

7 JEL,

HOGY NEM ÖNAZONOS ÉLETET ÉLSZ

Asztrológiai útmutató a visszataláláshoz

Ismerd fel
a kibillenés jeleit,
és találd meg újra
a saját utad.



BURINDA VERONIKA
ASZTROLÓGUS, ÍRÓ, ÖNISMERETI KÍSÉRŐ

FÉNYT
GYÚJTUNK
AZ UTADON.

Bevezetés

Volt már olyan érzésed, hogy látszólag minden rendben van az életedben, mégsem érzed magad a helyeden?

Van munkád. Vannak feladataid. Talán családod is. Reggel felkelsz, teszed a dolgod, helytállsz, megoldod, amit kell. Mégis ott van benned valami furcsa hiányérzet. Mintha nem lenne igazi baj, de igazi öröm sem. Mintha az életed működne, de valami mégsem lenne a helyén.

Sokan ilyenkor azt gondolják, hogy hálátlanok. Hogy túl sokat várnak az élettől. Hogy mások örülnének annak, amijük van.

Pedig gyakran nem erről van szó.

Az évek során asztrológusként és önismereti kísérőként azt figyeltem meg, hogy a legtöbb ember nem azért szenved, mert rossz életet él...

...hanem azért, mert nem a sajátját.

Egy munkát él a hivatása helyett.

Egy szerepet él a valódi önmaga helyett.

Egy biztonságot él a szabadsága helyett.

Egy elvárást él a saját vágya helyett.

Kívülről nézve minden rendben van. Belül azonban egyre erősebb lesz az az érzés, hogy valami hiányzik. Nem feltétlenül tudod megfogalmazni, mi az. Csak azt érzed, hogy

régen volt benned valami lelkesedés, valami vidámság, valami kíváncsiság, ami ma már nem ugyanúgy van jelen.

Sokan ilyenkor új munkahelyet keresnek, új kapcsolatok felé nyitnak, új lakásba vagy másik városba költöznek. Abban reménykednek, hogy a változás majd kívülről érkezik. Pedig a legtöbbször nem az életünk körülményei kiáltanak változás után, hanem mi magunk.

Egyszerűen kinőttünk valamit. Egy szerepet... Egy működési módot... Egy régi önazonosságot...

Ez az e-book nem arról szól, hogyan változtasd meg egyik napról a másikra az életedet. Sokkal inkább arról, hogyan ismerd fel azokat a jeleket, amelyek arra utalnak, hogy eltávolodtál attól az embertől, aki valójában vagy. A következő fejezetekben hét olyan mintát mutatok meg, amelyek újra és újra megjelennek azoknál, akik már érzik, hogy valami változni szeretne bennük, de még nem tudják pontosan, mi az.

Lehet, hogy csak egyetlen pontban ismersz magadra. Lehet, hogy mind a hétben. Akárhogy is, ez nem ítélet. Nem azt jelenti, hogy elrontottál valamit. Ez sokkal inkább egy meghívás arra, hogy őszintén ránézz az életedre, és feltegyél magadnak egy egyszerű, de nagyon fontos kérdést:

„Valóban a saját életemet élem?”

1. jel

Már nem tudod, merre tartasz (Szaturnusz)

Gyerekként még természetes volt álmodozni. El tudtad képzelni, milyen felnőtt leszel, hol fogsz élni, mivel szeretnél foglalkozni. A jövő tele volt lehetőségekkel.

Aztán teltek az évek.

Jöttek a döntések, a kötelezettségek, a megfelelések. Munkahelyek, kapcsolatok, családi feladatok, számlák, határidők. Az élet lassan megtelt olyan dolgokkal, amelyek felelősséggel jártak.

Közben sokan észre sem veszik, hogy egy idő után már nem a saját irányukat, céljukat követik, hanem azt, amit az adott helyzet éppen megkövetel tőlük. A napok megtelnek teendőkkel... A hetek eseményekkel... Az évek pedig valahogy elszaladnak.

És egyszer csak ott állsz egy furcsa érzéssel: valami hiányzik.

