

UJJLENYOMAT **SORSELEMZÉS**

Derítsd ki az életutad valós
célját és élj ennek megfelelően

Ronelle Coburn



ERICONA

Tartalom

Köszönetnyilvánítás / 5

ELSŐ RÉSZ: A HÍVÁS / 6

1. Az élet: nem az, amire számítottam / 7
2. Ujjbegy, szabad akarat és sors / 15
3. Fejtsd meg az ujjlenyomatodat, fedezd fel a sorsodat / 29

MÁSODIK RÉSZ: AZ ÉLETSZÁNDÉKOK / 48

4. A tíz alapvető Életszándék / 49
 - a. Nagyujj: Eredmények / 50
 - Eredmények Mestere (Siker) / 54
 - "Családi" Kötelékek Mestere / 65
 - b. Mutatóujj: Erő / 76
 - Vezető / 80
 - Megélni a szenvedélyemet / 93
 - c. Középső ujj: Felelősség / 105
 - „Üzlet” / 109
 - Mentorálás / 121
 - d. Gyűrűsujj: Kreativitás / 134
 - Művész/Individualista / 138
 - Újító / 151
 - e. Kisujj: Kommunikáció / 164
 - Hírnök / 168
 - Gyógyító / 180
5. A négy csoportos Életszándék (halmaz) / 192
 - a. Béke Mestere / 194
 - b. Bölcsesség Mestere / 208
 - c. Szeretet Mestere / 222
 - d. Szolgálat Mestere / 236

Függelék / 250

Bibliográfia/Források / 256

ELSŐ RÉSZ

A HÍVÁS

**Az élet:
nem az, amire számítottam**

“Ha nem tudod, hogy hová tartasz, minden út rossznak tűnik.”

SUSAN PAGE, *Legrövidebb út magad és a kiadott könyv között*

“Szegény kis emberi teremtmények – kilökik őket ide a világra anélkül, hogy halvány fogalmuk lenne róla, honnan jöttek, mihez kezhetnek itt magukkal, s meddig kell itt maradniuk. Vagy, hogy hova kerülnek utána. De – egyem a szívüket – a legtöbbje mégis felkel minden reggel, s próbál valami értelmet adni az életének. Hát nem szeretetre méltó? Nem is értem, hogy nem bolondul bele mind. “

FANNY FLAGG, *Isten hozott, Prücsök!*

Amikor tettekre kerül a sor

Felemeltem a fejem a párnáról, és nyugtalanul tapasztaltam, hogy az ébresztő óra csörgése előtt ébredtem meg. Kipattantam az ágyból, hogy elkészüljek, és az új munkahelyemre az első nap időben érjek. Izgulva vezettem végig a városon, ahol új emberekkel ismerkedhetek meg, és remélhetőleg tényleg élvezni fogom a munkámat.

Nemrég hagytam ott az előző munkahelyemet, egy nagyon jól működő nonprofit pályázat kiíró alapítványt, ahol nagyszerű munkatársaim, magas eszmények és rendkívüli bérezés volt jellemző – de négy év után rájöttem, hogy bár a küldetésünk, amiért mindenki válllatve dolgozott, fontos volt, nem akartam doktori fokozatot szerezni az energia politika terén annak érdekében, hogy egy életre elkötelezzem magam, és elássam magam a környezetvédelem berkeiben. Bár a munka megfelelt erkölcsi értékrendemnek, és én is hozzájárultam a világ jobbulásához azáltal, hogy olyasmivel foglalkoztam, amiben jó voltam, reggelenként nem úgy ébredtem, hogy olyasmivel járulnék hozzá a világhoz, amire csak én lennék képes. Úgy éreztem, hogy hasonló értékrenddel és képességekkel rendelkező emberek könnyűszerrel tudnának helyettesíteni. A munka, amit végeztem napról napra egyre kevésbé tűnt jelentőségteljesnek. Annak ellenére, hogy nehéz volt ott hagyni a számomra kedves embereket, és azt a támaszt nyújtó munkakörnyezetet, amiért a legtöbb ember irigyelt, elvállaltam ezt az új munkát, amely nagyobb összhangban volt az írói mesteri tanulmányaimmal és az irodalom iránt érzett szeretetetémmel. Vállaltam a kisebb fizetést, kevesebb szabadidőt, kisebb nyugdíjalapot, mindezt azért, hogy olyan munkát végezhessek, ami újra megadja azt a lökést, a lelkesedést. Sejtelmem sem volt, hogy kozmikus erejű lökés fog lapátra tenni.

