepatikus és látnoki képességekkel, mert én már bebizonyítottam telepatikus és látnoki képességeimet. És, hadd emlékeztesselek, Ruburt is bebizonyította a magáét. Tehát, hacsak nem akarod ezeket a képességeket a tudatalatti nyakába varrni — márpedig a legtöbb kollégád nem ezt teszi —, akkor nem állíthatod, hogy a tudatalatti terméke vagyok.

— Ha hajlandó vagy elfogadni ezt az okfejtést, akkor vannak egyéb érveim is. Az emlékeim nem egy fiatal nő emlékei. Az elmém nem egy fiatal nő elméje. Sok foglalkozást űztem már, és Ruburnak ezekről nincsenek emlékei. Nem vagyok Ruburt apaképe, és nem vagyok az a férfialak sem, amely a női lélek mélyén lakozik. Az sem áll, hogy Ruburt barátunknak homoszexuális hajlamai volnának. Egyszerűen csak egy energiából álló személyiség vagyok, aki fizikailag nem materializálódik.

— Ezt a mutatványt, hogy így beszélek hozzátok, csak azért tartjátok különösnek, mert azt gondoljátok, hogy a személyiség és az identitás az anyagi forma függvénye, holott ez nem így van. A testet úgy öltitek magatokra, mint az úrhajós a szkafandert — és körülbelül ugyanabból az okból.

A pszichológiaszakos hallgatókat nemcsak a személyiség mibenléte érdekelte, hanem Seth valóságos léte is, és ő jó érzékkel rátért erre is. Mosolyogva mondta a következőket: — Egy lényeges mozzanat: ezeket az üléseket meghatározott rend szerint tartjuk, tehát szabályozott körülmények között zajlanak. Ruburt saját személyiségét nem fenyegeti semmi, egója gondoskodást és védelmet élvez. Nem szenvedett semmiféle korlátozást. Sőt: új képességeket sajátított el.

— Engem nem mesterségesen, hipnózis útján „segítettek a világra”. Nincs szó arról, hogy valaki belepiszkált volna a személyiség jellemzőibe. Nyoma sem volt hisztériának. Ruburt megengedi nekem, hogy szigorúan ellenőrzött körülmények között használjam az idegrendszerét. Nem kaptam biankó felhatalmazást, hogy tegyek bármit, amihez kedvem van, de nem is kívánnék ilyet. Van más dolgom is.

Seth szerintem azért hivatkozott itt a hipnózisra, mert néhány médium esetében hipnózt alkalmaznak a transzállapot előidézésére és stabilizálására, és néha a „vezető” személyiség megidézésére is. Az én esetemben nem ez történt: az egész teljesen

spontán módon kezdődött. Ma már tudom, hogyan használjam az önhipnózist, mert néhány év óta tanulom, de az üléseken még sohasem vettem igénybe.

Seth azzal zárta az előadást, hogy vázolt néhány módszert a belső Én tudatosítására. Ezt az anyagot egy későbbi fejezetben ismertetem. A diáklány a következő előadáson lejátszotta a szalagot, és mivel a felvétel hosszabb volt, mint az egyetemi előadás megszabott ideje, a pszichológiatanár és néhány diák aznap este összegyűlt a lány lakásán, hogy végighallgassák és megvitassák Seth szavait.

Seth személyisége a felvételen természetesen jobban érzékelhető, mint leírva, mert a hanglejtés is érvényesül. Rögzítettünk néhány percnyi normál beszélgetést is, hogy megállapítható legyen a különbség Seth hangja és az enyém között. A magánjellegű üléseken még a tanító jellegű fejtegetéseket is megelevenítik Seth mozdulatai, gesztusai, és ez sokkal hangsúlyosabb, ha csoporthoz beszél.

Ha valóban túléljük a halált, melyik részünk az, amely túléli? Minél többet beszélt Seth a reinkarnációról és a belső Énről, annál kíváncsibbá lettünk. Szép dolog lehet teljes Énné lenni, de ha az én Jane Roberts nevű Énemet a halálom után magába olvasztja, akkor az számomra nem éppen túlélés. Mintha azt mondanánk: a kis hal túléli azt, amikor a nagy hal megeszi, hiszen a nagy hal részévé válik.

Csakhowy Seth szerint az individualitás sohasem vész el. Az mindig létezik. Itt az a bökkenő, hogy az Énné nincsenek korlátai, csak azok, amelyeket tudatlanságból

önmagának állít. Egyéni tudatunk növekszik, és tapasztalataiból különféle „személyiségeket” vagy önmaga töredékeit formálja meg. Ezek a töredékek — Jane Roberts is egy ezek közül — cselekedeteiket és döntéseiket tekintve teljesen függetlenek, ám belső, lelki komponenseik állandó kommunikációban állnak a teljes Énnel, amelynek részei. Ezek a „töredékek” maguk is növekednek, fejlődnek, kialakíthatják saját entitásukat vagy „személyiség-Gestaltjukat”, vagy, ha úgy tetszik, teljes lelküket.

Seth azt mondja, hogy még ebben az egy életünkben is több egónk van; az egyetlen ego fogalmát csak mintegy jelképként fogadjuk el, mint gyorsításban a rövidítést. Az ego egyszerűen csak az a részünk, amely az élet adott időszakában a felszínen van: az emberre jellemző tulajdonságoknak az a csoportja, amelyet a problémák megoldásához felhasználunk. Még az általunk ismert ego is szakadatlanul változik. A jelenlegi Jane Roberts például nem azonos a tíz évvel ezelőtti Jane Robertsszel, bár „én” nem vettem észre semmi különösebb személyiségváltozást.

Saját tapasztalataim meggyőztek arról, hogy több vagyok, mint a hétköznapi Énem, akire „saját magam”-ként szoktam hivatkozni. Amikor például látnoki információt kapok, egy részem tud valami olyat, amit Jane általában nem tud. Ez a részem adja át az információt a Jane-Énnak. Úgy hiszem, hogy ez nemcsak az ESP esetében van így, hanem a művészi ihlet is ilyesformán működhet: saját identitásunk nagyobb tudású részeire hangolódunk rá.

Ezek a képességek persze nem jelentenek sokat, ha az ember nem tapasztalja ki, nem tanulja meg használni őket. A korai üléseken Seth elmagyarázta, mik a belső érzékek: az érzékelésnek olyan belső módszerei, amelyek kitágítják a normális tudatot, és képessé tesznek többdimenziós létünk érzékelésére. Időbe telt, mire teljesen megértettük, hogy mit jelentenek a belső érzékek, miként használhatjuk őket, és még mindig tanuljuk, hogyan tehetjük hatékonyabbá a használatukat.

Mint már említettem, Sethnek az üléseken elhangzott szavait alátámasztották az ülés eseményei is. Mikor ki nem használt, szunnyadó lehetőségekről beszélt, mi fölfedeztük saját képességeinket. Személyes élményeink nagy mértékben megerősítették Seth elméleteit. Jó példa erre a 138. ülés, 1965. március 8-án.

Seth aznap este éppen elkezdte fejtegetéseit, amelyek témája a személyiség mint mozgás volt. Az itt közölt gondolatok alapvetőek Seth identitáselméletében, és mivel a tudat egyes jellemzőit is érintik, egy későbbi, az Isten fogalmával foglalkozó anyag alapjául is szolgálnak.

Akkoriban a hálósobában tartottuk az üléseket, amely eléggé kicsi, és egyetlen ablaka egy nagy udvarra nyílik. Nyár volt, az ülésekről még alig tudott valaki; Seth harsány hangja, mely megzavarta az éjszaka csendjét, fölvetetett volna a környéken bizonyos kérdéseket, melyeknek megválaszolására még nem voltunk felkészülve. Rob tollal-papírral az ölében ült, és szó szerint lejegyzett mindent, mint a kezdetek

óta mindig. Gyakran melege volt, mert az ablakot a hangszigetelés miatt becsuktuk, különösen mivel a szomszédok gyakran üldögéltek az udvarban. (Ha transzban vagyok, sohasem zavar a hőség, holott általában nagyon érzékeny vagyok rá.)

Az itt közölt részleteket olvasva látnivaló, hogy Seth utalt néha arra, mire számíthatunk. Az olvasók közül azok, akik tudnak olvasni a sorok között, már sejthetik, mit tartogatott még a tarsolyában.

— Az identitást úgy is meghatározhatjuk: Én-tudattal rendelkező mozgás. A magyarázat kedvéért a „mozgás” és az „identitás” kifejezést szét kell választanunk, de a valóságban nincs ilyen szétválasztás. Az identitás egyszersmind a létezés egyik dimenziója, mozgás a mozgáson belül, a mozgás önmegvalósítása — és a mozgásoknak ebben a szövevényében alakul ki az identitás.

— A mozgás energiája, az önmagára ható mozgás formálja az identitást, de, jóllehet az identitást a mozgás alkotja, mégsem lehet őket elválasztani egymástól. Az identitás tehát nem más, mint a mozgás hatása önmagára. Identitás nélkül a mozgás értelmetlen, mert nincs semmi, amire hathatna. A mozgásoknak természetüknél fogva önmagukból és működésükből identitásokat kell teremteniük. Ez a legegyszerűbbtől a legbonyolultabbig mindre egyformán igaz.

— Ismétlem: a mozgás nem valamely külső erő, amely az anyagra fejt ki hatását. *A mozgás a belső világmindenség belső vitalitása — a mozgás maga a dilemma,*

melyet két hatóerő okoz: egyfelől a belső vitalitás vágya és törekvése, hogy tökéletesen materializálja önmagát, másfelől az a tény, hogy ezt nem képes megvalósítani.

— Ez az első dilemma mozgást eredményez. A mozgás önmagára hatásából, mint láttuk, kialakul az identitás, és e kettő elválaszthatatlan. A mozgás tehát része minden struktúrának. A mozgás, vélhetnénk, természeténél fogva elpusztítja az identitást, hiszen a mozgás változást idéz elő, és minden változás fenyegeti az identitást.

— Téves azonban azt képzelni, hogy az identitásnak stabilitás az alapja. Az identitás állandóan a stabilitást keresi, de a stabilitás elérhetetlen. Ez a második dilemma.

— Az identitás szakadatlanul stabilitásra törekszik, viszont a mozgás szakadatlanul változásokat idéz elő. Ez a dilemma egyensúlytalan állapothoz vezet, melynek csodálatos mellékterméke az *Én tudata*. Mert a tudat és a lét nem finoman kiegyensúlyozott helyzetekből áll elő, hanem éppen a kiegyensúlyozatlanságból, melynek hatalmas a teremtő ereje. Olyannyira, hogy ha valaha egyensúly jönne létre, valóság nem is létezne.

— Teremtő feszültségekkel van dolgunk. Az identitásnak az állandóságot kell keresnie, a mozgásnak pedig a változást; az identitás azonban változás nélkül nem létezhet, hiszen az identitás a mozgás része és eredménye. Az identitás sohasem állandó, aminthogy te magad sem vagy ugyanaz, mint egy pillanattal ezelőtt voltál.

Minden mozgás valaminek a vége, a befejezése, amint arról korábban beszéltünk már. És mégis: e befejezés nélkül az identitás megszűnne létezni, mert a mozgás nélküli, változatlan tudat nem volna többé tudatos.

— A tudat tehát nem önmagában létező „dolog”. A tudat a mozgás egy dimenziója, szinte csodával határos állapot, amelyet kreatív dilemmák sorozata tesz lehetővé.

— Eléggé egyszerű meghatározni, hogyan alakult ki a második dilemma az elsőből. Mint mondtam, a második dilemma eredménye az Én tudata. Ez a tudat nem az egohoz tartozik. Az Én tudata nyugalmi tudat, amely közvetlen kapcsolatban áll a mozgással. Az Én-tudat az az állapot, amelyet a harmadik kreatív dilemma hoz létre: amikor az Én-tudat megpróbálja függetleníteni önmagát a mozgástól. Mivel ez nyilvánvalóan lehetetlen, mivel mozgás nélkül sem tudat, sem identitás nem létezhet, előttünk áll a harmadik dilemma.

— Az Én-tudat ilyen szempontból is a mozgásban, annak részeként létezik. Másfelől viszont az Én-tudattal együtt jár egy olyan állapot, amikor megpróbálja leválasztani magát a mozgásról — a tudat megpróbálja objektívnak, tőle függetlennek látni a mozgást. Úgy akarja tekinteni, mintha az ego cselekedeteinek következménye volna, holott az ego létezésének oka.

— Ez a három dilemma a valóságnak három olyan területét rajzolja körül, ahol a belső vitalitás megtapasztalhatja önmagát. És itt találjuk meg az okát annak, hogy a belső vitalitás miért nem képes önmagát tökéletesen materializálni. Mert maga az a mozgás, amely a vitalitás materializációjával jár, máris módosít a vitalitás belső dimenzióin.

— A mozgás, a belső vitalitás sohasem teljesítheti be önmagát. Materializálódik bármilyen formában, azonnal megsokszorozza a további materializációk lehetőségét. És ugyanakkor, mivel a belső vitalitás önmagát teremti, egyetlen szemernyi töredéke is elég, hogy egy új univerzum magvát vesse el.

— Korábban mondtam már, hogy a mozgás szükségszerűen megváltoztatja azt, amire irányul — többnyire önmagát. Nos, ebből az következik, hogy az üléseinken végbemenő mozgás megváltoztatja az ülések természetét. Gyakran emlegettem a tudatot úgy, mint az irányt, amelyre az Én fókuszálja önmagát. A mozgás végtelen számú fókuszálási lehetőséget kínál.

Miközben Seth a fenti anyagot átadta, én közben teljesen új élménysorozatot éltem át. Robnak természetesen a szünetig nem tudtam elmondani, de most, utána is szinte lehetetlen leírnom. Még leginkább azt mondhatom róla, hogy miközben Rob szavakban megkapta a fenti információkat, azalatt más módon átéltem én is. Mintha

magam is benne lettem volna a „mozgás”-ban, sodródtam a különböző dimenziók között.

Éreztem, mint mond Seth, a szavak valahogyan átvalósultak szubjektív élményekké. Nem olyan volt, mintha megszűntem volna, inkább mintha beágyazódnék valami másba. Az egóm nem veszett el, hanem része lett azoknak a fogalmaknak, amelyekről Seth beszélt. Bennük voltam, belőlük néztem kifelé.

Az ülés vége felé Rob megkérte Sethet, magyarázza meg, mi történt. Seth így válaszolt: — Ruburt mozgás-Gestaltokat élt át. Mint minden tudat, ő is *mozgás*, de ma este csekély mértékben megtapasztalta ezt anélkül, hogy az ego megpróbálta volna leválasztani magát a mozgásról.

— Legutóbb említettem, hogy ez az anyag későbbi ülések alapja lesz. Az az igazság, hogy az ülés új dimenzióval egészült ki; remélem, hogy a továbbiakban közvetlenebb érzékelés útján is képes leszek tanítani Ruburtot. Szóltam előre, hogy ilyesmi várható. Ezek természetes fejlemények: a saját természetük szerint és a maguk idejében következnek be. Úgy számítom, hogy a mai fejlemény magában foglal egy következőt.

Ettől kezdve ez gyakran előfordult az üléseken. Később talán már természetesnek is vettük, feledve, hogy kezdetben milyen hatást gyakorolt ránk. Élményeim rendszerint párhuzamosan haladnak azzal, amit Seth mond. Seth szerint ez a belső

érzékek használatát feltételezi, és élményeim arra szolgálnak, hogy felfedjék e képességeket, melyek nemcsak bennem vannak meg: rejtve ott szunnyadnak minden személyiségben.

Seth azt mondja: a test és érzékszervei arra specializálódott berendezések, hogy segítségükkel az anyagi valóságban élhessünk. Ahhoz, hogy más valóságokat tapasztalhassunk meg, a belső érzékeket kell használnunk: azokat az érzékelési módokat, amelyek a belső Én sajátjai, és működésük független attól, hogy van-e anyagi mivoltuk, vagy nincs. Seth a mi általunk ismert univerzumot „álcázási rendszernek” nevezi, mivel a fizikai anyag csupán forma, amelyet a vitalitás — a mozgás — magára ölt. A többi valóság ugyanilyen álcázási rendszer, és a tudat azokban is rendelkezik az ottani követelményekhez igazított speciális érzékelőkkel. A belső érzékek azonban lehetővé teszik, hogy belássunk az álca mögé.

A belső érzékek a teljes Én sajátjai, melynek részei vagyunk. Minden teljes Én segíti és inspirálja saját személyiségeit. Tekintsük a személyiséget először úgy, ahogyan általában gondolni szoktunk rá. Seth így beszél róla:

— A működő ego után ott van a személyes tudatalatti rétege. Ez alatt van a faji anyag, amely a fajjal mint egészszel kapcsolatos. Ez alatt pedig a maga teljességében, kívánságra hozzáférhetően ott a belső Én tudása, amely a valóság egészére vonatkozik: a törvényekre, az elvekre és a rendszerre.

— Itt megtalálod az ősi tudást az álca-univerzum keletkezéséről, a benne részt vevő mechanizmusokról, és sok olyan anyagot, amelyet már átadtam nektek. Megtalálod az utakat és módokat, amelyek segítségével a pszichológiai valóságban létező belső Én létrehozza a lét különböző síkjait, megteremti a külső érzékeket, hogy kivetítsék és érzékeljék ezeket, és megtalálod azt, hogy mi módon mennek végbe a reinkarnációk a különböző rendszerekben. Megtalálod itt saját válaszaidat arra a kérdésre, hogy a belső Én miként alakítja át az energiát saját céljaira, miként változtatja formáját, és miként fogad be más valóságokat.

Jókora falat! Seth azt állítja, hogy mindannyian képesek vagyunk elérni benső Énünket, hogy a belső érzékek segítségével érzékelhetjük a nem háromdimenziós valóságot, és hogy ezt a tudást elszántsággal és gyakorlással meg lehet szerezni. Önmagunkkal kezdve, keresztülutazva saját szubjektív élményeinken, az egótól befelé haladva. A fizikai érzékek segítenek a jól ismert külső valóság érzékelésében. A belső érzékekkel felderíthetjük a belső valóságokat.

Rob és én bizonyos mértékig megtapasztaltuk e belső érzékek legtöbbjét. Vegyünk egy egyszerű példát: a pszichológiai időt. Seth így beszél róla: — Ennek kerekei közül megpillantod majd, hogy a fizikai idő éppoly álomszerű, mint amilyennek a belső időt gondoltad. Felfedezed majd teljes Énedet, mely egy „időben” figyel kifelé

és befelé, és fel fogod ismerni, hogy minden idő ugyanaz az idő, melynek felosztása, felszabdálása merő illúzió.

Amikor a „pszi-idővel” foglalkozunk (Rob nevezte el így), élményeink mintha a megszokott időkereteken kívül történnének. Mintha sebességet váltottunk volna, az érzékelés más összefüggésekben működik. A pszi-idő például az az idő, amelyben a kivetítés megy végbe. Amikor a kilencedik fejezetben leírt epizódban Kaliforniában jártam, fél óra alatt majdnem tízezer kilométert tettem meg, ami a normál időben lehetetlen volna.

E téma mélyebb megértése azért az idő valódi mibenlétének mélyebb ismeretét feltételezi; Seth szerint ugyanis a belső Én nem az általunk ismert időben működik, hanem olyan észleletek által, amelyekben az idő nem játszik szerepet.

Felmerül a kérdés: hogyan lehet az időt figyelmen kívül hagyni? Mi az bennünk, vagy mi az az időben, amit el lehet választani egymástól? Lehetnek az olvasók között olyanok, akiket az ilyen kérdések nem érdekelnek, de mások becsapva éreznék magukat, ha nem kapnák meg a választ. Seth sem siklik át az ilyen témák fölött, ezért ezt a fejezetet néhány, erről a témáról szóló részlettel zárom. Seth itt a teljesség igénye nélkül ismerteti az idő mibenlétét, és elmagyarázza, miért vagyunk alapvetően függetlenek tőle.

A 224. ÜLÉS RÉSZLETEI: A SZEMÉLYISÉG ÉS AZ IDŐ

„A múlt az agyban és a nem anyagi elmében elektromágneses kapcsolatok sorozataként létezik. Ezek az elektromágneses kapcsolatok megváltoztathatók.

Az idő is elektromágneses kapcsolatok sorozataként létezik az elmében és az agyban, és az egyetlen valóság, amelyben léteztek, azt nevezték jelennek.

Más szóval a múlt és a jelen bizonyos mértékig valóságos. A múlt alkalmanként „valóságosabb” lehet, mint a jelen; ilyenkor múltbeli eseményekre reagálsz a jelenben. Azt készpénznek veszed, hogy jelenbeli cselekedetek megváltoztathatják a jövőt — de ugyanígy megváltoztathatják a múltat is.

A múlt semmivel sem objektívebb, nem függetlenebb a szemlélőtől, mint a jelen. Azokat az elektromágneses kapcsolatokat, amelyek a múltat alkotják, nagyrészt az egyéni szemlélő hozta létre, és a szemlélő mindig résztvevő is.

A kapcsolatok tehát megváltoztathatók, és ez a változtatás egyáltalán nem ritkaság; spontán módon, tudat alatt történik. A múlt csak ritkán olyan, mint amilyenre emlékszel, mert mire bármely eseményre sor kerül, már át is rendezted. A múltat újra- és újraalkotja mindenki, ahogy látásmódja, asszociációi, ítéletei változnak. Ez pedig nem jelképes újraalkotás, hanem valóságos. A gyermek valóban benne van a

feleltben, de nem az a gyermek, aki „volt”. Mert még a feleltben meglévő gyermek is állandóan változik.

Ha az ilyen átminősítés nem megy végbe automatikusan, bonyodalmak lépnek fel. Gyakran vezet komoly neurózishoz, hogy az egyén nem alakította át a múltját. A múlthoz csak azt a valóságot rendelhetjük, amely a fizikai agyban és a nem anyagi elmében elektromágnesesen elkódolt szimbólumokhoz, asszociációkhoz és képekhez tartozik.

Most a ti fogalmaitok szerint beszélek, és ezt jól meg kell értened, mert alaposan leegyszerűsíttem a dolgokat. Változás áll be a látásmódban, a megítélésben, új asszociációk keletkeznek, vagy az egyéb események sokasága automatikusan új elektromágneses kapcsolatokat létesít, másokat pedig megszakít.

Minden mozgás kihat minden más mozgásra: visszajutottunk az ábécéhez. Következésképpen minden mai esemény hatással van azokra az eseményekre, amelyeket múltnak nevezel. A vízbe dobott kő *minden irányban* hullámokat ver, és ez számomra is eléggé ingoványos talaj. Ha felidézed, amit az idő mibenlétéről mondtam, rájössz, hogy a múlt, a jelen és a jövő közötti határok csupán illúziók, melyeknek az az oka, hogy fizikailag csak korlátozott számú mozgást vagy képes érzékelni.

Ennélfogva lehetséges a múltban olyan eseményre reagálni, amely még nem következett be; lehetséges, hogy saját jövőd hatást gyakoroljon rád. Az is lehetséges,

hogy valaki a múltban olyan eseményre reagáljon, amely a ti fogalmaitok szerint sohasem következik be.

Biztos, hogy emlékeztek arra a két emberre, akiket York Beachben láttatok. [Ezt az epizódot a második fejezetben írtam le.]”

— Igen — nézett fel Rob.

„Nos, az a pár valamiféle időkivetítés eredménye volt; a szó szoros értelmében azzá válhattatok volna, amit ők jelképeztek. Az akkori jelenben ez lehetőségként jelentkezett. Ti felismertétek a lehetséges jövőnek azt a darabját, reagáltatok rá, így nem ment végbe az a folyamat, amelynek során átalakultatok volna azokká a kép-másokká. Mivel a múlt, a jelen és a jövő egyidejűleg létezik, egyáltalán nem lehetetlen, hogy reagálj bármely eseményre, tekintet nélkül arra, hogy az általad ismert, szűk valóságszeletben érzékelhető-e, vagy sem.

Tudat alatti szinten sok olyan eseményre reagálsz, amelyek a tudatod számára még nem következtek be. Az ilyen reakciók alaposan kiszűrődnek, nem juthatnak fel a tudatba. Az ego zavarónak, bosszantónak találja az ilyen eseteket, és ha arra kényszerül, hogy elismerje valóságosságukat, fölöttébb erőszakolt magyarázatokat képes koholni.

A belső Én olyan eseményeket is érzékel, amelyek a fizikai halál után következnek be. Az ego időfogalma a belső Ént sohasem láncolja le, érzékleit csupán az

ego korlátozza. A belső Én olyan eseményeket is érzékel, amelyek a halál után történnek vele, és olyanokat is, amelyekkel nincs is közvetlen kapcsolata.

Ezekben az esetekben azért van némi bizonytalanság, mivel a lehetséges események ugyanolyan világosan érzékelhetők, mint azok, amelyek valóságosan megtörténnek. Egyetlen esemény bekövetkezése sincs előre meghatározva: nincs predesztináció. Minden esemény megváltozhat, nemcsak a megtörténte előtt, hanem közben és *utána is*. Most megint nem jelképesen beszélek; tisztában vagyok vele, hogy amit mondtam, heves vitát fog kiváltani, és a vita lefolytatására ma este nincs lehetőség.

Léteznek például korlátok, amelyekkel tisztában kell lenni, de e korlátokon belül az események megváltoztathatók, és meg is változnak, tekintet nélkül arra, hogy eredetileg mikor történtek meg.

Mindez természetesen akkor érvényes, ha az egyén nem lép ki teljesen a fizikai idő rendszeréből. A gyilkosság áldozata nem fog visszatérni épen és egészségesen a fizikai életbe [jóllehet „kísértetként” visszatérhet, ha nem ismerte fel, hogy meghalt].

Összefoglalva: az egyén nincs kiszolgáltatva az elmúlt események kényére-kedvére: állandóan változtat rajtuk. Nincs kiszolgáltatva a jövőbeli eseményeknek sem, mert ezeket is megváltoztatja, nemcsak megtörténtük előtt, hanem utána is.

A múlt tehát épp annyira valóságos, mint a jövő, nem jobban és nem kevésbé. Mert a múlt csupán elektromágneses kapcsolatok rendszereként létezik az elmében és az agyban, és ezek a kapcsolatok állandóan változnak. Az egyén jövőbeli cselekedetei, változásai nem függnek a konkrét, befejezett múlttól, hiszen ilyen múlt sohasem létezett.”

Rá kellett jönnünk, hogy ezek a gondolatok nemcsak elméleti fejtegetések. A következő fejezetben elmesélem életem egyik legkülönösebb élményét — azt, amikor hirtelen elhagytam a tér és idő világát, aztán ugyanolyan váratlanul visszacsöppentem bele.

17.

A „JÖVENDŐ” SETH — AZ ÜLÉSEK EREDETE

Eljött egy idő, amikor úgy gondoltam: megszoktam Sethet. Az ülések, melyeket eleinte annyira furának éreztünk, életünk részévé váltak. Sok minden volt, amit nem értettem — ez ma sincs másként —, de bíztam benne, hogy ki tudom teljesíteni képességeimet, és képes leszek még többet megtanulni. Viszont úgy gondoltam, maguk a Seth-ülések többé-kevésbé változatlanok lesznek. Most, hogy újraolvasom a korábbi szövegeket, látom már, mekkorát tévedtem.

1968 áprilisában teljesen gyanútlanul ültünk le a szokásos hétfői üléshez, nem is sejtve, hogy valami rendkívüli fog történni. Én a hintaszékbe telepedtem, Rob a kanapéra, jegyzetelésre készen. Rob szerint Seth hangja aznap este különösen erős volt. Nyitott szemem a szokásosnál is jobban elsötétedett, és Seth mintha feszült figyelemmel nézte volna Robot.