Nem feltétlenül a siker vagy a pénz. Nem is egy új kapcsolat vagy egy másik munkahely. Sokkal inkább az az érzés, hogy van valami, ami előre húz. Hogy van egy irány, amihez kapcsolódni tudsz. Mert amikor az ember tudja, merre tart, a nehezebb időszakokat is könnyebben elviseli. A fáradtság mögött ott van az értelme annak, amit csinál. A kihívások mögött ott van egy cél, amelyért érdemes kitartani. Amikor

ez az irány elhalványul, minden nehezebbnek tűnik. A hétköznapi feladatok ugyanazok maradnak, mégis több energiát visznek el. A döntések bonyolultabbá válnak, és a lelkesedés is egyre ritkábban jelenik meg.

Sokan ilyenkor azt hiszik, hogy csak egy kis motivációra van szükségük. Pedig gyakran csak újra kapcsolatba kellene kerülniük azzal, amit valójában fontosnak tartanak. A saját célok ugyanis ritkán tűnnek el végleg. Inkább háttérbe szorulnak a kötelességek, a megfelelési kényszerek és a megszokások mögött.

Csendben várnak.

Néha egy megmagyarázhatatlan hiányérzet formájában jelentkeznek. Néha egy visszatérő álmoként. Néha pedig úgy, hogy egyre gyakrabban teszed fel magadnak ugyanazt a kérdést: „*Ennyi lenne?*”

Kérdés önmagadhoz:

„Mikor gondolkoztam utoljára azon, hogy én mit szeretnék, nem pedig azon, hogy mit kellene tennem?”

2. jel

Valami hiányzik, de nem tudod megmondani, mi az (Neptunusz)

Az első jel gyakran az, hogy elveszíted az irányt. A második ennél sokkal nehezebben megfogható.

Egyszerűen csak azt érzed, hogy valami hiányzik.

Nem feltétlenül tudod megnevezni. Nincs egy konkrét cél, amit elértél volna, és mégsem lettél boldog. Nincs egyetlen probléma, amit megoldva minden a helyére kerülne. Az élet megy tovább a maga megszokott rendjében. Felkelsz, dolgozol, intézed a teendőket. Találkozol emberekkel. Nevetsz és tervezel. Kívülről nézve talán minden rendben van. Mégis vannak pillanatok, amikor megérkezik egy furcsa érzés. Lehet egy vasárnap délután. Egy nyaralás alatt. Vagy éppen egy olyan napon, amikor minden jól sikerült.

És mégis ott motoszkál benned valami.

Mintha lenne egy üres hely, amelyet sem új tárgyakkal, sem új programokkal, sem új célokkal nem lehet igazán kitölteni. Ilyenkor sokan keresni kezdenek. Könyveket vesznek, tanfolyamokat végeznek el. Módszerek és új válaszok után kutatnak. Titkon abban reménykednek, hogy valaki végre megmondja, mi az a mardosó űr bennük, amit nem tudnak kitölteni semmivel.

Pedig néha nem új válaszokra van szükség.

Hanem arra, hogy egy időre elcsendesedjen körülöttünk minden. Mert a legfontosabb felismerések ritkán érkeznek rohanás közben. A hiányérzet sokszor nem azt jelzi, hogy valami nincs jelen az életedben, hanem azt, hogy eltávolodtál valamitől, ami korábban természetes része volt annak, aki vagy. Egy vágytól, egy álmotól, egy fontos értéktől. Vagy egyszerűen attól az embertől, aki egykor voltál.

Kérdés önmagadhoz:

***„Mikor volt utoljára olyan pillanat az életemben,
amikor valóban a helyemen éreztem magam?”***

3. jel

Egyre gyakrabban képzeled el, milyen lenne máshol lenni (Uránusz)

Eljön az az idő, amikor már nem tudsz úgy tenni, mintha minden rendben lenne. Ez először csak egy-egy gondolat formájában jelenik meg. Aztán egyre gyakrabban. Eljátszol a költözés gondolatával. Egy másik munkával. Egy vállalkozással. Egy nyugodtabb életformával. Vagy egyszerűen csak azzal, milyen lenne olyan napokat élni, amelyek nem kizárólag másokról szólnak.