Megérkeztem a parkolóba, majd átsétáltam az úton. A legszebb ruhámat viseltem, és reménykedtem, hogy nem veszik észre, hogy idegességemben kicsit zizdok. Fölmentem a lifttel, majd végig a piszkos, négyzet alakú linóleum darabkákkal kirakott padlón a nekem szánt irodába. Mély levegőt vettem, és beléptem. Három másik embert találtam ott, akikkel meg kell osztanom az amúgy két egyetemi tanárnak szánt zsúfolt irodát. Köszöntünk egymásnak, majd az asztalomra néztem, és láttam, hogy nincs rajta ... semmi. Se számítógép, se tollak, se gémkapcsok, se papír, se telefon, de még szék se, csak egy asztal. Kezdett derengeni, hogy szörnyű hibát követtem el! De túl késő volt visszaforgatni az időt, és törölni az elmúlt pár hét eseményeit. Eldöntöttem, hogy a lehető legjobbat hozom ki belőle, és reménykedtem, hogy a dolgok jobbra fordulnak, mihelyt berendezkedek. A második hiba.

Hat hónappal később még mindig nem rendezkedtem be teljes

mértékben, és időm a két véglet között oszlott meg: a pánikrohamaimat és sírógörccseimet elrejtő mosdó és az asztalom között, ahol megpróbáltam az egyesület három szervezetlen vezetőjének eleget tenni a többi csüggedt munkatárssal együtt, akik hozzám hasonlóan kevés fizetésért dolgozták agyon magukat. A vállalkozás szervezetlen volt, és a vezetőinek szándékában sem állt ezen változtatni. Hét hónappal később fel sem akartam kelni reggel az ágyból. Az első értékelésemnél azt mondták, hogy nem kapom meg a megígért fizetésemelést, mert a vezérigazgatónak, aki hét napot a tizből nem is tartózkodott az irodában, és nem volt képes megmondani nekem, hogy mit akart, olyan emberre volt szüksége, aki „olvasott a gondolataiban” – és, minő meglepetés, nekem ez nem sikerült. Másnap e-mailben jeleztem, hogy egy hónap múlva fel szeretnék mondani. A bankban 1.000 dollárom és 28.000 dollár diákkölcsönöm volt.

Mindig is büszke voltam a túlélési ösztöneimre, és azon képességemre, hogy valahogy megélelek. Az a felelősségteljes csaj voltam, aki tizenöt éves korától teljes munkaidőben dolgozott. Ám most arra sem voltam képes, hogy összeszedjem magam, és más munkát keressek. Úgy tűnt, kezdek megőrülni. Azt sem tudtam, hogy miből fogom a lakbéremet kifizetni. Honnan szerezzek pénzt? Körülnéztem, hogy van-e valami, amit el tudnék adni. A sok, iskolákban töltött év után nem volt semmim csak... *könyvek*. Nagyot nyeltem. A sok szeretett könyvem, a kedves barátaim. Összepakoltam a háromnegyedét, és elmentem a Moe's-ba, a Berkeley egyetem közelében található könyvesboltba, ahol egyenként vették őket számba. Olyan volt, mintha a fehérnemű fiókomba tartottak volna seregszmlét. Levegőt sem mertem venni, amíg átnézte a könyveimet. Egy perc erejéig egy papír fecnin firkálgatott, - gondolom, számolt, - majd felnézett, és azt mondta: „Készpénzbe lesz vagy levásárolható utalványt kér?” Mivel akkor adtam el először könyvet, értetlenül ácsorogtam ott. „Ha készpénzt kér, 150 dollár lesz, ha levásárolható utalványt, 300 dollár.” Mielőtt észbe kaptam volna egy vékonyka hang azt cincogta, hogy „Utalványban lesz, kérem.” Fogalmam sincs, ki szólalt meg, de mivel csak én voltam ott, valószínűleg csak én lehettem.