A 406. ülést Seth azzal kezdte, hogy megmondta Robnak, milyen irányban haladnak majd az ülések az elkövetkező esztendőkből. — Eddig vázlatos körvonalakat kaptatok, de van idő kitölteni őket — mondta mosolyogva. — Bár, ami azt illeti, ma-

ga a körvonal sincs még készen... Azt akarjuk, hogy a valóságot úgy ismerjétek meg, ahogyan a ti álcarendszerekben és más rendszerekben létezik; hogy tanulmányozzátok a rá vonatkozó általános törvényszerűségeket, amelyek függetlenek minden materializációtól.

— Ennek az anyagnak egy része automatikusan választ ad sok kérdésre, amelyek foglalkoztattak benneteket — olyan problémákra, amelyeket a tudósaitok kutattak. Megbeszéljük az összes valóságrendszer között meglévő kölcsönhatást, ideértve azokat az érintkezési pontokat is, amelyek mindegyikben közösek. Ezek a pontok matematikailag levezethetők, és valamikor, a jövőtökben találkozási pontként fognak szerepelni, bizonyos esetekben átvéve az úrutazás szerepét.

Több oldalnyi lett az anyag, amelyben Seth ismertette a jövőbeli ülések tematikáját. Közvetlenül ezután tartottuk az első szünetet. Még ekkor sem gondolta egyikünk sem, hogy ez az ülés bármiben különbözni fog a szokásostól. Viszont alig kezdtünk hozzá ismét, hirtelen valami hatalmas energiaáradást éreztem, amelyben „Én” majdnem elvesztem, és ez az energia magával sodort.

Robnak természetesen nem tudtam szólni, hogy mit élek át, de ő is gyanította, hogy történik valami. Seth nagyon empatikusan viselkedett, például a szokásosnál is jobban figyelte Robot, és külön nyomatékot adott minden egyes szónak.

— Ha szabadon, nyitva tartod ezeket a csatornákat, az anyagot a lehető legkevésbé torzítva kapod — jelentette ki. — Ruburnak nagyon széles a látóköre; a valóságnak az a síkja, ahol én létezem, jóval túl van azon, ameddig az anyagi rendszerben élő egyének hatósugara elér. Neked és Ruburnak gondoskodnotok kell arról, hogy ne színezzé ki élményeit silány olvasmányokkal. Annak az anyagnak is van haszna; még jót is tesz, mert az emberek számára érthető módon magyarázza a valóságot, mert a támpontok és a képek ismerősek. De itt nincs szükség rájuk. — A továbbiakban arra figyelmeztetett, hogy tartsam magam távol az olyan könyvektől, amelyek — ...kizárólag a hagyományos értelemben vett vallási témákkal foglalkoznak, és a valóságot e szűk keretek között értelmezik.

Rob ekkor figyelt fel az új, különös energiára Seth hangjában; az előadás egyre erőteljesebb lett. A szemem elsötétült. Rob jegyzetelés közben igyekezett sűrűbben felpillantani.

Seth így beszélt: — A jövőben meg fogjuk próbálni mindkettőtöket közvetlen élményekhez juttatni bizonyos fogalmakkal kapcsolatban. Ezek a kísérletek párhuzamosan fognak haladni a fogalmak szóbeli ismertetésével. Halványan érzékelhetitek majd azt a sajnálatos, de elkerülhetetlen jelentésbeli veszteséget, amely mindig fellép, ha valamely fogalmat a fizikai világra vonatkozó kifejezésekkel próbálunk érzékeltetni. Ez újszerű tanulási módszer lesz; eléggé szokatlan és eredeti fordulat, amely a

lehetőségek határáig mentes lesz a közhelyes jelképektől, mert azok az ilyen élmények során szinte automatikusan felülíródnak. Eddig érted?

— Igen — felelte Rob gépiesen; a beszéd egyre gyorsult, alig tudta követni. Később sokszor végig kellett olvasnunk a fenti bekezdést, amelynek elhangzásakor — mint az olvasó hamarosan látni fogja — „átcsaptak a fejem fölött a hullámok”.

Seth hangja tovább erősödött. — Én az a Seth vagyok, akinek mondom magam, de annál több is vagyok. A Seth-személyiség az a részem, amelyik veletek a legtisztábban képes kommunikálni. Tudsz követni?

Rob bólintott. — Igen — felelte.

— Ez a Seth-részem bensőséges kapcsolatot teremtett mindkettőtökkel, és ilyesformán én magam is. Ez szorosan összefügg a személyiség energia-lényegével, amely természetesen minden személyiség forrása.

A hang egyre erősödött. Rob arra gondolt: megkéri Sethet, hogy lassítson, de mivel nem tudta, mi történik, jobbnak látta, ha nem szól közbe.

— Ruburt személyiségében van egy rejtett zug, és elfedve a tiédben is, amely aránylag zavartalan átjárást biztosít olyan csatornákhöz, amelyek a ti rendszeretekből általában igen nehezen érhetők el. A mai ülésen, ebben a percben a kapcsolat különösen tiszta. Most a szokásosnál jóval több energia áll rendelkezésre. Ruburt érezte már

ezt korábban is, de félt megnyitni ezeket a csatornákat, amíg késznek nem érezte magát.

— Létezik a dimenziók között valami, amit pszichológiai vagy lelki görbülethez, elhajláshoz hasonlíthatunk; az a bizonyos zug Ruburt személyiségében éppen olyan csúcspont, ahol létrejöhet a kommunikáció, a kapcsolatfelvétel.

Ekkor Rob nagy meglepetésére Seth azt javasolta, hogy fejezzük be az ülést. Robnak ekkor azt a nemrégiben kapott procedúrát kellett végigcsinálnia, amely kihoz engem a transzból. (Akkoriban kezdődtek a korábbiaknál mélyebb transzállapotok; Seth azt ajánlotta, hogy Rob háromszor szólítson a nevemen.) Seth azt mondta: — Ma este valamennyivel túljutottatok azon a személyiségen, amelyet veletek megismertettem. Ha tovább beszélnek, akkor is vess véget a transznak.

Rob többször szólított, de nem kapott választ. Ekkor megérintette a vállamat, mire hevesen összerándultam. A transzállapot félbeszakadt, de nem tudtam, mi történik velem. A hatalmas erőter még ott áradt körülöttem. Úgy éreztem, ha felállnék, ez az erő átröpítene a falon. A fejemet óriásinak éreztem, a fülem méterekre eltávolodott. Ez az érzés nem volt új; a pszi-idő-kísérletekben éreztem már ilyet. De megtartani ezt az erőteret — ez más volt, mint eddig bármi.

Megráztam a fejem. — Húha! Ha eddig kételkedtem volna... Akármilyen folyik itt, az nem belőlem ered, nem az én személyiségemből. — Később ezt írtam jegyzeteim-

ben: „Óriási energia áradt keresztül rajtam; hála Istennek, azzal a határozott bizonyossággal, hogy messze a személyemen túlról ered, és a végállomáson szavakká fordítódik. Úgy érzem, ez ugyanolyan fontos esemény, mint a legelső Seth-ülés. Kétségbevonhatatlanul érezhető volt a kapcsolat. Azt éreztem, hogy valami mindent magába foglaló valóság érintett meg.

Következő szerdán, ahogy közeledett az ülés ideje, eléggé elbátortalanodtam. Pontosan kilenckor fogtunk hozzá, de Rob azonnal tudta, hogy ez nem lesz szokványos ülés. Már a hang is más volt. Sokkal jobban hasonlított az én hangomhoz, de mégsem az enyém volt. Seth mély hangszíne, mozdulatai, jellegzetes szóhasználata — mindez hiányzott.

A hang sokkal halkabb volt a szokásosnál. Robnak nagyon kellett fülelnie, hogy minden szót megértsen. — A legutóbbi ülésen tapasztalt fejlemény lehetősége a legelső ülés óta megvolt, de mégsem szükségszerűen következett be. Ha nem történt volna meg, sok fontos jövőbeli továbblépés útja zárva marad. Ahol a Seth-hang a legerősebb, a legharsányabb volt, azok a pontok gyakran jelentettek olyan nyílásokat, ahol a továbblépés létrejöhetett. Különböző okok miatt ez a módszer mégsem került felhasználásra. Az energia átirányítódott volna a hangból, amelybe már beleépült.

A hangszín most világosabb lett, a tempója ritmikusabb. — A belső mindenség törvényei [értsd: amelyeket Seth átadott nekünk] nem könyvekben leírt törvények.

Ezek kísérletek, hogy szavakba foglalják a belső valóság mibenlétét. Ahhoz, hogy elmagyarázzam, szét kell válogatnom a fogalmakat, ki kell bontanom őket, és ebben a folyamatban szükségszerűen sok minden elvész.

— Ezt az elveszett anyagot, ahol csak lehet, megpróbálom szubjektív élményeken keresztül érzékeltetni veletek; ezek majd kitöltik a szavak helyét. A körülményekhez képest változni fognak, de most már, a legutóbbi ülés fejleménye után, sokkal többre van lehetőség.

— Minden egyszerű törvény, amit a belső univerzummal kapcsolatban átadtam, a valóságban csupán apró, fogyatékos megállapítás, háromdimenziós fogalmakkal kifejezve, mégis több, mint amit eddig valaha átadtak: az adott körülmények között a lehető legjobb megközelítés. A szavak csak felszínes utalást adhatnak a színekről vagy a hangokról azok számára, akik maguk nem tapasztalták meg ezeket, ugyanígy a valóság mibenlétébe is csak felszínes bepillantást nyújthatnak. Remélem, hogy a különféle szubjektív élményeken keresztül, ahol csak lehet, sikerül megéreztetni veletek magukat a fogalmakat.

— A belső érzékek bizonyos mértékig megmutatják majd a belső lét valóságát, és az új fejlődési szakaszban Ruburt ezeket az érzékeket hatékonyabban használja, mint azelőtt. Vannak bizonyos változások a kapcsolatteremtésben. Emiatt Ruburt furcsa érzéseket él át.

Ebből a szövegből is csak részleteket közlök, de mialatt ezek a szavak elhangzottak, a hang egyre lendületesebb és nemtelen lett: sem férfi-, sem női hang. Végül megállapodott: magas, tiszta, távolságtartó és szenvtelen volt.

— A Seth-személyiség egy közvetítő, hiteles személyiség volt. A személyiség-Gestaltokról szóló, eddig átadott információ értelmében ennek a fejleménynek érthetőnek kell lennie. Seth az, aki én vagyok, de én több vagyok, mint Seth. Seth mégis önálló, és továbbra is fejlődik, ahogy én is. A tág jelenben létezünk mind a ketten. Van olyan anyag, amit ő tisztábban tud átadni, mint én.

Rob itt felkapta a fejét. Ha nem Seth beszél, akkor ki?

— A legutóbbi üléseken én voltam a szövegek forrása; Seth pedig, ahogy ti ismeritek, olykor néma társként működött közre; segített Ruburnak megtalálni a helyes fordítást, de személyében félreállt. A korábbi üléseken Seth maga fordította le a tőlem kapott szövegeket, hogy Ruburn fogadni tudja.

— Most pihenjete. Seth, ahogy ti ismeritek, mindig része lesz az üléseknek. Ő a kapocs közöttünk, ő az a részem, akit elküldtem hozzátok. Szabad akaratából működött közre.

Itt szünetet tartottunk, és eléggé könnyen visszatértem a transzból. Ez jó alkalom volt arra, hogy elmeséljek Robnak valamit, ami közvetlenül az ülés megkezdése előtt történt. Az az érzésem támadt, mintha egy kúp ereszkedett volna a fejem fölé.

Nem gondoltam azt, hogy egy valóságos, megragadható téridom van ott, de a formáját mégis egész határozottan éreztem. Az alapja olyan átmérőjű lehetett, mint a fejem, és a csúcsa fölfelé nézett, mint a piramisé.

Azóta gyakran tapasztaltam ezt a kúphatást, és mindig az ilyen üléseken. Folytattuk az ülést, és amikor az új hang megszólalt, ismét átéltem azt az elsöprő erejű energiát.

— Mindig is velem voltatok kapcsolatban, bár belőlem csak egy töredéket „látatok”. Ne feledjétek, hogy minden név esetleges; csak a ti kedvetekért használjuk őket. Seth neve vagy az enyém alapvetően nem fontos. Ami fontos, az az egyéniség, és az olyan dolgokban folytatódik, amiről sejtelmek sincs.

— A legfontosabb és az egyetlen alapvető szempontból Seth én vagyok, felruházva bizonyos tulajdonságokkal, melyek az enyéme, s amelyeket a veletek való kapcsolatban használok. Ismétlem: a Seth-személyiség érvényes, független, és része az én identitásomnak. Seth ugyanúgy tanul, ahogyan én.

— Egyszerű hasonlatképpen nevezhettek engem jövődő Sethnek. Seth, egy „magasabb” fejlődési fokon. Ezt persze nem szabad szó szerint értelmezni, mivel mindketten teljesen függetlenek vagyunk, és egyidejűleg létezünk.

— Vannak bizonyos okok, amelyek miatt ez a kapcsolat létrejött. Bizonyos események összekötöttek bennünket, és fordulópontként szolgáltak különböző sze-

mélyiségeink számára. Furcsa mód az, ami most vagyok, összefügg azzal, ami te vagy.

— Léteznek kapcsolódási pontok, amelyeknek semmi közük az általatok ismert időhöz, és amelyek minden személyiségre jellemzőek: új energia forrásai, amelyeket az egyéni Ének erős lelki kapacitása hoz létre néha. Ezeken a pontokon új Én-egységek keletkeznek, s eredetük szikrája az előző mondatban ismertetett módon pattan ki. Ezek aztán szétszóródnak, elindulnak a maguk útján, de a közös eredet és a lelki születés összetartó ereje megmarad.

(Ezen a ponton csillagok születéséről láttam belső képeket — gondolom, azért, hogy felismerhető vizuális fogalmakban jelenjék meg az információ.)

— Ezek a személyiségek teljesen eltérő módokon, különböző dimenziókban fejlődhetnek, de erős vonzás, kölcsönhatás működik bennük. Van egy kapcsolódási pont, ahol a különböző dimenziók között át lehet juttatni a tudást, és Ruburt pontosan azokon a koordinátákon van, ahol az ilyen kommunikáció lehetséges. Hogy miért, annak oly sok oka van, hogy most nem részletezem.

— Ez a kommunikáció, bár a ti időtökben történik, más dimenziókban mégis meghatározza saját személyiségetek úgynevezett „jövőbeli” fejlődését, és a kapcsolat ezekkel a személyiségekkel is felvehető. Én úgy tekintek vissza rátok, mint olyan

Énekre, amelyekből származom, de több vagyok, mint ami ti lesztek, ha túljutottatok az én általam megismert dimenziókon és időn.

— Mert én teljesen elszakadtam tőletek, és a ti fogalmaitok szerint idegen vagyok. Már önmagában az a tény is rendkívüli, hogy egyáltalán kapcsolatba kerülhetek velem. Ha viszont nem tudtatok volna velem kapcsolatba lépni, nem lehetnék az, aki vagyok.

A hang itt nagyon tiszta, erős és hűvös volt; Rob szinte megilletődve hallgatta. — Én azonban több vagyok, mint az a részem, amellyel fel tudjátok venni a kapcsolatot, mert csupán egy részem az, amely megismerte a ti valóságotokat. Rendkívül fontos tehát, hogy ez a szöveganyag ne torzuljon el, mivel a kommunikáció többsége ettől eltérő, sűrűbb szinteken történik — ezek a szintek oly közeli kapcsolatban vannak a ti rendszeretekkel, hogy még a legkevésbé torzított adatok is erős torzítással kerülnek át; a kommunikálók maguk sem veszik észre, hogy olyan valóságokat teremtenek, amelyeket képesek leírni.

— Minden tölem telhetőt megtettem, hogy megértessem veletek a jövőendő ülések alapjait. Seth, ahogy ti ismeritek, mindig az a Seth lesz, akit megismertetek, mert akár önmagam nevében, akár őrajta keresztül beszélek, közöttünk mindig ő lesz a kapocs, az összekötő. Úgy is fog megjelenni, ahogyan megismertétek. Vannak bizonyos érzelmi elemek, amelyek kizárólag az ő lényének sajátjai.

— Az én személyiségstruktúráám teljesen különböző — számomra fölöttébb eredményes, de a ti számotokra ismeretlen. Nem akarom, hogy azt érezzétek: elvettem tőletek egy barátot. Én is barátotok vagyok. Sok tekintetben ugyanaz a barát. Más részeimnek másutt van dolga, mert tudatában vagyok más dimenziókban való létemnek is: számos Énemet figyelemmel kísérem és irányítom.

Az ülés után Rob meg én fenn maradtunk, hogy megbeszéljük a történeteket. — Ez kész örület — mondtam. — A szokásos Seth-üléseken valami olyasmit érzek, mintha Seth venné át az uralmat, bár nem szeretem ezt a kifejezést. Ezzel a mostani személyiséggel viszont kilépek önmagamból, nem tudom, hová, és a testem üres marad. Nem tudom, hogy kerülök oda, akárhol legyen is, és azt sem tudom, hogyan jutok vissza.

Rob bólintott. Mindketten valahogy majdnem szomorúak lettünk. Azt hiszem, attól tartottunk, hogy vége a megszokott Seth-ülések sorának, és valami új veszi át a helyüket. — Különben is — mondta Rob —, hogy hívjuk ezt az új személyiséget? — Tudtuk, hogy ennek lényegében nincs értelme, de mégis úgy éreztük, szükségünk van egy névre, valamiféle megjelölésre. És tulajdonképpen miben különbözik ez az új személyiség Sethtől? Mit tudhat, amit Seth nem tud? — Bár lenne akár férfi, akár nő — mondtam. — Ez a nemtelen személyiség annyira fura.

Néhány kérdésünkre megkaptuk a választ 1968. június 8-án, a következő ülésen, amely sorrendben a 419. volt. Közvetlenül az ülés előtt újra éreztem azt a piramishatást. Kissé zavart mosollyal úgy helyezkedtem el, hogy pontosan ott legyek, ahová a piramis leereszkedett. Az ülésen részt vett egy barátnőnk, Pat Norelli is.

— Megmondtam, kik vagyunk. Mi vagyunk Seth, és akármikor szóltunk, mindig Sethként ismertek bennünket. Ez az entitás még azelőtt keletkezett, hogy a ti időtök létrejött volna. A kezdet kezdetén, sok más entitással együtt szerepe volt abban, hogy az energia formát öltön a fizikai anyagban. Nem vagyunk egyedül ebben a vállalkozásban, mert más, hozzánk hasonló entitások is megjelentek és szóltak már az évezredeitek során.

— A mi entitásunk önálló identitással rendelkező Ének sokaságából áll, s ezek közül sokan dolgoztak már ezen a feladaton. Üzeneteik alapvetően mindig ugyanazok voltak, jóllehet kommunikációjuk idejének és körülményeinek különbségei átszínezhették őket.

— Megtanítottuk az embert beszélni, még mielőtt a nyelv megismerte volna a szótagokat. Mindig a célnak éppen megfelelő személyiségjegyeket öltjük magunkra, mert a mi valóságunkban teljes belső Ének egész tárháza áll rendelkezésünkre, és mi valamennyien Seth vagyunk. Arra törekszünk, hogy lefordítsuk a valóságokat olyan fogalmakra, amelyeket megérthettek. Arcunk és alakunk változhat, de alapvetően

mindig ugyanaz vagyunk. Sokan nem nyilvánultak meg földi testben; én sem. Az univerzumok végtelenjében szórtuk szét magunkat, mint a vetőmagot.

— Fizikailag kisebb tömegnek látnál engem, mint egy szem mogyorót, mert az energiám rendkívül koncentrált. Intenzív tömegként létezik, talán mint egy végtelen sejt, amely egyszerre van jelen a dimenziók végtelenjében, és saját valóságából nyúl át az összes többibe.

— Mégis, ebben a csekély tömegben az intenzitás emlékeket és tapasztalatokat hordoz, amelyek egymásban helyezkednek el, mint az elektromágneses tekercsek, s ezeken keresztül utazni vagyok képes — áthelyezkedhetem például más Énjeimbe, amelyeket ismertem, s melyek identitásom részei, és gyönyörűségesen szabadok; mert ti sem teljes személyiségként léteztek emlékezetemben, hanem növekedtek benne.

— Növekedtek emlékezetemben, miként a fa növekszik a térben, és ahogy változtok, úgy változik az én emlékezetem is. Veletek kapcsolatos emlékezetem magában foglalja lehetséges Énjeiteket is, és mindezek a koordináták egyidejűleg léteznek egy olyan pontban, amely teret nem foglal el.

— Megmondtam neked, hogy Ruburt személyisége úgy működik, mint egy görbület a dimenziók között. Bizonyos koordinátákon, bizonyos pontokon mintegy átjáróként szolgál. A személyiség általában sok valóságban létező összetevőkből áll, és

csúcspontot képez. Az ablak nem láthat át önmagán, de te átláthatsz az ablakon. Ruburt személyisége átlátszó ebből a szempontból.

A következő ülés megmutatta, mekkora különbségeket jelent ez az új fejlemény. Voltak percek, amikor rettenetesen meg is rémültem. De mégis új élmények lehetőségét nyitotta meg előttünk, és példát adott még egy jelenségre, amely az ülések kezei között előadódhat.

Barátunk, Phil — az ügynök, akiről meséltem már — benézett egy este; az ülést szokás szerint kilenckor kezdtük. Seth bizonyos üzleti ügyekről beszélt Philnek, és válaszolt Phil néhány kérdésére. A szünetben aztán megéreztem a már ismerős piramiseffektust, és amikor folytattuk, a másik személyiség szólalt meg.

Seth mély hangja és eleven gesztusai után a különbség meglepte Philt, aki ezt az új személyiséget nem hallotta még. A testem olyan lett, mint egy bábu, az arcom kifejezéstelenné vált. Közvetlenül a hang megszólalása előtt éreztem, hogy a tudatom eltávozik a láthatatlan piramison keresztül, mint a huzat a kéményben. De semmi jele nem mutatkozott annak, hogy ezen kívül bármi más fog történni.

A hang ezt mondta: — Olyanok vagytok, mint a játszadozó gyermekek, és azt hiszitek, hogy ezt a játékot játssza mindenki. A fizikai élet nem törvényszerű. Identitás és tudat sokkal korábban is létezett, mint hogy a ti Földetek létrejött volna. Fizikai testeket láttok, és azt feltételezitek, hogy minden személyiségnek fizikai formában

kell megjelennie. Az anyag mögött a tudat a hatóerő, és a tudat a fizikai valóság mellett sok másféle valóságot is megteremt. Csak azért tűnik úgy nektek, hogy a fizikai valóság a létezés törvényszerű módja, mert érzékelések korlátozott.

— Jelenlegi tudatotok forrása és ereje sohasem volt anyagi természetű, és ott, ahol én vagyok, sokan nem is tudnak arról, hogy ilyen anyagi rendszer létezik. Az anyagi rendszer illúzió, de el kell fogadjátok, és ebből a nézőpontból kell megpróbálnotok a rajta túl lévő valóságokat megérteni. Az illúzió valóságos, hiszen létezik. A ti valóságotok nem azonos az enyémmel, és részben azért veszek részt ezeken az üléseken, hogy megismertessem a Ruburnak nevezett a belső utazással. El kell hagynia a fizikai rendszert, s közben meg kell tapasztalnia, el kell sajátítania bizonyos szokásokat és pályákat, amelyek előnyösen felhasználhatók.

Ezen az utolsó mondaton akkor senki sem gondolkodott el különösebben, csak később, az ülés további fejleményeinek ismeretében. A hang még szólt egy darabig, és én elég nehezen tudtam „visszatérni”. Mintha valahol magasan, a sötétségben függtem volna, de azt is éreztem, hogy Seth ott van a közelemben. Eltelt néhány perc. Hirtelen Seth jött át, hangosan és tisztán. A két személyiség között akkora volt a különbség, hogy még Rob is összerendezte tőle. Seth tréfálkozni kezdett. — Most, hogy a „Nagy Testvér” elmondta a magáét, visszahozom közétek Ruburntot.

Miután Seth átjött, elég könnyen kijutottam a transzból. Pár percig beszélgettünk, aztán folytatódott az ülés, és elkövetkezett életem egyik legkülönösebb élménye. Eléggé nehéz leírni, ezért először azt idézem, amit a „másik” hang mondott.

— Saját identitásotok és valóságotok belső részeit nem ismeritek, mert nem tudjátok tárgyasítani őket, és ezért számotokra nem érzékelhetők. Annyi energiát használtok fel ezekre a fizikai produkciókra, hogy a sajátotokon túli más valóságok érzékelésére már nem jut. Mint az építőkockával játszó gyermekek, figyelmetek fókuszában a fizikai építőkockák állnak.

— Érzékelhetnétek más alakokat és formákat is, de nem érzékelitek. Még én is, amikor más valóságokról beszélek nektek, kénytelenségből az „alak” és „forma” szavakat használom, különben nem értenétek meg. Megkaptátok tőlünk a matematikát; ez az igazi matematikának csak halvány árnyéka, mert itt is ragaszkodtok a valóság korlátok közé szorításához. A fejlődés számotokra nagyobb építőkockák létrehozásából áll. Közülünk mégsem gondol senki arra, hogy mérgesen félrerúgja kockaépítményeiteket, vagy rátok szóljon, hogy tegyétek már el a gyermekjátékokat — bár egy napon ezt fogjátok tenni.

— Később, még a ti időtökben mindannyian úgy fogtok lenézni erre a fizikai rendszerre, mintha apró ablakon bekukucskáló óriások néznék azokat, akik átveszik a helyeteket, és mosolyogni fogtok. De nem akartok majd ott maradni, sem vissza-

kúszni az apró nyílásokon. Mi óvjuk az ilyen rendszereket. Alapvető, ősi tudásunk és energiánk automatikusan mozdul, hogy tápláljon minden rendszert, amely fejlődik.

Ekkor felsikoltottam, és hevesen reszketni kezdtem. Rob azt hitte, hogy felborul velem a súlyos hintaszék. Rob és Phil talpra ugrott, Phil fel is rúgta a padlóra tett söröspoharát. Rob a kezemet dörzsölgette, és megpróbált visszahozni a transzból.

Most a saját jegyzeteimből idézek, amelyeket még aznap vetettem papírra.

Amikor a személyiség a fizikai valóságot a gyermekek építőköckáihoz hasonlította, azt mondta, hogy a mi jövőnkben az egyének úgy térnek majd vissza lenézni a fizikai valóságra, mintha óriások kuporodnának le a padlón játszózó gyerekeket figyelni. (Miközben a hang beszélt, nekem természetesen csukva volt a szemem, de később elolvastam Rob jegyzeteit az ülésről.) És valahol ekkor, ezen a ponton megláttam egy óriás arcát, amint bekukucskál a nappalinkba; arca betöltötte az egész ablakot.

A következő pillanatban a saját testem, meg a szoba, meg minden, ami benne volt, elkezdett irtózatoss méretűre növekedni. A testem hatalmasra duzzadt. Éreztem, ahogy a belső szerveim egyre nagyobbak lesznek. Ezzel egy időben a bútorok is, meg minden egyre nagyobb és nagyobb lett. Mintha a szoba akkora volna, hogy magába foglalhatja az egész várost. De minden arányosan növekedett meg, megtartva eredeti alakját.

Nem azt éreztem, *mintha* ez történne. Számomra ez *meg történt*, a szó szoros értelmében. Pánikba estem, és kiabálni kezdtem. Jó pár perc eltelt, míg Rob vissza tudott hozni a transzból, de addigra már el is szégyelltem magam a gyávaságom miatt.