Ezeket a gondolatokat sokan gyorsan elhessegetik.

Azt mondják maguknak, hogy ez csak fáradtság. Hogy most nem aktuális. Hogy vannak fontosabb dolgok. És az élet megy tovább. A gondolat azonban visszatér. Majd újra és újra visszatér. Egyre gyakrabban. Nem feltétlenül azért, mert mindent fel kellene forgatnod. Sokkal inkább azért, mert valami változni szeretne benned. A legtöbben ilyenkor a külső körülményeket kezdik figyelni: a munkahelyüket, a családot, a kapcsolatokat, a várost, ahol élnek. Pedig a feszültség forrása gyakran nem kívül van, hanem abban, hogy már nem ugyanaz az ember vagy, aki évekkal ezelőtt meghozta a korábbi döntéseit. Ami egykor biztonságot adott,

ma már szűknek tűnhet, és ami egykor elég volt, ma már kevés lehet.

Ez nem kudarc.

Nem hálátlanság. És nem is annak a jele, hogy rossz döntéseket hoztál. Az élet természetes része, hogy időnként kinövünk bizonyos szerepeket, helyzeteket és működési módokat. A kérdés csak az, hogy észrevesszük-e ezt időben, vagy még évekig próbáljuk magunkra erőltetni azt, ami már nem passzol hozzánk.

Kérdés önmagadhoz:

***„Ha senki nem várna el tőlem semmit, hogyan
tölteném a következő egy évet?”***

4. jel

Mindig a következő lehetőségben bízol (Jupiter)

Vannak időszakok az életben, amikor természetes, hogy várunk. Várunk egy döntésre, egy lehetőségre, esetleg egy kedvezőbb helyzetre. Ezzel önmagában nincs semmi baj. A nehézség akkor kezdődik, amikor a várakozás életformává válik. Amikor a figyelmed egyre inkább a jövő felé fordul, és egyre kevésbé arra, ami most van. Ilyenkor gyakran megszületik a jól ismert mondatkezdés: „Majd ha...”

Majd ha több időm lesz.

Majd ha kevesebb lesz a dolgom.

Majd ha a gyerekek nagyobbak lesznek.

Majd ha több pénzem lesz.

Majd ha megtalálom a megfelelő lehetőséget.

Az évek során ezek a mondatok észrevétlenül beköltözhetnek a gondolkodásunkba. A jövő egyre fontosabbá válik. A jelen pedig egyfajta előszobává. Olyan helyyé, ahol még várakozni kell, amíg végre elkezdődhet az igazi élet. Közben azonban telnek a hónapok. Aztán az évek. És egyszer csak feltűnik, hogy sok minden megváltozott körülöttünk, miközben a legfontosabb vágyaink ugyanott vannak, ahol évekkel korábban. A „majd ha...” listánkon.

A Jupiter energiája eredetileg a hitről szól.

Arról a belső bizonyosságról, hogy van értelme elindulni akkor is, amikor még nem látjuk az egész utat. Kibillenve azonban könnyen átváltozhat örök kereséssé és a következő lehetőség hajszerolásává: a következő tanfolyammá, a következő ötletté, a következő évvé...

Mintha az életünk mindig egy kicsit odébb lenne.

Pedig a legtöbb fontos fordulat nem akkor következik be, amikor minden tökéletesen összeáll, hanem akkor, amikor végre teszünk egy lépést annak ellenére, hogy még nem látunk mindent tisztán. A megfelelő pillanat ugyanis ritkán érkezik meg magától. Sokszor a döntésünk teremti meg.

Kérdés önmagadhoz:

„Mi az, amit már évek óta a megfelelő pillanatra várva halogatok?”

5. jel

Több energiát fordítasz a szerepeidre, mint önmagadra (Nap)

Az életünk során számtalan szerepet kapunk és tanulunk. Gyerekek vagyunk. Szülők. Társak. Munkatársak. Vezetők. Segítők. Ezek a szerepek fontosak. Segítenek eligazodni a világban, kapcsolódni másokhoz és helytállni a mindennapokban.

A probléma ritkán magával a szereppel van.

