

A JAPÁN JELENSÉG
MOST BESTSELLER AZ USA-BAN



KOKOLOGY



MÉG TÖBB ÖNISMERETI JÁTÉK

2.

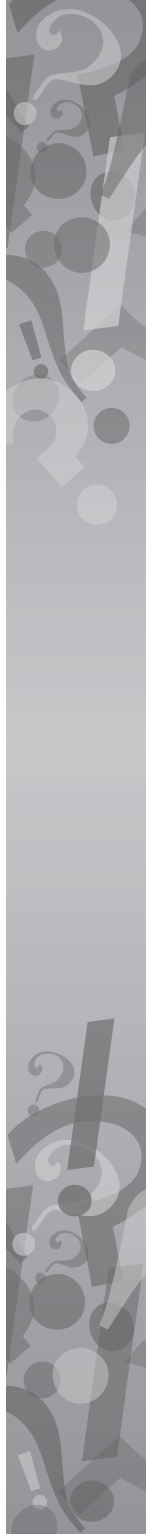
kokology (ko-kó-lo-dzsi):
vadonatúj pszichológiai szerepjátékok,
amelyeket arra terveztek, hogy napvilágra hozzák
a szexszel, családdal, szerelemmel, munkával
és még sok mással kapcsolatos rejtett vonásaidat.

TADAHIKO NAGAO ÉS ISAMU SAITO

KOKOLOGY 2.

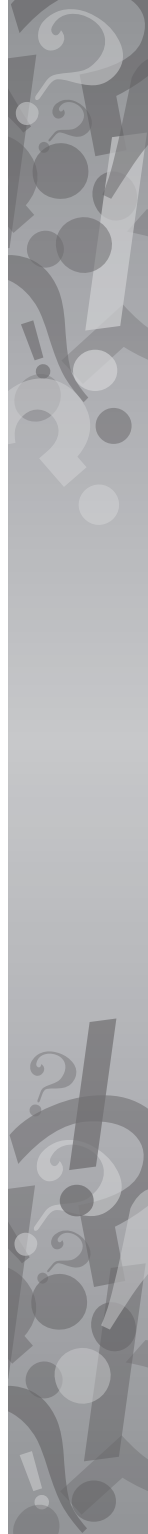
MÉG TÖBB ÖNISMERETI JÁTÉK

TADAHIKO NAGAO ÉS ISAMU SAITO



A KOKOLOGY-PROJEKT CSAPATA

Szerzők:	Tadahiko Nagao és Isamu Saito
Projektvezető:	Hisataka Saito
Producerek:	Tadahiko Nagao és Takanori Ikeda
Együttműködő partner:	Keiko Higashiomori
Fordító:	Douglas Sipp, Office Miyazaki Inc.
Külön köszönet a következőknek:	James C. Vines, Seiichiro Shimono, Hisako Miyazaki, Toshihide Ochiai, Takeshi Itoh és Hideaki Okada
A munkát felügyelte:	Isamu Saito



GYORSTALPALÓ

kokology (magyarosan kokológia), kiejtése „kokólodzi” [a japán „kokoro”, lélek, elme és a görög „logia”, tan, tanulmányozás szavakból]. Főnév.

1. Pszichológiai szerepjátékok gyűjteménye, amelyeket érzelmi és viselkedésbeli vonások megállapítására terveztek. **2.** Közhasznú szó az emberi viselkedés és helyzetkezelés mögöttes jelentéseinek felderítésére; kokológus: főnév – kokológiai melléknév – kokologizál: tárgyatlan ige.

SAITO PROFESSZOR ELŐSZAVA

Az információtechnológia terjedése segít összehozni a világot. Azzal, hogy felfedi a különbségeket és megvilágítja a hasonlóságokat, a globális média előmozdítja a különféle kultúrájú népek közötti megértést. A különbségek persze megmaradnak, de úgy hiszem, a népek szíve és lelke valóban közeledik egymáshoz. Öröm volt tehát hallani a *Kokology* sikeréről az Egyesült Államokban és Európa-szerte. A *Kokology* végül is olyan lélektani elvekre épül, amelyeket a Nyugat fejlesztett ki először, és a cél eredetileg az volt, hogy ezeket az eszméket hozzáférhetőbbé tegyünk a japán nagyközönség számára. Látni, ahogyan most visszatér a gyökereihez, s hogy ilyen kedvező fogadtatásban és széles körű népszerűségben van része a nyugati világban is, megerősíti hitemet az emberi elme alapvetően egyetemes természetében.

Akárcsak elődjét, a *Kokology 2*-t is arra szántuk, hogy beszélgetésre ösztönözzön, megkönnyítse egymás megértését, segítsen létrehozni és elmélyíteni a személyes kapcsolatokat, ösztökélje az értelmet és megmozgassa a képzeletet. De ami a legfontosabb: közös vonásaink feltárásával azt is megmutatja, hogy egyikünk sincs egyedül.

Isamu Saito

a Risho Egyetem professzora

BEVEZETÉS A KOKOLOGY 2-BE: TE ÉS A KOKOLOGY

Te. Kész csoda, hogy egy ilyen rövidke szó ennyi mindent képes magába foglalni. Az arcodat, a nevedet, a mosolyodat. A testedet, lelkedet, értelmedet. Tapasztalataidat és emlékeidet; a törekvéseidet és az álmaidat. Ezernyi meg ezernyi tulajdonság és hajlam alkotja ezt az egyedülálló egyént, akit ez a két betű jelöl.

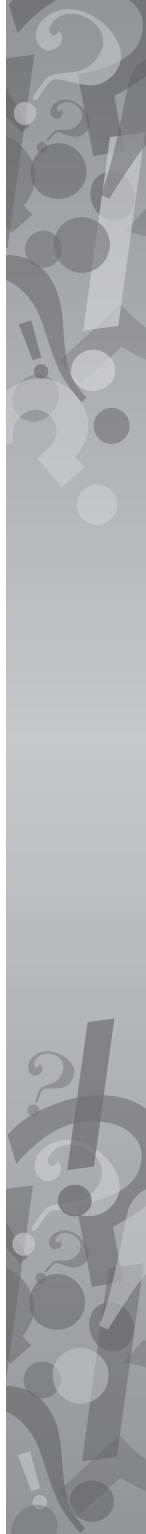
Egyedülálló voltod ellenére is vannak azonban olyan tulajdonságok, amelyekben a világ minden „Te”-je osztozik. Az emberi tapasztalat közös oldalainak megvilágítása tette a *Kokologyt* világhírűvé. A *Kokology* a „te” tudománya a lehető legtágabb értelemben. Egyetemessége tette lehetővé, hogy a Japánban kifejlesztett új kommunikációs módszert világszerte használják a párok és barátok. A *Kokology* nemzetközi sikere ékesen bizonyítja az alapját képező feltételezés lényegi helyességét: hogy az emberek szeretnék felfedezni az emberi elmét, és közben jól is akarnak szórakozni.