A sok viszontagság közepette viszont rájöttem valamire. Én egész idő alatt mást sem csináltam, csak az *embereket* tanulmányoztam. A szabadidőmben pszichológia könyveket olvastam, és olyan személyiség típusokat tanulmányoztam, mint a Myers-Briggs féle Típusindikátor, az enneagram és az MMPI (Minnesota Multiphasic Personality Inventory - Minnesota Többtényezős Személyiségletár), és az embereket figyeltem – mi a mozgatórugójuk, hogyan boldogulnak, és miért hozzák ki egymást a sodrúkból. Egyetemi hallgatóként két tantárgy záróvizsgája hiányzott még a pszichológia diplomához – de akkor úgy döntöttem, hogy két főszaik elég lesz (irodalmi tanulmányok és kreatív írás), és hogy a két pszichológia

tantárgy tanulmányozása helyett inkább elmegyek Magyarországra tanulni egy félévet.

A karrier válság ideje alatt döbbsentem rá arra, hogy az érdeklődési köreim fedik egymást. Hát az irodalom nem a pszichológia legkorábbi alakja? Amikor egy jó könyvet olvasol, minden a szereplőkről, a mozgatórugójukról és a tetteikről szól. Ha izgalmas történetet olvasunk, nem vagyunk képesek letenni a könyvet a kezünkbe, és azon tanakodunk, hogy a számunkra kedves szereplők, lépnek-e ... vagy egy helyben fognak toporogni? Ez így van a valós életben is. Saját történetünk főszereplői vagyunk, és az életben valamikor csak szembesülünk saját magunkkal. Ezért úgy döntöttem, hogy megnézem az egyetemi pszichológia szakokat. Részt vettem a közönségnek is nyitott rendezvényeiken, a nyílt napokon, és egy további kölcsönön gondolkodtam, amiből kifizessem a tandíjat, de akárhová mentem, minden egyes látogatás alkalmával úgy éreztem, ez nem az igazi. Így hát csak végigültem a bemutatók és fórumok hosszú sorát. Minden egyes nyílt nap alkalmával döbbsenten tapasztaltam, hogy nekem nem ott a helyem, és jóval a rendezvény vége előtt kiosontam a teremből, és a könyvesboltba mentem.

Egy ilyen nyílt nap után, miközben úrrá lett rajtam az elveszettség érzése, a Moe's könyvesbolt felé vettem az irányt a hatalmas összegű utalvánnyal a zsebemben, és úgy éreztem magam, mint a gyermek, akinek korlátlan vásárlási utalványa van az édességboltban. Az ismerős betonlépcsőkön fölszaladtam a harmadik emeleten található használt pszichológia könyvek polcához és onnan mazsoláztam. A tekintetem véletlenül az egyik könyvre esett. Fölnyúltam, hogy kiszedjem, de ekkor egy másik vaskos könyv kicsúszott és nagy puffanással leesett. Fölemeltem, és az állt rajta, hogy *William G. Benham: A Practical Treatise on the Laws of Scientific Hand Reading (William G. Benham: Gyakorlati értekezés a tudományos kézelemzés törvényszerűségeiről)*, amit 1900-ban adtak ki. Hmmm. Tudományos tenyérvélemzés? Na persze! Pusztán kíváncsiságból nyitottam ki a könyvet, hiszen számomra a kézelemzés nem volt más, mint holmi halandzsza. Az a helyzet, hogy meglepett, amit olvastam. Az agy és a kéz között kapcsolat létezik, és a kéz tükrözi az agyat. Az előzőleg szkeptikus William Benham évtizedeken át több ezer kezét tanulmányozott abban az időben, amikor nem léteztek ilyen jellegű kutatások. Úgy gondoltam, hogy fölöttébb szórakoztató lehet a könyv, és kíváncsi voltam, milyen örülségeket ír! És miért ne vegyem meg? Úgyis hatalmas hitelkeretem volt a boltban!