Sokkal inkább azzal, amikor egy idő után már csak ezeken keresztül tudjuk meghatározni önmagunkat. Amikor arra a kérdésre, hogy „Ki vagyok?”, már szinte automatikusan a feladatainkkal válaszolunk. A munkánkkal. A családi helyzetünkkel. A felelősségeinkkel. Azzal, amit másokért teszünk. Közben egyre ritkábban kerül szóba az, hogy mi érdekel, mi lelkesít, mi tölt fel a mindennapokban.

Mi az, amit akkor is csinálnál, ha senki nem várná el tőled.

Sokan évtizedeken át kiválóan működnek ebben az üzemmódban: megbízhatóak, felelősségteljesek és mindenki számíthat rájuk. A környezetük gyakran fel is néz rájuk ezért. Csakhogy a szerepeknek van egy különös tulajdonságuk. Minél tovább viseljük őket megszokás nélkül, annál könnyebben elfelejtjük, ki van alattuk. És egyszer csak

megjelenik egy nehezen megfogalmazható érzés. Mintha valaki más életében lennél statiszta. Mintha minden fontos lenne, csak te nem. Mintha folyamatosan jelen lennél mások számára, miközben egyre ritkábban találkozol önmagaddal.

Ilyenkor sokan még több energiát tesznek a szerepeikbe.

Még jobban helytállnak. Még többet vállalnak. Pedig gyakran nem újabb feladatokra lenne szükség. Hanem arra, hogy újra kapcsolatba kerüljenek saját magukkal. Mert az ember nem azért születik, hogy kizárólag szerepeket töltsön be. Hanem azért is, hogy megélje azt, aki ő valójában.

Kérdés önmagadhoz:

***„Ha minden szerepemet félretenném egyetlen napra,
mi maradna belőlem, amit valóban önmagamnak
érezek?”***

6. jel

Még mindig ahhoz ragaszkodsz, ami valaha biztonságot adott (Plútó)

Az életünk során sok mindent építünk: kapcsolatokat, szokásokat, munkát, életformát és olyan működési módokat, amelyek segítenek eligazodni a világban. Ezek közül sok valóban fontos. Támaszt ad. Védelmet nyújt és biztonságot teremt.

Egy ideig.

Az, ami egy életszakaszban segít bennünket, nem feltétlenül szolgál minket egész életünkben. Mégis hajlamosak vagyunk ugyanúgy ragaszkodni hozzá, mintha nélküle minden összeomlana. Ilyen lehet egy munka, amelyet már régen kinőttünk, egy szerep, amely egykor fontos volt, ma viszont inkább teher, és ragaszkodhatunk egy kapcsolathoz is, amely már semmi pozitív élményt nem nyújt. Kitarthatunk egy önkép mellett, esetleg kötődhetünk egy régi történethez önmagunkról.

Nem feltétlenül azért, mert mindez boldoggá tesz.

Hanem azért, mert ismerős. Mert tudjuk, hogyan működik. Mert egyszer már segített túlélni egy nehéz időszakot – vagy akár többet is. A megszokott dolgok különös biztonságérzetet adnak. Akkor is, amikor már nem szolgálják a fejlődésünket,

az előrehaladásunkat. A változás ezzel szemben bizonytalan. Nincsenek hozzá kész válaszok és nincsenek garanciák sem. Ezért sokan inkább maradnak egy olyan helyzetben, amelyet ugyan biztonságosnak éreznek, de már régen meghaladták, mint hogy belépjenek egy olyan életbe, amelyet még nem ismernek.

Pedig az élet természetes része a változás.

A természetben sem marad minden örökké ugyanabban az állapotban. A levelek lehullanak. Az évszakok váltják egymást. A régi helyét átveszi valami új. Amikor valamihez vagy valakihez görcsösen ragaszkodunk, gyakran nem a változástól félünk igazán, hanem attól, hogy nem tudjuk, kik leszünk utána. Pedig sokszor éppen ez a kérdés nyitja meg az utat valami új felé. Mert vannak dolgok, amelyeket nem megjavítani kell. Nem tovább cipelni. Nem újrászervezni. Hanem egyszerűen elengedni. Hogy hely születhessen annak, ami érkezni szeretne.