Rob aggódott miattam, nem volt benne biztos, hogy folytassuk-e az ülést, de én már igazán röstelltem, hogy ekkora ribilliót csaptam, és azt is tudtam, hogy ez az élmény fontos volt. Visszatértem a transzba, de csakhamar újból abba kellett hagynom.

Most Rob jegyzeteiből idézek; ezeket közvetlenül az ülés folytatása előtt írta le.

Reméltem, hogy ezzel vége az ülésnek, de nyilvánvaló volt, hogy Jane folytatni akarja, vagy legalábbis kész folytatni, a nyugtalanító élmény ellenére is. Megpróbáltam lebeszélni róla, de a szeme minduntalan lecsukódott.

— *Megyek a másik valaki felé — mondta. — Most haladtam el Seth mellett, aki valami tréfásat mondott, olyasmit, hogy ez milyen óriási élmény.*

— *Miért nem jössz vissza? — kérdeztem.*

— *Nem tudom, hogyan kell — felelte Jane.*

22 óra 55 perc. Jane a már ismerős, erős, hűvös, tiszta, rendkívül távolságtartó hangon folytatta.

— A fizikai valóság építőkövei nagyon valóságosnak tűnnek annak szemében, aki benne van a perspektívájukban. Ruburt rendszerek közötti utazást élt át. Ez nem

szükségszerűen volt kellemetlen, csak ő élte át így. Először egy mikroszkopikus kalandban volt része. A tudat nem foglal el teret — ezt jól meg kell értened. Aztán visszalépett a ti rendszeretekbe, a fizikai építőkockák közé, és a kontraszt miatt ez a rendszer ijesztően nagynek tűnt számára.

— Amikor kapcsolatot teremtünk, Ruburt tudata és személyisége koncentrált formában útra kel — a ti fogalmaitok szerint valahogy úgy, mint egy porszem a világűrben -; a tudat a lényegére redukálódik. Aztán ebből az élményből visszajejtjük a fizikai rendszerbe. A gyerekek építőkockái az ellentét miatt óriásinak tűnnek — az élmény a fogalmakkal volt kapcsolatos.

A fenti monológ alatt szubjektív élményeim folytatódtak. Most sem tudtam, mit mond a hang, csak később jöttem rá, hogy élményeim párhuzamosak voltak a szöveg értelmével. Néhány részlet a feljegyzéseimből:

Megéreztem fizikai világunk mikroszkopikus voltát, összehasonlításában... nagyon nehéz ezt szavakba foglalni. Ezt egy átmeneti elhagyatottságérzés kísérte — azt hiszem, az én elhagyatottságom. Mielőtt ez a személyiség megszólalna, mindig érzem azt a piramist a fejem fölött. Általában azon keresztül „emelkedem fel”. Ezúttal viszont, fenn, a piramis csúcsánál megláttam ugyanazt az óriási fejet, amint lenéz rám és a szobára, mintha mikroszkópon át szemlélné. Ha ez azt jelentette, hogy a szoba és minden, ami benne van, ezúttal zsugorodni

fog, ahogy az előbb megnövekedett — márpedig elmondhatom, hogy éppen ez történt —, hát én nem voltam felkészülve erre az élményre.

Kerestem a hangomat, hogy megmondjam Robnak: fejezzük be az ülést, de hangomat a másik személyiség használta. A fentiekben az „én” szót használom ugyan, de „én” annyira része voltam az eseménynek, hogy nehéz lett volna elválasztani magamat tőle. Most, hogy ki akartam szabadulni, ismét megpróbáltam használni a hangomat.

Ezúttal „önmagamra találtam”, összeszedtem magam, és amikor a másik személyiség egy pillanatnyi szünetet tartott, megleltem a hangszálaimat is. Körülbelül itt történt, hogy megláttam a piramison át lefelé bámuló, óriási arcot. Az előző esetben akaratlanul felsikoltottam. Most rájöttem, hogy megszólalhatok, és véget vethetek az élménynek. Sethtel ilyen kérdések föl sem merültek. Ő nem gyakorolt rám nyomást, hogy folytassam az ülést, most viszont meg kellett tanulnom, hogyan fejezhetem be saját akaratomból.

Nem hiszem, hogy ez a másik személyiség megértette volna: ez az élmény számomra kellemetlen, vagy akár, hogy ezek a szavak bármit jelentettek volna számára. Az információt ilyen és ilyen módon kell átadni, és pont. Neki ennyi volt az egész. Azt sem tudom, felfigyelt-e egyáltalán a reakcióimra.

Rendkívül megrázó volt. Ha egy pszichológus azt állítja, hogy az egész merő hallucináció, akkor is el kell ismernie, hogy korántsem volt véletlenszerű, ha-

nem jól, célratörő és hatásos módon meg volt rendezve. A növekedési epizódban még rémítőnek éreztem, hogy összeolvadok a mozgással. Mindent összevetve azt hiszem, a második epizódban elég jól reagáltam: amikor úgy éreztem, hogy ennyi elég egy estére, véget vetettem neki. Másodszor már nem hagytam magam ide-oda dobálni, és amikor megsejtettem, milyen élmények várhatók még, megszüntettem a transzállapotot. Tehát tanultam az első esetből.

Ez az ülés több, mint egy évvel ezelőtt volt. Szokásos Seth-üléseink ma is folytatódnak, ez a másik személyiség csak néha szólal meg. Őt Seth Kettőként szoktuk emlegetni. Az ő ülésein gyakran kerülök valamilyen szubjektív élmény közepébe, de már megtanultam, mit kezdjek magammal, ha ez bekövetkezik. Egy szünetben például Rob fölvetette a kérdést, vajon milyen lehet anyagtalannak lenni. Amikor folytattuk az ülést, hirtelen lebegő állapotban találtam magam, tökéletesen a tudatom birtokában, éberem, de testtelenül, az űrben. Amennyire meg tudtam állapítani, nem volt alakom, de tökéletes mozgási szabadságot élveztem — mintha tudatos levegő lettem volna. Ez alkalommal nem ijedtem meg, mert rájöttem, hogy ez a válasz Rob kérdésére. Miközben én ezt éltem át, a szenvtelen, ritmikus, szenvtelen hang elmagyarázta, milyen a nem fizikai lét.

A két személyiség közötti különbség kiváltképp szembetűnő volt az egyik közelmúltbeli ESP-csoporton, amikor Seth a legjobb formáját mutatta, a csoport minden

egyes tagja iránt egyenként érdeklődött. Mint ilyenkor mindig, a mimikám rendkívül eleven volt, és megvoltak Seth jellegzetes gesztusai is. Miután minden egyes jelenlévővel beszélt egy percet, Seth némi humorral így folytatta: — Remélem, megnyerő, behízelt a személy, aki idejár; jellemvonásai olyanok, hogy viszonyulni tudtok hozzájuk.

— Ezek a jellemvonások a sajátjaim: valóban az vagyok, akinek mondom magam. És mégis, az a Seth, akit ismertek, csak egy része teljes valóságomnak: az a rész, amelyik létezett fizikai formában is, és így megérti problémáitokat.

— De ezen az Énen túl létezik egy másik Én és ismét egy másik, amelyeknek teljesen tudatában vagyok. És annak az Énnak a számára az anyagi valóság csupán olyan, mint egy lehellet, vagy egy füstpamacs a levegőben. Annak az Énnak nincs szüksége azokra a jellemvonásokra, amelyeket ismertek és énhozzám kapcsoltok.

A hang telten, harsányan zengett. Aztán csend lett. A másik személyiség ekkor jelent meg először a csoport előtt. Seth minden gesztusa, jellegzetes manírja egyszeriben eltűnt. Az a magas, nem nélküli, hűvös hang szólalt meg. Szinte dallamos volt, hajlítások nélkül, különálló hangjegyekként szóltak az egyes szavak. — Ez az Én azt mondja nektek: az emberi valóságon túl létezik még valóság, és olyan élmény, amely nem önthető szavakba, és nem fordítható le emberi fogalmakká.

— Ez az élmény talán hidegnek tűnik számotokra, de ez a kristályosan tiszta létezés, ahol a tapasztaláshoz nincs szükség időre; ahol a belső Én magában foglal minden emberi tudást, amelyet különböző létezéseken és reinkarnációkon keresztül összegyűjtött, mert az mind elkódolódott, és kitörölhetetlenül létezik. Ti magatok is léteztek ebben a valóságban.

— Tanuljátok meg, hogy fizikai atomjaitokban ott zeng még minden tudás eredete, és minden emberi vonás, amelyet magatokban megismertetek, itt is létezik.

— Tehát én Seth vagyok, aki túl van az általatok ismert Sethen. És bennem zeng még ennek a Sethnek minden tudása és vitalitása. A ti fogalmaitok szerint én az eljövendő Seth vagyok, de számomra ezek a megjelölések semmit sem jelentenek.

— Mentális képeket adtunk nektek, és e képek alapján megtanultátok olyanná formálni a világot, amilyennek ismeritek. Áadtuk nektek a bonyolult, összetett, szent mintákat, amelyek alapján megalkothatjátok az általatok ismert összes anyagi dolgot.

— Agyatok legapróbb sejtje is a tőlünk kapott tudatminták alapján nyert formát. A teljes rendszert mi kezdeményeztük. Mi tanítottunk meg benneteket a valóság formálására.

18.

AZ ISTEN FOGALMA — A TEREMTÉS - A HÁROM KRISZTUS

Röviden: az alábbi bekezdések tartalmazzák Seth Isten-fogalmának sarkalatos pontjait.

— A ti fogalmaitok szerint nem ember, bár megjárta az emberi fejlődés lépcsőfokait; itt a buddhista mítosz jobban megközelíti a valóságot. Ő nem egyetlen egyén, hanem egy energia-Gestalt.

— Ha emlékszel, mit mondtam a világegyetem tágulásáról: hogy annak semmi köze a térhez, akkor talán halványan érzékelheted a tudat állandó kölcsönhatásban álló, állandóan táguló lelki piramisának létezését, amely egyszerre és az időn kívül teremt világokat és egyéneket, akik a személyes látásmód által kapnak állandóságot, lelki belátást, intelligenciát és örök érvényességet.

— Ezt az abszolút, állandóan táguló, időtlen lelki Gestaltot, ha tetszik, nevezheted Istennek. Léte annyira bizonyos, hogy állandóan feloldhatja és újrateremtheti önmagát.

— Energiája felfoghatatlan: valóban ő teremt minden univerzumot; mivel energiája benne van minden univerzumban, rendszerben, dimenzióban, és ott van mindegyik mögött, valóban tud minden lehulló verébről, hiszen *azonos* minden lehulló verébbel.

Mint már említettem, a Seth-szövegek nem kerülnek ki a mélyebb kérdéseket, amelyek a tudat és a valóság „eredetével” foglalkoznak. Szerintem az anyagnak ez a része megállja a helyét korunk legjobb metafizikai írásai között. Ebben a fejezetben részleteket közlök a 426., 427. és 428. ülés szövegéből, ahol Seth először magyarázta el mélyrehatóan a teret, az időt és a lehetséges valóságokat, aztán lépésről lépésre elérkezett Istenig.

— A térről és az időről való fogalmaitokat az életfolyamatok összességén belül az emberi idegrendszer határozza meg.

— Az álcázást a belső Én oly ügyesen hajtja végre, hogy figyelmeteket szükség-szerűen a megteremtett fizikai valóságra kell fókuszálnotok. A pszichedelikus szerek megváltoztatják az idegrendszer működését, így valami sekély bepillantást adhatnak más valóságokba.

— Ezek a valóságok természetesen akkor is léteznek, ha nem érzékelitek őket. Az „idő” tulajdonképpen abban létezik, hogy az impulzusok elérik az idegvégződéseket. Azután kihagyásokat is érzékeltek, és ez nem egyidejű, nem szimultán folya-

mat. A múlt, a jelen, a jövő azért tűnik oly meggyőzőnek és logikusnak, mert az egyes érzékelt események között megszakításoknak kell lenniük.

— Sok más személyiségstruktúrában nincsenek ilyen kihagyások. Az események ott egyszerre érzékelődnek. A reakciók is majdnem azonnaliak a ti fogalmaitok szerint. A növekedés és a feladatmegoldás sem a ti fogalmaitok szerint, nem időbeli fejlődéssel és gyarapodással megy végbe, hanem intenzitásban. Az ilyen személyiség nemcsak arra képes, hogy a ti jelen időtökben érzékelje, mondjuk, X eseményt, hanem arra is, hogy megélje és megértse ennek az X eseménynek minden kihatását és valószínűségét.

— Nyilvánvaló, hogy ezeknek a személyiségeknek sokkal többre van szükségük, mint az az idegrendszer, amelyet ti használtok. A ti idegrendszeretek anyagi természetű, de belső képességeitekre, a „mostaniakra” alapul. Ez az idegrendszer a belső lelki rendszer materializációja. Sok más személyiségi struktúrának nincs szüksége *materializálódott* érzékelő rendszerre, de a belső lelki szervezet mindig megvan.

— A ti időtöket — ahogy ti érzékelitek: a múltat, a jelent, a jövőt — ezek a személyiségek egyöntetűen jelenként érzékelnék. Más személyiségsszerkezetek számára viszont a ti múltatok, jelenetek és jövőtök egységesen múltként volna érzékelhető.

— A múltat, a jelent és a jövőt képzeld úgy, mint a tapasztalatok egyetlen egyenes vonallal megrajzolt ábrázolását; de ez a vonal a végtelenségig folytatódik. Más személyiségstruktúrák, más dimenziókból tehát elvileg végtelen számú nézőpontból megfigyelhetik. De ennél sokkal többről van szó. Az egyetlen, egyenes vonal, amely a fizikai tapasztalatot jelképezi, csupán egy fonál a felszínen, amelynek mentén látszólag haladsz. Te csak a fonalat érzékeled, tehát amikor más dimenziókat képzelsz el, arra kényszerülsz, hogy a megfigyelőket a fonal fölött, a magasban képzeld el, amint valamely nézőpontból lenéznek a fonaladra.

— A valóságban, ha végigvisszük ezt a képet, szigorúan a hasonlat szintjén, akkor a saját fonalad alatt és fölött végtelen számú más fonál húzódik, amelyek mind ugyanazt az elképzelhetetlenül csodálatos hálózatot alkotják. Sőt: ezek a fonalak nemcsak egy-, hanem többdimenziósak, tehát ha tudnád a módját, lehetséges volna egyikről átugrani a másikra. Akkor nem lennél arra kényszerítve, hogy egyetlen fonalat kövess végig egyenesen.

— Mármost: léteznek olyan személyek, akik meg tudják tenni ezt. És minden ilyen úgynevezett ugrás új fonalat alakít ki. Folytatva hasonlatunkat, képzeld el, hogy te vagy az A-nak nevezett Én. A fizikai valóságban az A fonálon indítunk el, jöllehet sok más fonálon is végighaladtál már, míg eljutottál oda, ahol most vagy.

— Ha nincs ugrás, vagy akár átlagos fejlődés, akkor az A Én az A fonál vékony sávján halad a végtelenségig. Egy ponton azonban az A fonál átváltozik B fonállá. A B fonál ugyanígy átváltozik C fonállá, és így tovább. És egy felfoghatatlan ponton valamennyi fonál összefut. Mármint, az A fonálon haladó A Én a maga jelenében nem tud a többi fonálon haladó „jövendő” Énjeiről. Csak akkor ismerheti fel ezt a különös struktúrát, amelyben utazik, ha találkozik egy másik Énjével.

— Létezik viszont egy Én, aki végigutazta már ezeket az utakat, és akinek csupán része az összes többi Én. Ez az Én álmaiban és egyéb, megváltozott tudatállapokban kapcsolatban áll a többi, „felsőbbrendű” Énnel. Miközben ez az Én a tapasztalatok és az élmények beteljesítése során gyarapodik, tudatosíthatja magában a többi fonál mentén haladó utazók létét: ezeket az ő jövendő Énjeiként foghatja fel.

— Mindez bonyolultnak hangzik, de csak azért, mert szavakkal kell kifejeznünk. Remélem, hogy képes leszel intuitív módon megérteni. „Időközben” az általános, a teljes Én új tevékenységi fonalakat alkot, és a hálózatot, a rendszert, amelyet „hátrahagy”, mások is használhatják.

— A cél egész egyszerűen a *létezés*, szemben a nemlétezéssel. Azt mondom nektek, amit tudok, és nem sok minden van, amit nem tudok. Tudom, hogy segítséget kell nyújtani egymásnak, és hogy a táguulás, a növekedés segíti a létezést.

— Mármost, bár ez önellentmondásnak tűnhet, *van nemlétezés*. Ez nem a semmi állapota, hanem egy olyan állapot, amikor a valószínűségek és a lehetőségek adottak ugyan, de el vannak zárva attól, hogy megnyilvánuljanak.

— Abban, amit történelemnek neveztek, halványan, alig felidézhetően volt egy ilyen állapot. Ez a győtrelem állapota volt, amikor a teremtés és a lét erői önmagukban már ismertek voltak, de létrehozásuk módja még nem.

— Ez volt az a lecke, amelyet *Minden Létező*nek meg kellett tanulnia. Ez a győtrelem a teremtés őseredete, és tükröződései ma is láthatók.

Seth azt a szót, hogy „Isten”, takarékosan használja — többnyire olyankor, ha diákokhoz beszél, akik a teológiai fogalmakhoz szoktak hozzá. De általában így emlegeti: „Minden Létező”, vagy „Elsődleges Energia-Gestaltok”.

— Ennek a szövegnek egy része szükségszerűen eltorzul, mert az idő fogalmai szerint kell elmagyaráznom, hogy megérthessétek. Tehát a kedvetekért valami leírhatatlanul távoli múlttól fogok beszélni, amikor ezek a dolgok történtek.

— *Minden Létező* őrzi az emlékeket abból az állapotból, és ez állandó gerjesztő erőként szolgál — a ti fogalmaitok szerint — a megújuló teremtés érdekében. Ennél fogva minden egyes Én őríz emlékeket abból az állapotból, hiszen *Minden Létező* részei. Ezért van az, hogy a tudat minden egyes elemi részecskéjében ott működik a hajtóerő a megmaradás, a változás, a fejlődés és a teremtés iránt. Nemcsak, hogy

Minden Létező törekszik további létre mint elsődleges tudat-Gestalt: minden részében működik ez az eltökélt vágy.

— Mégis maga a gyötrelem lett az eszköz, maga a gyötrelem volt az az erős ösztönző erő, hogy *Minden Létező* megismerje önmagában a *létezést*.

— Ha — bár ez lehetetlen — *Minden Létező* megsemmisülne, csak a legapróbb részecskéje maradna fenn, *Minden Létező* akkor is folytatódna, mert a legkisebb részecskéjében is megvan a teljesség ismerete, tudása. *Minden Létező* így óvja Önmagát, így óv mindent, amit eddig teremtett és a szüntelen teremtést.

— Amikor *Minden Létező*ről beszélek, értenetek kell az én helyemet Benne. *Minden Létező* nem ismer mást. Ez nem azt jelenti, hogy nem lehetséges többet ismerni. Nem tudja, hogy létezik-e rajta kívül még ugyanolyan lelki Gestalt, mint amilyen Ő. Ha léteznek ilyenek, Ő ennek nincs tudatában. Állandóan keres. Tudja, hogy valami létezett az ő alapvető dilemmája előtt is, amikor még nem tudta megvalósítani Önmagát.

— Elképzelhető tehát, hogy *Minden Létező* — a ti fogalmaitok szerint — oly régen vette kezdetét, hogy eredetét már elfelejtette: hogy egy másik Elsődlegesből bontakozott ki, amely — ismét a ti fogalmaitokat használva — régen továbbment a Maga útján. Vannak tehát kérdések, amelyekre nem felelhetek nektek, mert a rendszerben, amelyben létezünk, nincs meg rájuk a válasz. Annyit tudunk, hogy a mi

Minden Létezőnk rendszerében a teremtés folytatódik, és a fejlődés sohasem áll meg. Következtethetünk rá, hogy más rendszerekben, amelyekről nem tudunk, ugyanez igaz.

— A megnyilvánulás keresésének kínja jelenthette *Minden Létező* vajúdását, a szülési fájdalmakat. Képzeld most el, hogy benned van a világ összes remekműve, minden szobor és minden festmény, hogy valóságként ott lüktetnek benned, de nincs anyagod, nincs tudásod, hogy megvalósítsd mindezt, és gyötörne a vágy, hogy létrehozod őket. Ez neked mint festőnek [ez természetesen Robnak szólt] talán mikroszkopikusan kis méretekben érzékletessé teheti, mekkora kín és milyen hajtóerő működött.

— Vágy, kívánság és várákozás uralkodik minden mozgáson, és ez az alapja minden valóságnak. *Minden Létező*ben tehát a teremtés kívánsága, vágya és várákózása minden más lét előtt létezett már. E vágyak és várákózások ereje, vitalitása a ti fogalmaitok szerint annyira tarthatatlanná vált, hogy *Minden Létező*nek meg kellett találnia a megvalósítás módját.

— Más szóval: *Minden Létező* a létnek egy bizonyos állapotában létezett, de azok nélkül az eszközök nélkül, amelyekkel létét kifejezhette volna. Ez volt a gyötrellem állapota, amelyről beszéltem. Mégis kétséges, hogy enélkül a koncentrált vágyakozás nélkül *Minden Létező* eléggé összpontosítani tudta volna összes energiáját

ahhoz, hogy megteremtse a valóságokat, amelyek a valószínűség ideavilágában Őbenne voltak.

— A gyötrelem és a teremtés kínja jelentette az Ő számára saját valóságosságát. Más szóval: az érzések mint belső élmények kellően bizonyították *Minden Létező* számára, hogy *van*.

— Kezdetben, a ti fogalmaitok szerint minden valószínű valóság ködös álmoként létezett *Minden Létező* tudatában. Később ezek a gomolygó „álmok” egyre részletesebbé és elevenebbé váltak. Az álmokat meg lehetett különböztetni egymástól, mígnem *Minden Létező* tudatos figyelme rájuk irányult. És kíváncsisága és vágyakozása folytán *Minden Létező* több figyelmet fordított álmaira.

— *Minden Létező* ekkor tudatosan mind több és több részletet adott nekik, vágyott a sokféleségükre, és megszerette azokat, amelyek még nem különültek el Tőle. Tudatot és képzeletet adott a személyiségeknek, amikor még csak az Ő álmaiban léteztek. Ők is megtanulták, hogy valóságosak legyenek.

— A lehetséges létezők rendelkeztek már tudattal a ti fogalmaitok szerint már kezdetben is, sőt minden kezdet előtt. Követelték, hogy kibocsáttassanak a létezésbe, és *Minden Létező* az Ő kimondhatatlan kegyelmében megkereste Önmagában ennek a módját.

— Hatalmas képzeletével *Minden Létező* megértette a tudat kozmikus szaporodását, amely e keretek között nem mehetett végbe. Ahhoz, hogy ezeket a lehetőségeket világra segítse, valóságra volt szüksége. *Minden Létező* látta ekkor a lehetséges, tudatos egyének végtelen sokaságát, és előre látott minden lehetséges fejlődést, de mindezek Önmagán belül voltak bezárva, amíg meg nem találta az eszközöket.

— Ez volt a ti fogalmaitok szerint az elsődleges kozmikus dilemma, amellyel *Minden Létező* mindaddig küzdött, amíg *Minden, Ami Volt*, tökéletesen be nem kapcsolódott, be nem burkolódott ebbe a kozmikus problémába.

— Ha nem oldotta volna meg, *Minden Létező*nek az önmagában örvénylő örüléssel kellett volna szembenéznie. Szó szerint értelmetlen valóság, egy elvadult világmindenség keletkezett volna.

— A készítés két forrásból eredt: a tudatos, de még csak lehetséges egyéni Ének felől, akik Isten álmában eleven létre ébredtek, és az Isten felől, aki arra vágyott, hogy szabadon bocsássa őket.

— Másrészt viszont elmondható, hogy ez a készítés csupán Isten részéről állt fenn, hiszen a teremtés az Ő álmában létezett, de az ilyen elsődleges piramis-Gestaltokban olyan óriási erő lakozik, hogy még álmaikban is van vitalitás és valóság.

— Ez tehát a dilemmája minden elsődleges piramis-Gestaltnak: Ő teremti a valóságot. Minden egyes tudatban felismerte a benne rejlő óriási lehetőséget. És ekkor meglettek az eszközök. Fel kellett szabadítania álmából a teremtményeket és a lehetőségeket.

— Ha ezt megteszi, valóságosságot ad nekik. Csakhogy ez együtt járt saját tudata egy részének elvesztésével, hiszen ebben a tudatrészben tartotta fogva őket. *Minden Létezőnek* engednie kellett. Saját teremtményeiként gondolt ugyan ezekre az egyénekre, közben mégis Önmaga részeiként tartotta őket, és megvonta tőlük a valóságosságot.

— Ahhoz, hogy az egyéneket felszabadítsa, el kellett veszítenie Önmagának azt a részét, amely teremtette őket. Nem tudta már áttekinteni azt a számtalan valószínűséget, amely minden egyes tudatban felmerült. Szeretettel és vágyakozással elengedte Önmagának azt a részét, és a teremtmények szabadok lettek. A teremtés villanásában felrobbant a lelki energia.

— *Minden Létező* tehát ebben a teremtmény mozdulatban elvesztette Önmaga egy részét. *Minden Létező* szereti minden teremtményét, a legapróbbikat is, mert felismeri, mennyire drága és mennyire egyszerű minden egyes tudat, amelyet ilyen körülmények között, ekkora áron teremtett. Diadalmas és boldog minden egyes tudat

fejlődése láttán, mert ez hozzátesz a diadalhoz az alapállapothoz képest, és örül minden teremtménye legcsekélyebb kreatív cselekedetének is.

— *Minden Létező* önmagából és abból az állapotból életre keltette a lehetőségek végtelenjét. Győtrelemben megtalálta a módot, hogy önkifejezés útján szabadságot adjon, és ezáltal létrehozta az egyedi tudatokat. Jogosan örvendezik tehát. Mégis, minden teremtmény emlékezik eredetére, és most *Minden Létező*ről álmodnak, ahogyan azelőtt *Minden Létező* álmodott róluk. És a hatalmas forrás felé kíváncsiak, és vágyaik arra irányulnak, hogy saját alkotásaik által felszabadítsák Öt, és valóságosságot adjanak Neki.

— A mozgató erő még mindig *Minden Létező*, de az egyéniség nem illúzió. Most ugyanilyen módon és ugyanebből az okból adsz szabadságot a személyiségtöredékeknek álmaidban. Ugyanebből az okból teremtesz, és benned van, mint mindenben, az ős győtrelem emléke — az alkotás iránti vágy: az a törekvés, hogy minden lehetséges tudatot kiszabadíts a létezésbe.

— Az én küldetésem az, hogy nektek segítsek, és a ti időtök évszázadain át mások is jöttek ezzel a küldetéssel, mert miközben fejlődtek, ti is alkottok új dimenziókat, és *ti is* segíteni fogtok másokat.

— Köztetek és *Minden Létező* között sohasem szakad meg a kapcsolat; az Ő figyelme annyira finom és éles, hogy valóban az Ős teremtmény szeretetével fordul minden egyes tudat felé.

— Ennek az ülésnek a szövegét többször is el kell olvasni, mert vannak benne olyan vonatkozások, amelyek első alkalommal nem nyilvánvalóak.

