

**BEDŐ IMRE**

# *Férfienergia*

URALT ERŐ A CSALÁD ÉS A  
TÁRSADALOM SZOLGÁLATÁBAN

*Sokaknak tartozom hálával azért, hogy ez a könyv, ilyen minőségben létrejöhetett. Segítségükért, támogatásukért külön köszönetet mondok feleségemnek Bedő Eszternek, Gebauer Gergőnek, Horváth Sándornak, Korbély Istvánnak, Korbély Györgynek, Krúdy Tamásnak és Kuti Lászlónak. Köszönöm a bizalmukat és azt, hogy az erejükből, szeretetükből e munka megjelentetésére is juttattak. Hiszem, hogy megsokszorozódik! Bedő Imre*

---

Írta: Bedő Imre

Olvasószerkesztő: Bedő Eszter

Lektor: Krúdy Tamás

Korrektor: Kuti László

ISBN szám: 978-963-12-5864-6

Kiadja: Férfiak Klubja NonProfit Közhasznú Kft.

Cím: 1027 Budapest, Horvát u. 14–24.

[www.ferfiakklubja.hu](http://www.ferfiakklubja.hu)

Grafika: Horváth Sándor – Style Communication

Nyomda és szerkesztés: Co-Print Kft. ([www.co-print.hu](http://www.co-print.hu))

Felelős vezető: Gebauer Gergő

2016

# TARTALOMJEGYZÉK

<b>I. A FÉRFIAK ÉS A FÉRFIASSÁG .....</b>	<b>7</b>
<b>BEVEZETŐ – HOL TARTUNK MA?.....</b>	<b>9</b>
Hová tűntek a Férfiak? Vannak-e Férfiak férfiasság nélkül? .....	11
Tényleg kell egy válasz, hogy férfiként is keresni kezdjük önmagunkat? .....	15
A Férfiasság mibenlétét megfogalmazni nehéz, de létszükséglet! .....	17
A férfi, a nő és a média .....	22
Mit tehetünk mi a boldogulásunkért?.....	25
Hogyan indultunk el a férfiak teremtő erejének helyreállítása felé?...	27
A férfi és a nő boldogulásának útja: vissza a jövőbe? .....	32
<b>UTAZÁS A FÉRFIASSÁG KÖRÜL.....</b>	<b>35</b>
Szitokszó a „férfi”, és kockázatos a „férfiasság”?.....	37
Mi akkor a férfiasság? .....	40
Van-e férfi- és női jelleg, és melyik a jobb? .....	42
Vannak férfi és női tulajdonságok? A bátorság férfias, a hűség nőies? .....	45
Tényleg van a férfiakban nő, vagy csak a nőkben férfi? .....	47
Több nőiességet a világba? .....	49
Emberek vagyunk, vagy férfiak és nők? .....	51
Férfi- és női szerepek ma.....	55
<b>A FÉRFIVÁ ÉRÉS ÚTJA, A FÉRFIVÁ VÁLÁS PILLANATA.....</b>	<b>57</b>
Minden hím férfi? .....	59
Elindulás a férfivá válás útján.....	64
Alapozás és beavatás .....	65
Az útkeresés/önmagam keresése.....	67
A férfivá válás momentuma .....	68
A szolgálat .....	70

Egyedül élve, nő nélkül is lehetünk férfiak?.....	74
A nő szerepe a férfvá válás során .....	77
Férfiként élni.....	80
Férfvá válni nehezebb, mint nővé!.....	83
Divatos tévutak a férfvá válás útján, a férfilétben.....	87
Ki a Férfi, és ki nem? .....	90
<b>A FÉRFIMINŐSÉG ASPEKTUSAI.....</b>	<b>91</b>
A férfi a tűz csodája .....	93
A férfi mint fa .....	95
Az erős férfi .....	96
A biztonságot nyújtó férfi! .....	101
<b>A FÉRFI ÉLETÚT ÖT STÁCIÓJA,</b>	
<b>A NÉGY ARCHETÍPUS MEGÉLÉSE .....</b>	<b>105</b>
A gyermek, a fiú .....	107
A Harcos .....	108
A Szerelmes .....	110
A Király .....	112
A Király-korszak és a „midlife crisis” .....	114
A mágus – a Bölcs .....	116
A teljes út üdvözít!.....	118
<b>A FÉRFIVÁ VÁLÁS GYAKORLATA .....</b>	<b>121</b>
Felnőtté válás.....	123
Go Live! Az éles élet érlel férfvá! .....	129
Férfigyökér és a család .....	133
Férfiközösség – a mester hatalma! .....	142