Kérdés önmagadhoz:

„Mi az az egyetlen dolog az életemben, amelyhez már csak megszokásból ragaszkodom?”

7. jel

Már nem bízol abban, amit érzel (Hold)

Volt már olyan helyzet az életedben, amikor az első pillanatban pontosan tudtad, mit érzel? Érezted, hogy valami jó neked. Vagy azt, hogy valami nincs rendben.

Aztán elkezdted mérlegelni.

És minél tovább gondolkodtál rajta, annál halkabb lett benned az első válasz. Sokan így távolodnak el a saját belső irányítójuktól. Nem egyik napról a másikra. Lassan. Szinte észrevétlenül. Megtanulnak helytállni. Alkalmazkodni. Felelősséget vállalni – mások helyett is. És megtanulnak másokra figyelni.

Ezek fontos képességek.

A gond ott kezdődik, amikor mindenki más hangja erősebbé válik a sajátunknál. Amikor már könnyebben felismerjük, mire van szüksége a környezetünknek, mint azt, hogy mire van szükségünk nekünk. Pedig az érzéseknek fontos szerepük van. Nem azért, mert mindig igazuk van. És nem azért, mert minden döntést rájuk kellene bízni. Hanem azért, mert jelzéseket adnak. Megmutatják, hol érezzük magunkat otthon. Hol tudunk kapcsolódni. Hol érezzük önazonosnak magunkat. És azt is, amikor valami már nem szolgál minket.

Az előző fejezetekben végigjártunk egy utat.

Lehet, hogy elvesztetted az irányt vagy a célodat.

Lehet, hogy hiányzik valami.

Lehet, hogy egyre szűkebbnek érzed a régi kereteket.

Lehet, hogy túl régóta vársz a megfelelő pillanatra.

Lehet, hogy szerepek mögé bújtál.

Lehet, hogy még mindig ragaszkodsz ahhoz, ami egykor biztonságot adott.

A legtöbb ember ilyenkor új válaszokat kezd keresni. Pedig gyakran a válasz már ott van benned. Csendesen. Régóta. Csak túl sok zaj rakódott rá az évek során. Talán nem is az a legfontosabb kérdés, hogy mit kellene tenned.

Talán először azt érdemes megkérdezned magadtól: mit érzel valójában?

Kérdés önmagadhoz:

„Mi az, amit már régóta érzek, mégsem merem meglépni?”

Záró gondolatok

Ha végigolvastad ezt az e-bookot, lehet, hogy több helyen is magadra ismertél. Talán egy-egy fejezetnél csak elgondolkodtál. Talán volt olyan rész, amely kényelmetlenül pontosnak tűnt. És az is lehet, hogy közben rájöttél valamire, amit már régóta éreztél, csak eddig nem fogalmaztad meg magadnak.

Az életünk során mindannyian eltávolodhatunk önmagunktól. Néha azért, mert túl sokáig élünk mások elvárásai szerint. Néha azért, mert biztonságosabbnak tűnik a megszokott út. Néha egyszerűen azért, mert annyira lefoglalnak a hétköznapiak, hogy már nem marad időnk megkérdezni magunktól, mire vágyunk valójában.

A jó hír az, hogy az utat nem kell újra feltalálni.

A válaszok nagy része már most is benned van. Néha csak egy kis időre, figyelemre és egy másik nézőpontra van szükség ahhoz, hogy újra láthatóvá váljanak.

Én az asztrológiára nem jóslásként tekintek. Számomra ez egy térkép. Egy olyan eszköz, amely segít megérteni, hol billentünk ki a saját utunkról, és merre találhatunk vissza önmagunkhoz.

Ha úgy érzed, hogy több ponton is magadra ismertél, és szeretnéd tisztábban látni, mi történik most az életedben, szeretettel várlak egy személyes Életstratégiai konzultációra.

Együtt megnézzük:

- mi az, ami valóban fontos számodra,
- hol távolodhattál el önmagadtól,
- és merre érdemes elindulnod a következő időszakban.

Néha csak annyi történik, hogy lassan újra a helyére kerül valami bennünk. És egyszer csak világosabbá válik, merre érdemes továbbindulni.