Más szavakkal: Seth szerint a valóság teljes rendszerében sokkal több minden van, mint az általunk ismert fizikai rendszerben végbemenő reinkarnáció és fejlődés. Sok ülésen foglalkoztunk a többi valósággal és a „kozmológiával”, amire ez a könyv terjedelmi okok miatt nem térhet ki. Az egyik legfontosabb pont szerintem az, hogy Isten maga sem változatlan. A Seth-szövegek nagy része foglalkozik a tudat szerkezetével és lehetőségeivel, ahogyan a molekulákban, az emberben és a piramis-energia-Gestaltokban megjelenik. Mindezek szoros összefüggésben állnak egymással egy kozmológiai mozgásrendszerben. De, mint Seth mondja: — Még ez a mindenekfölötti piramis-Gestalt sem állandó, nem mozdulatlan. Istenfogalmaitok legtöbbje statikus Istent feltételez, és éppen ez az egyik legfőbb hibája az emberi teológiának. Ennek a Gestaltnak tudata és tapasztalata is állandóan változik és növekszik. Nincs állandó Isten. Mire kimondjátok: „Ez Isten”, addigra Isten már valami más. Az „Isten” szót csak az egyszerűség kedvéért használom.

— *Minden Létező* minden egyes része állandóan változik, összezárul és kibomlik. *Minden Létező* Önmaga megismerésére törekszik, és Önmagának mindig új meg új változatait hozza létre. Mert Önmaga keresése teremtő folyamat, és ez áll minden mozgás középpontjában.

— Az entitások, mivel lényegük a mozgás, mindig gyorsak és változékonyak. Korlátaik nem önkényesek. Bizonyos személyiségek egynél több entitás részei is lehetnek. Mint a halak, több folyamban is úszhatnak, és minden összefüggésükre vonatkozó tudás megvan bennük.

— Minden személyiség önmagában is képes entitássá válni. Ehhez az energia-intenzitások használatának magas fokú ismeretére van szükség. Ahogy az elemi részecskéknak, az atomoknak is van saját mozgásuk, ugyanúgy van a pszichológiai struktúráknak is.

— Az önmaga megismerésére törekvő tudat tehát ismer téged. Te pedig, magad is tudat lévén, igyekszel megismerni önmagad, és felismered önmagadban *Minden Létező* egy egyéni részét. Nemcsak merítesz ebből a mindennek fölött való energiából: ezt automatikusan teszed, mert a léted függ Tőle.

— A keresztény fogalmak szerinti, individuális Isten-személy nem létezik — mondja Seth —, és mégis kapcsolatot van *Minden Létező* egy részével, amely magas fokon veled van összhangban. Minden egyénben, minden tudatban benne lakik egy

óra irányított, óra figyelő rész *Minden Létezőből*. Következésképp minden tudat kedves, mindegyik külön védelmet élvez. A mindenek fölött való tudatnak ez a része vált egyénivé benned is.

— Isten személyiségét általában egydimenziósnek szokás elképzelni; ennek alapja az, hogy az ember keveset tud saját pszichéjéről. Istenre inkább úgy gondolj, Joseph, mint egy energia-Gestaltra vagy piramistudatra. Tudatában van önmagának például tebenned is, Joseph. Tudatában van önmagának a legkisebb magban is. *Minden Létezőnek* az a része, amely tebenned ismer magára, amelyik a te létedre figyel, szükség esetén segítségül is hívható.

— Ez a rész magára ismer valami másban is, ami több nálad. *Az a rész, amely benned és a nálad magasabbrendűben ismer magára, ez a személyes Isten*. Ez a Gestalt vigyáz az érdekeidre, és személyesen megszólítható.

— Az ima magában foglalja meghallgattatását, és ha nincs ősz hajú Atyaisten, hogy meghallgassa, akkor helyette ott van az az elsődleges. kezdeti és örökké táguló ősenenergia, amely szüntelenül formál minden létezőt, és amelynek része minden emberi lény.

— Lehet, hogy ez a lelki Gestalt személytelennek tűnik neked, de mivel az Ő energiája formál téged, hát hogy lenne személytelen?

— Ha úgy tetszik neked, hogy ezt a mindennekfeletti lelki Gestaltot Istennek nevezed, akkor sem szabad tőled függetlennek tekintened, mert ő a magva önvalódnak, minden sejtjednek, és közelebb van hozzád, mint saját lélegzeted.

Seth egy másik ülésen így magyarázta ezt: — Teremtők vagytok ti is. Amit Istennek neveztek, az minden tudat összessége, és az egész több, teljesebb, mint részeinek összege. Isten több, mint minden személyiségének összege, és mégis minden személyiség azonos Ővele.

— A teremtés folytonos. Van bennetek egy ősi erő, amely tudta, hogyan növevessen benneteket magzatból felnőtté. Ez az erő része a belső tudásnak, minden tudatnak, és része a bennetek élő Istennek.

— Életetekért és világotokért valóban tiétek a felelősség. Ezt nem valamely külső erő hatása kényszerítette rátok. Magatok formáljátok álmaidokat, és magatok formáljátok tárgyi valóságotokat is. A világ az, ami ti vagytok. Fizikai materializációja a belső Énnek, amely megformálta.

De ha Istent nem szabad függetlennek tekintenünk, akkor Krisztussal mi a helyzet? Seth azt mondja: Krisztus történelmi személyként nem úgy létezett, ahogy a mítosz őrzi.

— Amikor az emberiség a legmélyebb kétségbeesésben van, és óriási gondokkal kell szembenéznie, előhív valakit, aki olyan, mint Krisztus. Megkeresi, megal-

kotja önmagából azokat a személyiségeket, akikre szüksége van, hogy általuk erőt merítsen.

— Három ember élt, akiknek élete összeolvadt a történelmi képben, és akiknek együttes története vált ismertté Krisztus életként. Mindegyikük rendkívüli lelki képességekkel rendelkezett, ismerte feladatát, és tudatosan vállalta. E három ember ugyanazon entitás része volt, és egy időben léptek a fizikai életbe, bár nem pontosan ugyanazon a napon. Fontos oka volt annak, hogy az entitás nem egyetlen személyben jelent meg. Először is, egy entitás teljes tudata túlságosan sok lenne egyetlen emberi lény számára. Másodszor: az entitás többféle környezetet kívánt, mint amennyi egy emberi életben rendelkezésére állt volna.

— Az entitás egyrészt Keresztelő Szent Jánusként született, valamint két másik alakban is. Ezek egyike tartalmazta azt a személyiséget, akire a Krisztusról szóló legtöbb történet hivatkozik. A másik személyiségről később fogok beszélni. Az egyazon entitás három része között állandó kapcsolat állt fenn, jóllehet nem ugyanaznap születtek, és nem ugyanaznap temették el őket. Az emberiség saját lelki erőiből hívta életre őket, az egyéni tudat közös tárházából, amely rendelkezésére állt.

Martin Luther King meggyilkolása mélyen megrendítette csoportom hallgatóit. Mint annyian az országban, talán szerte a világon is, az erőszakról vitatkoztunk. Beszélgetésünk közben megjelent Seth.

— Szabad akaratot kaptatok. Megvannak bennetek a tervek; tudjátok, mit kell elérnetek egyénenként, népként, emberiségként. A terveket figyelmen kívül is hagyhatjátok. Mármost: a szabad akaratot úgy használtátok, hogy a tárgyi valóság teljesen más lett, mint amilyennek lennie kellene. Az egót műveltétek ki, ezt tettétek az egyetlen valósággá. Az egóban éltek, mint egy álomban. Ti vagytok azok, akik ezt az álmot túlon túl elevenné tettétek. Az volt a dolgotok, hogy megoldjátok a gondokat, a feladatokat, de közben mindvégig tudatában kellett volna lennetek a lényegnek, a belső valóságnak, nem-anyagi léteteknek. Ezzel nagy mértékben elveszítettétek a kapcsolatot. Figyelmetek fókuszát olyannyira a fizikai valóságra állítottátok, hogy ez lett az egyetlen valóság, amelyben hisztetek.

— Ha megöltök egy embert, azt hisztetek, hogy mindörökre elpusztítottátok. Ennélfogva a gyilkosság bűn, és foglalkozni kell vele — mert ti magatok teremtettétek. Holott a halál ilyen értelemben nem létezik.

— A fizikai lét hajnalán, még a történelem kezdete előtt az ember tudta, hogy a halál csupán alakváltoztatás. A gyilkosság bűnét nem Isten teremtette, aminthogy nem Isten teremtette a bánatot és a fájdalmat sem. Ezeket az ember teremtette a saját

egójából. Mivel azt hiszitek, hogy megölhetitek az embert, és ezzel mindörökre vége a tudatának, ennélfogva a ti valóságotokban létezik gyilkosság, és foglalkozni kell vele. Dr. King gyilkosa azt hiszi, hogy végérvényesen kioltott egy eleven tudatot. De szerencsére tévedéseitek és hibáitok nem valóságosak, nincsenek hatással a valóságra, hiszen Dr. King létezik.

A csoportom kicsi, de a hallgatók életkora tizenhat és hatvan között van. Egy este a diáklázadásokról beszélgettünk. Carl és Sue húszas éveie elején jár. Ők az erőszakmentesség és a béke elveit hangoztatták. Az idősebbek nem kis ellenszenvvel sopánkodtak a lázadók miatt, mindaddig, míg Sue váratlanul ki nem jelentette: — Én is az erőszak ellen vagyok. De néha igenis jogos...

Végére sem érhetett a mondatnak, amikor Seth közbevágott. Mindenki össze-rezzent. A vita hevében egészen megfélemedtünk Sethről és az ESP-ről. Seth mennydörgő hangon ezeket mondta: — Semmi sem igazolhatja az erőszakot. Semmi sem igazolhatja a gyűlöletet. Semmi sem igazolhatja a gyilkosságot. Akik bármilyen okból erőszakot alkalmaznak, megváltoznak, és céljaik tisztasága eltorzul.

— Megmondtam már nektek: ha nem tetszik, milyen állapotban van a világotok, nektek kell megváltoznotok: egyéneként és *en masse*. Ez az egyetlen módja annak, hogy változás következék be.

Seth itt Carla nézett, és kijelentette: — Ha a nemzedéked vagy bármelyik nemzedék változást akar elérni, ezen az egyetlen módon teheti. Amit most mondok nektek, az az évszázadok során át sokszor elhangzott már. Rajtatok múlik — fejével Sue és Carl felé intett —, hogy meghallgatjátok-e.

— Helytelen átkokat szórni egy virágra, és helytelen átkokat szórni egy emberre. Helytelen nem tartani tiszteletben minden embert, és helytelen nevetségessé tenni valakit. Tisztelnetek kell önmagatokat, és meg kell látnotok magatokban az örök vitalitást. Ha nem így tesztek, elpusztul minden, amihez hozzáértetek. És tisztelnetek kell mindenki mást is, mert mindenki benne van az örök vitalitás szikrája.

— Amikor megátkoztok valakit, önmagatokat átkozzátok meg, és az átok a ti fejetekre hull vissza. Ha erőszakot alkalmaztok, az erőszak visszaüt. Azért szólok hozzátok, mert elöttetek áll a lehetőség a világ jobbá tételére, és elöttetek áll, elérkezett az idő is. Ne tévedjete vissza a régi utakra, mert azok pontosan ahhoz a világhoz vezetnek, amelytől rettegetek.

— Ha egyetlen fiatal férfi sem hajlandó háborúba menni, béke lesz. Amíg a mohóság, a szerzés, a hatalom miatt küzdelem folyik, mindaddig nem lesz béke. Amíg akár csak egyetlen ember is erőszakos cselekedetet követ el a béke érdekében, mindaddig háború lesz. Sajnos nehéz elképzelni, hogy minden országban minden fiatal egyszerre tagadja meg, hogy háborúba menjen. Ezért szembe kell néznetek az

erőszakkal, melyet az erőszak teremtett. A következő száz évben eljöhét az az idő. Ne feledjétek: erőszakkal ne védjétek semmiféle eszmét.

— Nincs olyan ember, aki gyűlöl, csak olyan, akiben visszatükröződik és valósággá válik a gyűlölet. És nincs olyan ember, aki szeret, csak olyan, akiben visszatükröződik és valósággá válik a szeretet.

19.

A BELSŐ ÉRZÉKEK ÉS HASZNÁLATUK

Seth egy nemrégiben tartott csoporton azt mondta: — Ha félre tudnátok tenni hétköznapi Éneteket, amelyhez hozzászoktatok, akkor megtapasztalhatnátok saját többdimenziós valóságotokat. És ezek nem pusztá szavak. Nem azért locsogok annyit az elméletről, mert nyakon akarlak önteni benneteket vele, hanem azért, mert az a célom, hogy az elméletet átültessétek a gyakorlatba.

— Pontosan milyen lépéseket kell megtennünk? — kérdezte az egyik hallgató.

— Először is meg kell értenetek a valóság természetét. Az eddig elmondottakban bizonyos mértékig elkezdtem már a magyarázatot. Az ötszáz-egynéhány ülés alatt éppen hogy a körvonalakat sikerült kirajzolni, de kezdetnek ennyi is elég. Elgondolkodtatni majd maguk az ideák fognak. Mondtam már, hogy léteznek belső érzékek, ugyanúgy, mint a külsők, a fizikaiak. A belső érzékek teszik lehetővé, hogy a fizikai világtól függetlenül létező valóságot érzékeljétek. Meg kell tanuljátok felismerni, fejleszteni és használni a belső érzékeket. A módszerek ott vannak a Seth-szövegekben. De addig nem tudjátok alkalmazni őket, amíg meg nem értitek.

— Maga a szöveg — ha megbocsátjátok a szerénytelenséget — nagyon leleményesen van összeállítva; miközben megérteni igyekeztek, már el is kezdték használni a természetesnek tartott képességeken túli képességeket.

— Először is fel kell hagynotok azzal, hogy az egótokkal azonosítjátok magatokat. Rá kell ébredjete, hogy többet vagytok képesek érzékelni, mint amennyit az ego érzékel. Többet kell követeljete önmagatoktól, többet kell megengednetek önmagatoknak, mint eddig bármikor. Ez az anyag nem annak való, aki hajlandó becsapni magát tetszetős, becsomagolt, masnival körülkötött igazságokkal, melyeket úgy adagoltak, hogy könnyen megemészthető legyen. Az olyan anyag is valóságos szükségletet elégít ki, de a mi anyagunk megköveteli, hogy értelemmel és intuícióval is kitágítsátok önmagatokat.

Az egyik hallgató vendéget is hozott magával, egy Mary nevű lányt, aki Seth szavainak hallatán összeráncolta homlokát. — De ha „félreteszem az egót” — fordult felém —, az nem jelent egyet azzal, hogy elveszítem a tudatomat?

Nem volt alkalmam válaszolni: Seth megtette helyettem — a maga módján. — Identitás vagy — mondta. — Képzeld el, hogy egy zseblámpát tartasz a kezedben, és ez a zseblámpa a tudat. Ezt a fénysugarat számtalan irányba fordíthatná, de te ahhoz szoktál hozzá, hogy mindig csak egy bizonyos irányba világíts vele, és elfelejtetted, hogy léteznek más irányok is.

— Csupán annyit kell tenned, hogy másfelé lendíted a lámpa fénysugarát. Amikor elmozdítod, az az irány, amerre eddig tekintettél, átmenetileg sötétnek tűnik majd, és más valóságok, más képek kerülnek a fénykévébe, de nincs semmi akadály, hogy a lámpát visszafordítsd az eredeti irányba.

Seth több hasonlattal világította meg ezt a dolgot. Egy másik csoporton így beszélt: — Nemcsak a tudatos elme áll rendelkezésedre. Azt akarjuk, hogy megváltoztassátok figyelmetek csatornáit. Tekintsük az általában használt tudatos elmét ajtónak. Ott álltok az ajtó küszöbén, és kinéztek a tárgyi valóságra. De léteznek más ajtók is, és van más tudatos Énetek.

— Tehát nem az a cél, hogy öntudatlanná legyetek. Nincs ok azt hinni, hogy ha kikapcsolod a szokásos, tudatos elmét, akkor csak sötétség marad. Az viszont igaz, hogy ha becsukod a tudatos elme ajtaját, felléphet egy pillanatnyi zavar, irányvesztés, mielőtt kinyitasz egy másik ajtót.

— Az is igaz, hogy meg kell tanulnod a módszereket, amelyekkel érzékelheted a többi valóságot, egyszerűen azért, mert nem szoktál hozzá, hogy használd önmagad többi tudatos részét. De ezek a részek épp annyira tiszták, józanok, sőt intellektuálisak, érvényesek és valóságosak, mint az a tudat, amelyet jól ismersz.

Seth állítja: csak egyetlen módon lehet megtanulni, mi is a tudat: ha felfedezzük és tanulmányozzuk saját tudatunkat, ha a lehető legváltozatosabb módon használjuk,

és közben változtatjuk figyelmünk fókuszát. Azt mondja: — Amikor önmagadba nézel, már maga ez a cselekedet kitágítja tudatod korlátait, és lehetővé teszi az önző Én, az ego számára, hogy használja olyan képességeit, amelyek létezéséről sem volt tudomása.

A belső érzékek nem azért fontosak, mert látnoki vagy telepatikus képességeket szabadítanak fel, hanem azért, mert fölfedik előttünk, hogy függetlenek vagyunk az anyagi valóságtól, és segítenek abban, hogy felismerjük saját többdimenziós identitásunkat. Ha megfelelően használjuk őket, a belső érzékek megmutatják a fizikai létezés csodáját is, és hogy hol van benne a mi helyünk. Bölcsőbb, termékenyebb, boldogabb fizikai életet élhetünk, mert kezdjük megérteni, miért vagyunk itt mint egyének és mint emberiség.

A belső érzékek például segítenek felhasználni telepatikus képességeinket. Ez nem azt jelenti, hogy „gondolatolvasók” leszünk, hanem azt, hogy családi, munkahelyi, társasági kapcsolatainkban ösztönösen megérezzük, tudni fogjuk, mit mond a másik: tudni fogjuk, mi húzódik meg a szavak mögött. Érzelmek kifejezésében magunk is jobban megtanulunk bánni a szavakkal, mert tudni fogjuk, mik azok az érzelmek. Nem fogunk félni tőlük, és nem akarjuk majd elleplezni őket.

Olykor még „gondolatolvasásra” is képesek leszünk — bár ez túlságosan leegyszerűsítő kifejezés, sok kívánnivalót hagy maga után. De ahhoz, hogy a belső érzéke-

ket megfelelően használjuk, finoman kell bánnunk velük, gyakran beleolvasztva egyiket a másikba. Sokszor például nehéz eldönteni, hogy éppen telepátikus vagy látnoki üzenetet kapunk-e, vagy sem. Bár ez tulajdonképpen nem is fontos. A belső érzékek használatával egyszerűen kitágítjuk érzékelésünk hatósugarát.

Miközben e sorokat írom, mindenféle ingereket érzékelek a környezetemből, bár ennek alig vagyok tudatában. Nyilvánvaló, hogy nem válogatom külön a látási és hallási ingereket, hacsak nem kezdek el szándékosan erre figyelni — de ugyanakkor tudom, hogy az információt különböző érzékszerveken keresztül kapom. A fizikai érzékek egyszerre működnek, így adnak képet a valóságról. A belső érzékeket ugyanígy használjuk: folyamatosan, messze túl azon a ponton, ahol használatukról még tudomásunk lenne. Ahhoz, hogy elmagyarázhatóvá váljanak, külön-külön kell beszélni róluk, jöllehet hatásukat egyszerre érezzük.

Seth már 1964 februárjában, a kezdeti üléseken elkezdte a belső érzékek felsorolását és magyarázatát, és még mindig tanuljuk a használatukat. Úgy sorolom fel őket, ahogyan ő tette, és szemelvényeket adok az ő magyarázataiból is.

BELSŐ, VIBRÁCIÓS TAPINTÁS

— A belső érzékekre úgy gondolj, mint a belső valóság felé vezető ösvényekre. Az első érzék közvetlen, azonnali érzékelést jelent; én ezt csak belső, vibrációs tapintásnak tudom nevezni. Képzeld el egy embert egy átlagos utcán, házakkal, gyeppel, fákkal. Ez az érzék lehetővé teszi számára, hogy megérezze a körülötte álló fák érzéseit. Tudata kitágul addig, hogy befogadja azt az érzést: mit jelent fának lenni — vagy bármelyik konkrét fának lenni. Érzékelési körén belül bárminek a létét érzi meg: az emberekét, a rovarokét, a fűszálakét. Ettől még nem felejt el, hogy ki ő, de felfogja ezeket az érzéseket, körülbelül úgy, ahogy ti a meleget és a hideget.

Ez az érzék hasonlít az empátiához, de sokkal több benne a vitalitás. (Seth azt mondja: ma nem vagyunk képesek teljes intenzitással használni a belső érzékeket, mert idegrendszerünk nem képes olyan erős ingereket kezelni.) Nem könnyű az ilyesfajta érzékleteket osztályozni, de azt hiszem, az alább leírt esetben a belső, vibrációs tapintást használtam.

Egy este épp nálunk ült Bill és Peg Gallagher, amikor átlátogatott az egyik szomszédasszony. Polly nagyon érzelmegazdag fiatal nő volt; megkérdezte, hogy nem próbálnék-e meg róla belső benyomást szerezni. Elutasítottam, mondván: fáradt vagyok. Valójában azt éreztem, hogy „nagy belső feszültség” munkál benne, már

kellemetlen erősségű, és nem akartam érintkezésbe kerülni vele. De úgy látszik, kíváncsiságom erősebb volt, mint én. Bekapcsoltam belső érzékeimet, hogy kiderítsem, mi a baj — de közben nem tudtam, hogy ezt teszem. (A belső érzékek használatában, mint minden másban, meg kell tanulni disztingválni, és itt is fontos a diszkréció.)

Szinte azonnal megláttam az asszonyt 1950-ben, tizenéves lányként. Kórházi ágyon feküdt, és szülési fájdalmai voltak. Az élmény rendkívül eleven volt, és a fájdalom nagyon valóságos. A kórteremben egy idősebb nőt és egy fiatalembert láttam, személyleírást is tudtam adni róluk. Polly a volt férjét és a férj édesanyját ismerte fel bennük, viszont cáfolta, hogy gyereket szült volna. Azt mondta: abban az évben az egyik barátnője hozott törvénytelen gyereket a világra: egy kislányt.

A fájdalom először annyira megrémített, hogy szinte sikoltva mondtam, mi történik; Pollyt mégsem akartam zavarba hozni. Később haragudtam is magamra; azon törtem a fejem, miféle tudat alatti dramatizáció lehetett ez. Polly két évvel később elköltözött a városból. Mielőtt elutazott volna, felhívott telefonon, és elmondta, hogy az az epizód nagyon is hiteles volt. A gyermeket ő szülte, és a leírás, amit a kórteremről adtam, ráillett az ő kórházi szobájára. Természetesen nem akarta, hogy bárki tudjon a gyerekről, akit örökbe adott (és különben sem volt semmi közöm az egészhez). Aznap este, amikor átjött hozzánk, a gyermekére gondolt, mert évek óta először hírt

kapott a kislány apjáról. Talán ezért „hangolódtam rá” a szülésre. Ebben az esetben a belső, vibrációs tapintást használtam, hogy tudatosítsam magamban Polly érzéseit.

Általánosságban szólva ez a legelső belső érzék rendkívül értékes lehet, mert a tapasztalat kitágulását, teljesebb megértést és együttérzést eredményez. Ha az ember begyakorolja a használatát, megérezheti az elevenen lüktető érzelmi mozgást, a boldog vitalitást minden élőlényben. Nem arról van szó, hogy lelki voyeur lesz belőlünk, hanem arról, hogy ezeket a képességeinket a másokon való segítségre kell használnunk, méghozzá örömteli módon, átéléssel és természetesen, ahogy izmainkat vagy csontjainkat használjuk. A szándék fontos, de egyébként nem hiszem, hogy egyáltalán lehetséges ezeket az érzékeket rosszra használni. Ha valaki nem kész még arra, hogy helyesen használja őket, akkor a személyiség ügyel rá, hogy egyáltalán ne használhassa tudatosan.

PSZICHOLÓGIAI IDŐ

— A pszichológiai idő olyan, természetes ösvény, amelynek célja, hogy a belső világ megtalálhassa az utat kifelé és vissza; bár az ember nem erre használja. A pszichológiai idő eredetileg lehetővé tette, hogy az ember viszonylag könnyen élhessen a belső és a külső világban, a kettő kölcsönhatásában. Ha kifejleszted magadban a pszicholó-

giai idő használatának képességét, képes leszel ebben pihenni, kikapcsolódni, miközben tudatod éber marad: ilyenformán mintegy kibővíti az idődet. A pszichológiai idő felől szemlélve meglátod, hogy a fizikai idő éppolyan álomszerű, mint amilyenek korábban a pszichológiai időt gondoltad. Egyszerre befelé és kifelé tekintve fölfedezheted teljes Énedet, és meglátod, hogy mindenféle felosztás illúzió.

A valóságban, a gyakorlatban a pszichológiai idő segít a többi belső érzék kifejlesztésében. A psi-időben, ahogy Robbal elneveztük, az ember egyszerűen befelé fordítja figyelme fókuszát. Ülj le, vagy feküdj le, kedves olvasó, nyugodtan, egyedül, és hunyd le a szemed. Gondold el, hogy belül létezik egy világ, amely ugyanolyan eleven és valóságos, mint a fizikai világ. Kapcsold ki fizikai érzékeidet. Ha jól esik, képzelj úgy, hogy erősségszabályozó van rajtuk, mint a rádió hangerőgombja, és szépen, egyenként lecsavarod őket. Aztán képzelj el, hogy a belső érzékeknek is vannak ilyen szabályozóik. Képzeletben csavard fel őket. Így is el lehet kezdeni.

De úgy is lehet, hogy csak fekszel nyugodtan, és elképzelsz egy sötét vetítövásznat vagy képernyőt. Erre a felületre koncentrálsz mindaddig, míg képek nem jelennek meg rajta. Ne a gondokra figyelj, ne a mindennapi apró-cseprő ügyekre, amelyek azonnal az előtérbe ugranak, mihelyt kizárod a külvilágot. Ha ilyen gondolatok tolakodnak figyelmed előterébe, akkor még nem állsz készen arra, hogy folytasd.

Mivel két dologra nem lehet tökéletesen koncentrálni, irányítsd figyelmedet a vetítővászonra, vagy bármely elképzelt képre — ez elfedi majd a bosszantó gondokat. Azt is megteheted, hogy képszerűen magad elé rajzolod a gondokat, és „végignézed”, amint eltűnnek a távolban.

Egy ponton egyszer csak nagyon ébernek és tudatosnak, de rendkívül könnyűnek fogod érezni magad. Lehet, hogy erős fényeket látsz majd. Esetleg zajokat, emberi hangokat hallasz. Ezek között lehetnek látnoki vagy telepatikus üzenetek is. Mások egyszerűen a tudatalattiból kivetülő képek. Ha gyakorolod, meg tudod majd különböztetni őket egymástól.

Ahogy fejlődsz, gyakorlat közben fokozatosan elszakadsz majd az időtől, amilyenek eddig ismerted. Különféle szubjektív élményeid lehetnek, ESP-jellegűektől kezdve egyszerű ihletettségi állapotokig. Én például a pszi-idővel folytatott gyakorlatok közben néha testen kívüli utazásokat teszek. Ez az érzés felfrissít, nyugalmat és békességet hoz. Különböző célokra sokféleképpen lehet alkalmazni a pszi-időt. Tanítványaim közül sokan egészen jó hatásfokkal használják ezt az érzéket másfajta élmények előkészítőjeként.