Kokologyt játszani egy kicsit olyan, mint egy porlepte, öreg padláson kotorászni. Nem sok kedved van nekilátni, de ha

egyszer kitérted az ajtókat és az ablakokat, a levegő kitisztul, és besüt a nap. Ahogy az elfeledettnek hitt dolgok újra felszínre kerülnek és új megvilágítást kapnak, az élmény egyszer csak kalanddá válik.

Mindannyian őrzünk magunkba zárt titkokat, és mindannyian vágyunk rá, hogy megismerjük és megértsük önmagunkat. De hol az az ember, aki fel tudja fedni a titkaidat? Ki tartja kezében legbensőbb világod kulcsát? A válasz, természetesen: Te.

Takanori Ikeda
a *Kokology* producere



HOGYAN JÁTSSZUNK?

Mikor nekiláttunk összeállítani a *Kokologyt*, az elsődleges célunk az volt, hogy szórakoztató legyen. Végül is ki akarna egy unalmas játékot játszani? Az alapvető elképzelés adott volt: olyan játékot akartunk készíteni, amelyben a szereplők mindennapi vagy éppen szokatlan helyzetekbe képzelik magukat, majd néhány egyszerű kérdésre válaszolnak. A feleleteket pszichológiai szempontból értelmezzük, és meglátjuk, mit tudunk meg a játékosok lelki működéséről. Akár egy Rorschach-teszt, foltok helyett szavakkal.

Miután az alapötlet megvolt, jött a munka neheze: egyensúlyt tartani tudomány és a játék között. A tudomány biztosítéka Saito professzor, de hogy jó játék-e a *Kokology*, azt csak ti dönthetitek el. Én magam nem vagyok pszichológus, de ismerem annyira az emberi természetet, hogy tudjam, az emberek nem rajonganak a hosszú bevezetőkért – főleg, ha egy játékról van szó. Néhány tippet adok útravalóul, hogy az élmény élvezetes és tanulságos legyen, és ezzel be is fejezem.

Jó szórakozást!

Tadahiko Nagao

NYOLC TIPP A JÁTÉKHOZ

1. MONDD KI AZ ELSŐ DOLGOT, AMI ESZEDBE JUT!

A játék akkor működik legjobban, ha nem habozol, és nem töprengesz sokat azon, hogyan fogalmazd meg a választod. Nincsenek jó vagy rossz megoldások, csak mondd nyugodtan, ami jön!

2. HA TEHETED, JÁTSSZ TÁRSASÁGBAN!

A *Kokologyt*, mint bármely könyvet, lehet egyedül is olvasni, de akkor a legélvezetesebb, legizgalmasabb és legszórakoztatóbb, ha párosan vagy csoportban játsszák. A játék mulatságos pillanatokat teremthet, és jobban megismerhetitek egymást. Kiderülhet, hogy több közös van bennetek, mint gondoltátok. Másrészt az is kiderülhet, hogy annyira különbözőek vagytok, mintha csak más-más bolygóról érkeztetek volna. Csak egyféleképpen deríthetitek ki.

3. NE PRÓBÁLD KITALÁLNI A VÁLASZOKAT!

Érthető, ha szeretnél túljárni a szerzők eszén, vagy mielőbb rájönni, hogy a válaszoknak milyen rejtett értelmük van. De mit tanulnál abból?

4. LÉGY ŐSZINTE MAGADHOZ!

A *Kokology* ugyan csak egy játék, de mint minden jó játékból, tanulhatsz belőle magadról valamit, ha hagyod. Ne ijedj meg, ha egy apró hibád vagy gyengeséged kerül felszínre! Biztos vagyok benne, hogy alapvetően kedves, értelmes és szeretetre méltó ember vagy. Végül is épp egy önismereti könyvet olvasgatsz!

5. KÉSZÜLJ FEL!

Néhány fejezetben arra kérünk, hogy írd vagy rajzolj le valamit, tehát jó, ha van nálad papír és ceruza. Haladó kokológusok kísérletezhetnek egy-egy játék videóra vételével is. A váratlan fejleményekkel szembesülő játékosok arckifejezését látni páratlan élmény. Az óvatlanul elejtett titkok pedig minden pénzt megérnek.

6. NE OLVASS ELŐRE!

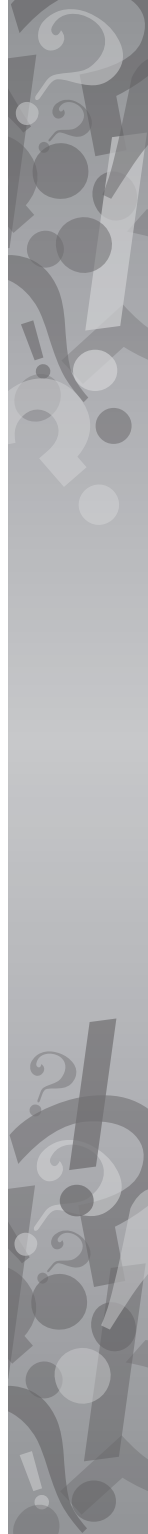
Ez tulajdonképpen a találgatással tartozik egy lapra: szeretnénk a notórius előreolvasókat is arra biztatni, hogy legyenek türelemmel. Hát nem sokkal izgalmasabb egy krimi, ha nem tudod, ki a tettes? Megéri azért hátralapozni, hogy azt mondhasd: ó, én végig tudtam?

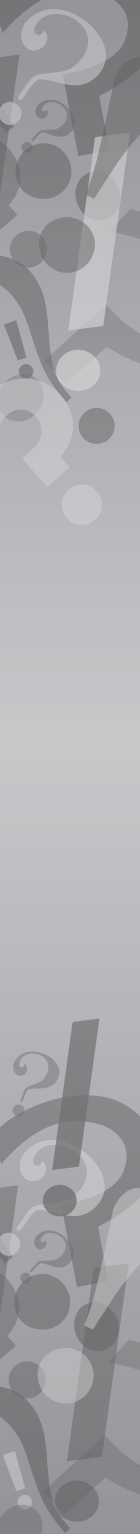
7. FIGYELD A RÉSZTVEVŐKET (SAJÁT MAGADAT IS)!

