Az elmúlt évtizedekben jelentősen megváltoztak az emberi személyiség megismeréséhez vezető módszerek és nézetek.

Alapvető emberi jogként tekinthetünk az önismeretre, jogunkban áll tudnunk, mire vagyunk képesek, alkalmasak, melyek a jó, alkalmazni, hasznosítani való, és melyek az ártalmas, félre tenni való tulajdonságaink.

Ennek következtében az önismerettel, az önfejlesztés lehetőségével kapcsolatos érdeklődések száma is megnőtt.

A legújabb kutatások szerint újra, és egyre fontosabbá válik a bensőséges, meghitt kapcsolatok, a harmonikus munkahelyi légkör, a családi élet iránti igény.

Az említett évtizedek alatt viszont egyre több teher halmozódott fel, ingerlékenyebbek, türelmetlenebbek lettünk, s ez az ingerlékenység, türelmetlenség mind a társadalmi, mind a magán életben robbanásig feszült, vagy depresszióba, passzivitásba forduló magatartást okoz.

Sok még a feldolgozni való, de ahhoz, hogy a problémákat ténylegesen meg tudjuk oldani, önismeretre van szükség.

Miért?

Bármihez kezdünk – át kell (át kellene) gondolnunk, képesek vagyunk-e a megvalósításra, vagy inkább keressünk más lehetőséget, mert be kell látnunk, hogy ez nem a mi utunk.

Ha gondolkodás, megfontolás nélkül kezdünk valamibe, vagy meggondolatlanul veszünk át másoktól valamit folytatásra úgy, hogy nem mértük fel előre a képességeinket, az adottságainkat, a lehetőségeinket, a végeredmény kiszámíthatatlan. Ez pedig mindig magában

hordozza a vesztés lehetőségét. Még a legegyszerűbb „hét-köz-napjainkhoz” is érdemes jól átgondolt programot, prognózist készítenünk, már csak azért is, mert ha van napi beosztásunk, tervünk, akkor több időt tölthetünk egymással, vagy pihenéssel, szórakozással. Ha ez meg van, kevesebb a kockázat, még akkor is, ha a pillanatnyi helyzet nem kecsegtető.

De honnan tudja az ember, hogy mire képes, milyen adottságokkal rendelkezik, mire alkalmas?

Napjaink munkaerő piacán nem lehet túlzottan válogatni – el kell fogadni azt a lehetőséget, ami adódik – mondhatja bárki – és igaza van! De a velünk született adottságokat mindig kamatoztathatjuk, sőt, azokat a tulajdonságainkkal is bánni tudunk, amikkel nem rendelkezünk alapvetően. Mondok egy példát: ha valaki eleve türelmetlen, akkor nyilván való, hogy olyan helyen, ahol szükség volna türelemre, sok konfliktusra számíthat, ám ha tudatosan kezeli a türelmetlenségét, önfegyelemre, visszafogottságra törekszik, nagyon sok galibát elkerülhet. Ehhez szükség van arra az önismeretre, hogy természetünknél fogva türelmetlenek vagyunk. Ugyanígy dolgozhatjuk fel kényelmes, ráérős természeti sajátosságunkat is: tudjuk, hogy szívesen elodázzuk a dolgokat, ameddig csak lehet… Ilyen esetben - önismeretünk birtokában - tervet készítünk, időbeosztással, és legalább megpróbáljuk betartani.

Akkor?

Éppen akkor kell a legjobban tervet, programot, prognózist készíteni!

Tudnunk kell, hogyan ne rontsuk el, hogyan vészelhetjük át szükség esetén, hogyan léphetünk előre, esetleg feljebb, vagy tovább.

Természetes megoldást kell keresnünk, mert minden olyan program, amit bár eltanulunk egy – egy tréningen, de ha ellenkezik az eredeti természetünkkel – a gyakorlatban nem fog működni.

A genodinamika – asztropszichológia a személyiség megismeréséhez a természetes megoldás

Természetes, mert az ember veleszületett adottságait, „természetét” mutatja meg.

A születés: tanulási folyamat. Az újszülött tanul látni, hallani, megtanulja megismerni a kezét, lábát, szájába vesz, megízlel, megkóstol mindent, tanulja önmaga és környezetének megismerését. Később tanul mászni, felállni, járni, enni, evőeszközt használni, poharat fogni, stb.

A tanulás egész életre szóló, örök folyamat. Bármit teszünk, vagy nem teszünk: tanulunk. Eredményeinkből, mulasztásainkból, vagy hibáinkból. Néha hiba a cselekvés, máskor hiba a nem cselekvés. Amit elmulasztunk, pótolni kell. Ha valamit rosszul csinálunk, javítanunk kell.

A genodinamika – asztropszichológia titka éppen abban rejlik, hogy megismerjük képességeinket, lelki- szellemi – fizikai valós önmagunkat, és időpontokra lebontva megtudhatjuk azt is, mikor teszünk jól, vagy rosszul, mikor hibázunk halogatással, vagy nem cselekvéssel. Megtudhatjuk azt is, mikor lehet „pótvizsgázni” – javítani az elrontottakon, vagy másként, mással újrakezdeni, mert már javítani sem érdemes.

Érdekességként: 1994. november 30-tól létrehoztak egy „új állatégövi jegyet” **Kígyótartó** néven, december 17. tartana, de nincs jelentősége, ezért ezzel nem foglalkozunk.

{backbutton}