A MÚLT, A JELEN ÉS A JÖVŐ ÉRZÉKELÉSE

— Ha emlékeztek még képzeletbeli emberünkre, aki az utcán szemlélődik, akkor arra is emlékezhettek, hogy azt mondtam róla: az első számú belső érzék használatával érzi az egységes lényeket mindenben, ami él. Ezt a harmadik érzéket használva érzékelési körén belül megérzi minden eleven teremtmény múltját és jövőjét is.

Ne feledjék: Seth szerint a teljes Én szüntelenül használja a belső érzékeket. Mivel a múltnak, a jelennek és a jövőnek nincs valóságossága, ez az érzék hozzásegít, hogy átlássunk az idő látszólagos korlátain. Olyannak érzékeljük a dolgokat, amilyenek valójában. Minden jóslat, előre megérzés erre a belső érzékre támaszkodhat. A pszi-idővel folytatott kísérletek közben gyakran spontán módon is jelentkezik.

A FOGALMAK ÉRZÉKELÉSE

— A negyedik belső érzék azt jelenti, hogy az intellektuális szintnél sokkal mélyebben éled meg a fogalmakat: teljességükben tapasztalod meg őket. A fogalmaknak is van sajátos elektromágneses töltésük, vegyi összetételük, mint a gondolatoknak. A tudat molekulái, ionjai átváltoznak a fogalom összetevőivé: ilyenkor a fogalmat köz-

vetlenül érzékeled. Nem érthetsz, nem értékelhetsz igazán semmilyen létező dolgot, amíg meg nem tanulod, hogyan lehetsz *azonos* vele.

— A legjobban a pszi-idő használatával tudod ezt megközelíteni. Ülj le egy csendes szobában. Amikor egy idea fölmerül benned, ne intellektuálisan közelítsd meg, hanem ösztönösen, intuícióval. Ne ijedj meg a szokatlan fizikai érzésektől. Gyakorlással, bizonyos mértékig elérheted, hogy *azonossá válj* az ideával. Benne leszel, belülről tekintesz kifelé, nem kívülről befelé.

— Az ideák, amelyekről beszélek, túl vannak a te tér- és időfogalmaidon. Ha gyakorlottá válsz a harmadik belső érzék [a múlt, a jelen és a jövő érzékelése] használatában, amellyel a megértés többé-kevésbé spontán módon következik be, akkor a fogalmi érzékelést nagyobb szabadsággal használhatod. Minden igazi fogalom eredete kívül esik a ti álcázási rendszereteken, és rajta túl is folytatódik. Ha a belső érzékeket nem használod, a fogalmakat, legyenek bármilyen egyszerűek, csak halvány villanásként érzékelheted.

Azt hiszem, ezt az érzéket használtam a 17. fejezetben leírt epizódban, amikor egy szavakkal ki sem fejezhető fogalmat érzékeltem; arra az esetre gondolok, amikor a szoba óriási nagyra nőtt.

A FELISMERT LÉNYEG ÉRZÉKELÉSE

— Ne feledjétek: a belső érzékek egységként működnek, finom összhangban, és az, hogy most különválasztom őket, bizonyos fokig önkényes. Ez az ötödik érzék annyiban különbözik a negyediktől [a fogalmak érzékelésétől], hogy nem fogalmakkal függ össze. Annyiban hasonlít a negyedikhez, hogy független a múlttól, a jelentől és a jövőtől, és együtt jár azzal, hogy az Én átváltozik, átalakul valami mássá.

— Ezt nehéz elmagyarázni. Ha egy barátodat meg akarod érteni, a fizikai érzékeidet működteted. Ezt az ötödik belső érzéket használva bejuthatsz a barátod Énjébe. A ti rendszeretekben ez nem lehetséges a szó teljes értelmében. Ez nem azt jelenti, hogy egyik entitás irányíthatja a másikat. Sokkal inkább azt, hogy közvetlenül, azonnal felismered az élő „szövet” lényegét. A „szövet” szót itt óvatosan használom; kérlek, ne okvetlenül az orvosi jelentésében értsd.

— Bizonyos értelemben minden entitás önmagában zárt, mégis kapcsolatban áll a többivel. Ez az érzék lehetővé teszi, hogy áthatolj az Ént körülvevő burkon. Ezt a belső érzéket, mint az összes többit is, a belső Én állandóan használja, de az így szerzett benyomások közül csak nagyon kevés szűrődik át a tudatalattiba vagy az egóba. Mégis, enélkül az érzék nélkül senki sem lenne képes rá, hogy megértsen egy másik embert. — Ez az érzék a belső, vibrációs tapintás erősebb változata.

A VALÓSÁG ALAPJAINAK BELSŐ TUDÁSA

Ez elsődleges, elemi fontosságú érzék. Ez az a működő tudás, amelynek segítségével az entitás érzékeli a mindenség alapvető vitalitását. Nélküle a vitalitást nem lehetne irányítani — mit ahogy a veled született egyensúlyérzék nélkül nem lennél képes ültő helyedből felállni.

— Ha a belső Én nem használná szünet nélkül ezt a hatodik érzéket, nem lenne képes megteremteni a fizikai álca-univerzumot. Ezt az érzéket az általad ismert ösztönhöz lehet hasonlítani, bár a teljes világmindenségre vonatkozó, belső tudással függ össze. Az élő szervezet különféle jelzéseket, adatokat kap a valóság különböző részeiről, s ezek segítségével képes működni ebben a valóságban. A belső Énnek teljes tudás áll rendelkezésére, de ennek a szervezet csak egy részét használja. A pók, miközben hálóját szövi, szinte a legtisztább formájában használja ezt az érzéket. A póknak nincs intellektusa, sem egoja; tevékenysége pusztán a belső érzékek tiszta, spontán használatán alapul, szinte semmi sem akadályozza, nem álcázza. De a pókban is, csakúgy, mint az emberben, megvan a teljes mindenségre vonatkozó tudás.

Seth mindig hangsúlyozza, hogy a valóságra vonatkozó kérdéseinkre bennünk van a válasz. Fel is fedi magát, ha figyelmünk fókuszát nem a fizikai tényekre irányítjuk, hanem befelé figyelünk; ekkor lép színre a hatodik belső érzék. Megmutat-

kozik az ihletett pillanatokban is, és a spontán „felismerések” is ennek köszönhetők. Bizonyos, hogy ez az érzék lépett hirtelen működésbe a „ kozmikus tudattal” kapcsolatos élményem során, és részben neki köszönhető az „Ideakonstrukció”-kéziratom. Ez az érzék játssza a főszerepet minden olyan élményben, amelyet megvilágosodásnak szokás nevezni.

A baj csak az, hogy az így kapott adatokat valahogyan le kell fordítanunk olyan fogalmakká, amelyeket megértünk: szavakkal vagy képekkel kell megmagyaráznunk — ennek pedig óhatatlanul torzítás a következménye. Néhány ilyen élményt anyagi fogalmakkal nem is lehet megmagyarázni, de aki már átélte, az pontosan tudja, mennyire valóságos.

A BELSŐ ÉN VÉDŐBURKÁNAK KITÁGULÁSA VAGY ÖSSZEHÚZÓDÁSA

Ez az érzék kétféleképpen működik. Jelentheti az Én kiterjesztését, megnövelését, amelynek során kitágulnak az Én és a tudatos megértés határai. De jelentheti azt is, hogy az Én beljebb húzódik, egy még kisebb, finomabb burokba, amely lehetővé teszi számára, hogy behatolhasson más valóságokba. Minden tudatot körülvesz egy ilyen védőburok, amely valójában az energiamező határa, és arra szolgál, hogy védje és megtartsa a belső Én energiáját, nehogy elszivárognon.

— Semmilyen rendszerben egyetlen tudat sem létezik ilyen védőburok nélkül. Ezt a burkot szokás asztrálestetnek is nevezni. A hetedik belső érzék teszi lehetővé e burok kitágulását vagy összehúzódását.

Rob és én sok élményt szereztünk e belső érzék révén. Hallgatóim közül is többen így vannak vele. A pszi-időben együtt jár egy különös „elefántiázis”-érzéssel: úgy érzem, mintha felduzzadnék, de közben egyre könnyebb és könnyebb vagyok. Az érzés közvetlenül a testen kívüli élmény előtt is felléphet. Több ülésen keresztül éreztem ennek az ellenkezőjét, amikor a másik személyiség, Seth Kettő jelentkezett.

KISZABADULÁS AZ ÁLCARENDSZERBŐL

— A ti rendszeretekben ritkán fordul elő tökéletes kiszabadulás az anyagi forma álcája alól, bár megvalósítható, különösen a pszichológiai idővel kapcsolatban. Ha tökéletesen kihasználod a pszichológiai időt, az álcarendszer megdöbbentő mértékben legyengülhet. A kiszabadulás abból áll, hogy a belső Én leveti magáról az álcázást, mielőtt simán magára öltene egy másikat, vagy teljesen megszabadulna mindenféle álcázástól. Ennek módja egy bizonyos frekvencia- vagy rezgésváltás: a vitalitás áthangolódik egyik rezgésmintáról a másikra. Álomvilágotok egyes szempontokból

közelebbi élményeket nyújt a belső valóságról, mint az éber állapot élményei, amelyekben a belső érzékek annyira el vannak fedve az éber tudat elől.

AZ ENERGIASZEMÉLYISÉG DIFFÚZIÓJA

— Ha egy energiaszemélyiség a ti rendszeretek részévé akar válni, ezt az érzéket használja. Az energiaszemélyiség először sok részre szórja szét önmagát. A ti sikotokra, a ti rendszeretekbe „beltagként” csak így, a legegyszerűbb alakban lehet bejutni, és később újraépítkezni: ebből a szempontból természetesen a spermium a belépési pont. A személyiség később újra összerendezi energiáját.

Seth itt azt állítja, hogy a belső Én ezt az érzéket használja, amikor valamelyik személyiségét a fizikai életbe küldi. Szerepe lehet bizonyos médiumtevékenységben is, amikor a nem evilági személy kapcsolatot akar teremteni, és felhasználható a testen kívüli élmények közben, ha valamely nem fizikai valóság is szerepet játszik bennük.

*

Mi az értelme annak, hogy megtanuljuk a belső érzékek használatát? Seth azon a magnóra vett ülésen beszélt ennek előnyeiről, amelyet a pszichológiahallgatók ked-

véért rendeztünk. Ezeket mondta: — Benneteket nem fog elnyelni a szubjektivitás. Meg fogjátok tanulni, mi a valóság. Nem szokás tudni, de az önvizsgálat olyan tudatállapotokat eredményez, amelyek számotokra általában nem ismerősek. Ezeket most vizsgálati eszközökként használhatjátok.

— Abban a felfedezési folyamatban, amelyről beszélek, a személyiség megpróbál behatolni önmagába, és megtalálni az utat a felvett tulajdonságok fátyla mögött önmaga belső identitásáig. Az Én belső magja rendelkezik telepatikus és látnoki képességekkel, amelyek nagyban befolyásolják a családi kapcsolatokat — és az egész civilizációt. Most még nem használjátok elég hatékonyan ezeket az érzékeket. És pontosan ezekre a képességekre van ma szükség. Ha a világotok szót akar érteni önmagával, akkor mindegyikőtöknek meg kell értenie, hogy mint egyedi, szubjektív teremtménynek, milyen lehetőségei vannak.

— Könyvekből ezt nem lehet megtanulni. Ha pszichoanalízis útján megtanulod, hol laknak a neurózisaid, akkor is nagyon sekély vízben gázolsz. Még akkor is csak személyiséged legfelső rétegeid kutatod, és nincs részed a megváltozott tudatállapotok előnyeiben, amelyeket az általam ismertetett módon érhetsz el.

— Létezik olyan tudatállapot, amely éberebb, mint bármelyik, amit eddig ismertél — egy olyan állapot, amikor egyszerre ismered fel saját alvó és éber énedet. Míg tested alszik, te tökéletesen éber lehetsz. Kitágíthatod tudatod jelenlegi korlátait.

Seth itt arra utal, hogy a pszi-idővel folytatott gyakorlatok valóban kitérítik a normális tudatot. Mindenféle, korábban elfojtott ihlet, megérzés, érzékeken túli, hasznos érzéklet felszínre juthat a tudatban. Ha az ember rendszeresen végzi a pszi-idő-gyakorlatokat, tudatosan felfogja a belső érzékektől kapott adatokat is. Ezekre az észleletekre is reagál, s így megtanulja, hogyan kezeljen jóval nagyobb tömegű ingert, mint azelőtt.

Ez az intuitív tudatosság megjelenik nappal is és alvó állapotban is. Már említettem: a Seth által adott útmutatás alapján megtanultam, hogyan lehetek álmomban teljesen éber. Ebben az állapotban az ember az álmait *álomként* éli meg, és többé-kevésbé akarata szerint módosíthatja őket. A teste közben békében, biztonságban pihen, és visszavárja a kivetített tudatot. Ehhez persze munkára van szükség — az én esetemben legalábbis így volt. Tapasztalati úton meg kell tanulni fenntartani a megfelelő tudati szintet, mert mindig fennáll a lehetőség, hogy az ember visszacsúszik a szokványos alvásba.

Ezek a tudati szintek csak előszobái annak a tudatállapotnak, amelyet én mostanáig csak ritkán értem el. Ebben az állapotban az intellektus, az intuíció és az ember teljes lényé valóban megemelkedett állapotban működnek. Az érzékek szinte hihetetlen módon kiélesednek. Ez az állapot előadódhat ébren is, alvás közben átélte „éber” állapotban, de transzban is. Ilyenkor az ember azt érzi, mintha eddigi életét

álomban élte volna, és most ébredt volna fel: megtapasztalja saját többdimenziós valóságát. Aki egyszer átélte ezt az élményt, soha többé nem felejtí el.

Az ide vezető út ott kezdődik, hogy az ember egyszerűen gyakorlatokat végez a pszi-idővel. Mindennap néhány percre elfordítja figyelme fókuszát a fizikai valóságról. Mindenki másként fogja érzékelni a belső érzékeket, hiszen maga az érzékelés is rendkívül egyéni. A belső érzékek használata azonban a pszi-idő begyakorlása nélkül igencsak nehéz. Némelyik hallgatóm viszont spontán módon „hangolódott rá” saját belső érzékeire a pszi-idő gyakorlása közben. Néhányan azért használták a pszi-időt, hogy előző életeikből való élményeket kutassanak fel; a tények megkeresésében sokféle belső érzéket is igénybe vettek.

Mindent összevetve a belső érzékek mindenki számára belátást, képet nyújtanak a fizikai anyagtól független valóságról és saját belső identitásáról. Automatikusan megnövekszik a figyelemösszpontosítás, és olyan képességek szabadulnak fel, amelyek a mindennapi életet is új értelemmel, vitalitással és célokkal gazdagítják.

20.

**SZEMÉLYES SZÁMVETÉS —
KICSODA VAGY MICSODA SETH?**

Mint emberi lények, élet és halál között lebegünk. E tekintetben sorsunk közös az állatokéval. Ez az állapot előfeltétele létünknek. Csakhogy az állatok, amennyire tudjuk, nem számítanak saját halálukra, és nem firtatják, mi volt velük születésük előtt. Az ő jelenük a pillanat.

Mi tudatában vagyunk múltnak, jelennek, jövőnek — a látszólag egymás nyomában járó pillanatok sorozatának. De mi van, ha ez a sorozat csupán része egy nagyobb jelennek, egy tágasabb „pillanatnak”; amelynek nem vagyunk tudatában?

Létezhetnénk éppenséggel ebben a másik idődimenzióban is, anélkül, hogy tudnánk róla; pont úgy, ahogy például a macskám létezik délután négy órakor, pedig fogalma sincs róla, mi az, hogy óra. Bizonyos szempontból a macskámnak inkább igaza van, mint nekem, hiszen az órákra osztott idő mesterséges csinálmány, és ehhez neki nincs semmi köze. Tegyük fel, hogy úgy van, ahogy Seth állítja: hogy a múlt, a

jelen és a jövő is mesterséges képződmény: olyan felosztás, amelyet ráerőszakoltunk a tágas pillanatra, amelyben minden mozgás egyidejűleg megy végbe.

Fizikai okokból, a szervezetünk anyagi mivoltából fakadó korlátaink miatt csak egy bizonyos mennyiségű adatot vagyunk képesek feldolgozni, mivel rá vagyunk utalva idegrendszerünk teljesítő-, átbocsátóképességére. Minden benyomás, amely születésünk óta ért bennünket, érintetlenül megvan a tudatalattiban. Ezeket a részleteket kénytelenek vagyunk tudatos elménkben „hátra” tuszkolni, hogy a jelennel foglalkozhassunk. Figyelmünket az események egy bizonyos csoportjára fókuszáljuk — a „jelenbeliekre” —, aztán ezeket is behullajtjuk a tudatalattiba, ahol látszólag ezek is feledésbe merülnek, eltávolodnak. Ha képesek lennénk rajta tartani figyelmünket a múltbeli eseményeken, és ugyanakkor a jelenlegiekre koncentrálni, a jelen időt mérhetetlenül tágasabbnak éreznénk.

És a jövő? Lehet, hogy az is olyan eseményekből áll, amelyek már most is léteznek a tág jelenben; olyan eseményekből, amelyekről kényelmességből úgy döntöttünk, hogy „egyelőre” nem vesszük fel velük a küzdelmet. Seth szerint az események különben sem konkrét, hanem képlékeny dolgok, és először mindig mentális jellegűek. Egyeseket közülük tárgyi valósággá formálunk, s ekkor végigcsináljuk velük a fent leírt folyamatot. Más eseményekkel egyáltalán nem foglalkozunk. Ezek be sem kerülnek a múlt-jelen-jövő rendszerébe.

Vajon életfolyamataink rendszere miatt vagyunk alkalmatlanok arra, hogy érzékeljük ezeket az eseményeket, vagy esetleg bizonyos pszichológiai vakfoltok is hozzátartoznak védekező mechanizmusunkhoz, nehogy túlterheljen bennünket a maga teljességében érzékelt valóság? Idegrendszerünk valóban csak ennyi érzékletet engedélyez számunkra — ez igaz. De én azt hiszem, hogy ezen a korlátozáson túl lelki mozzanatok is közrejátszanak abban, hogy ne ériék el az egót olyan információk, amelyeket pedig képesek lennénk érzékelni.

Ha eltávolíthatnánk ezeket a vakfoltokat, és kitágíthatnánk figyelmünk fókuszát, azt hiszem, ezeket az eseményeket is érzékelnénk, és a telepátia, a megérzés, a tisztánlátás az ismeretek, benyomások megszerzésének megszokott, gyakorlati módja lenne. Más szóval: szerintem az ESP-képességek természetesek, és csak azért tagadtuk meg őket, mert úgy véljük, ellentmondanak a valóságról dédelgetett elképzeléseinknek.

Már hallom is a rémült ellenvetést: — Isten őrizz; ha erre képesek volnánk, akkor azt is tudnánk, mikor fogunk meghalni! — De tegyük fel, hogy a halál pillanatán *túl* is ellátnánk, és nagy meglepetéssel észlelnénk, hogy a tudatunk működik — tudunk nemcsak arról az önmagunkról, aki „voltunk”, hanem lényünk olyan részeiről is, amelyekről eddig nem volt tudomásunk! Tegyük fel tehát, hogy Sethnek igaza

van: hogy testünknek csupán lakói vagyunk: benne élünk, de tőle függetlenül léte-zünk.

Azonosulunk a testünkkel, és a pszichológusok valóban azt is hangoztatják, hogy ezt kell tennünk. De ez az azonosulás azon a feltevésen alapul, hogy test nélkül Én vagyis személyiség nem létezhet. Ez a felfogás magában foglalja azt is, hogy minden tudáshoz csak a fizikai érzékeken keresztül juthatunk. Ha ezt a gondolatsort következetesen végigvisszük, nyilvánvaló, hogy ha nem tartózkodunk a testünkben, érzékleteket sem szerezhethetünk. Sőt tulajdonképpen a testet elhagyni képes Én sem létezhet, mivel tudatunk csupán az életfolyamatok terméke. Sok ortodox tudósna és pszichológusna ez is a véleménye.

A tételes vallások ellentétes véleményt hangoztatna: azt, hogy az ember identitása független a fizikai anyagtól — a halála után. Viszont görbe szemmel néznea az olyan kutatásokra, amelyek kideríthetnék, hogy az ember *már ma is* hasznát veheti ennek a függetlenségnek. Az egyház a lélek halhatatlanságát hirdeti, gyanús tehát az az érdektelenség, amelyet az elevenek és a „holtak” kommunikációjáról tanúskodó esetek íránt mutat.

Én mégis őszintén hiszem: a tények eleget mondanak mindazok számára, akik kellően nyitottak ahhoz, hogy a parapszichológiát kutassák, vagy eléggé felkészültek és bátrak ahhoz, hogy végrehajtsák saját kísérleteiket a különböző tudatállapotok

területén. A tények nyilvánvalóak lehetnek mindenki számára, aki csak egyszer is előre megálmodott, megérezett valamilyen eseményt, vagy telepatikus kapcsolatot élt át.

A tapasztalataimból — és mások tapasztalataiból — levont következtetések az alábbiak. Bizonyos mértékig függetlenek vagyunk a fizikai testünktől. Képesek vagyunk látni, érezni, tanulni akkor is, ha tudatunk nincs a testünkben. Megpillanthatjuk a jövő töredékeit. Hozzájuthatunk olyan információkhoz, amelyek nem érzékszerveink útján érkeztek. A tudomány, ha akarja, várhat még száz évet, míg ezeket a tényeket elfogadja. A tények az alatt a száz év alatt is tények maradnak. Hallucinációnak ebben nincs szerepe, hacsak nem hallucinálok ebben a pillanatban is, miközben írom a kéziratot, a kávémat kortyolom, és némi indignációval gondolkodom arra: közülünk némelyek képesek volnának megnyirbálni képességeinket, hogy korlátozott elképzeléseket védelmezzenek. Miért kellene elfogadnunk, hogy azok az elképzelések helyesek, ha ellentmondanak saját tapasztalatainknak?

Első ESP-könyvem megjelenése óta sokan embertől kaptam levelet, melyben elmesélték saját telepatikus, látnoki vagy projekciós élményeiket. Voltak, akik olyan élményeket bízta rám, amelyeket legközelebbi hozzátartozóik előtt is eltitkoltak. Tudták, hogy ilyesminek a tudomány szerint *nem volna szabad* megtörténnie, és attól féltek, hogy az ilyen tapasztalat kétségbe vonja szellemi vagy érzelmi épségüket.

Tulajdonképpen én magam sem voltam különb: lépten-nyomon ellenőriztem saját tapasztalataimat, és ez ma sincs másként. De nekem már legalább nem elavult elvek diktálják, mely élményeimet fogadhatom el valóságosnak, és melyeket kell megtagadnom. Ha a tudományos dogmák egyáltalán nem lettek volna hatással rám, első paranormális élményeimet nyitottabban fogadtam volna, és teljes szívvel-lélekkel hozzáláthattam volna kutatásukhoz. Ehelyett, különösen kezdetben, épp annyira borzadtam minden új fejleménytől, mint amennyire örültem neki.

Élményeimből megtanultam: *most is* többdimenziós személyiségek vagyunk — én is, te is, mindenki. Úgy hiszem: a tudat tömegesedik, rendbe szerveződik, ugyanúgy, mint az atomok és a molekulák; hogy léteznek tömegei a tudatnak, ugyanúgy, mint az anyagnak, és mi ilyen tudattömegek részei vagyunk, akár felismerjük, akár nem. Keveset tudunk saját lelkünkéről, és a tudat mibenlétéről még annál is kevesebbet. Ahhoz, hogy többet tudjunk, mindenkinek egyénileg a *saját* tudatát kell vizsgálat alá vennie. Meggyőződése, hogy ezáltal az individualitás, az egyediség, az identitásérzés tágabb távlatait ismerjük meg. Ha viszont ragaszkodunk az anyagi szemlélet korlátaihoz, elzárjuk magunktól a legfontosabb kérdésekre adható válaszokat, azt a tudást, amely hozzásegít, hogy a tárgyi világgal is intelligensebben bánjunk.

Ilyen jellegű kutatás az én munkám is. Paranormális élményeim, a Seth-ülések, Sethhez fűződő egész kapcsolatom — mindez egyetlen, folyamatos tanulási kaland.

Hiszem, hogy a Seth-szövegekben olyan ismeretek, információk találhatók a valósággal kapcsolatban, amelyekre égető szükségünk van. Ezek az elméletek kitágítják az individualitás jelentőségét, és lehetőséget adnak, hogy elfogadjuk a teljes Én létezését, amit a tudomány és a vallás egyaránt megtagadtatott velünk.

*

Abban vagyok a legbiztosabb, hogy Seth az én csatornám a revelatív tudáshoz — ezen azt a tudást értem, amely megvilágosodás- vagy revelációszerűen jut az Én intuitív részeihez, nem pedig a logikai-intellektuális képességek révén. Hiszek abban, hogy ez a revelatív információ többé-kevésbé mindenki számára hozzáférhető. Ebből táplálkoznak az emberiség törekvései, ebből fakadnak elért eredményei. Azt hiszem, a revelatív tudás először intuíció formájában jelentkezik, álmoként, megsejtésként, vagy az én tapasztalataimhoz hasonló élmények képében, és az így érkező információt az intellektus dolgozza fel. Mindkettő fontos tehát.

Arra nézve, hogy Seth végül is kicsoda, az ő meghatározása („egy személyiség energiából álló lényege”, tehát egy szellemi személy ereje) az elérhető legpontosabb megközelítés. Nem hiszem, hogy a tudatalattim része vagy másodlagos személyiség volna. Azt viszont hiszem, hogy van felsőbbrendű tudatunk, amely éppúgy a normális tudat „fölött” helyezkedik el, ahogyan a tudatalatti a normális tudat „alatt” — jóllehet

Seth mindig hangsúlyozza, hogy a tudatnak igazából nincsenek szintjei, és ezek a kifejezések csak az egyszerűség kedvéért használatosak. Az ESP képességeket ennek a felsőbbrendű tudatnak a számlájára írom; szerintem a felsőbbrendű tudatnak rendelkezésére állnak olyan ismeretek a valóságról, amelyekhez nem juthat hozzá a személyiségnek az a része, amely az egót alkotja. Azt lehetségesnek tartom, hogy Seth egy pszichológiai megszemélyesülés, és az én normális Énem felsőbbrendű tudatából származik.

Ha ez így van, akkor vajon mennyire független az én egómtól? Nehéz kérdés. Úgy vélem, hogy nem része az én személyiségem szerkezetének. Nem hiszem például, hogy pszichológiai személyiségtesztekkel ki lehetne mutatni a jelenlétét bennem. Belső kapcsolatunk csak az ülések alatt kerül a fókuszba, amikor a felsőbbrendű tudat nyilvánul meg.

Ezen a ponton felmerülhet Seth nemének kérdése is. Én úgy érzem, hogy a legtöbb személyiség intuitív része inkább nőies, mint férfias jellegű. Ha Seth csupán az én felsőbbrendű, intuitív Énem volna, azt várnám, hogy nőies legyen, vagy afféle műférfi, amilyenekkel a nőírók műveiben oly sűrűn lehet találkozni. A férfiak az ilyen férfi szereplőket általában túlságosan romantikusnak érzik. Seth nem „hivalkodóan” férfias ugyan, de beszéde és mozdulatai férfiasabbnak mutatják, mint amilyen egy nő által megalkotott férfitípus. A férfiak kedvelik. Tanító ugyan, mégsem a szok-

ványos, közhelyszerű „szellemi vezető”. Egyszerűen azonos önmagával — ami egyébként bizonyítéka lehet saját, független létezésének.