<b>II. A FÉRFIAK MŰKÖDÉSE</b> .....	149
<b>A FÉRFIAK SAJÁTOS MOTIVÁCIÓS RENDSZERE</b> .....	151
Mi motiválja a férfiakat? .....	153
A patriarchátus csodája épít! .....	154
Az eszmék .....	158
A nemek kiegyensúlyozottságának képlete .....	160
A férfiak és a HIT .....	162
A férfiak és a dominancia .....	166
Alfaság és/vagy hűség? Csak a béták a jó férjek, apák? .....	171
Versengés és hierarchia .....	174
Hogyan húz le a férfi és a nő versenye? .....	176
Mire kell a férfi meg a nő, és mire elég a nemtelen ember? .....	180
A férfi és a nő építő játéka .....	182
Speciális tudás .....	185
A motiváció működése .....	187
<b>A FÉRFIAKAT KÖTELEZŐ KULTURÁLIS TERMÉKEK</b> .....	193
A patriarchális rendszer kényszerítő ereje .....	195
A férfiak szerepe és a vallás.....	197
A családfő intézménye .....	203
A „gyengébbik nem” .....	206
Az esküvő és az eskü .....	208
A férfi nevének felvétele.....	210
A vénlegény.....	212
<b>A FÉRFI ÉS A NŐ KÖZÖTTI ÚJ SZÖVETSÉG ALAPJAI</b> .....	215
Korunk gyilkos gazdasági rendszeréért a férfiak a felelősek?.....	218
Az összes háborúért a férfiak a felelősek? .....	222
A férfiak és a gyermekvállalás.....	227
A férfiak és a gyermeknevelés.....	231
Ma nincsenek eszmék, amiért érdemes férfinak lenni? .....	233
A férfiak menekülnek, válnak? .....	236

A férfiak és a házimunka.....	241
A férfiak, a családfenntartás és a kétkeresős kényszer .....	246
Férfiuralom a kultúránkban? .....	250
A férfiak és az érzelmek.....	254
A férfiak és a kommunikáció .....	264
A férfiak csökönnyösen ragaszkodnak a férfiasságukhoz? .....	270
<b>ÖSSZEFOGLALÓ .....</b>	<b>275</b>
Mi a következő lépés? .....	279





# A férfivá válás gyakorlata

---

1. FELNÖTTÉ VÁLÁS
2. GO LIVE! AZ ÉLES ÉLET ÉRLEL FÉRFIVÁ!
3. FÉRFIGYÖKÉR ÉS A CSALÁD
4. FÉRFIKÖZÖSSÉG – A MESTER HATALMA!



## FELNÖTTÉ VÁLÁS



**K**orábban már láthattuk, hogy a férfivá válás momentuma erősen kötődik a felnőtté váláshoz. Ha férfivá akarsz válni, ha saját családot akarsz alapítani, akkor előbb felnőtté kell válni. Előbb és nem közben!

Itt kell kitérni arra, hogy mit is jelent a felnőtté válás. Különösen fontos ezt tisztázni, mert ma sokan épp azzal húzzák-halasztyják elköteleződési döntéseiket, hogy nem készek rá. Mit hallunk mindenhol? Még nem érzem magam érettnak a családalapításra. Még nem alapoztam meg anyagilag azt, hogy másokért is felelősséget vállaljak. Még nem elég stabil a karrierhelyzetem, még nem elég ideálisak a feltételek a hosszú távú elköteleződéshez. Mintha tényleg eljönne egyszer egy olyan ideális állapot, amikor a felelősségtől rettegő, biovekker nyomása alatt sodródó, felnőtté nem vált emberek igazán jó alárendelődési döntést hozhatnának. Mintha nem az Önálló döntésük, hanem a körülmények lennének azok, amiben bízhatnak, ami majd a támaszuk lesz, ami biztosítja döntésük tartósságát.