Az itt bemutatott helyzetek értelmezése csak kiindulópont önmagunk és mások megismeréséhez. Gyakran tanulságosabb (és mókásabb) lehet az, ahogyan valaki egy kicsit félresiklott megoldásra reagál, mint egy telitalálatos megfejtés.

8. GONDOLKODJ RUGALMASAN!

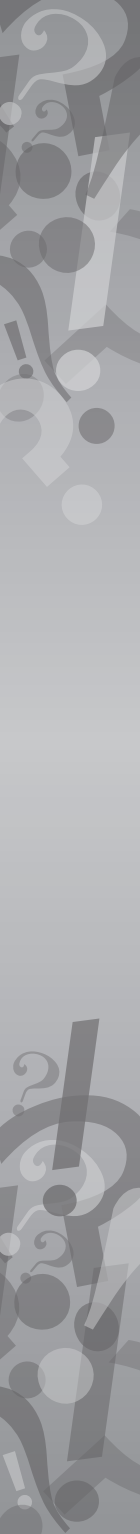
A játékban, ugyanúgy, mint az életben, érdemes a dolgokat a helyükön kezelni. Nincs javítókulcs, és minden helyzetet többféleképpen is lehet értelmezni. Ha a barátaiddal játszol, ne mulasd el az alkalmat, hogy tanulj tőlük és róluk! Milyen unalmas is lenne, ha mind egyformák lennénk! A változatosság gyönyörködtet.





KOKOLOGY 2.







MIKOR NEM AJTÓ EGY AJTÓ?

Nem mindennap fordul elő, hogy egy nyugodt, kényelmes sétára indulhatsz a környéken; hogy van időd csak úgy céltalanul kószálni, szabadjára engedni a gondolatodat, újra felfedezni a régi, ismerős utcákat. Útközben talán megállsz egy barátságos kávézónál, végigjárod a kedvenc parkod ösvényeit, vagy felhasználod az alkalmat egy kis kirakatnézegetésre. Aztán olyan napok is vannak, amikor csak hagyod, hogy vigyen a lábad...

Képzeld el, hogy a városban sétálsz! Gyönyörű nap van, és te már félig elmerültél ábrándjaidban. Most egy olyan utcába fordulsz, ahol még sosem jártál. Utad szép ház előtt visz el, amely egy kicsit hátrébb fekszik az utca vonalánál. Megállsz egy percre megcsodálni ezt a kedves otthont, és akkor észreveszed, hogy a bejárat félig nyitva van. Miért nincs becsukva az ajtó?

1. Betörő van a házban.
2. A tulajdonos elfelejtette bezárni.
3. A tulajdonos odabent van, most söpri ki az előszobát.



A MIKOR NEM AJTÓ EGY AJTÓ? MEGFEJTÉSE

Az ajtónak kétszeres jelentősége van: lehet bejárat és akadály is. Elsősorban a ház utcai ajtaja képviseli az első védvonalat, mindazt, ami a lakók és a külvilág bizonytalanságai között áll. Ha nyitva képzelsz el egy ajtót, amelynek normális esetben zárva kellene lenni, a sebezhetőség és védtelenség képei villanhatnak fel előtted. Az ok, amiért képzeletedben nyitva maradt az ajtó, a tudattalan szintjén arról árulkodik, hogyan nyílsz meg, hogyan tárod fel sebezhetőségedet mások előtt.

1. Betörő van a házban.

Minden helyzetben rögtön a legrosszabbat tételezed fel, és ez a jellemvonásod akkor a legnyilvánvalóbb, amikor valóban rosszra fordulnak a dolgok. Válságos percekben sohasem idegeskedsz, de csak azért, mert teljesen lefagyaszt a pánik. Tehát amikor legközelebb beüt a katasztrófa, fontos, hogy tiszta fejjel gondolkodj, végy néhány mély lélegzetet, és számolj el tízig. Aztán elájulhatsz.

2. A tulajdonos elfelejtette bezárni.
Nem az a típus vagy, akit egy-egy krízishelyzet elsodor. Ellenkezőleg, olyan nyugodt vagy, hogy talán észre sem veszed, hogy gond van. Hibáid oka inkább figyelmetlenség, mint rossz szándék, de a végeredmény számodra (és a körülötted lévők számára) ugyanaz.

3. A tulajdonos odabent van, most söpri ki az előszobát.
Kívülről talán lazának tűnsz, de figyelmed valójában sohasem lankad. Úgy lettél az az érett ember, aki vagy, hogy elérted az állandó nyugodt éberségnek ezt az állapotát. Persze még mindig vannak emberi gyengeségeid, csak nem teszed ezeket a kirakatba, hogy ország-világ lássa.



A POSTÁZÁS DÁTUMA: A JÖVŐ

Békésen matatsz egy szombat délután a házban, amikor merengésedből felriaszt a csengő. Ajtót nyitsz és óriási meglepetés ér: két állatküldönc érkezett, hogy híreket kézbesítsen a jövődről. Amikor felnyitod a borítékokat, látod, hogy a kettő más-más előrejelzést ad. Az egyik állat olyan levelet hozott, amely boldog és elégedett életet ígér, a másik csak szerencsétlenséget és kétségbeesést jósol.

Az alábbi állatok közül melyik hozta a jó, és melyik a gyászos híreket? (Más-más állatot válassz mindegyikhez!)

1. Tigris.
2. Kutya.
3. Bárány.
4. Papagáj.
5. Teknősbéka.



A POSTÁZÁS DÁTUMA: A JÖVŐ MEGFEJTÉSE

Sok ember jövőjére van nagy hatással, hogy milyen házastársat vagy élettársat választ. Ebben a forgatókönyvben az állatküldöncök valójában a te saját elképzeléseidet mutatják az olyan emberekről, akik nagy valószínűséggel örömet vagy szerencsétlenséget hoznak majd a számodra. Az állatok a lélektanban gazdag és összetett jelentéssel bírnak; pozitív és negatív tulajdonságokkal, képzettársításokkal. Ebben a forgatókönyvben az az állat, amelyik a boldogság üzenetét kézbesíti a számodra, azt a fajta személyt képviseli, akit ideális társnak tartasz; a végzetes próféciaát hozó állat pedig az a típus, amelyiktől félsz, nehogy magával ragadjon a mélybe.