Azonnali hatást gyakorol az emberekre. Érzékelhetően erőteljes a „jelenléte”. Reagál a többiekre, és sokkal könnyebben teremt kapcsolatot a legkülönbözőbb társadalmi rétegekből való emberekkel, mint én. A szövegekből kiderül azonban, hogy azok a jellemvonások, amelyeket velünk megismertett, csupán részei személyiségének, mégpedig azok, amelyeket a leghasznosabbnak ítélt arra a célra, hogy megragadja figyelmünket, és átadja a szöveganyagot.

Rob egyszer megkérdezte tőle, vajon mindig rendelkezésünkre áll-e az ülésen. Seth válaszából kiderült, hogy többről van szó, mint egyszerű, személyes kapcsolatról. Én bízom ebben a válaszbán: úgy hiszem, hogy őszinte feltárása egy rendkívül összetett lelki kapcsolatnak.

A 458. ÜLÉS RÉSZLETEI; 1969. JANUÁR 20.

— Ami a kérdésedet illeti, hogy mindig jelen leszek-e az üléseken: az általunk megteremtett körülmények között, az én segítségemmel képesek vagytok felidézni lényemnek azokat az elemeit, amelyek számotokra ismerősek. Ami itt jelen van, az egy

eleven, negyedik dimenziós levél vagy kommunikáció, amelyben, ha megbocsátjátok ezt a kifejezést, a médium maga az üzenet.

— Ruburt bizonyos értelemben eleven távirattá változik ilyenkor. Amikor üzenetet vagy táviratot küldesz, csupán szavakat juttatsz át. Én önmagam részeit küldöm el. Teljes lényegemnek nem kell állandóan jelen lennie. Más szóval: nem kell tökéletesen a ti sikotokra fókuszálnom, de ahhoz eléggé rá vagyok fókuszálva, hogy a találkozóinkon jelen tudjak lenni. A lelki-szellemi híd, amelyről beszéltem, jó szolgálatot tesz, és Ruburt oldalán éppúgy felépült, mint az enyémen.

— Valóságom egy része tehát a kitűzött időpontokban rendelkezésekre áll, a híd pedig állandóan. Ruburt a híd segítségével máskor is felkereshet. A híd segítségével esetleg én is felkereslek benneteket. Ez azonban nem jelenti azt, hogy ez a megkeresés okvetlenül és mindig pozitív fogadtatásra talál a másik oldalon, sem azt, hogy a kapcsolat minden ilyen alkalommal létre is jön.

— Olyan ez, mintha a híd két részből állna, mint egy felvonóhíd: a két felének találkoznia kell. [Seth korábban elmagyarázta, hogy ennek a „pszichológiai hídnak” a megépítésében mindketten részt vettünk.] Ha a kitűzött időpontokon kívül fel akartok venni velem a kapcsolatot, lehet, hogy könnyen elérhető leszek, de az is lehet, hogy nem. Arról azonban mindenképpen tudomást szerzek, hogy úgy éreztétek: szükségetek van rám. Ha ez az érzés erős, akkor természetesen jelentkezem, miként ti sem

hagynátok cserben a barátotokat. Mindig, minden körülmények között mégsem vagyok elérhető — ahogy ti sem.

Rob is, én is megfigyeltük, hogy egyes ülések „közvetlenebbek”, mint mások, és Seth ezután mondott szavaiból az is kiderült, hogy ennek mi az oka.

— Én mindig része vagyok az üzenetnek, amelyet hozzátok eljuttatok. Vannak esetek, amikor teljesebben „itt vagyok”, mint más üléseken. Ennek oka általában olyan feltételekben rejlik, amelyek nem befolyásolhatók: elektromágneses vagy lelki körülményekben. Ezeket olyannak kell tekintenünk, mintha légköri viszonyok volnának, amelyek hatással vannak a jelenlétemre.

— Mint már mondtam, bizonyos mértékig szerepet játszik itt a projekció, mind az én részemről, mind Ruburt részéről. A te jelenléted [ez Robnak szólt] szintén fontos, vagyis az a körülmény, hogy jelen vagy-e bármely adott ülésen, vagy sem. Amikor oktató műsort nézel a tévében, látod a tanárt, amint beszél. Lehet, hogy valóban abban a pillanatban beszél, de az is lehet, hogy nem, mert felvételtől megy az adás. De a tanár akkor is létezik, ha nem élő, egyenes adást nézel, és amit mond, akkor is ugyanolyan érvényes. Tekintsd tehát Ruburtot úgy, mintha az én tévéképernyőm volna. Nem számít, hogy éppen most beszélek-e Ruburton keresztül, vagy tegnap éjjel adtam át az üzenetet, amikor aludt, és a mai este csupán visszajátzás.

— A tág jelenben maga a médium az üzenet — mondta Seth mosolyogva —, tehát amikor elérkezik az adás ideje, én itt vagyok a ti jelenetekben. Hogy az én jelenben, amit *ti* annak neveztek, éppen hol tartózkodom, annak nincs jelentősége. Lehet, hogy előre elkészítem a filmet, olyankor, amikor Ruburnak nincs is tudomása róla. De ez nem jelenti azt, hogy az ilyen ülés kevésbé volna érvényes.

Seth azzal folytatta, hogy én hozzájárultam ehhez a megoldáshoz, és sok munkát végeztünk már közösen olyankor, amikor aludtam, vagy éppen mással foglalatostkodtam. — Ez nem azt jelenti, hogy bábként használom Ruburtot, hogy előregyártott tekercseket adok a szájába, mintha magnónak tekinteném; nem jelenti azt, hogy mindig konzervműsört kaptok — és azt sem jelenti, hogy érzelmileg ne volnék mindig veletek az üléseken. Csupán annyit jelent, hogy az efféle többdimenziós kommunikációban több minden lehetséges, mint gondoljátok.

— A tanár személyének lényege sűrített formában rajta van a szalagon. Kérdésed abból az érzésből fakad, hogy ha itt vagyok, ugyanakkor nem lehetek máshol, más szóval: az energiámat tökéletesen ide kell fókuszálnom ahhoz, hogy itt lehessen. Identitásomnak, önvalómnak vannak olyan tulajdonságai, amelyeket nem ismertek — bár „később” megismerhetitek azokat is.

— Tudod, ezen a készüléken még nem működik minden csatorna — mondta Seth tréfásan. — A ti fogalmaitok szerint bármely időpontban annyit ismertek belő-

lem, amennyinek megismerésére képesek vagytok. Számomra lehetetlen volna teljes valóságomban megmutatkozni nektek, mert megértésetek nem volna képes befogadni. Most pedig pihenjete. Nem akarom, hogy kiégjen egy elektroncső...

Talán észrevette az olvasó: mindvégig elkerültem azt a megoldást, hogy Sethet egyszerűen szellemnek nevezzem, és ezáltal letudjak egy fontos meghatározást. Egyrészt nem szeretem ezt a szót, másrészt így túlságosan leegyszerűsíténém a dolgot. Ha az ember elfogad egy megoldást, elzárja elméjét az összes többi elől, ami alatta rejlik. Nem állítom azt, hogy Seth *csak* lelki valóság, aki lehetővé teszi számomra, hogy ráhangolódjam a revelatív tudás csatornájára; azt sem tagadom, hogy önállóan, tőlem függetlenül létezik. Hiszem viszont, hogy az ülések alatt az ő lénye és az enyém valamiképpen összeolvad, hogy maga a „pszichológiai híd” olyan, természetes struktúra, amely minden hasonló kommunikációban létre jön. Seth a híd túlsó végén tartózkodik, én az innensőn. Ebben egyetértek Sethtel. Nem hiszem, hogy a médium egyszerűen kikapcsol, és úgy működik, mint egy telefonkábel. Hiszem, hogy Seth egy másik entitás része, és hogy merőben más, mintha csupán egy barátunk volna, aki „túlélte” a halálát.

Nem látok ellentmondást ezekben az állításokban. Lehetséges, hogy Seth egy ősi entitás része, és Seth Kettő egy másik rész, aki a mi fogalmaink szerint fejlettebb. Ha a fizikai életben létezik fejlődés, miért ne létezhetne magában a tudatban is?

Számomra nem nehéz elfogadni azt az eshetőséget, hogy valamennyien ilyen tudatrészek, entitások független töredékei vagyunk. És ha ez így van, akkor lehetséges közöttünk bizonyos fajta kommunikáció. Akkor ugyanabból a „mentális anyagból” állunk, bármi légyen is az az anyag. A mi számunkra az ilyen élmények *mégis* természetfölöttinek tűnnének.

Seth Kettő szerint az én személyiségem bizonyos részei más valóságok és adatok számára átlátszó ablakként működnek. Ha ez így van, akkor sok ilyen „ablaknak” kell léteznie. Lehet, hogy Seth Kettő általunk fel sem fogható fejlettségi szinten áll. Már pusztán a „távolság” miatt nehéz lehet a kommunikáció, ezért tolmácsok sorozatára van szükség — Seth egy lehet ezek közül.

Bennem is sok kérdés merül fel. Például: Seth mennyire tudatos olyankor, amikor épp nem beszél rajtam keresztül? Ha ő az én ablakom a többi valóság felé, vajon az ő számára én vagyok a fizikai valóságra nyíló ablak? Elképzelésem szerint Seth tökéletesen tudatos, de a lét más dimenzióiban. Itt újabb kérdés merül fel: milyen lehet az élet az anyagi világon kívül?

Seth megígérte, hogy megírja saját könyvét, és az ülések alatt lediktálja nekem; ebben választ ad majd effajta kérdésekre is.

— Könyvemben, hogy úgy mondjam, belülről kifelé nézve mutatom majd be a személyiséget. Bizonyos mértékig a saját élményeimre fogom alapozni, de remélem,

képet ad majd a valóságról is, ahogy azt olyasvalaki látja, aki nincs bebörtönözve a háromdimenziós rendszerbe.

— Lesz a könyvben egy tanulmány a médiumitásról, nem a médium szemszögéből, hanem annak a nézőpontjából, aki rajta keresztül, általa beszél. Benne lesz a valóságotok elemzése is, úgy, ahogyan felőlem nézve látszik.

— Ismertetem majd azokat a körülményeket, amelyek között létezem, és elmagyarázom, miért mondanak gyakran ellent egymásnak a halál utáni élettél kapcsolatos állítások, melyeket különböző médiumok kaptak, s melyekben arról a valóságról teljesen különböző képek szerepelnek.

— Ez a könyv ismertetné a módszert, amellyel belépek a ti valóságotokba, és azt a pszichológiai hídszemélyiséget, amely így létrejön. Ismétlem: aki jelen van az üléseken, az nem a teljes lényem. Léteznie kell egy bizonyos lelki struktúrának, amelyet a kommunikációhoz használok. Időnként azonban eléggé tisztán jön át a személyiségem ahhoz, hogy függetlenül, önmagamban is létezhetem, Ruburt segítségével nélkül.

— Ennek a könyvnek semmi köze sem lenne Ruburt saját írói tevékenységéhez, amely a maga útján fejlődik. A könyv az én nevemen jelenne meg, de szeretném kettőtöknek ajánlani — jelentette ki széles mosoly kíséretében.

— Ez kedves — felelte Rob szárazon.

Természetesen nem állítom azt, hogy ez az anyag tiszta, minden torzítástól mentes tudást képvisel. A 463. ülésen a torzítás kérdése talán már ötvenedszer került elő. Miután aláírtam a szerződést erre a könyvre, a barátunk, Peg Gallagher a helyi lapba írt egy cikket Sethről, és anyaggyűjtés céljából részt vett egy ülésen. Seth előbb tett néhány tréfás megjegyzést (- Egy szép napon én fogok interjút csinálni veled — mondta Pegnek), aztán a torzításokról kezdett beszélni.

— Lehet a médium olyan mély transzban, mint az Atlanti-óceán, mégsem lesz soha tiszta csatorna. Az ego megkerülhető, de az Én sok más rétege, és különösen az idegrendszer tovább működik, mint mindig. A rajtuk áthaladó ingerek változásokat idéznek elő bennük.

Seth azzal folytatta, hogy a szóbeli közlés nem szükségszerű. Nálunk fejlettebb entitások nem ezt használják, és a fejletlenebbek sem. Ahhoz, hogy az üzenet háromdimenziós énünk számára érthető legyen, keresztül kell „préselni”, és ez már önmagában is torzítást okoz.

— A szavak, amelyeket átadok, információt tartalmaznak. De nem a szavak jelentik az információt — azok csak hordozzák.

— Az információ ritkán ömlik úgy, mint a kristálytiszta víz, amelynek számára a médium olyan, mint egy tetszés szerint kinyitható vagy elzárható vízcsap. Az információnak át kell szűrődnie a médium személyiségén. Az idegrendszer reagál az

adatokra, miközben lefordítja őket. Ebből a szempontból semmi nem lehet semleges. Miután a vétel megvalósult, az információ szükségszerűen lefordítódik olyan mechanizmusokká, amelyeket az idegrendszer kezelni tud, amit tolmácsolni képes. Mint minden érzékelés, az információ is részévé válik az idegrendszer struktúrájának. Ez nem történhet másként.

— Minden érzékelés azonnal változást idéz elő az érzékelő elektromágneses és idegrendszerében. A ti fogalmaitok szerint ez maga az érzékelés: az idegi struktúra állapotának megváltozása. Maguk a befogadó szervek, szövetek változnak meg, mégpedig azok által az ingerek által, amelyeket érzékelnek. Most az érzékelés fizikai oldaláról beszélek.

— Ha valakinek olyan a fizikai felépítése, mint a tiétek, logikai ellentmondás azt képzelnie, hogy létezik érzékelés az érzékelő belső állapotának megváltozása nélkül. Szeretném ezt a lehető legjobban megvilágítani: az információ automatikusan összeolvad, összeötvöződik, összeszővődik a személyiség teljes, fizikailag érvényes struktúrájával.

— Minden érzékelés mozgás; mint ilyen, megváltoztatja azt, amire hat, és *eközben maga is megváltozik*. A legcsekélyebb érzéklet is változást hoz létre testetek minden atomjában. Ennek hullámai aztán minden irányban kiáradnak, és, mint tudjátok, a legapróbb mozgás is mindenhol érezhető.

Seth a továbbiakban példákat sorol a különféle torzításokra, amelyek a normális és az ESP érzékelés közben előadódhatnak. — Ruburt például, vagy bárki, ha éppen rossz kedve van, félreértelmezheti az információt, túlhangsúlyozva benne a kedvezőtlen elemeket. Az önvádra hajlamos egyének következetesen így értelmeznek félre minden információt.

Seth ezt követően az érzékelés természetét magyarázva világossá teszi, hogy maga a fizikai érzékelés alakítja bizonyos formára a valóságot. Még az ESP élményeket is fizikai fogalmakká kell lefordítanunk, ha tudatosan foglalkozni akarunk velük. A Seth-szövegekből kiderül, mi van az általunk ismert valóság mögött, de önmagában az a tény, hogy szavakban van megfogalmazva, eltorzítja a jelentését.

Ezenkívül is működnek bizonyos tényezők. Seth maga sem változatlan; ő sem csupán „házhoz szállítja” a szöveget, mechanikusan, mintha mindketten magnetofoonok volnánk. Válaszol a feltett kérdésekre, olyanformán, hogy néha maguk a kérdések idéznek elő változást abban, ahogyan valamit elmagyaráz.

Válaszol nekünk, következésképpen a velünk való kapcsolata őrá is hatással van (bár meglehet, nem annyira, mint ránk!) Kétség nem fér hozzá, hogy saját személyiségem gyarapodott azóta, hogy alávetette magát a Seth-féle tapasztalatnak. Meg kellett tanulnom több benyomással bánni, mint azelőtt, és megőrizni stabilitásomat, miközben rejtett képességeimet fejleszttem. Ennek megvan a jutalma, de nyilván

együtt jár némi feszültséggel, stresszel is — ezt azonban humorérzéssel és józan belátással fel lehet oldani. Amikor úgy érzem, pihennem kell, akkor szünetet tartunk, és ezt Seth mindig kedvesen méltányolja.

Azok után, amit Seth az ember lehetőségeiről mondott, be kell valljam, elgondolkodtunk néha, vajon miért nem fejlettebb az emberiség erkölcsileg és spirituálisan.

Valamelyik szerdai ülésünk előtt Rob és én egymás közt háborogtunk a világban uralkodó állapotok miatt. Beszélgettünk; Rob hangosan gondolkodott, vajon miért viselkedünk így. — Mi ennek az egésznek a célja, az értelme? — mondta. — Ha valóban van bennünk valaki, aki látja, mit művelünk, akkor vajon miért iparkodunk mégis olyan veszettül a bolygónk elpusztításán — ha nem háború által, akkor a környezet tönkretételével?

— Nem tudom — feleltem. Rajtam is ugyanaz az érzés vett erőt, mint őrajta.

Ez 1968. november hatodikán volt, és aznap este kezdődött el egy olyan sorozat az üléseken, amely a bennünket legjobban foglalkoztató kérdéseket vette sorra. Aznap, a 446. ülésen a másik személyiség, Seth Kettő jött át, a maga tiszta, távolságtartó hangján.

Seth Kettő többek között ezeket mondta: — Az emberiség olyan szintér, amelyen különböző tudatformák utaznak át. Mielőtt beléphetnétek más, tágabb és nyitot-

tabb valóságrendszerekbe, előbb meg kell tanuljátok az energia használatát, és a fizikai materializáció, a megnyilvánulás eszköze által meg kell ismerjétek a gondolatok és az érzelmek konkrét, tárgyi következményeit. Ahogy a gyermek tortát készít a sárból, úgy formáljátok ti gondolatokból és érzelmekből a civilizációt, aztán pedig megnézitek, mit alkottatok.

— Amikor a reinkarnációk után elhagyjátok a fizikai rendszert, már megtanultatok a leckét — a szó szoros értelmében már nem vagytok tagjai az emberiségnek, mert azt választottátok, hogy kiléptek belőle. Különben is csak a tudatos Én tartózkodik itt, identitásotok más részei ugyanakkor más rendszerekben tanulnak, gyakorolnak. A fejlettebb rendszerekben a gondolatok, az érzelmek automatikusan és közvetlenül valósulnak át mozgássá — vagyis azzá, ami ott az anyag helyett létezik. Következésképpen a leckét jól meg kell tanítani, és jól meg kell tanulni.

— Világosan meg kell érteni a teremtéssel járó felelősséget. Bizonyos értelemben most egy hangszigetelt, elzárt szobában vagytok. A gyűlölet csak ebben a „szobában” vezet pusztuláshoz, és mindaddig, míg a leckét meg nem tanuljátok, a pusztulásból pusztulás következik.

— Más rendszerek fogalmai szerint ez a fajta pusztulás nem létezik — de ti *hiszitek*, hogy létezik, s ezért meggyötör a haldoklók kínja. Az eleven lidércnyomás szenvedést okoz, de hamar véget ér. Nem azt kell megtanulnotok, hogy kerüljétek a

pusztítást, mert pusztítás valójában nem létezik. A felelősséget kell megtanuljátok. Az emelkedő tudat a ti rendszeretekben gyakorolja be a teremtés felelősségét.

— Ez a gyakorlás fog segíteni az egymással összefüggő többi rendszerben való létben. Ha a bánatról, a gyötrelemről nem hinnétek, hogy valóságos, akkor a leckét sem tanulátok meg. Tanítóként azok szerepelnek a rendszeretekben, akik utolsó reinkarnációjukat élik, valamint más személyiségek is, akik elhagyták már a rendszert, de arra jelöltettek ki, hogy segítsék a még benne élőket.

— Tevékenységetek abból áll, hogy az érzelmi energiát cselekedetté és formává alakítjátok. A magatok teremtette rendszerben működve felismeritek, hol jártatok sikerrel, hol vallottatok kudarcot. A rendszerben vannak olyan személyiségtöredékek, akik most léptek be „először”, és olyanok is, akik már reinkarnációik sorozatának vége felé járnak.

— Az emberiség ugyanazt az álmodja, és világotok a tömeg világa. A teljes konstrukció olyan, mint egy tándráma, amelyben ti vagytok a rendező és a színészek is ti vagytok. És a színdarabban lévő színdarabban és van színdarab. A „-ban” és „-ben” rendszernek nincs vége. Az álmodó álmodik, és az álomban szereplő álmodó is azt álmodja, hogy álmodik. Az álmok azonban nem értelmetlenek, és a cselekedeteknek jelentésük van. A teljes Én nézője és szereplője is a drámának.

A Seth-ülések ma is hetenként kétszer folytatódnak. Seth témaköre egyre bővül. Ha mostanáig csupán a „körvonalakat” adta át, már az is óriási anyag.

Seth Kettő így magyarázta: — Nem arról van szó, hogy lényetek egy kisebb valóságban létezik. Arról van szó, hogy még nem tanultátok meg felismerni valódi méreteit a valóságnak, amelyben léteztek.

Remélem, hogy ennek a könyvnek és a Seth-szövegeknek sikerült némi bepillantást adni az olvasó számára saját többdimenziós énjébe.

FÜGGELÉK

Az előző fejezetekben sok ülésről közöltem szemelvényeket, hogy bemutassam Seth nézeteit néhány témával kapcsolatban. E Függelék azoknak az olvasóknak a kedvéért iktattam ide, akik teljesebb képet szeretnének kapni az egyes ülésekről, és világosabban szeretnék látni, hogyan is kaptuk a Seth-szövegeket.

Erre a célra három teljes, bár rövid ülést választottam, és részleteket több egymás követő ülésből a közelmúltból. Ez a rész bemutatja, hogyan szövi át Seth egyik témát a másikba, hogyan illeszt be a korábbi ülések anyagára építve új magyarázatokat, és miként használja saját anyagához kiindulásnak a mi mindennapi tapasztalatainkat.

A Függelék több olyan témát érint, amelyekkel maga a könyv nem foglalkozik. Seth az egyik ülésen elmondja nézeteit a tudattalan Jung-féle értelmezéséről. Egy másikon új elméletet ad át az „eredeti bolygórendszeréről”, majd elkezd a magzati érzékelés ismertetését, amihez egy barátunk kérdése szolgált apropóul. Ezek a magyarázatok mutatják, milyen irányban halad ma a Seth-szövegek tematikája.

Most, hogy e könyv megírása lassan a végéhez közeledik, az üléseken éppen megkezdődött az anyag mögötti elektromágneses egységek ismertetése. A kutatók

régóta törik a fejüket, vajon „hova tűnik” az anyag; lehet, hogy a válasz a Seth-féle EE-egységekben rejlik.

A központoszástól eltekintve a Seth-szövegek a Függelékben szerkesztetlen formában szerepelnek, Rob jegyzeteivel együtt.

452. ÜLÉS, 1968. DECEMBER 2., HÉTFŐ; 21:17 ÓRA

Jó estét.

[— *Jó estét, Seth.*]

Tehát: a gyerekek kártyából építenek várat, aztán összedöntik. A gyermek fejlődése miatt nem aggódsz, mert tudod, hogy később majd megtanulja.

Még mosolyoghatsz is a gyerek teljes kétségbeesésén, amikor felismeri a kapcsolatot saját kezének mozdulata és a kártyavár között, ami most elpusztult, helyrehozhatatlanul.

Tehát: az emberiség civilizációkat épít. Már túljutott a gyerekjátékokon. A játékok igaziak, a hasonlat mégis ül. Nem feledkezem meg az előforduló erőszakról. Igazából nem is lehet megfeledkezni róla, de annak kell tekinteni, ami: az ember a saját hibáiból tanul. Tanul a sikereiből is, és van, amikor megfogja a kezét, az eltö-

kélttség pillanatai, a kreativitás időszakai. *[Szünet.]* Az identitások sok szerepet játszanak, sok életen át.

Vannak olyan időszakok, ha úgy tetszik: ciklusok, amikor ilyen identitások élnek, és ismét tanulnak a ti rendszeretekben. Bizonyos mértékig a többiek tanítják őket — ha tetszik, gyakorlati oktatók. *[Kuncog.]*

[Ma az újságban volt egy cikk a demokraták augusztusi elnökjelölő konvenciójáról és az ott előfordult erőszakos cselekedetekről. A cikk beszámolt a rendőrség és a tüntetők egyes csoportjai közötti összecsapásokról; a vizsgálóbizottság a rendőrséget marasztalta el. Jane és én a vacsoránál erről a cikkről beszélgettünk.]

Az emberiség sokkal több, mint a fizikai megjelenése. Te a fejlődésnek csupán egyetlen szakaszát látod. Amikor az egyén elhagyja a rendszereteket, más rendszerekbe megy át. Megtanulta az ábécét — de ez minden. Vannak kivételek — olyan identitások, akik úgy döntenek, hogy visszatérnek tanítani. Ők nem tartoznak, hogy így mondjam, egy csapatba azokkal, akiknek a reinkarnációs ciklusa még nem fejlődött be. Visszatérhetnek akár erőszakot is elviselni, mint az, aki a vademberek között, a dzsungelben létesít iskolát.

És még ezzel együtt is, magában a ti rendszeretekben is létezik fejlődés. Ha a középkori Európa lakóinak kezébe atomfegyver került volna, szinte azonnal fel is használják, lelkiismeret-furdalás nélkül, hogy eltöröljenek a föld színéről mindent a

kereszténységen kívül. A kereszténység elpusztulhatott volna a többivel együtt, de az akkori uralkodó hatalmak annyira szűklátókörűek és önzők voltak, hogy ezt az eshetőséget fontolóra sem vették volna.

Akkoriban ép elméjű, józan gondolkodású embernek eszébe sem jutott, hogy megossza másokkal a vagyonát, vagy akár elgondolkodjék a szegények nyomorúságán. Nemcsak, hogy nem gyakorolták a jótékonytságot, nem is gondoltak rá. Az archaikus istenfogalom [*abban az időben*] szépen lefedte az ilyen kérdéseket. Aki szegény, az nyilvánvalóan bűnös. A szegénység a büntetése, tehát istenkáromlás segíteni azon, akit Isten megátkozott. Sportként gyakorolták az állatkínzást. Az élők iránti együttérzést kigyomlálni való gyengeségnek tekintették a férfiban. A nőket csak igen válogatott körökben tekintették embernek.

Az évszázadokon át végbement fejlődés sokkal szembetűnőbb volna, ha ismeréd az összes tényeket. Van itt még egy szempont, amiről eddig nem beszéltem: az embernek nem volt szabad a veszélyesebb játékokkal játszani mindaddig, míg be nem bizonyosodott, hogy képes valamennyire uralkodni önmagán. Ez nem jelenti azt, hogy ne lett volna képes elpusztítani az általa ismert világot. Ez csak annyit jelentett, hogy a pusztulás nem volt elkerülhetetlen. Nem adsz a gyerek kezébe töltött fegyvert, ha biztos vagy benne, hogy meglövi magát vagy a szomszédot.

Tehát: a fegyverek és a pusztítás szemmel látható. Az ellenpárjuk nem ennyire nyilvánvaló, de mégis az ellenpárok a fontosak: az ember elsajátította az önfegyelmet, föltámadt benne a mások iránti együttérzés, és megtanulta a legvégső leckét is: a pozitív vágyat a teremtésre és a szeretetre, a pusztítás és a gyűlölet helyett. Aki ezt megtanulja, annak reinkarnációs ciklusa véget ér.