Nem kapunk ilyen mankót! A körülmények nem fognak bennünket segíteni, egyedül vagyunk! A kötelezettségvállalás egy döntés. A házassági elköteleződés meg minden esetben ugrás a sötétbe. Akármilyenek is a körülmények, akármilyen is a párunk, minden meg fog változni. Nem lehet előre tudni, modellezni, kiszámítani semmit. Aki erre játszik, az felcseréli a bizonytalanságot a biztos tévedéssel. A döntés úgy szól, hogy történjen bármi, megoldjuk, mert van egy célunk és oda akarunk jutni. Merüljön fel akármi.

És akkor mégis, mire gondolok, akkor, amikor azt mondom, hogy jó, ha felnőtt emberek kötik össze az életüket? Nem az anyagi megalapozottságra. Nem arra, hogy már előtte kész ember legyen, aki már mindent tud az életről. Nem arra, hogy élete végéig tervezhető stabilitással rendelkezzen, netán ideális partnerré váljon idejekorán.

A felnőtté válás egy kapu. Átlépésekor egészen pontosan a gyermekorból lépünk ki és a felnőttkorba lépünk be. Nem megérkeztünk valahová, hanem beléptünk egy hosszú menetelést jelentő korszakba.

*A felnőtté válás kapuján csak az tud átlépni, aki képes arra, hogy színre lépjen önálló entitásként. Aki képes beállni élete középpontjába és megkérdőjelezhetetlen jelenléttel jelezni a kívülvilágnak, hogy felelősen kormányozza azt. Önállóan, szabad akaratból, nem hivatkozva senkire és semmire.*

Aki attól kezdve emelt fővel viseli el az önállóság, az élethosszig tartó személyes felelősség magányát! Akit ez nem megijeszt, lelomboz, hanem motivál. Aki a kalandozásai során, a Harcos korszakában már megszerzett minden olyan tapasztalatot és tudást, ami feljogosítja őt a teremtő munka elkezdésére. Aki vállalja a teremtő munka elkezdésének felelősségét, egyben eldönti, hogy minden további felmerülő problémát legjobb tudása szerint megold. Aki lelkesen vág bele abba, hogy gondolatokból hozzon létre valóságot. Aki felnőtté válva már nem a kérdések, hanem a válaszok embere lesz, ezzel egyszer s mindenkorra megváltoztatva gondolkodása irányát. Aki belép azok körébe, akik a saját életüket saját jogon élik. Aki kezébe vette a gyeplőt, élvezi és kétséget kizáróan tudja, hogy soha többé el nem engedi.

Felnőtté válni tehát nem azt jelenti, hogy készen vagyunk. A felnőtté válás útra készséget jelent. Hosszú fejlődési út áll még előttünk ezen a stáción átlépve. Rengeteg küzdelmet kell még folytatnunk – nem másokkal, hanem leginkább önmagunkkal önmagunkért és a környezetünkért. De egészen más mentalitással és hozzáállással teszi ezt egy felnőtt, mint egy gyermek ember. Ez pedig ég és földnyi különbség. Mert a válaszok embere az úti célja érdekében megoldásokat talál. A kérdések embere megállandóan az útját keresi, és nem találja. A felnőtt ember eldönt valamit, és megtalálja a módját, hogy miként tartson ki a döntése mellett. A gyermek lélek társadalmi nyomásra, biovekerre, barátnő vagy család nyomására

hivatkozva sodródik bele a döntésnek álcázott helyzetekbe, és nem tud kitarítani mellette, mert elsodorják vágyai, elfújja minden szél.

Manapság a sok gyermeteg ember, aki még egyáltalán nem is nőtt fel, a boldogságát a benne rejlő gyermek megtalálásában sejtí. Ezt tanfolyamok, újságcikkek, megmondóemberek, sztárpszichológusok is ajánlják. Óriási különbség van a bennünk rejlő tiszta gyermek és a gyermetegség között. A tiszta gyermeknek nem az álmodozásait kellene romantikusan feleleveníteni, visszasírni és vágní (tűzoltó leszek vagy katona, vadakat terelő juhász), hanem azt a biztos tudatát, hogy van értelme élni, akar majd Valami lenni és tud Valakivé válni. A sziklaszilárd absztrakt hitét kellene segítségül hívni, hogy sikerre, boldogságra születünk. Azt a motort, ami az életünk éppen aktuális részleteinek ellenére mindenén átsegít. Ami – jó esetben – elrepített a felnőtté válásig. Ami miatt a válasszok embere lehetne mindenki egész felnőtt életében.