1. Tigris.

Jó hírek:

egy olyan becsvágyó és hatalmas társ mellett látod magadat a legboldogabbnak, aki vasakarattal uralomra tör.

Balsors és bánat:

rettegsz a lehetőségtől, hogy hiú, zsarnoki partnered lesz, aki peckesen jár-ke, akár a dzsungel ura, és felmordul a házimunka megosztásának már az említésére is...

2. Kutya.

Jó hírek:

a feltétel nélküli hűség és abszolút odaadás az a két dolog, amit társadtól elsősorban elvársz.

Balsors és bánat:

egyszerűen képtelen vagy összeférni olyanokkal, akik mindenkinek a kedvére akarnak tenni, és azon idegeskednek, hogy mit gondolhatnak mások.

3. Bárány.

Jó hírek:

úgy látod, hogy a boldog, elégedett élet záloga egy melegszívű, gondoskodó hitves.

Balsors és bánat:

attól félsz, hogy a végén a nyakadon marad egy unalmas, otthon ülő birka, aki megelégszik azzal, hogy mindennap ugyanazon a tenyérnyi mezőn legel.

4. Papagáj.

Jó hírek:

mi sem illenék hozzád jobban, mint egy vidám, beszédes partner, aki tudja, hogyan kell megnevettetni téged.

Balsors és bánat:

semmi sem bosszantana jobban, mint egy fecsegő csavargó, aki súlyos munkaallergiában szenved.

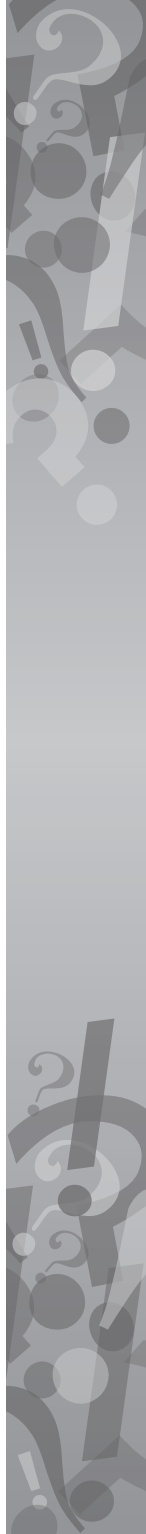
5. Teknősbéka.

Jó hírek:

a számodra elrendelt társ komoly, megbízható; biztosan melletted lesz a szükség órájában.

Balsors és bánat:

legsörnyűbb rémálmod egy reménytelenül lassan mozgó, lassú észjárású partner mellett eltölteni az életedet.





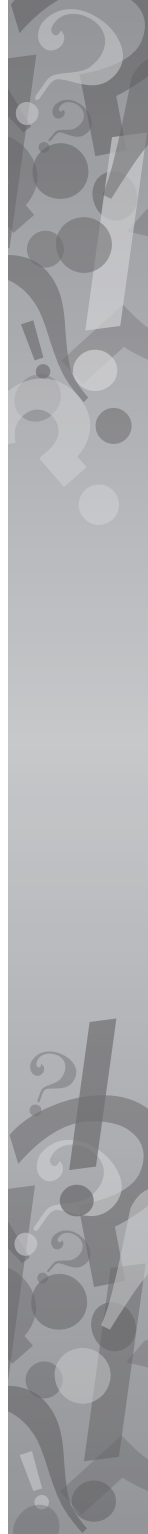
MÁZAS ÖNKIFEJEZÉS

Társadalmunkban a kézműves tanfolyam már jóformán beavatási szertartásnak számít; az emberi szellem fáradtságos próbatételének, melynek során az ifjak megtanulják uralni a gumiragasztót, a pipatisztítót, gyurmát és papírmását. A tanoncok nemigen kerülhetik el azt a helyzetet, amikor egy-egy tárgy megalkotása után – legyen az kerámiamaszok, szalvétatartó avagy a kötelező hamutál – egy üres felület mered rájuk, amely könyörög, hogy találjanak már ki rá valamit, *akármit*, amivel feldíszítik.

Egy magad tervezte egyszerű, fehér kávésbögre csücsül a kemencében, és üres várakozással mered rád. Úgy határoztál, hogy kék mázat fogsz használni. De mi legyen a minta...?

Az alábbi minták közül melyiket mázolnád rá a bögre-re?

1. Csíkokat.
2. Pöttyöket.
3. Kockákat.
4. Hullámvonalakat.





A MÁZAS ÖNKIFEJEZÉS MEGFEJTÉSE

A kék szín kapcsolódik legmélyebben lelkünk belső működéséhez – a képzelettől az intuíción át az intelligenciáig. A kávésbögréd fehér felszíne egy tiszta felület, amely teljes szabadságot ad elmédnek, hogy a legkényelmesebben, a legtermészetesebben fejezze ki magát. A kiválasztott minta ebben az értelemben elméd szerkezetét és erősségeit tükrözi, és azt, ahogyan a kreativitáshoz és a problémamegoldáshoz hozzáállsz.

1. Csíkok.

Az egyenes és határozott megközelítést részesíted előnyben, ami bátor, határozott döntéshozóvá tesz, aki rögtön talál megoldást a felmerülő problémákra, és véghezviszi, amit eltervezett. Az emberek ösztönösen vezetőként tekintenek rád, aki nehéz időkben erős támaszként szolgál.

2. Pöttyök.

Szellemed alkalmazkodó, művészi természetében rejlik az erőd. Lehet, hogy ettől egy kicsit szokatlannak, egyesek

szerint egyenesen különcknek tűnsz, de mint egyedülálló látásmódú egyéniség, valódi értékekkel gazdagítod a világot.

3. Kockák.

Kiemelkedően megfelelsz a mindennapok követelményeinek, de ez semmiképpen sem tesz átlagossá vagy közön-ségessé. Kevés ember képes ilyen hivalkodástól mentes hatékonysággal megszervezni az életét. És erőfeszítéseid eredménye, hogy – úgy tűnik – mindig van elegendő időd és pénzed, amit nagylelkűen osztasz meg azokkal, akik segítséget szereznek.