Az első pár sor után le se tudtam tenni. *Elbűvölő* volt, és magával ragadott a nyakatekert, a túl díszes viktoriánus nyelvezetnek és elfoglaltságnak dacára. Mielőtt észbe kaptam volna, akárhová mentem, a kezeket nézegettem: a sajátomat, a barátaimét vagy akár ismeretlen

emberekét. Tetszett, hogy a kézelemzés nem a jövőre nézve tesz bármilyen kijelentést, hanem megállapítja az emberek személyiségét, készségeit, érzelmi beállítódását, gondolkodásmódját. Beleillett a magamról és az ismerőseimről alkotott képbe, és az addig megszerzett pszichológia ismeretekbe. Ugyanolyan kellemes kihívásnak bizonyult, mint amikor idegen nyelveket tanultam, amikor először az ábécét tanultam meg, majd szavakat, majd ezeket mondatokba fűztem, és hangosan kimondtam. Amikor a tenyerükről meséltem az embereknek, megnyitlak, és olyasmit is elmondtak, amit addig másoknak soha. „Megláttam” őket a tenyerükben.

Ez idő tájt az egyik ismerősöm megkérdezte, hogy tudom-e ki Richard Unger és hallottam-e a kézelemzési intézetéről. Kíváncsian hívtam fel őket, beszéltem Richard Ungerrel, és a többi már történelem. Kölcsönt vettem fel, és hatalmas lelkesedéssel vágtam bele a modern kézelemzés tanulmányozásába a Nemzetközi Kézelemző Intézetben. Azonnal tudtam, hogy ez az, amivel foglalkozni szeretnék, mindazok ellenére, hogy a kézelemzést általában lenézik és félreértelmezik, hogy talán nevetség tárgya leszek, amikor ebből akarok majd pénzt szerezni. Fogalmam sem volt, hogy ebből egyáltalán meg lehet-e élni. Akkor 1998-at írtunk, és most itt vagyok, imádom a munkámat, és olyasmivel foglalkozom, amire a legkevésbé gondoltam volna. Több ezer ember kezét elemeztem már, a sztriptíztáncostól kezdve, cégek vezérigazgatóin keresztül a spirituális vezérekig. Ismerem belső élettapasztalataikat, és a munkám révén körbeutazom a világot. Ha még az elején valaki azt mondja, hogy ezzel fogok foglalkozni, örültnek nyilvánítottam volna az illetőt.

Tíz évvel később – és egyre tovább

Az emberek akkor fordulnak hozzám, mint Életségzándék Elemzőhöz, amikor beteljesedett életre vágynak. Énjük magját keresik, szeretnék megérteni és kihasználni egyedi tehetségeiket, keresik a helyüket a világban, és próbálják kideríteni, hogy az életük hogyan helyezkedik el a nagy képben. Kíváncsivá teszi őket, hogy Életségzándékuk, azaz a *sorsuk* („egy élet belső célja, amelyet fel lehet fedezni, és meg lehet valósítani” - *Encarta Szótár*), kiolvasható az ujjbegyük egyedi mintájából, és hogy teljes mértékben tőlük függ az, hogy megélik ezt a Szándékot, vagy sem.

Amikor bizakodóan mutatják az ujjbegyüket, belépek abba a világba, amiben pillanatnyilag élnek, és ugyanakkor abba az életbe, amelyre identitásuk legmélyebb szintjén vágynak. A felötölő kérdések, élet válságok vagy pillanatnyi zűrzavar, amelyek révén az emberek hozzám fordulnak egy adott pillanatban mindenki életében előfordulnak:

- Milyen munkát vállaljak?
- Miért nem vagyok elégedett a munkahelyemen?

- Ez a számomra megfelelő kapcsolat?
- Alkalmazom minden tehetségemet? Teljes mértékben kihasználom?
- Ki kell, hogy legyek?
- Mit kellene tennem?
- Mi a baj velem? (A munkahelyem, kapcsolatom jó, van egy házam, de valami hiányzik.)
- Legszívesebben *ezt* tenném, de vajon valóban *ezt* kellene tennem?
- Úgy érzem elakadtam, és nem tudom mitévő legyek!