Észre kellene venni, hogy a bennünk rejlő gyermek nem a felnőtté válással veszík el, hanem azért, mert frusztráltak, fáradtak, információval és stresszel túlterheltek vagyunk, bemerevedtünk, kiégtünk, az élet szikrája sincs bennünk. De mindezek ellenére is felnőtté kell válnunk, mert csakis a felnőtt ember képes uralni az életét, csökkenteni a kiégest, a frusztrációt, a stresszt. Csakis a felnőtt ember kezdheti el megkeresni a belső gyermeket, hogy a felnőttlét terheit enyhítse, a boldog, önfeléd, rácsodálkozni képes belső gyermeki énje segítségével. Csakis a felnőtt ember képes egyensúlyba hozni a kristálytiszta gyermeki én vágyait az értelmes élet valóságával, azaz megteremteni a belső egyensúlyát.

Nehéz világot élünk. A gyermek nem akar felnőni, és a szülő is úgy vezekel saját mulasztásai miatt, hogy nem engedi csemetéit önállósodni. A túlzó segítség, gondoskodás önámítás a szülők részéről... Ha a mai világban felnőtté, férfivá akarsz válni, erősebben kell akarnod, mint a szüleid, jobban kell akarnod, mint a barátaid.

Tudnod kell, hogy nem elég egyszer megszületni. Legalább kétszer kell. A felnőtté válás olyan, mintha még egyszer, ámde ezúttal valóban megszületnél. Te magad. Az első születésben bábák, orvosok, nagyszülők, apák és anyák segítenek. Gyermekkorodat jól, rosszul végigkísérik...

Te is, ők is azt várják, hogy mikor jön el a te időd, hogy másodszor is megszüless. Tudni fogod, hogy eljött, mert bele kell születned. Egyedül. Félni fogsz, mint az első megszületéskor... Meg mered ragadni a lehetőség, amikor eljön a te időd?

A második születésben nem segít senki. Ebben nem lehet segíteni, egyedül kell megélni! Nincs oxitocin, nincs császármetszés, nincsenek idegen kezek. Nem segít a tanfolyamok, a képzések, könyvek „mesterséges környezete” sem, csakis az Éles Élet! És Te magad!

A második születésben inkább akadályoznak. Elvonják a figyelmedet az édes élet suttogói... Keresztbe fekszenek a jó szándékú szülők, a trendek, és látszatra az egész világ folyása is ellened dolgozik... „Minek? Hagyd! Addig jó neked, míg nem kell...” – hallod majd...

Pedig tudnod kell: ha boldog akarsz lenni, akkor haladnod kell a korral! A saját (élet)koroddal. Akarnod kell felnőni, akkor is, ha anyád nem akarja, hogy felnőj!

Tudnod kell, hogy hiába születél meg először, ha önálló felnőttként nem születesz meg másodszor. Ha öregedve is követelőző, önző, felelősségkerülő, élvhajász gyermek maradsz, kín és gyötrellem lesz a legbelső életed, mások szemének tükrében megvetést, saját életed kudarcát fogod látni, függetlenül attól, hogy ők jobbak-e nálad. Álboldogság negyvenéves gyermeknek lenni. Aki kifelé az élet császárat játssza, az legtöbbször befelé pici és nyomorult... És a belső érzet számít, az igazi, amit teljesen elnyomni nem tudsz... Ha boldog öregember szeretnél lenni, akarj felnőni, akarj és merj férfi lenni!