4. Hullámvonalak.

Tehetséged van hozzá, hogy olyan légkört teremts, amelyben kényelmes és könnyű szeretetet érezni és ki is fejezni azt. Nem arról van szó, hogy sóvárogsz a figyelemre vagy a szeretetre; az embereknek egyszerűen jólesik tö-rődni veled és segíteni neked. És mindez a jóakarat to-vábbgyűrűzik, és titokzatos módon hat a körülötted lé-vők életére. Kérdezd csak meg azokat, akik ismernek és szeretnek – jobb hely a világ, mert te is benne élsz.



HULLÁM HULLÁM HÁTÁN

Talán azért, mert ösztönösen visszavezetjük az élet gyökereit az óceánokig, talán azért, mert olyasvalami ez, ami mélyen az agyunkba van huzalozva; bármi oka is legyen, a tenger különleges hatással van ránk. A sós levegő illata, a hullámverés finom permetfelhője, a hullámok halk csobbanásai élénkítenek és megnyugtatnak. Egy séta a homokos tengerparton a ténylegesen megtett távolságnál sokkal meszebbre ragadhat a hétköznapiok valóságától. Ez lehet az oka, hogy a tengernek különleges helye van a szerelmesek szívében. Esélyt ad nekik, hogy, ha csak rövid időre is, elutazzanak együtt egy másik világba.

1. Egy békés tengerparton sétálsz. A dűnék közt barangolva észreveszel egy partra sodort szörfdeszkát. Írd le a deszkát, és hogy milyen benyomást tett rád!
2. Rátelepszel a deszkára és kievezel, hogy szerencsét próbálj a hullámokon. Milyen idő van ma a szörfözéshez?

3. Sikerült felállnod, és már érzed az elragadtatást, hogy valóban meglovagolod a hullámokat, amikor hirtelen elsötétül előtted a világ, és fejjel a vízbe buksz. Mit gondolsz, érzel vagy próbálsz kiáltani, amíg küszködsz, hogy visszatalálj a felszínre?

4. Végre sértetlenül kiemelkedsz a vízből, és visszanézve a partra látod, hogy valaki, akit ismersz, onnan figyel téged. Ki ez a személy?



A HULLÁM HULLÁM HÁTÁN MEGFEJTÉSE

Legtöbben ösztönösen érezzük a tenger és a szex közötti erős lélektani asszociációkat. Ahogy élményeidet a hullámokon elképzeled, a szexszel kapcsolatos várakozásaidról és vágyaidról árulhat el valamit.

1. A történelem során szinte minden kultúrában nőként ábrázolták a tengert. Ennek ismeretében a szörfdeszka nyilvánvaló példája annak, amit Freud fallikus szimbólumnak nevezett. Hölgyek: a szörfdeszkaról adott leírásod megfelel a férfias szexuális jellemzőkről alkotott képednek és benyomásaidnak. Férfiak: válaszod azt mutatja, milyennek látod saját szexualitásod fizikai megnyilvánulását.

„Éppen olyan, mint az összes többi szörfdeszka. Tizenkettő egy tucat.” Vagy nem láttál még elég szörfdeszkát, vagy túlságosan is sokat láttál.

„Ez egy frissen viaszolt, ragyogó, hatalmas longboard, közepesen vörös csíkkal.” Kösz, hogy megosztottad, de ez talán picit több is, mint amit tudni szerettünk volna.

„Egy ütött-kopott, bánatos öreg deszka, ami már nem kell senkinek.” Ne ítélj elhamarkodottan! Ki tudja? Egy kis viasz, egy kis dörzsölés, és ez az öreg deszka éppolyan jól mutathat, mint egy új.

2. Leírásod a szörfözés feltételeiről arra vet fényt, hogy mit vársz és mit remélsz a szextől.

„A víz meleg és hívogató. Egyik hullám a másik után törik meg csendesen a parton.” Ennyi elég is, hogy bárkit hanglejtésbe hozzon.

„A víz egy kicsit hideg, és sehol egy hullám.” Ne aggódj, lesznek még más napok, más lehetőségek. Lehet, hogy ma csak összebújtok a fürdőlepedőn.

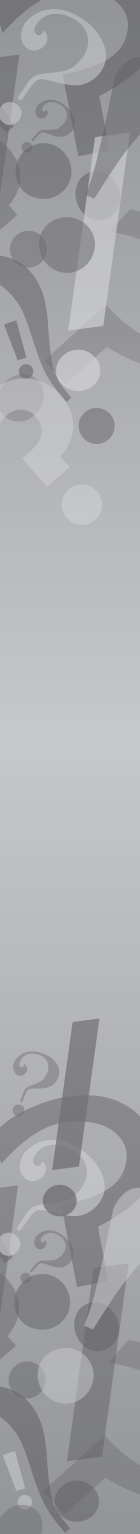
„Toronymagas hullámok! Tizenöt méteres cunami! Cowabunga bébi!” Vigyázat, nagyfiú! Dőlés!

3. A teljes elmerülés a tajtékozó vízben a szexuális gyönyör csúcspontjának metaforája. Amit gondoltál és éreztél, miközben fölfelé küzdötted magad, az extázis örvényében tapasztaltaknak felel meg.

„Ó, a francba... Most majdnem sikerült! Egy hajszálon múlt!” Jól sejtem, hogy valamivel többet vártál az élménytől?

„Segítség! Kérem, segítsen valaki! Nem kapok levegőt!” Remélhetőleg van a közelben valaki, aki tud adni egy kicsit szájon át.

„Hej, ez nem is olyan rossz! Azt hiszem, még egy kicsit ide lent maradok, és úszkállok, amíg a hullám elmegy.” Ne nagyon kényelmesedj el odalent! Egyszer fel kell jönnöd!

- 
4. A személy, akit a parton láttál, olyasvalaki, aki iránt intenzíven érdeklődsz szexuális értelemben. Ez nem szükségszerűen jelent aktív szexuális vágyat, lehet, hogy egyszerűen csak kíváncsi vagy rá, milyen lehet az a személy a legintimebb, legeggedettebb pillanataiban. És az is lehet éppenséggel, hogy ez olyasvalami, amit első kézből szeretnél megtapasztalni.