Több ezer emberi kéz elemzése révén szerzett tapasztalat alapján bizton állítom, hogy nincs annál elkedvetlenítőbb és fájdalmasabb, mint úgy érezni, hogy üres életet élünk, hogy nem vagyunk kapcsolatban önmagunkkal, és hogy az életünk céltalan. Úgy tűnik, hogy van néhány olyan szerencsés ember, aki már nagyon fiatalon tudja, hogy *ki és mi* szeretne lenni, és hogy *mivel* szeretne foglalkozni, és ezt valóra is váltja. Az is előfordul, hogy valaki misztikus meglátás vagy valamilyen szerencsés fordulat révén találja meg önmagával az összhangot. De többnyire elveszítettnek érezzük magunkat, és tanácstalanok vagyunk, érezzük, hogy ott van bennünk valahol a kiaknázatlan lehetőség ahhoz, hogy építő módon járuljunk hozzá a világhoz, de egyszerűen nem tudunk rájönni, hogy mi az. Valahol mélyen mindenki tudja, hogy az élet sokkal jobb lesz, ha úgy érezzük, hogy belső céljainknak megfelelően alakítjuk azt. Magyarán, mindenki a saját Életségének megfelelően szeretne élni, szeretne úgy ébredni reggel, hogy „Ma valaki akarok lenni, és dolgom van!”.

Ugye milyen nagyszerűen hangzik? Az emberek általában mindig megkérdezik tőlem „Hogyan jöhetek rá, hogy mi az Életségem ahhoz, hogy annak megfelelően éljek?” Nagyon sok fölöttébb értékes szubjektív rendszer van, amely segítségével felmérhetjük és megérthetjük személyiségünk különböző vetületeit. Ezek a rendszerek különböző jelenségekkel kapcsolatos személyes véleményünkre vagy érzésünkre alapulnak, és nem külső adatokra. Ezek a rendszerek első sorban felméri a személyiségünk pszichológiáját és/vagy azt, hogy miben vagy „jó”, de ez nem jelenti azt, hogy látjuk is annak a vonásnak az értelmét, és tudjuk, mi a teendőnk. Én szeretem a rendet, de ez nem azt jelenti, hogy elégedett lennék azzal, hogy egész nap fájlrendszereket kell kidolgoznom.

Nagyon sok népszerű könyv létezik már, amely segít megtalálni az Életségünket, de a legtöbbjük szubjektív szempontot alkalmaz, és miután jól átgondoltuk a kérdéseket, talán szerencsések vagyunk, és megtaláljuk a szándékunkat, de a legjobb esetben csak jobban meg tudjuk határozni az értékeinket, elveinket vagy a céljainkat. Az Életségünk nagyobb az értékeinknél, ez már előttük létezik, és meghaladja őket.

Transzperszonális – átfogja, és felülmúlja a változó személyes meggyőződéseidet és személyiségvonásaidat.

Az Életszándék Ujjbegy Elemzés egy „kívülről-be”, vagyis objektív eszköz, amely segítségével kideríthetjük az életünk célját. Az ujjbegyeink nyelvezete *objektíven* működik, „bármilyen nemű elfogultságtól vagy személyes érzelmek kiváltotta előítélettől mentes” (*Encarta World English Dictionary*, 1. kiadás). Bármilyen kézelemzéshez értő szakember ugyanazt az eredményt kapja, mint ahogy különböző, görögül tudó személyek lényegében ugyanúgy fordítanak le egy bizonyos görög szöveget. Legfeljebb a lefordított információ megfogalmazása különbözik. Itt jön be az ujjbegyelemzés „művészete” – mint ahogy egyesek költőibben fordítanak le egy szöveget, mint mások.

Az ujjbegyeid alapján most már objektív módon és végérvényesen kideríthetjük, hogy mi az Életszándékunk. Nem kell kitalálnunk, vagy ösztönösen megéreznünk. Nem kell tesztek végezni. Ez a könyv segít megfejteni az első aspektusát közvetlenül az ujjbegy alapján, és el is magyarázza, hogy azonnal elkezdhesz tudatosan dolgozni rajta. Sokkal biztosabb leszel magaddal kapcsolatos döntéseket illetően, mert jobban fogod tudni, hogy mi az, amire az éned vágyik, és mi az, amitől elevebbnek érzed magad. Tisztában leszel azzal, hogy milyen szerepet játszol az életed alakulásában, és így megtalálsz az értelmet és elégedettséget, amire vágyasz, és megérted az életed történetének alapvető struktúráját. Lélektápláló tevékenységekkel válhatod fel az önmagadat meghiúsító döntéseket.