*Tudnod kell, hogy felnőttnek lenni jó! A teremtés szabadságát csakis az önálló, tetteiért felelősséget vállaló, önálló felnőtt tudja megtapasztalni. Nincs szebb annál, mint amikor a semmiből megszületik egy gondolatod, majd azt saját akaratodból, ügyességgel, alázattal, ésszel, lélekkel valósággá formálsz.*

Nincs felemelőbb annál, mint felépíteni a saját és gyermekeid valóságát és így tanítani meg őket arra, hogy ugyanígy teremtsenek, majd ha rájuk kerül a sor. Étel, ágyat, kirándulást, udvariasságot, vendégfogadást, igazmondást teremtesz... Nincs jobb, mint örökíteni a felnőttkor törvényeit: hogy ne várjunk másokra, ne okoljunk senkit, mert saját világunk egyedüli teremtői mi magunk vagyunk! Nincs nemesítőbb, mint úrrá lenni gondokon, megoldani feladatokat, felállni a bukásból, elöl járni, megfogni a másik kezét, fejet hajtani, elégedetten mosolyogni, megtapasztalni saját magunk igaz valóságát. Nincs értelmesebb, mint megmutatni: a felnőttként való teremtés minden apró gyümölcse örömet okoz, a teremtő élet pedig boldoggá tesz és felemel.

A felnőtté vált férfit keresik a nők, és együtt végigküzdhetitek magatokat a boldogság felé vezető úton. Mert a boldogságot nem adják ingyen, az egy értelmesen teremtő élet magától értetődő jutalma. Megéri!

A „mamahotel-effektus” is korunk problémája! Aki nem tud leválni az anyjáról, az nem tud saját családot alapítani, tehát még mindig az anyja, apja családjában marad. Ha anyád a tükör, ha neki állsz dacosan ellent, vagy neki bizonyítasz, ha az ő viszonylatában élsz, akkor akárhány éves is vagy, nem vagy felnőtt! Az önálló ember nem az anyja, hanem a saját lábán áll, és csakis az önálló ember tud felelősséget vállalni! Aki nem önálló, az mindig megosztani, háritani fogja a felelősséget, az csak a győzelmet vállalja, a kudarc örökké „másé” lesz. A feleségé, a gyermekeké, a szülőké...

Csakis akkor állhatunk a majdani saját családuink életének közepébe, ha előbb kezünkbe vettük a saját életünket. A szüleinkről való leválás nem csak egyszeri döntés kérdése. A kezdeti önállóságunk csíráit kitarító munkával kell kiteljesítenünk, megerősítenünk még azelőtt, hogy családot alapítanánk! Ki kell lépnünk anyánk fényéből, és új nappá kell válnunk, hogy saját bolygóink lehessenek, akiket mi magunk éltetünk sugarainkkal. Ragyogj önállóan, válj nappá, aki élteni bolygóit! Anya szoknyája mellől csak anyád halványuló fényét adhatod nekik. Abból is jókora darabot kitakarsz saját árnyékkoddal...

A felnőtté válás többek között azt jelenti, hogy már megszűnünk gyermeki dachból, ellenállásból, félelemből tenni bármit is! Magunk vagyunk,

nem állunk ellent senkinek. Ha valamit bizonyítani akarunk, többé nem a szüleink felé irányítjuk azt, inkább saját magunk felé és azok felé teljesítünk, akiknek mi mutatjuk a példát, akik velünk kötötték össze az életüket. Motivációink pozitívak. Életünket többé nem a szüleink, hanem a saját, új családjuk felé viszonyítjuk!

Sokan még ifjú házasként is önző, felelőségkerülő gyermekek... Ma túl sokan. Ha valakinek az anyjáról való leszakadás fájdalma, illetve a felnőtté, önállóvá válás embert próbáló átváltozása egybeesik gyermeke születésének felelősségével és a felesége küzdelmes anyává alakulásával, az ne csodálkozzon azon, ha összeomlik...

Mindennek megvan a maga ideje. A felnőtté válásnak meg kell előznie a házasságot és a gyermekvállalást. Előbb nőj fel, szakadj le, légy önálló entitás, állj be saját életed középpontjába! Előbb hozd létre önmagad, hogy majd AZT adhasd oda a családnak! Ha már saját jogon szórod sugaraidat, akkor köréd gyűlhetnek a bolygók... Jönni fognak...