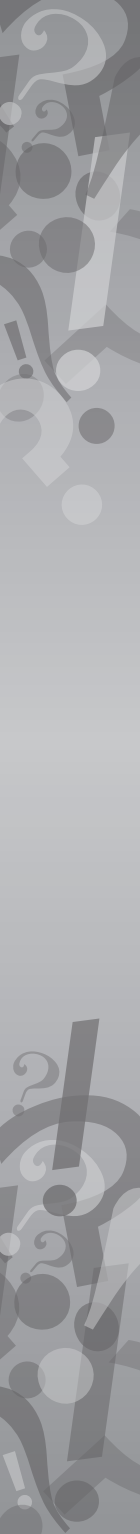
Jelenleg is a kedvesed, akit megneveztél, vagy csak titokban érdeklődsz iránta? Ezt nem nehéz elfogadni. Mindig vannak azonban olyanok, akik azonos nemű személyt neveznek meg, egy unokatestvért, a fogorvosukat... Ne aggódj, ez teljesen normális! Titkaid biztonságban vannak nálunk.



ÚJ HOLNAPOT ÉPÍTÜNK

Az óra tizenkettőt ütött, a Times Square-en leeresztették a gömböt, és pezsgősdugók pukkanásait lehetett hallani szerte a földgolyón. És az egyre zajosabb előkészületek, hűhó és harsány reklám után, a világvége-aggodalmak és lelkes várakozások után a világnak mégiscsak sikerült valahogy minden baj nélkül átlépnie az új évezredbe. Visszatekintve láthatjuk, hogy a végítélet-próféciaák csak felfújott lufik voltak, és az Y2K sem más, mint egy ügyes húzás, amivel könnyebben eladhatóvá váltak a szoftverfrissítések. Mi azonban, a huszadik század utolsó gyermekei, mindannyian úgy éreztük egy percre, hogy most valami új következik, hogy kaptunk egy esélyt: lehetőséget arra, hogy jobb világot teremtsünk annál, mint amelyet mi örököltünk, és megalkossunk egy örökséget, amelyet majd gyermekeinkre és az ő gyermekeikre hagyunk a következő ezer esztendőben.

1. Egy várostervező vállalat alkalmazottja vagy, és egy nagy ezredfordulós projekten dolgozó városfejlesztési csapathoz



osztottak be. Arra kérnek, hogy állj elő valami inspiráló témával a város számára. Milyen témát javasolsz?

2. A csapatnak számos, különféle szakmával és tapasztalattal rendelkező tagja van. Mit gondolsz, téged miért választottak ki, hogy részt vegyél a projektben? (Annyi okot sorolhatsz fel, amennyit csak akarsz.)
3. Miféle ember a projektigazgató? Írd le a személyiségét és a vezetői tulajdonságait!



AZ ÚJ HOLNAPOT ÉPÍTÜNK MEGFEJTÉSE

Akisebb-nagyobb városok társadalmi életünk jelképei. A legtöbb város, amelyet ismerünk, tervezés nélkül nőtt ki a földből, és látszólag szervezetlenül terjeszkedett kifelé és fölfelé. Ez a feladvány azonban azt kéri tőled, hogy megfontoltan tervezz egy várost a jövő számára; lehetőséget kapsz arra, hogy szavakba öntsöd az elképzeléseid a társas kapcsolatok ideális színteréről. Válaszaid felfedik, hogyan és milyen érzelmekkel közelíted meg a társas környezetet.

1. A téma, amit az új város számára választottál, olyasvalami, amit mindenképp szükségesnek érzel ahhoz, hogy a társadalom tagjaként boldog lehess. Ez a legtöbb ember számára pontosan azt a dolgot jelenti, amelynek fájó hiányát érzi jelenlegi környezetében.

Valami idilli fogalom volt a témád, mint harmónia, béke vagy anyatermészet? Napjainkban mind úgy érezzük, hogy többre volna szükségünk ezekből. Vagy a képregények fantáziavilágából merítettél, ahol mindenki folyton

mosolyog, és szüntelenül süt a nap? Ez tulajdonképpen könnyen elérhető cél, de Orlando, Anaheim vagy Tokió hatalmas vidámparkjait nehéz lesz leköröznöd.

2. Az okok, amelyekért beválasztottak a csapatba, azok az erősségek, amelyeket önmagadban láatsz, de senki más nem veszi őket észre. Talán csak azért, mert ezek az „erősségek” nem is olyan erősek, mint ahogy azt te hinni szeretnéd. A körülötted élők tehetséged legtárgyilagosabb bírái. Ne félj meghallgatni, amit mások mondanak a képességeidről; véleményük megmenthet a túlzott önbizalom és önbecsapás zsákutcáitól.
3. A csapat vezetőjéről adott leírásod azt mutatja meg, milyenek képzeled magadat a jövőben. Támogató, motivált, inspiráló vezetőt láatsz magad előtt, vagy kíméletlen, ésszerűtlenül követelőző rabszolgahajcsárt? Ha az utóbbit, akkor talán érdemes volna felülvizsgálnod a személyiségszféra azon ösvényét, amelyen most haladsz. Még a kapzsi Scrooge is kapott esélyt a megbánásra a *Karácsonyi énekben*.



A MÉLYSÉG LAKÓI

A tenger víz alatti világa olyan titkokat rejt, amelyeket el-
képzelni is alig tudunk. Végtelennek tűnő terei csábít-
ják a kalandorokat, próbára teszik a tudományt, inspirálják
a költőket, művészeket és mindazokat, akik a szívük mélyén
romantikusak. Vonzerejének legegyszerűbb magyarázata,
hogy az óceánban több van annál, mint ami elsőre látszik.
A sima felszín alatt ismerős és fantasztikusan idegen lények
milliói élnek, táplálkoznak, szaporodnak és pusztulnak el.
Mintha a bolygó két különböző világból állna, amelyek csak
most kezdik felfedezni egymást.

A következő oldalon a keretben egy korallágacska képe
látható. Ebben a feladatban egy (vagy több) polipot kell
rajzolni a kereten belül akárhová.

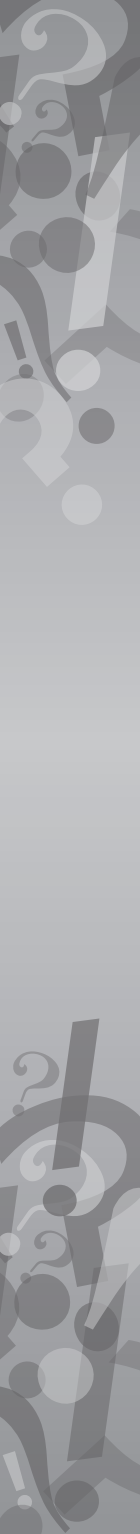




A MÉLYSÉG LAKÓI MEGFEJTÉSE

Carl Jung, a pszichoanalízis egyik alapítója jegyezte meg, hogy a polip baljós, idegen külsejével, síkos, gerinctelen alakjával és minden irányba kinyúló karjaival gyakran jelenik meg a stressz és a szorongás szimbólumaként. Az általad alkotott rajz most némi fényt vet az életedben jelenlévő stressz szintjére és természetére.