Oka van annak, hogy ezt a leckét így kell megtanulni. Alapvetően csak teremtés létezik. A pusztulás csupán alakváltozás. A felhőszakadás vagy a tornádó mit sem tud a pusztulásról. Ha ugyanez az energia emberi formában lép fel, az valami más. A teremtésnek különböző állapotai vannak, amelyeket meg kell tanulni, mint az energia és a keletkező érzelmek fókuszálását — az elemi energia önmaga tudatára ébred, és tudomást szerez a dolgokról, amelyek „azelőtt” nem léteztek számára; a molekulák milliói, amelyek átmenetileg egyesültek az eleven tudattal, megteltek az ősi energiával, most megtanulják a szeretetet, és nagy finomságú lelki ideákat formálnak; az elektromos töltések nem felhőket, hanem érzelmeket alkotnak; a gondolat magas fokon specifikált és rendkívül összetett mechanizmusa mögött ott a differenciálatlan személyiség ártatlan káosza. És mindez még azelőtt, hogy az egyén megszületett volna a rendszeretekben! Az idő fogalmai szerint ez áll mindannyiunk mögött.

Nem csoda, hogy dúlnak a lelki csaták. De a rendszereteken túl leírhatatlan kifinomultság van, és olyan fejlődés, amely csodálatosabb, mint ami eddig végbement.

És mindezeken keresztül az anyag káoszából formát öltött entitás megőrzi önvalóját azonosságát, „múltjairól” szóló ismereteit, és növeli teremtő erejét.

Ez egyike a legfontosabb anyagoknak, amelyeket átadtam nektek, mert azon gondolkodtatok, vajon mi a cél[ja a tudatnak ebben a rendszerben], az időnek és a térnek pedig gyakran csak kis morzsáját figyelhettétek meg.

Az erőszakos esemény, amiről ma este beszélgettetek, megnyitott egy szakadékot azok lelkében, akik részt vettek benne, s rajta keresztül megpillantották az identitásuk mögötti, szédítő mélységet, az ősi eredetet. Akkor és utána is fellépett a félelem, hogy visszazuhanhatnak abba az „esztelen” szakadékba.

A zivatart sokan vonzónak látják, és az efféle erőszakot is, de nagyon heves zivatarokban kevesen mozdulnak ki a fedél alól. Minden résztvevő megérezte a káoszt, amelynek közvetlen közelébe került. *[Nyomatékkal.]* Vonzónak látta, de megrémült tőle, mert föl kellett ismernie, hogy ez őt is és ellenfelét is tébolyba vagy a halálba sodorhatja.

A résztvevők nagy része nem is tudta, hogy ekkora energia áll rendelkezésére; következésképp meg sem fordult fejükben a gondolat, hogy ezt az energiát teremtésre is lehet használni. Az energiát már önmagában is izgalmasnak, felemelőnek érezték. A résztvevők közül sokan ösztönösen megérezték, hogy alkotóképességüknek is ez az energia a forrása. Jó néhányan ki fognak próbálni különféle módszereket, hogy

felszabadítsák a kreatív érzelmeket, amelyeknek a létezéséről sem tudtak. Az energia természetesen semleges. A romboló hatást az vitte bele, ahogyan akkor használták.

Az akkor felszabadult energia azonban máris megváltoztatta országotok közállapotát, és ez továbbra is így lesz. Az energia ilyen, tömeges felszabadulása fogja majd békében egyesíteni az egész bolygót, de ez nem a ti életeitekben következik be. Nem következik be mindaddig, míg újabb katasztrófák nem történnek, és amikor bekövetkezik, ez lesz az első olyan időszak a bolygó történetében, amikor a béke és az egyenlőség mindenki számára megvalósul.

Voltak korábban is békés időszakok, de egyenlőség nem volt. A bolygó múltjában számtalan civilizáció pusztította már el önmagát, és korábban is, amikor egy másik bolygó volt körülbelül ugyanott, ahol ma a Föld. Voltak azonban maradandó civilizációk is, amelyek megmaradtak, túléltek bolygójukat, és máshová költöztek.

Most pedig tartsatok szünetet, utána folytatjuk.

[22:09. Jane néhány pillanatra elhallgatott, aztán tovább beszélt, amikor már azt hittem, hogy kijött a transzból, és szóltam hozzá.]

Valaha kilenc bolygó létezett, mint drágakövek a Nap körül. Egyenlő távolságban voltak egymástól, és a Naptól is. Ez volt az első rendszer, amely megismerte az embert. A világmindenségnek ebben a szegletében voltak, de később, a ti fogalmai-

tok szerint, akkora távolságba sodródtak, hogy semmiféle műszerrel nem találhatnátok meg őket.

Sokszor felrobbantak és újrateremtődtek — eltűntek és visszatértek. Lükettés-szerűen. Ti úgy látnátok, évmilliókra eltűntek. Számukra a létük folyamatos volt. Ahogyan a ti rendszeretekben az atomok valóságosságot adnak a széknek, pedig maguk az atomok és a molekulák jönnek és mennek, ugyanúgy őrzi identitását ez a bolygórendszer még ma is. Csillagászaitok megpillanthatják még szellemképét világotok peremvidékén, de ez már csupán visszfénye egy olyan valóságnak, amelyet nem láthattok meg. Most tartsatok szünetet.

[22:19. Jane könnyen kijött a transzból, kisvártatva kinyílt a szeme. Ennek ellenére azt mondta: messze járt, és látomása volt egy naprendszerrel, bolygókról.

Fejben gyorsan összeszámoltam a naprendszer ma ismert bolygóit. Kilenc, Seth is ugyanezt a számot mondta. Seth adatai természetesen sok kérdést vetnek fel, de ma este nem kapjuk meg rájuk a választ.

Közvetlenül a szünet vége előtt Jane azt mondta: — Most kaptam egy nagy csomag gondolatot Sethről. — Az ülés 22:31-kor folytatódott.]

Tehát: a létezés formákat használ. Ha egy bolygórendszer léte megszakad, sok esetben az entitások, akik vonzódtak hozzá, vagy az otthonuknak tekintették, egyszerűen formát változtatnak, átrendezik erőiket, és — ha úgy ítélik, hogy megéri —,

rendet csinálnak a házban. Ilyenkor a rendelkezésre álló formákat veszik magukra, vagy olyan formát öltenek, amely képes túlélni a körülményeket. Többször megtörtént ez a ti rendszeretekben is. De nem gyakran. A rendelkezésre álló anyagokból sokszor nem lehet olyan bonyolult rendszert alkotni, amelyben a tudat eléggé ki tudja fejezni önmagát.

Előfordulhat, hogy a ti fogalmaitok szerint elvesznek emlékek — olyan nehézségek lépnek fel, amelyek megzavarják az eredettudatot. Ha ilyen helyzet áll elő, mindig megoszlanak az erők. Egyes entitások formát öltenek, mások nem vesznek részt a folyamatban. Ezek csak figyelnek, őrzik érintetlen emlékeiket és tudásukat, és irányítják azokat, akiknek emlékezetét az új forma megváltoztatta. Ez is előfordult már a ti rendszeretekben.

Sok entitásnak a ti fogalmaitok szerint nincs szüksége formára. De ma este ezekkel nem foglalkozunk. Az eredeti rendszer, amelyről beszéltem, hamarosan megjelenik eszmeként, de nem veszik majd annyira komolyan, hogy mélyre ható vitákat váltson ki.

Ennek a rendszernek óriási az energiája, sokkal nagyobb, mint gondoljátok; a lüktetése által önmagából kivetett törmelékből új rendszerek születtek. [*Hosszú szünet.*] Ruburt szókincsével küszködünk. [*Szünet.*] Mozgásának sebessége is jóval nagyobb volt, mint gondolnád, bár ciklikusan felgyorsult és lelassult.

[Jane ismét elhallgatott. Beszéde lassabbá vált, sokat gesztikulált, mintha képeket festene a levegőben, és időnként összeráncolta homlokát.]

Voltak benne tudatos lények, de nem olyan lények, amilyeneket ismersz. Energia, entitások *[hosszú szünet]*, folyamatosan átalakuló óriási roytanek...

[Esetleg: roetan — fonetikailag így tudom megközelíteni. Nem értettem a szót, amelyet Seth vagy Jane használt, és nem akartam túlságosan erőltetni; csak egyetlen kérdést tettem fel, de arra sem kaptam választ.]

Ruburt szókincsével bajlódunk.

[— Azt mondtad: röntgen? — A sugárzás nemzetközi mértékegységére gondoltam.]

Eredetük önmagukban volt, hatalmas energiaegységek voltak, automatikusan és robbanásszerűen reagáltak a rendszer formájára. Az ő energiájuk miatt volt olyan a rendszer viselkedése.

Közvetlen, azonnali kölcsönhatás volt a tudat és az anyag között, az elektromágneses erők hatalmas kitörése: elegendő volt ahhoz, hogy elvesse egy világegyetem magvát. A ti világotok csak egy a sok közül, és ennek is csupán egy kis részét érzékelitek. Most vége az ülésnek, ha nincs kérdésed.

[— Később lesz néhány.]

A ma esti anyag elérkezett egy természetes végponthoz, de eljutottunk néhány olyan ponthoz is, amelyről a korábbi üléseken nem esett szó; a mai ülés előkészítője lehet későbbi tanításoknak. Szívből jövő jókívánságaim mindkettőtöknek; legyen kellemes az estétek.

[— Jó éjt, Seth.]

[22:52. Jane gyorsan kijött a transzból, bár most elég mélyen volt. Azt mondta, az ülés végén erős energiahullámot érzett.]

453. ÜLÉS, 1968. DECEMBER 4., SZERDA; 21:06 ÓRA

[Vendégként jelen van Sue Mullins.]

Jó estét.

[— Jó estét, Seth.]

Köszönöm, hogy meghívtak a társaságba.

[— Oké.]

Tehát: A bolygórendszer, amelyről az előző ülésen beszéltem, az idő fogalmaival élve az első volt a ti univerzumotokban. Nagyon nehéz nektek megmagyarázni, hogy az univerzum, amelyet láttok: a csillagok és a bolygók, arányítva csupán egydimenzi-

óság. Ti csak azt a részüket érzékelitek, amelyik a ti valóságrendszeretekben megfigyelhető.

A nehéz hidrogénmolekuláknak volt szerepük annak a *[korábbi]* rendszernek a születésében. A tudatnak először meg kellett teremtenie az űrt, vagy azt a dimenziót, amelyben a rendszer létezhetett, és felruházni azt az űrt a fejlődésnek mindazon lehetőségeivel, amelyek a ti időtökben megvalósultak és ezután fognak megvalósulni. Az űr tehát más szóval az elméhez volt hasonlítható, márpedig ki láthatná előre, milyen képek vagy gondolatok fognak ott megszületni? Létezik, mint mondtam, számtalan más rendszer is, de mindegyiknek van identitása és belső rendje.

Ez az óriási űr, ez a határtalan elme egy másikból jött létre, amely nagyobb volt nála. *[Seth mosolygott.]* A lehetőségek, amelyek ebben az univerzális rendszerben megvalósultak, mind létrehoztak egy-egy új valóságrendszert, ahogyan a fa ezernyi magot terem. Ti magatok is, mentális tevékenységeitek révén valóságokat hoztok létre, melyek létezéséről nem tudtok, és nemcsak fizikai gyermekeket hoztok a világra.

Nem értitek a dimenziókat, melyekbe saját gondolataitok hullanak, mert ott folytatják önálló létüket, mások pedig úgy néznek fel rájuk, úgy tekintik őket, mint a csillagokat. Azt mondom nektek: saját gondolataitok és mentális cselekedeteitek más rendszerek lakói számára az ő rendszerükben csillagokként és bolygókként jelennek meg; és *ők sem* érzékelik, mi van az egésznek a mélyén, ők sem látnak túl saját

mennyiboltjuk csillagain. Kutatják ugyan saját univerzumukat, de a ti valóságotokba nem fognak átjutni. Csak azokat az alakzatokat és formákat fogják megismerni, amelyben a ti mentális tevékenységeitek — gondolataitok és álmaitok — megjelenik az ő rendszerükben.

Ez olyan anyag része, amelyet még nem adtunk át nektek, nehogy a jelentéktelenség érzését keltsük bennetek. Mert nemcsak befogadók, hanem teremtők is vagytok. Ahogyan a ti univerzumotokat olyan entitások teremtették, amelyeket ma még nem tudtok megérteni, ugyanúgy a ti saját tudatotok is megteremti a valóságot más entitások számára, akiknek a ti létezéséről nincs tudomásuk.

Ebben a bőségben semmi sem fölösleges, semmi sem értelmetlen. Léteznek kölcsönhatások, egymásba ötvöződő valóságok, letagadhatatlan kapcsolatok. Megmondtam például, hogy az álmok valóságában több van, mint amennyiről tudtok, és az álom univerzuma akkor is folytatódik, ha nem érzékelitek. És annak az univerzumnak a lakói is álmodnak, és elektromágneses rezgések valóságait hozzák létre. Hogy úgy mondjam: ti a tudat halmazának nem a csúcán, nem is az alján helyezkedtek el. Nem a közepén, de nem is a peremén.

A belső Én viszont szoros kapcsolatban áll minden valósággal, bár ti ennek nem vagytok tudatában; végig tudja követni kapcsolatait a létezés bonyolult, szövevényes hálózataiban, mindvégig megőrizve identitását.

Ne feledjétek: amikor rendszeretek kezdetéről szólunk, mindig figyelembe vesszük a ti időfogalmatokat. Pedig nyilvánvalóan egyszerre létezik minden. A ti gondolkodásmódotok számára [*bizonyos rendszerekben*] az élet csupán villanásnyi ideig tart, másutt viszont évszázadokon keresztül. A tudat érzékelésének azonban nincsenek korlátai. Mondtam már például, hogy a fáknak is megvan a maguk tudata. A fa tudata nem olyan pontosan fókuszált tudat, mint a tiétek, de felöleli a létezése előtti ötven évet és az azutáni ötvenet is.

Identitásérzete spontán módon túlmutat saját alakváltozásán. Nincs egója, amely rövidre zárná az „Én”-azonosságot. Az ego zárványa nélkül élő lények könnyen követik saját identitásukat az alakváltozásokon keresztül. A belső én tudatában van az identitás folyamatosságában, de a tárgyi valóságra fókuszált ego nem engedheti meg magának ezt a luxust.

Minden tudat ösztönösen ismeri tehát saját alapvető identitását. A belső Én tudja, mi van a szemmel látható csillagok és bolygók mögött, de ez a felismerés rémülettel töltené el, és félresöpörné az egót.

A rendszer, amelyről a múltkor beszéltem, a nap és a kilenc eredeti bolygó már régen átvonult más univerzális rendszerekbe, és újabbakat alakított ki. A teljes kozmikus struktúra azonban egyetlen eredeti gondolat materializációja volt, mert a gondolatnak, az alapvalóságnak mindig léteznie kell, mielőtt fizikailag megvalósul.

Tehát ebben az első rendszerben is volt intelligencia. Most pedig tartsatok szünetet, utána folytatjuk, barátunknak pedig szívélyes üdvözetem. *[Ez Sue-nak szólt.]*

[21:36. Jane gyorsan kijött a transzból, és jónak minősítette. Seth a szokásosnál nagyobb erővel jött át; hangosabban és kissé gyorsabban beszélt. Az ülés 21:44-kor ugyanígy folytatódott.]

Tehát: minden gondolat megteremti saját elektromágneses valóságát, és energiából áll, amely többé nem semmisül meg, csak átalakul. Ha a mindenségben csupán egyetlen ember létezne magára hagyva, az ő szubjektív valósága elegendő energiát bocsátana ki, hogy létrehozzon egy másikat. Ebben a mondatban nincs torzítás.

Ezen a hétvégén néhány rendkívüli ülés lesz. Nem akarok visszaélni Ruburt teherbíró-képességével, és téged sem akarlak három hétig az írógéphez kötni. Ezért ez a mai ülés igen rövid lesz, kiegészítendő az előző ülés anyagát. Még így is én nyerek ezen a bolton. *[Humorral.]* Szívből jövő jókívánságaim mindegyikötöknek. Egy darabig még maradok, hogy élvezzem a társalgást.

[— Jó éjt, Seth.]

[21:48. Jane elég lassan jött vissza a transzból. — Meg lehet oldani, de még nem értem vissza — mondta. — Utálom, amikor félig benn vagyok, félig kinn. Olyan, mintha egy tölcsérben lennék. Hallom, hogy mi történik odakint, de még ki kell jutnom.]

21:55-kor azt hittük, hogy már visszaért a transzból, de tévedtünk. Seth vagy a transzállapot még jelen volt. Jane határozottan olyan jeleket mutatott, mintha vissza akarna térni a transzba, nevezetesen: a szeme felfelé fordult, én meg szünet nélkül azon fáradoztam, hogy visszahozzam, beszéltem hozzá, teát hoztam neki, stb.

Hogy miért maradt ebben az állapotban, arra egy elejtett megjegyzése adott magyarázatot. A hintaszékben ülve azt mondta: — Seth még itt van. Most épp a bal vállam fölött —, és kinyújtotta a karját. Seth a jelek szerint a térnek egy „csomóját” foglalta el, a padló fölött úgy másfél méterrel. Be tudtam lépni arra a helyre, Jane kinyújtott kezéig, anélkül, hogy Sethet megzavartam volna. Seth jelenléte egész este ott maradt, míg egymás között beszélgettünk.]

503. ÜLÉS, 1969. SZEPTEMBER 24., SZERDA; 21:32 ÓRA

[Innen mintegy két oldalnyi személyes jellegű anyagot töröltünk.]

[Az előzmények: Jane ESP-csoportjának egyik tagja, Sue Mullins, aki házasságkötése révén Sue Watkins lett, előző este három kérdést hagyott nálunk, hogy Seth válaszoljon rájuk, ha lehetséges. Az első kérdés így szólt: „Terhes vagyok. Amikor tudatomat kivetítem a testemből, az asztráltestem is másállapotban van? Hordozza-e

az asztráltest a magzat asztrális képét, vagy az asztrális magzat a fizikai testben marad, a fizikai magzattal együtt?”

Most megkérdeztem Sethet: — Beszélnél kicsit bővebben Sue első kérdéséről, a magzat asztráltestéről? — Jane olvasta már Sue kérdéseit, de nem tudta, hogy épp ma este teszem fel őket.]

A magzatnak is megvan a maga asztrális formája. Ez a forma az egyénhez tartozik, a személyiséghez, aki ebben az életében lesz. Ez nem ugyanaz az asztrális forma, amely az előző reinkarnációjában tartozott hozzá. Sok bonyolult dolog vonatkozik még ide, megpróbálom egyszerűen megfogalmazni.

A magzathoz óriási energia tartozik, fizikai életében soha többé nem áll rendelkezésre ilyen célratörően és pontosan irányított energia. Ez a valóban kozmikus arányú energiatöltés teszi lehetővé, hogy átlépjen az anyagba. A személyiség ilyenkor azzal van elfoglalva, hogy végtelen mennyiségű adatot valósít át anyaggá. Ennek a munkának nagy része a terhesség harmadik hónapjára elkészül. Mihelyt az új adatokból felépül a magzat fizikai szervezete, az előző reinkarnáció Énje elkezdi lazítani a kapcsolatot. Rövid időre részt vesz a folyamatban *[a születésben]*, de nem válik *azonossá* az új individuummal.

Segít az új individuum kialakításában, aztán vissza kell vonulnia. Az új Én-egységnek fel kell szabadulnia, nem akadályozhatják azok a követelmények, amelyek

egyébként támaszthatók volnának vele szemben. Az új individuum mélyen eltemetve őrzi előző életeinek emlékeit, de a legutóbb reinkarnálódott Én személyes tudatának nem szabad rányomnia bélyegét az új identitásra. Az új személyiség, a maga apró asztráltestében fel is keresi a teljes identitás más részeit. Még bizonyos tanításokban is részesül, de azért nagyon is a saját Énje már.

[— És amikor Sue kivetíti tudatát, vele tart a magzat is?]

Talán igen, talán nem. Ez nem szükségszerű. Elme lehet egészen máshová is, mint ahol Sue asztrálteste jár éppen. De ebben az időben azért nagyon erős a kapcsolat kettejük között. Mélyebb szinten mindketten tudnak egymás hollétéről. Az anya tudja, merre jár gyermeke, még akkor is, ha ennek nincs tudatában. Az is előfordulhat, hogy az anya projekcióval a gyermek után megy, és visszahozza.

Sok spontán abortusznak az az oka, hogy az új személyiségnek nehézségei támadnak az új forma felépítésével; ilyenkor projekció útján fölkeres másokat segítségért, és azt a tanácsot kapja, hogy ne térjen vissza.

504. ÜLÉS, 1969. SZEPTEMBER 29., HÉTFŐ; 21:17 ÓRA

[Részlet]

Szeretném kiegészíteni a múltkori ülésen tárgyaltakat. A magzat látja fizikai környezetét. A sejtszerkezet akkor még reagál a fényre, és az anya testében rejtetten meglévő képességeket aktivizál. A magzat a szó szoros értelmében átlát az anya testén, az anya teste segítségével.

Ezek nem éles képek, de a magzat már ekkor elkezdi fogalmat alkotni alakról és formáról. Mondani sem kell, hogy a szemhéjnak is megvan ez a tulajdonsága. Más szóval: a magzat átlát saját lezárt szemhéján. Érzékel fényt és sötétet, alakot és formát, bár meg kell tanulnia megkülönböztetni a valóság azon részeit, amelyek tárgyakká tekinthetők, azoktól, amelyek nem tekinthetők tárgyakká.

Ő többet lát, mint te, és többet, mint az anyja, mert még nem tanulta meg, hogy bizonyos mintákat elfogadjon, másokat elutasítson. Mire megszületik, már elsajátította szüleinek valóságfogalmait. Általánosságban szólva elkezd megtanulni, hogy arra fókuszáljon, amit ti tárgyi valóságnak neveztek, bár ekkor még részben érzékel más mezőket is, amelyeket ti nem fogadtok el valóságként. Őt is akkor fogadják el, szükségleteit csak akkor elégítik ki, ha arra az egy bizonyos valóságra koncentrálnak. Gyorsan megtanulja tehát, hogy elvesse a többi.

A magzat hallani is képes, és amíg a méhen belül van, a fentiek vonatkoznak rá ebből a szempontból is. Hallja a fizikai környezet hangjait, de hall hangokat a közeli valóságrendszerekből is, amelyeket ti nem fogadtok el. Amikor a gyerek megszületik,

továbbra is hallja ezeket a hangokat, de ezek nem elégítik ki fizikai igényeit, ha sír, nem hoznak tejet — tehát fokozatosan elveti őket magától.

Egy ideig a szó szoros értelmében több valóságszintet érzékel; a kezdetben tapasztalható szétszórtság egyszerűen annak tulajdonítható, hogy összezavarodik a tengernyi adattól. Az egyéntől és a helyzettől függően előfordulhat, hogy a magzat még kap üzeneteket azoktól, akiket korábban ismert. Ez fokozhatja a zavart; a gyermek számára a fizikai túlélés egyik feltétele, hogy kizárja ezeket az üzeneteket, miközben megtanul a tárgyi valóságra összpontosítani.

Például tökéletesen érzékeli a hőmérséklet változásait és az időjárást. Telepatikus kapcsolatban áll az állatokkal és a többi emberrel, egy másik szinten pedig bizonyos fajta kommunikációt folytat a növényekkel és a többi tudatfajtaival. A növények nagyon jól megfigyelhetően reagálnak az abortuszra. A magzat is reagál arra, ha egy állat elpusztul a családban, és tisztában van a családtagok tudattalan lelki viszonyaival, még jóval a hatodik hónap előtt.

A szobanövények szintén érzékelik a fejlődő magzatot; azt is észreveszik, ha valaki beteg a családban, gyakran még a fizikai tünetek megjelenése előtt. Érzékelnek a sejtszerkezet tudatállapotára. A növények azt is tudják, hogy a magzat hím-nemű vagy nőnemű.

[Két oldalnyi, személyes tartalmú szöveg törölve.]

[Este, az ülés előtt mondtam Jane-nek, mennyire érdekel Seth egyik, évekkal ezelőtti kijelentése, mely szerint minden ESP érzékelés elektromágneses alapon történik. Azért is kíváncsi voltam erre, mert azt olvastuk, hogy a kutatásoknak semmiféle elektromágneses összefüggést nem sikerült feltárniuk. Most erre kérdeztem rá.]

Ezt összekapcsolnám a magzatról szóló információval.

[— Oké.]

Ilyenformán egyszerre tárgyalhatjuk mind a kettőt.

[— Rendben.]

Tehát: léteznek olyan elektromágneses struktúrák, amelyek meghaladják a jelenlegi műszereitek mérési tartományát, ezek az „egységek” az érzékelés hordozói. A ti fogalmaitok szerint ezek igen rövid életűek. A méretük változó. Előfordulhat például, hogy több ilyen egység összekapcsolódik, előfordul, hogy sok egység kapcsolódik össze. A lehető legegyszerűbben fogalmazva: nem arról van szó, hogy ezek haladnak a térben, inkább arról van szó, hogy terjedésükhöz *felhasználják* a teret. Ez különbség.

Úgy is lehet mondani, hogy hőmérsékleti körülmények játszanak közre, és a vonzás-taszítás törvénye érvényesül. Az egységek terjedésük közben töltéssel látják el a levegőt, és más egységeket vonzanak magukhoz. Az egységek nem statikusak,

még annyira sem, amennyire a test sejtjei. Bár a sejt is csupán látszólag statikus. Ezeknek az egységeknek nincs „hazájuk”. Létrejöttük válasz az érzelmi intenzitásra.

Ők képviselik az egyik formát, amelyet az érzelmi energia magára ölt. Saját vonzási-taszítási törvényeiket követik. Ahogy a mágnes vonzást gyakorol a benne lévő elemi mágnesek rendszere révén, úgy vonzzák ezek az egységek a saját fajtájukat, és mintákká állnak össze, melyek számotokra az érzékelést jelentik.

Tehát: a magzat ezeket az egységeket használja. Így tesz minden tudat, a növényké is. A sejtek nemcsak azért reagálnak a fényre, mert ez a dolgok rendje, hanem azért is, mert jelen van az érzelmi vágy, hogy érzékeljék a fényt.

A vágy ezen a másik szinten az elektromágneses egységek formájában jelenik meg, s ezek hozzák létre a fényre való érzékenységet. Az egységek szabadok, nem specializálódtak. Felhasználhatók normális érzékelésre, és arra is, amit érzékeken túli érzékelésnek neveztek. Alapvető tulajdonságaikat egy későbbi ülésen mondom majd el, és szeretném ezt összekapcsolni a magzattal, mert a magzatban magas fokon működnek az érzékelési mechanizmusok.

[— A következő ülésen is nagyon megfelel.]

Nem arról van szó, hogy ne építhetnétek olyan berendezést, amellyel ezek az egységek megfigyelhetők. A kutatóitok egyszerűen rosszul kérdeznek; nem ilyen szabad struktúrákban gondolkodnak.

505. ÜLÉS, 1969. OKTÓBER 13., HÉTFŐ; 21:34 ÓRA

[Részlet]

Jó estét.

[— Jó estét, Seth.]

Tehát: Az egységek, amelyekről korábban beszéltem, alapvetően a tudatból származó emanációk. Most arról a tudatról beszélek amely minden fizikai részecskében benne van, a méretétől függetlenül — molekuláris tudatról, sejtudatról csakúgy, mint a tudat nagyobb Gestaltjairól, amelyeket jól ismersz. Ruburnak eléggé csekély a tudományos szókincse, ezért ezt nehéz elmagyaráznom. Ráadásul az elméletek egy része, amelyeket most ismertetni fogok, fölöttébb szokatlanok lesznek számodra.