A felnőtt ember nyer a családdal, végre kiteljesedik az élete, minden a helyére kerül. A gyermek – még ha negyvenéves is – veszít a családalapítással: odalesz mindene, az addigi élete, játéka, helyébe a rettegett felnőttkor félelmetes újdonságai lépnek, és mindenért az asszony és a gyermek lesz a hibás...

*A férfvá válás útja az „éles élet”! Hiába dobogtatja meg a szívünket a Youtube vagy a Facebook, ezt nem lehet könyvekből megtanulni, tanfolyamokon elsajátítani, fotelben ülve filmekből ellesni...*

Önmagadat csakis az éles életben lelheted meg: ott születik a felnőtt, a férfi! Kelj fel, menj ki, és járj! Járd be a teljes utat élesben. Éld meg minden szakaszát, és élvezd, amikor mások szemének csillanásában látod visszajelezni értékeidet!

# GO LIVE! AZ ÉLES ÉLET ÉRLEL FÉRFIVÁ!



A férfivá válás legfontosabb terepe a való világ és az éles élet! Nem a tévés VV és ÉÉ... Go Live!

A kiegyensúlyozott, nyugodt erő, a férfikisugárzás belülről fakad. Ha nem „tesszük ki magunkat” próbatételeknek, akkor nem tapasztalhatjuk meg a határainkat: azaz magunkat, méreteinket, kiterjedésünket. Hiszen mindenkinek vannak határai...

Az ismerheti meg önmagát, aki éles helyzetekbe „megy bele”. Aki így fejleszti belső énjét, az naponta győzi le félelmeit, döntéseket hoz, gyarapodik. Ereje nő. Sokszor bukik el és sokszor áll talpra. Határai egyre terjednek. És akkor kezd el magát szeretni, amikor elfogadja, hogy nem lehet tökéletes. Megtanulja, hogy „csak” ELÉG JÓ lehet. Ekkor már szabadon terjesztheti egyre kijebb a határait, mert nem korlátozza a tökéletességre való törekvés béklyója...

Sokat kell tenni, cselekedni ahhoz, hogy elég jók legyünk! Ez magával hozza a helyes önbizalmat, önértékelést és önbecsülést. A tapasztalatok kidomborítják, pallérozzák a környezetünk szolgálatába állítható értékeinket. Az éles élet a csúcsra juttat: teljes önfogadással éljük meg, hogy nem tökéletesek, de ELÉG jók leszünk! Ezt érzékelik mások, ez a férfikisugárzás titka! Amit az örök férfiflászág ugyanilyen egyszerű titka követ: a cselekvésen keresztüli hatást és fejlődést soha nem szabad abbahagyni! Ha megállsz, megszűnsz.

*Férfiak! Tartsuk meg a felségterületeinket. A felségterület felelősség-területet jelent. A felelősség mértéke hatalom. A hatalom pedig szolgálat.*

Aki szereti, tiszteli önmaga értékeit, az nem kérkedik, nem fitogtatja görcsösen azokat. Nincs rá szüksége. Kisugárzása egyértelművé teszi, értékei lerínek róla. Lehet csendes, szerény és alázatos, mégis ő lesz a legerősebb...

Aki állandóan védekezik és óvja, kíméli magát, az nem ismer meg semmit magából, nem lesz mit szeretnie sorvadó önmagán! Aki nem találja értékeit, az gyenge lesz. Aki gyenge, az sértődékeny, túlérzékeny, agresszív. Érthető. Mert védenie kell gyenge lábakon álló maradék énjét...

Önmagunk állandó védelme, kímélése bezár, sorvaszt. Aki nem keres, az nem talál magában szerethetőt és nem fogadhatja el önmagát. Bukott, görcsös ember lesz, környezete életének megkeserítője.

*A férfiaság nem az interben, csakis a való világban terem. Az leszel, amit megteszel! És azt nem kell magyarázni...*

A férfiaság az éles életben terem. A férfiak nem tudják fejben megszerezni az önbizalmukat. Egy férfinak konkrétumokra van szüksége, önmaga megismerését a saját maga kipróbálásán, terhelésén keresztül teheti meg. Aki csak elméletben Férfi, sokszor a gyakorlatban nyomorult... A férfiak nem tudják elméletileg keresni a határaikat.