A rajzolt polipok mérete és száma az életedben jelenlévő aggodalmak fontosságát és számát tükrözik. Egyetlen óriási polip arra utal, hogy egy nagy gond teljesen lefoglalja gondolataidat, míg a mindenütt nyüzsgő kisebb polipok azt jelzik, hogy úgy érzed, elborítanak a minden oldalról rád törő apró feszültségek és bosszúságok. Ha egy barátságos kis jószágot rajzoltál, amely vidáman úszik föl-alá a hullámok alatt, szerencsés vagy! Senki sem mondta, hogy az életnek hideg, sötét szakadéknak kell lennie.



A polipnak a korallhoz viszonyított helyzete is fontos. Ha szabadon lebegő polipot rajzoltál, az azt jelenti, hogy úgy gondolod, problémád, bármilyen nagy legyen is, megoldható. De ha olyan polipot rajzoltál, amely szorosan a korallhoz tapad, az arra vall: úgy érzed, reménytelenül belegabalyodtál a problémák zűrzavarába.



SZTÁRANYAG

Időbeosztás, a ruhatár és a smink ellenőrzése, interjúkat szervezni és foglalkozni a rajongókkal – egy celeb személyi menedzsere sohasem ér a munkája végére. Ebben a szakmában az imázs jelent mindent. Ha azt akard, hogy a média állandóan rajta pörögjön, a paparazzók csőre töltve tartsák fényképezőgépjüket, a talk-show meghívások, koncertfelkérések szünet nélkül érkezzenek, a nap huszonnégy órájában, az esztendő minden napján biztosítanod kell, hogy ügyfeled a szerepének megfelelően nézzen ki. A fennmaradó időben pihenhetsz.

Egy nagy reményű zenekar menedzsere vagy. Jóképűek, tehetségesek, de valamiért a lemezeik nem fogynak úgy, ahogy szerinted fogyhatnának. Mit gondolsz, miért nem tudnak betörni a sikeres sztárok világába? Nevezd meg egy okot, ami miatt – szerinted – nem elég népszerűek!



A SZTÁRANYAG MEGFEJTÉSE

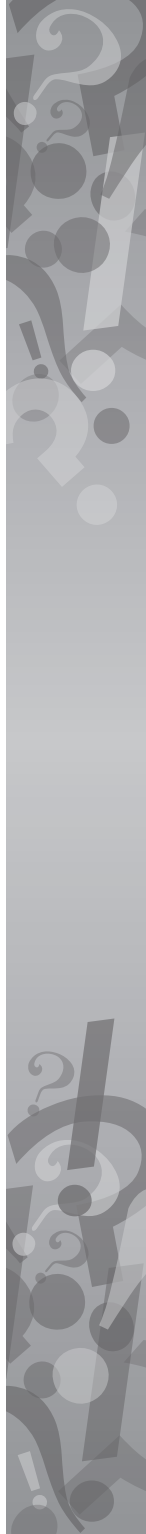
A menedzser talán legfontosabb funkciója, hogy hideg, tárgyilagos szemmel mérje fel az ügyfél erősségeit és gyengéit, és megszabja a szükséges változtatásokat. Mint menedzser, most ugyanebből a kritikus szemszögből nézed a dolgokat. És ez az átható tekintet gyorsan megtalálta a hiányosságot, amit eddig is láttál, de nem voltál képes tudatosan elfogadni magadban.

Azt mondtad, hogy rossz időzítés, kapcsolathány vagy egyszerűen a lemezeladások egész iparra kiterjedő zuhanása okozza a problémát? Könnyű minden hibáért még tudat alatt is a külső világot okolni. Ezzel valójában azt mondd, hogy a legnagyobb gyengeséged a felelősségvállalás hiánya, hogy nem vagy képes a kezedbe venni a sorsodat.

Ha a probléma a zűrzavar vagy a bandatagok közötti belharcok, akkor valószínű, hogy téged is belső konfliktusok gyötörnek. Ha az a céloed, hogy sztár légy, akkor

legelőször is neked kell önmagad legnagyobb rajongójává válnod.

Ha úgy érezted, az volt a probléma, hogy a banda nem szentelt elég figyelmet a rajongóinak, akkor talán jobban kéne törődnöd azokkal, akik közel állnak hozzád. Ne felejtse el, hogy azok formáltak sztárjelöltté, akik szeretnek téged!





HEJHÓ!

Morgó, Hapci, Kuka... Tudor... Vidor... Szundi és... hogyishívják. Nem sokan tudjuk megnevezni Hófehérke történetéből mind a hét törpét, de a mese nélkülük nem volna ugyanaz. Mégiscsak befogadták Hófehérkét, helyet szorítottak neki az otthonukban, elkergették a gonosz királynőt, és őrizték a szépség élettelen testét, amíg fel nem ébresztette az igaz szerelem csókja. Hófehérke végül elment, hogy aztán boldogan éljen, amíg meg nem hal, de mi lett azzal a hét kis fickóval?

A mese utolsó jelenetét látod: Hófehérke útra kel, hogy új életet éljen daliás hercegével. Képes vagy olvasni a hét törpe gondolataiban, mialatt elbúcsúztatják. Mik a valódi érzéseik ebben a percben? (Nem kell, hogy a válaszaid megfeleljenek a törpék személyiségének, ahogyan a mese ábrázolta őket; csak írd le a hét különböző reakciót a jelenetre!)

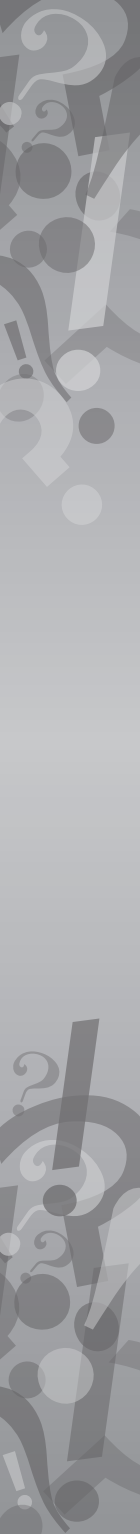


A HEJHÓ! MEGFEJTÉSE

Ne szégyelld (ahogy Szende tenné), ha nem emlékszel a hét törpe nevére! Agyad hatalmas raktár, elkerülhetetlen, hogy el ne vesszen benne itt-ott valami. Ami azt illeti, a legtöbb ember elméje olyan nagy, hogy számos teljesen különböző személyiségnek és világnézetnek ad otthont. Az, ahogyan a törpék reakcióit leírtad, megvilágítja valódi természetedet, és nézőpontjaid sokféleségét.