Ami talán a legfontosabb, hogy a könyv lehetővé teszi, hogy önmagadat és életedet merőben új módon szemlélj – ítéletek nélkül, ami megengedi, hogy elfogadd önmagadat. Nézni magunkat olyan, mint egy élénk tartott fényképet bámulni – észrevesszük az általános formákat és színeket, de a részleteket már nem olyan jól... túl homályosak, túl közel vannak, nem látjuk tisztán. Amikor tudjuk, hogy mi az Életszándékunk, és megértjük azt, előnyre teszünk szert; jobban átláthatjuk a helyzetünket, és objektíven szemlélhetjük magunkat. Rájövünk, hogy melyek az életünket irányító alapvető szerkezetek, és ennek tudatában a problémát jelentő gócok kibogozásával foglalkozhatunk, és a beteljesedésre törekedhetünk. Előfordulhat, hogy tisztában vagyunk személyiségünk egyes vonásaival, de lehet, vannak számunkra eddig még ismeretlen jellemzők, amelyeket nem szívesen fogadunk el az elején. Általában véve, minél inkább hajlandóak vagyunk teljes mértékben elfogadni magunkat, és integrálni az eddig ismeretlen részeket is, annál könnyebben fogadjuk el önmagunkat, és jobban érezzük magunkat a saját bőrünkben.

Ezt a könyvet kétféleképpen lehet megközelíteni:

- Az első fejezetekben található háttér információval kezdjük, hogy általános képet kapjunk, majd ezek alapján azonosítjuk az ujjbegyeink mintáját, és felfedjük az Életszándékunkat; vagy
- Az ujjbegyeink és az Életszándékok meghatározásával kezdjük, majd ezután térünk vissza a háttér-információhoz, amely segít az életünket kontextusba helyezni.

Ez a könyv mindenkinek szól, aki valóban meg szeretné ismerni magát, külső és belső élete működését, és helyét a világban. Őszintén remélem, hogy ez az információ segít jobban megérteni és elfogadni magunkat, valamint a körülöttünk levő embereket, és összhangban lenni az Életszándékainkkal. Meglátjuk, hogy *tőlünk függ, hogy kihasználjuk a lehetőségeinket vagy sem*. Sokkal jobban szeretem az életemet, amit szabadnak és értelemmel telítettnek érzek most, hogy tudatosan építem be az életem szándékát, és tudom, hogy ez mindenki számára így lehet.

Néhány szó a számomra kedves emberekhez: a szkeptikusokhoz!

Ha szkeptikus vagy azzal kapcsolatban, hogy az ujjbegyeidből valóban megismerheted az életed értelmét, gratulálok! Olyan vagy, aki szeret önmaga gondolkodni. Neked azt mondom, hogy „Ne higgy el mindent, amit mondanak, még nekem se.” Te magad nézz utána, tegyél szert saját tapasztalatokra, és onnan indíts. De ne utasítsd el egy kézmozdulattal anélkül, hogy utána néztél volna ... ez azt jelenti, hogy szkeptikus vagy, de nem józangondolkodású, ami szkeptikusként a leginkább szeretnél lenni – inkább ésszerű és kételkedő, mint elzárkózó és elutasító. Az ésszerű emberek saját maguk néznek utána annak, hogy rájuk nézve érvényes vagy sem. Elég sok olyan egyénnel találkoztam, akik úgy vélik, hogy „Nem tudok semmit arról, amivel foglalkozol, de nem hiszek benne, és tudom, hogy nem működik”. Ezt hogyan lehet értelmezni? Hogy lehet elutasítani valamit, amiről *semmit* sem tudsz, és nem is tapasztaltál meg? Mennyire logikus ez a féle gondolkodás? Én sem „hiszek” az ujjbegyekben úgy, ahogy az aszpirinben is hiszek, vagy nem hiszek. (De ha fáj a fejünk, vagy lázasak vagyunk, bevesszük annak ellenére, hogy teljes mértékben nem értjük, hogyan fejt ki a hajtását.) Az biztos, hogy soha nem gondoltam arra, hogy ujjbegyeket fogok főállásban elemezni, de akárcsak az aszpirin, ezek mindenkinél ugyanúgy működnek, elemzésük tanítható valamint megismételhető, és értelmezésüket empirikusan alátámasztja a több mint 35 éves kutatás, és több mint 150.000 ember megfigyelése.