Pedig ha tágítani akarom a határait, akkor előbb meg kell találnom azokat. És ahhoz el kell mennem a végsőig – mert ott lelek rájuk.

Csakis az éles élet az, ahol a tettek során megélt konkrét tapasztalatok derítik ki, hogy kik vagyunk, hogy döntünk, milyen reakcióink vannak, mire vagyunk képesek. Hogy milyen a teherbírásunk, hogy miben lehet ránk számítani? Hogy tudunk-e örülni tetteink gyümölcsének, gyarapít-e bennünket az, hogy építünk, vagy áldozatként elfogyunk benne.

Csakis a tettek által megszerezhető tapasztalatok biztosíthatnak képességeinkről, tudásunkról, és csakis az általunk is biztosnak tartott, kipróbált értékekre épülhet az önbizalmunk, önbecsülésünk, önértékelésünk. A férfi már csak ilyen. A férfi épülhet tanfolyamokon szerzett elméleti alapokra, de csakis a valós tettei által. Ha a tanfolyam segít, hogy elkezdjünk a való életben valós cselekedetek által önmagunkon dolgozni, akkor jó. De fenéken ülve elképzelni az értékeinket és mantrázni, hogy értékes vagyok, értékes vagyok... Erre a férfiak képtelenek, vagy ha képesek, azt



csak fenéken ülve fogják gyakorolni is. Esetleg távirányítóval a kézben. És kétségbeesetten, agresszívan fogják védelmezni alaptalan önértékelésüket akárhányszor megkérdőjelezi azt valaki... Pedig ezt egy női pillantás, a baráti legyintés, vagy csak egy sóhaj is kíméletlenül jelezni fogja.

A férfiaknak kell az eszme, amihez közelíteni akarnak. Kell a minta és a példa, amit elutasítunk vagy követünk. Kell lennie a fejünkben egy képnek, amit régebben a családunk, a szomszédaink és az egész társadalom is egységesen sugárzott ránk. De a bennünk lakó férfi megtalálásának nem elméleti, hanem gyakorlati útja van! A férfivá váláshoz nem bonyolult meditációs vagy motivációs technikák alkalmazásán keresztül vezet az út, hanem a mindennapi próbatételeken keresztül. Azon keresztül, amit naponta vállalok, amit megteszek. Aki eleget tesz, annak nem kell külön keresnie önmagában a férfit. Az pontosan tudja, hogy milyen, mekkora és hogy mekkorát fejlődött tavaly óta. Sőt mi több: ezt mások is tudják Róla anélkül, hogy ezt el kellene magyarázni... Ahol a hús-vér férfit igénylik, oda a való világban kell megedződni. Ahol elég az elméleti férfi, oda mehetnek azok, akik beszélnek róla... Ilyen egyszerű és nagyszerű a férfi útja!

A férfiaság a való világban terem. Elengedhetetlen az elmélkedés, a gondolkodás, de ez csakis a cselekvésen keresztül válik valósággá. Az elmélet, a passzivitás, a csak fejben élés mindig megtermeli majd a bizonyosság, a valóság hiányérzetét. Hisz a férfi az anyagban él: csakis a való életbeli próbatételek által találhatja meg önmaga bizonyosságát! Aki fejben próbál férfi lenni, az mindig érezni fogja, hogy nem igaz. És ezt mások is egyből érzik. És akkor jöhet az önigazolás, a felmentés, a menekülés és a belső pici én felnagyítása, agresszív védelmezése.

Most nehezebb? Ma is meg kell találni a próbatételeinket? Az erőnk, képességeink bizonyosságát minden korban meg kell szerezni. Ma nehezebb, mert a létszükséglet nem kényszerít bennünket olyan gyakorlatra, amivel a férfiaság automatikusan megszerezhető volt. Nem kell igazat beszélni, fát vágni, lovat patkolni, lisztteszákot cipelni, saját kezűleg házat építeni, fizikai védelmet biztosítani. Most könnyen élhetjük szórakozással, passzív vegetálással, látszattevékenységekkel a munkaidőn kívüli – valódi – életünket. Aki ma a kor szellemét követi, az elpuhul és

odavész, hisz régen volt az, amikor a kényszer egy puha férfi mellett is megtartott egy nőt. Ma a férfiatlan hímnak nincs kegyelem, mert egyvalami örök. Mindenki semmibe veszi azt, akiben nincs gerinc.