Mind a hét törpe jót kíván neki, és neheztelés vagy sajnálkozás nélkül mond búcsút? Lelked mélyéig tisztességes vagy. Ha a varázstükör arcok helyett a szívek bírása volna, te lennél a legszebb a világon.

Esetleg ilyesmit mormogott a törpék közül egy-kettő: *„Ez a hálátlan! Azok után, amit tettünk érte! Ez jó lecke lesz, hogy máskor ne törjem kezem-lábam valakiért.”* A túl sok bányában töltött idő kezdi elsötétíteni látásmódodat. Füttyörészhetnél néha munka közben.



Az adott hét válasz közötti eltérések mennyisége öninTEGRÁCIÓD és belső következetességed szintjét is jelzi. Ha mind hasonló módon hangzanak, akkor feleleteid pontos (jó vagy rossz) képet festenek valódi jellemedről.

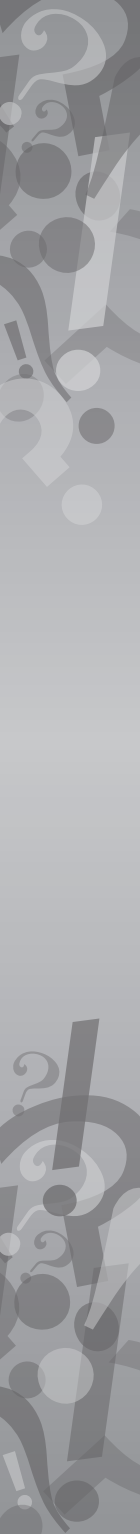
Ha hét teljesen eltérő reakcióval álltál elő, akkor elmondhatjuk, hogy bármely kérdésről számos nézetet vagy képes a magadévá tenni. A kérdés, amit érdemes feltenned magadnak: melyik képviseli valódi énedet?



ELVITTE A CICA A NYELVEDET?

Lehet, hogy a kutya az ember legjobb barátja, a macska tűnik azonban a *saját* legjobb barátjának. Szeretheted vagy utálhatod őket (nem mintha törődnének vele), mindenesetre a macskák története ugyanolyan hosszú ideje fut párhuzamosan az emberével, mint bármely más állatfajé a Földön, és nyugodtan elmondhatjuk, hogy az eljövendő korokban is velünk maradnak. Nem arról van szó, hogy a macskák ténylegesen sokat tesznek az emberekért. Nem tudják felhozni az újságot, nem tudnak pacsit adni, kezet fogni vagy frizbizni, de lehet, hogy egyszerűen csak nincs kedvük hozzá. Hűvös közönyük, higgadt büszkeségük és teljes kifürkészhetetlenségük mindenesetre elég ok arra, hogy helyük legyen a világunkban.

A macskákról mindenkinek megvan a saját egyéni felfogása. A következő négy kifejezés közül melyik áll legközelebb ahhoz, ahogy te látod őket?

- 
1. Sütkezés a napon.
 2. Titokzatos és kiismerhetetlen.
 3. Érintésre kellemesen puha.
 4. Társtalan teremtmény.



AZ ELVITTE A CICA A NYELVEDET? MEGFEJTÉSE

A jungi pszichológiában a macska az *anima* néven ismert női princípium képviselője, vagy a valódi belső énedé (az általad játszott társadalmi szereppel ellentétben). A macskákra legjobban illő leírás saját valódi éned természetét mutatja meg pozitív és negatív szempontból.

1. Sütkérezés a napon.

Azzal, hogy inkább egy macskaszerű tevékenységet írsz le, mint magát a macskát, fogékonyságot mutatsz az állatok természetes viselkedése iránt saját környezetükben. Ez elfogadó és könnyen elfogadható személlyé tesz, aki jól ki tud jönni bárkivel. Ennek a jó oldala az, hogy az emberek olyannak látnak, mint aki csaknem minden helyzetben otthon érzi magát. De ugyanez a gondtalan kényelemre való képességed azt is eredményezheti, hogy kissé felszínesnek tartanak, vagy olyannak, aki másokkal nem sokat törődik.

2. Titokzatos és kiismerhetetlen.

Ösztönösen úgy döntöttél, hogy személyiségjegyeivel írod le a macskát, csaknem úgy, mintha ember volna. És a macska karakterének jellemzői közül pontosan azok vonták magukra figyelmet, amelyekben te is osztozol. Valódi belső éned folyamatosan változó és megújuló kaleidoszkóp. Ezért van az, hogy viselkedésedet előre kiszámítani végtelenül izgalmas kihívást jelent azok számára, akik szeretnek. Meglehet azonban, hogy egyesek úgy látják, több baj van veled, mint amennyit érsz azok számára, akiknek nincsen ideje vagy kedve talányokon és rejtvényeken töprengeni.

3. Érintésre kellemesen puha.

Számodra a macska mint fizikai tárgy jelenik meg, amelyet sajtáságos módon, a rád tett hatás alapján határozol meg. Úgy látod a világot, mint amit azért teremtettek, hogy téged ösztönözzön és szolgáljon. Ez a hajlam megjelenhet a nyugodt önbizalom kisugárzásaként, de akár szélsőséges énközpontúságként is. De ez úgysem érdekel téged, amíg azt nem veszed észre, hogy a fentieknek valamilyen közvetlen hatása van az életedre!

4. Társtalan teremtmény.

A társadalomhoz való viszonyával határozod meg a macskát, megmutatva, hogy milyen súlyt helyezel az egyén szerepére a csoporton belül (vagy kívül). És a macska állapotának leírására választott „társtalan” szót nem csekély

mértékben árnyalja egy érzés, a magányosság érzete, amelyben maga az állat nem szükségszerűen osztozik. Mélységes harmóniában vagy az érzelmi és a társadalmi világgal, ezért a legtöbben gondoskodónak, melegszívűnek, másokért őszintén aggódónak látnak. Ugyanakkor kissé túlérzékenynek vagy melodramatikusnak is tűnhetsz, amikor épp szabad folyást engedsz az érzelmeidnek.