Ezek az emanációk ugyanolyan természetesen áradnak ki, mint a lélegzet, és ezt a hasonlatot bővíthetjük is, amennyiben ez is ki-be áramlik, és az egységen belül átalakul; miként például a levegőnek, amit beszívsz, nem ugyanaz az összetétele, mint amit kilégzéskor kibocsátasz. Ezeket az egységeket, pusztán a hasonlat kedvéért, a tudat láthatatlan lélegzetének lehet tekinteni. Ez az analógia nem nagyon segít bennünket előre, de kezdetnek jó, mert érzékelteti az alapelvet. A lélegzés természetesen pulzál, és ezek az egységek is pulzálva működnek. A növényekben, az állatokban, a

kövekben például a sejtek bocsátják ki őket. Ha fizikailag érzékelhetők lennének, színesnek látnád őket.

A ti fogalmaitok szerint elektromágneses természetűek, saját mintáik szerint, a pozitív és negatív töltések alapján és a mágnesség bizonyos törvényei alapján rendeződnek. Ebben a példában a hasonló vonzza a hasonlót. Az emanáció valójában érzelmi tónus, és variációi minden szempontból végtelenek.

Az egységek közvetlenül a fizikai anyag szintje alatt helyezkednek el. Nincs köztük két egyforma. Mégis van struktúrájuk. A struktúra a tudósaitok által elektromágneses tulajdonságoknak nevezett körön túl található. Valóban a tudat bocsátja ki ezeket az emanációkat, és ezek képezik az alapját minden érzékelésnek, legyen az akár érzékszervi, akár érzékeken túli.

Ennek a témának a tárgyalását éppen hogy elkezdtük. Később majd meglátod, mennyire leegyszerűsítettem, de ha nem így kezdünk hozzá, nem értetted volna meg. El fogom magyarázni ezeknek az egységeknek a szerkezetét is. Csak adj nekünk még egy kis időt.

Ezek az emanációk megjelenhetnek hangokként is, és sokkal hamarabb képes leszel hangokká lefordítani őket, mint hogy tudósaitok felfedeznék alapvető jelentésüket. Hogy miért nem fedezték fel mostanáig, annak egyik oka pontosan az, hogy *minden* struktúrában olyan ügyesen el vannak álcázva. Éppen hogy kívül esnek az

anyag körén, éppen hogy nem-fizikai a szerkezetük, és mivel pulzálnak, lüktetnek, képesek összehúzódni és kitágulni. Képesek például teljesen magukba foglalni egy kisebb sejtet, de be is tudnak zsugorodni a sejt magjába. Más szóval: egyszerre viselkednek egységként és mezőként.

Még egy oka van, miért maradnak rejtve a nyugati tudósok előtt. Az intenzitás nemcsak működésüket és méretüket befolyásolja, hanem mágnesességük relatív erejét is. Más hasonló egységeket például attól függően vonzanak magukhoz, hogy az adott „ponton” mekkora a tudat érzelmi tónusának intenzitása.

Ezek az egységek tehát szakadatlanul változnak. Ha méretről kell beszélnünk, akkor összehúzódás és tágulás közben állandóan változik a méretük. Elvileg nincs határa összehúzódásuknak és kitágulásuknak. Ugyanakkor elnyelőképességük is van, abszorbensek. Hőjelenségeket is produkálnak, és körülbelül ez az egyetlen nyom, amelyre a tudósaitok eddig rábukkantak velük kapcsolatban.

Tulajdonságaik állandó kölcsönhatásba vonják őket. Nagy halmazok [*Jane gesztikulált; taglejtései szélesek és hevesek voltak*] gyűlnek össze, szó szerint összeforrnak, aztán széthullanak és szétszóródnak ismét. Úgy formálódnak, mint amit közönségesen levegőnek neveztek, és rajta is haladnak keresztül. Más szóval: a levegőről elmondható, hogy ezeknek az egységeknek az emanációjából alakul ki.

Később megpróbálom ezt érthetőbbé tenni, de a levegő ezen egységek létének következménye, kialakulásában szerepe van az egységek helyzetének, egymástól való távolságának és egymáshoz viszonyított mozgási sebességüknek. A levegő akkor „történik”, amikor ezek az egységek mozgásban vannak, és a kutatók az időjárásban figyelhetik meg legkönnyebben elektromágneses tulajdonságaikat.

Beszéljünk ezekről az egységekről a kösziklával való összefüggésükben. A követ atomok és molekulák alkotják, és mindnek megvan a maga tudata. Ebből áll össze a szikla tudatának Gestaltja. A különböző atomok és molekulák mindenfelé kibocsátják ezeket az egységeket, de egy részüket az általános sziklatudat irányítja. A szikla kibocsátja az egységeket, s ezek tudatják vele a környezetben végbemenő változásokat: a nap állását, a hőmérséklet ingadozását, például amikor leszáll az éjszaka; és még a szikla esetében is igaz: az egységek megváltoznak, ha megváltozik az, amit a kő érzelmi tónusának nevezhetünk. Ahogy az egységek megváltoznak, megváltozik körülöttük a levegő, ami az egységek saját mozgásának eredménye.

A szikla állandóan kibocsátja őket, és oly gyorsan térnek vissza, hogy az emanáció folyamata egyidejűnek látszana. Az egységek találkoznak, és bizonyos mértékig össze is olvadnak más egységekkel, amelyeket például a növényzet és más tárgyak bocsátottak ki. Állandó egymásbaolvadás működik: állandó vonzás és taszítás.

Most tarthattok szünetet, utána folytatjuk.

[22.10. Jane beszéde nagyfokú átélést és eleveniséget tükrözött. A transz jó volt. Az ülés hátralévő részében Seth az én egyik álmodat értelmezte. — Robert Butts.]

506. ÜLÉS, 1969. OKTÓBER 27., HÉTFŐ; 21:40 ÓRA

[Valamikor este 9 után Jane és én leültünk kipróbálni, vajon átjön-e Seth. Mondtam Jane-nek, hogy nem muszáj ülést tartani, de neki volt hozzá kedve, ha Seth is beleegyezik. Jane későig dolgozott a könyvén, és két fejezetet még át kellett írnia.]

Jane egyébként a közelmúltban két kitűnő, hosszú ülést tartott az ESP-csoportnak, Seth és Seth Kettő részvételével; az üléseken új anyagot is kaptunk.]

Jó estét.

[— Jó estét, Seth.]

Tehát: Ruburt ne sajnálja, hogy kihagyott néhányat a rendszeres ülések közül. Ezzel a spontaneitást gyakorolta, és paradox módon éppen a spontaneitástól függ az ülések rendszeressége. Tudsz követni?

[— Igen.]

Tehát: Az egységeknek, amelyekről beszéltem, nincs külön, szabályos, rendezett „életük”. Nem figyelhető meg, hogy engedelmeskednének a tudományos elveknek. Mivel ők azonosak az anyag felszíne alatt meghúzódó intuitív erővel, amelyre az anyag ráépül, nem követik az anyag törvényszerűségeit sem, jóllehet olykor utánozzák az anyagra vonatkozó törvényeket.

Önmagában szinte lehetetlenség felfedezni egy ilyen egységet, mert táncoló mozgásával állandóan részévé válik más, hasonló egységeknek, tágul és összehúzódik, lüktet, változtatja intenzitását, erejét, és *váltogatja* a polaritását. Ez az utóbbi rendkívül fontos.

[Elhallgat, mint ma többször is.]

Ruburt szűkös szókészletével nehéz elmagyarázni, de ez olyasmi, *mintha* a társi és déli sarkok állandóan váltakozna, miközben az egymástól mért távolságuk változatlan marad, és ez a váltakozó polaritás megbolygatná a stabilitást... *[Szünet.]* ...a bolygón — csak hogy az egységek *pólusainak* viszonylag nagyobb ereje miatt... *[Gesztikulál, ábrákat rajzol a levegőbe.]* ... minden pólusváltás után szinte azonnal új stabilitás jön létre. Eddig világos?

[— Igen.]

A pólusváltás az érzelmi intenzitás, vagy ha úgy tetszik, érzelmi energia változásának ritmusában megy végbe. Az „eredendő”, kezdeti érzelmi energia, amely létre

és mozgásba hozza az egységeket, ezután magas töltésű elektromágneses mezővé változtatja őket, amelyekre a váltakozó polaritás jellemző, mint már mondtam. A váltakozó polaritás oka még a többi hasonló, független vagy másokkal összefüggő egységtől kapott vonzás és taszítás is. A polaritás és az intenzitás változásainak mélyén állandó ritmus található. De ennek a ritmusnak magához az érzelmi energiához van köze, nem az anyag törvényeihez.

Ha nem érted ezeket a ritmusokat, az egységek viselkedése szeszélyesnek, kaotikusnak látszik, és mintha semmi sem tartaná össze őket. Mintha roppant sebességgel röpködne szét. A „mag” — a sejttől kölcsönzött hasonlattal —, ha ezek az egységek sejtek volnának, aminthogy nem azok, akkor olyan volna, mintha a sejtmag állandóan változtatná a helyzetét, röpködne szanaszét, és vonszolná magával a sejt többi részét. Érted a hasonlatot?

[— Igen.]

Az egységek nyilvánvalóan *belül* vannak minden sejt valóságán. Mármint: a kiindulópont az egység alapja, aminthogy a sejtmag a sejt legfontosabb része. A kiindulópont a kezdeti, egyedi, egyéni és specifikus érzelmi energia, amely létrehozta azt az egységet. Ez lesz a bejárat a fizikai anyagba.

Ez a kezdeti, háromoldalú zárvány, amelyből minden anyag származik. A kiindulópont alkotja meg körülötte a három oldalt. [*Gesztusok, szünet.*] Az érzelmi ener-

gia keletkezésekor olyasmi történik, mint a robbanás. Azonnal létrejön ez a háromoldalú zárvány, és ebből olyan hatás származik, amely a súrlódáshoz hasonlítható, de ez a hatás arra készíti... *[További gesztusok.]* ...a három oldalt, hogy elmozduljanak, tehát végül egy zárt háromszög keletkezik, és a kiindulópont benne van. De az ugye világos, hogy ez nem fizikai forma.

[— Igen.]

Ettől kezdve az energiapont folyamatosan változtatja az egység formáját, de először annak a folyamatnak kell végbemennie, amiről beszéltem. Az egységnek például kereknek kell lennie. Mármost az érzelmi energia intenzitásai, amelyek az egységeket létrehozzák, végül önmagukká változtatják a rendelkezésükre álló egész teret. Bizonyos intenzitások és az egységek közötti és az egységeken belüli polaritások és az egységek nagy csoportosulásai szilárd formává sűrítik az energiát *[aminek eredménye az anyag]*. Nyilvánvalóan az egységekben lévő érzelmi energia a motiváló tényező, ebből is kiderül, miért képes az érzelmi energia valóban elpusztítani fizikai tárgyakat. Most szünetet tarthattok.

[22:10. Jane elég hamar kijött a transzból, és jónak minősítette. Beszéde időnként igen gyors volt. Azt mondta: érezte, amint Seth keresztülerőlteti rajta a szöveget, igyekezve, hogy lehetőség szerint ne torzuljon el.]

Jane a szöveg közvetítése közben képeket is látott, bár a szünetben nem tudta felidézni őket. Általában, mondta, minden képet elfelejt, sőt még azt is, hogy látott-e valamit egyáltalán, kivéve, ha közvetlenül az ülés után vagy a szünet elején megkérdezem tőle. Mint mondja, néha az ülés jegyzőkönyvét olvasva újra látja a képeket; ilyenkor rájuk ismer.

Jane az egységek polaritásával kapcsolatban lényegesnek tartotta megjegyezni a következőket: — Nemcsak az északi és déli pólus cserélődhet fel, hanem a kör kerülete mentén (ez szerepelt a hasonlatban) bármely két átellenes ponttal megtörténhet ez, például a kelet helyet cserél a nyugattal.

22:26, Az ülés folytatása.]

Tehát: az eredeti érzelmi energia intenzitása szabályozza az egység mozgását, erejét, stabilitását és relatív nagyságát; lüktetésének frekvenciáját, más egységekre gyakorolt vonzásának és taszításának erejét, valamint azt a képességét, hogy egyesüljön más egységekkel.

Ezeknek az egységeknek a viselkedése a következőképpen változik. Amikor az egység egyesül egy másikkal, jellegzetes módon elrendezi összetevőit. Az egységekben belül megváltozik a polaritás. Az egység önmagán belül polaritást vált, alkalmazkodva annak az egységnek a polaritásához, amelyik vonzza, és akkor is polaritást cserél, amikor kapcsolatuk megszakad.

Tegyük fel például, hogy ötezer ilyen egység egyesül, összekapcsolódik. Természetesen akkor is láthatatlanok. De ha megpillanthatnád őket, azt tapasztalnád, hogy minden egyes egységnek a pólusai ugyanúgy állnak. Olyan volna, mint egyetlen egység, mondjuk, ha gömb alakú, tehát úgy nézne ki, mint egy kis glóbusz, amelyen a pólusok ugyanúgy helyezkednek el, mint a ti Földeten.

Ha most ezt a nagy egységet vonzani kezdi egy nagyobb, gömb alakú, ahol a pólusok a ti fogalmaitok szerint keleten és nyugaton vannak, akkor az első egység megváltoztatja polaritását, és benne az összes egység ugyanezt teszi. Az energiapont mindig félúton van a pólusok között, akármerre álljanak is, és ez *[az energiapont]* szabályozza a pólusokat. Ezek tehát az energiapont körül forognak. Az energiapont lényegében elpusztíthatatlan.

Intenzitása azonban megdöbbentő határok között váltakozhat, tehát az is előfordulhat, hogy a körülményekhez képest túlságosan gyenge, nem elég erős ahhoz, hogy megteremtse az anyag alapját, de talán átvethet egy másik rendszerbe, ahol a „materializációhoz” alacsonyabb intenzitás is elég.

Másfelől ezek az egységek akkora intenzitást és erőt is felhalmozhatnak, hogy viszonylag állandó struktúrát alkotnak a rendszeretekben, akkora energia áll mögötük. Például ott van Stockridge...

[Seth elhallgatott; Jane összeráncolta a homlokát, mintha egy szót keresne.]

[— *Oak Ridge?*]

Nem. [*Gesztus.*] A templomromok...

[— *Aha. Baalbek?*]

Voltak olyan helyek, ahol a csillagokat tanulmányozták. Obszervatóriumok.

[— *Igen? — Úgy éreztem, talán eszembe jutna a szó, amelyet Seth/Jane keres, de nem volt időm egyszerre gondolkodni és jegyzetelni.*]

Az ennyire intenzív érzelmi energiával töltött egységek olyan mintákat formáltak az anyagból, amelyek megőrizték erejüket. Ezek az egységek, jöllehet a ti rendszerekben jelennek meg, lehetnek valóságosak kívül is, a teljes anyagi világon keresztülhajtva az érzelmi energia egységeit. Mint mondtam, ezek az egységek elpusztíthatatlanok. Erejük ennek ellenére növekedhet vagy csökkenhet, visszaeshet az anyag alatti intenzitás szintre, vagy keresztülhatolhat az anyagon, és eközben anyagnak *tűnhet*, mialatt áthalad a rendszereken.

Aktivitásuknak ezzel a részével külön fogunk foglalkozni. Ilyen esetekben azonban érzékelhetően átmeneti állapotban vannak. Most tarthattok szünetet, vagy befejezhetjük az ülést, ahogy jólesik.

[— *Azt hiszem, jobb lenne most befejezni.*]

Ezt az anyagot át akartam adni.

[— Nagyon érdekes.]

Ez csak a kezdet. Szívesen lemondanék a hasonlatokról, ha nem lenne szükségük rájuk. Kellemes, jó estét nektek.

[— Jó estét, Seth.]

[22:45. Miután beszélgettünk egy kicsit, arra a következtetésre jutottam, hogy Seth/Jane a „Stonehenge” szót kereste, az Angliában álló, kör alakban elhelyezkedő monolitcsoport nevét. Jane azt mondta: ez volt az a szó, amelyet Seth ki akart mondani vele. Nem tudta megmondani, miért nem sikerült a transzban kimondania, hiszen ismeri a szót, és azt is tudja, mit jelent.]

509. ÜLÉS, 1969. NOVEMBER 24., HÉTFŐ; 21:10 ÓRA

[Jane ma C. G. Jung Kísérleti pszichológiáját olvasta. Ez a mű első amerikai kiadása; 1968-ban jelent meg, Jung örököseinek gondozásában. Sethet nem kértük arra, hogy kommentálja.]

Jó estét.

[— Jó estét, Seth.]

Tehát: van itt egy óriási dolog, amelyet a tudat jellemzőiről beszélve minden pszichológus alulértékel. Ezt az anyagot össze fogom kapcsolni az elektromágneses energiaegységekkel, mert szoros összefüggés van közöttük.

Kezdjük Junggal. Ő azt tételezi, hogy a tudatnak egy Énstruktúra köré kell szerveződnie. De amit ő tudattalannak nevez, az nem ilyen egocentrikusan szerveződik, ezért ő a tudat nélkül vizsgálja — az Én-tudat nélkül. Jól mondja, hogy a normális egónak nincs közvetlen hozzáférése a tudattalanhoz. De arra nem jött rá sem ő, sem a többi pszichológusok, amit már annyiszor mondtam nektek: hogy létezik egy belső Én, és ez a belső Én szervezi azt, amit Jung tudattalannak nevez.

Amikor megváltozott, tehát nem a normális, éber tudatállapotban vagy, amikor elhagytad hétköznapi önmagad, attól még tudatos vagy és éber. Egyszerűen csak kizárod az éber egótól származó és függő emlékeket. Tehát amikor a tudat sajátosságait sorolják, szeretnek megfedkezni a kreativitásról, a teremtő erőről. Ezt a tulajdonságot inkább a tudattalanhoz kötik. Amit én állítok, annak az a lényege, hogy a tudattalan is *tudatos*. A kreativitás pedig a tudat egyik legfontosabb képessége. Meg kell különböztetni a normális ego tudatát attól a tudattól, amely az ego számára tudatlannak látszik.

Tehát: a belső Én rendszerezi azokat a tapasztalatokat, amelyeket Jung tudatlannak nevez. A belső ego csupán egy másik megnevezése a belső Énnek. A külső

ego a fizikai környezetben működik, a belső ego vagy belső Én a belső valóságot rendezi, abban működik. A belső ego teremti meg azt a valóságot, amellyel aztán a külső ego foglalkozik.

Az az eredeti, kreatív munka, amelyet a belső Én végez, sohasem tudattalan. Ez a belső, tudatos ego célirányos, erősen koncentrált tevékenysége, és a külső ego csupán árnyéka a belsőnek — nem pedig megfordítva. Jung felosztásában a sötét oldal nem a tudattalan, hanem az ego. Az a bonyolult, végtelenül változatos, hihetetlenül gazdag terület, amelyet Jung tudattalannak nevez, aligha lehetne *tudattalan*. Ezt a belső tudat teremti meg, amelynek sokkal erősebb identitástudata és céltudata van, mint a hétköznapi egónak. Az úgynevezett tudattalan működését éppen az ostoba és szétszórt hétköznapi ego látja csak olyan kaotikusnak.

A tudatos ego valóban a „tudattalانبól” keletkezik, de mivel a tudattalan teremti meg az egót, szükségszerűen sokkal tudatosabb, mint a teremtménye. Az ego egyszerűen nem tudatos eléggé ahhoz, hogy befogadja mindazt a hatalmas tudást, amely a belső, tudatos Én sajátja.

A belső Én, hatalmas tudása és tudatának határtalan hatóköre révén megteremti az anyagi világot, és állandóan ingereket kelt, így végezteti el a külső Énnel az éberség munkáját. A belső Én, amelyet itt belső egónak nevezünk, szervezi, teremti, ki-

vetíti és irányítja az EE [*elektromágneses energia*]-egységeket, amelyekről beszélünk: amelyek az energiát átalakítják tárgyakká, anyaggá.

A belső Én arra használja energiáját, hogy önmagából — belső tapasztalataiból — létrehozza ennek anyagi megfelelőjét, amelyben aztán a külső ego eljátszhatja szerepét. A külső ego játssza el a színdarabot, amelyet a belső Én írt. De ezzel nem azt mondom, hogy a külső ego csak báb volna. Csupán azt mondom, hogy a külső ego sokkal kevésbé tudatos, mint a belső Én, hogy érzékelő-képessége gyengébb, hogy sokkal kevésbé stabil, bár nagy hangsúlyt helyez a stabilitás látszatára, hogy a belső Énből származik, s ennél fogva kevésbé tudatos, mint amaz, nemhogy tudatosabb volna.

A külső egót kiskanállal kell etetni: csak azokat az érzéseket, csak azokat az adatokat kaphatja meg, amelyeket képes kezelni. És ezekhez az adatokhoz is csak egy bizonyos, speciális módon juthat hozzá: rendszerint a fizikai érzékeken át.

A belső Én vagy ego nemcsak, hogy tudatos: önmagának is tudatában van, úgy is mint a többitől független individualitásnak, és úgy is mint olyan individualitásnak, amely része az összes többi tudatnak. A ti fogalmaitok szerint folyamatosan tudatában van függetlenségének és hovatartozásának. A külső ego semminek sincs folyamatosan tudatában. Gyakran megfélelkezik önmagáról. Amikor egy erős érzelem hatalmasodik el rajta, úgy működik, mintha el is veszítené önmagát; ilyenkor tehát az

egységérzet megvan, de a függetlenség nincs. Amikor viszont a lehangosabban hirdeti individualitását, akkor nincs tudatában hovatartozásának.

A belső Én mindig tudatában van mindkét viszonylatnak, és önmagát a fontosabbik köré szervezi, amely nem más, mint a kreativitás. Önmaga Gestaltját állandóan lefordítja valósággá — akár fizikai valósággá, az EE-egységek által, amelyekről beszéltem, akár más valóságokká, amelyek éppoly érvényesek.

Most tarthattok szünetet, utána folytatjuk.

[A szünetben hangosan gondolkodtam azon, vajon Jung a fizikai halála után megváltoztatta-e nézeteit.]

[Az ülés 22:05-kor folytatódott.]

Tehát: a belső Én által irányított tapasztalatok az EE [*elektromágneses energia*]-egységek formáját öltik magukra. Ezekből formálódnak ki a fizikai tárgyak, a fizikai anyag. Másképp fogalmazva tehát az anyag az a forma, amelyet a tapasztalat a háromdimenziós rendszerekbe való belépéskor felvesz. Álmainoknak is anyag a formája. Álmainkat, gondolataitokat és érzelmeiteket a belső Én céltudatosan alakítja át fizikai anyaggá.

Az egyéni belső Én a nagy intenzitású teremtő folyamatban kapcsolatban áll a többi belső Énnel, és együttesen formálják az általatok ismert tárgyi valóságot, tehát a

tárgyi valóság a magas fokon tudatos belső Én működésének leágazása vagy mellékterméke.

A házak látszatra kőből vagy téglából vagy acélból állnak. A fizikai érzékek meglehetősen maradandónak látják őket. Pedig a házak a valóságban állandó rezgésben, mozgásban lévő, magas töltésű EE-egységek Gestaltjai [*az atomszerkezet „alatti” szinten*], melyeket a belső Ének közösen szerveznek ilyenné, és közösen tartanak fenn. A házak megszilárdult érzelmek, megszilárdult szubjektív állapotok, amelyek a fizikai anyagban materializálódtak.

A tudat erőit tehát még nem értitek világosan. Minden egyénnek szerepe van abban, hogy ezek az EE-egységek a fizikai valóságba vetítődjenek. Következésképpen a fizikai anyagot jogosan lehet az Én kiterjesztésének tekinteni, éppúgy, ahogy a fizikai test a belső Én kivetülése.

Nyilvánvaló, hogy a test a belső Én köré szerveződik, a fák pedig a földből nőnek ki, a házak viszont nem maguktól kelnek ki, mint a virágok — a belső Énnek tehát különféle módszereket kell alkalmaznia a teremtésre, különféle módokon használja az EE-egységeket, mint ez a továbbiakból majd ki is fog derülni.

Miután a belső Én eldöntötte, hogy a fizikai valóság lesz az, ahol kifejezi önmagát, mindenekelőtt hozzálát, hogy megteremtse a tárgyi alapokat, amelyektől minden más függ majd — a földnek azokat a tulajdonságait, amelyeket természetesnek

lehet nevezni. A belső Énnak óriási, végtelen tartalékai vannak, ahonnan tudást és tapasztalatot meríthet. Minden lehetőség közül szabadon választhat, a fizikai anyag változatosságában ez a mély forrás tükröződik.

Miután a természetes struktúrák létrejöttek és léteznek, egyéb, másodlagos fizikai formák, struktúrák projekciójára kerül sor. A legmélyebb, alapvető és tartós szubjektív tapasztalatok azonban a természeti formákba valósulnak át: a gazdag tájba, amely táplálja a fizikai életet. A következő ülésen folytatni fogjuk ezt a témát.

Jung a halála előtt nem sokkal kiterjesztette néhány elméletét. *[Előrehajol, tréfás nyomatékkal:]* Azóta pedig már jó sokat megváltoztatott közülük. Most tarthattok szünetet, vagy befejezhetjük az ülést, ahogy tetszik.

[— Tartsunk szünetet.]

[22:30. Jane azt mondta: úgy érzi, ez a szöveg tíz perc alatt jött át; a valóságban huszonöt volt. Az ülést 22:43-kor folytattuk.]

Nemsokára vége az ülésnek. Legyen most elég annyi, hogy a jövőben az, amit most mondok nektek, szélesebb körben válik ismertté. Az emberek bizonyos mértékig megismerkednek saját identitásukkal és tudatuk egyéb formáival.

Történelmek során néhányan felismerték a tényt, hogy bizonyos alvási és álmodó tudatállapotokban létezik öntudat és cél, és azt hangoztatták, hogy ez a belső Én éber állapotban is folyamatosan létezik. Az ilyen emberek már nem képesek tö-

kéletesen azonosulni az egotudattal. Túlságosan jól tudják már, hogy többek annál. Az ilyen természetű tudást az ego is elfogadja, mert megelépetésére azt tapasztalja: nemhogy kevésbé tudatos, hanem tudatossága fokozódik, a korlátai eltűnnek.

Tehát: nem igaz — és ezt nyomatékosan hangsúlyozom —, hogy az úgynevezett tudattalan, ha egy normális személyiségben szabadságot kap, energiát von el az ego köré szerveződő Éntől. Épp ellenkezőleg: az ego feltöltődik, méghozzá eléggé közvetlenül. A pszichológusok azért állítanak ilyesmit, mert félnek, hogy a „tudattalan” kaotikus. A pszichológusok természetében van valami közös: a „tudattalantól” való félelmük egyenes arányban áll az iránta érzett érdeklődéssel és vonzódással.

Az ego azáltal tudja megőrizni stabilitását, látszólagos stabilitását és egészségét, mert a tudatalatti és a tudattalan állandóan táplálja. A túl sok táplálék nem fogja elpusztítani. Tudod ezt követni?

[— *Igen.*]

Az ego csak akkor kerül fenyegetett helyzetbe, ha kiéheztetik: ha ennek a tápláléknak nagy részét valamilyen okból megvonják. Fogunk még beszélni az ego és a „tudattalan” viszonyáról. Egészséges személyiségben a belső Én könnyűszerrel kivetíti minden tapasztalatát EE-egységekbe, amelyek által valósággá válnak. A fizikai anyag tehát afféle visszajelzésként működik. Most pedig vége az ülésnek, ha nincs kérdésed.

[— *Azt hiszem, nincs. Nagyon érdekes volt.*]

Szívből jövő üdvözetem; kellemes estét kívánok mindkettőtöknek.

[— Tetszettek a képek? — A kérdés azokra a fényképekre vonatkozott, amelyeket az előző, 508. ülésen készített egy fotós.]

Nagyon is — és a fiatalember is, aki fölvette őket.

[22:56]