*A nők, a férfiak, illetve az őszinte gyermekek is kizárólag a Férfivá tevő tartást becsülik. Azt a jelenléte, amit ereje és képességei bizonyossága nélkül senki sem tud felmutatni.*

Ha a mai élet tehát nem kényszeríti ki a férfivá válást, de férfiaság nélkülözhetetlen, akkor korunkban mesterséges edzéstervet kell készíteni – férfiként! Állandóan, tudatosan keresni kell a lehetőséget a megmérettetésre, jellemünk pallérozására. Ki kell találni, meg kell ragadni minden alkalmat a cselekvésre, a valódi éles helyzetek megélésére, a bennünket jelentő eredmények létrehozatalára. Olyan ez, mint a katonaság. Gyakorolni és gyakorolni kell. A különbség az, hogy ameddig a második világháború óta szerencsére generációknak nem volt lehetőségük számot adni harci rátermettségükről, addig a gyakorlás által megszerezhető férfi-erények éles demonstrálására mindennap van igény ma is! Ha ki tudjuk elégíteni, ha nem!





# Összefoglaló



Úgy mondják, hogy a nő keresi, és jó esetben megtalálja, a férfinak fel kell építenie önmagát. A női kiteljesedésről nem tisztem véleményt mondani, de a mondás férfiakra vonatkozó részét támasztja alá ez az egész kötet. Férfinak lenni senkit sem lehet megtanítani. Hiába magolná be és vizsgázna le belőle bárki, már a „lecke” felmondása után pár nappal sem tudnák a szükséges erkölcsi normákat, viselkedésmintákat, az erények háttértartalmát. Beszélni sem tudnának róla, nemhogy megélni.

Egy esélyünk van. Ha vonzóvá tesszük a férfit szépségeit. Ha presztízst adunk a férfiaságnak, és ezzel motiváljuk a még motiválhatókat arra, hogy lépjenek a férfivá válás rögzös útjára. Mert megéri! De Férfivá válni csakis akkor lehet, ha azt maga a férfi nagyon akarja. Csakis tudatos és kitartó értékképviselet mentén, úgy válik valaki férfivá, hogy életformájává teszi az erények mentén való létezését. Mindennap. És ennek gyümölcseként élvezheti mindazt, amit megsokszorozott teremtménye eredményez. Életét édesíti az így megszerzett önbecsülés és mások megbecsülése is. Jutalma az elégedettség, a siker érzete, harmónia, derű és esetleg valamiféle boldogság.

*Napjainkra elvesztek a természetes kapaszkodók. Régebben a körülményeknek is volt megtartó ereje – ma nincs. Ma nekünk mesterségesen kell megteremteni és fenntartani azt a belső erőt, ami a férfiasághoz kell. Sokkal többet és tudatosabban kell tennünk. Sokkal komolyabb, önmagunk által meghatározott és vállalt szabályok között kell élnünk. Mint a sportolóknak. Őket sem az általános kultúra teszi naggyá. Hanem az alázat. Az edzés. A szándékos kitartás.*

Jobban kellünk ma férfiként, mint valaha. A „vezetőktől” nem kapunk segítséget és nem is várhatunk már. A motivációt és a védekezés módszerét tanítani kell a fiatalágnak. Motiválni arra, hogy tartsa

meg mindazt, ami örök érték, használja a kor vívmányait, de tudjon védekezni romboló hatásai ellen is. Hogy fenntarthatóan működtethető legyen az elméje, a másik nemhez való csatlakozási mechanizmusa. A jövő biztosítása. A Férfiak Klubja férfitmotivációs mozgalma is azért született, mert a nyugati folyamatokból jól látszik: néhány emberöltő (generáció), és visszafordíthatatlanná válik a pusztulás. Kelet-Európa még menthető. Menthető a férfi, a nő, a gyermek, a család, a társadalom. Bármilyenek is a külső körülmények. Csak kinek-kinek fel kell venni a saját szolgálatát. Még ma!

Remélem, hogy e könyv konkrét, célként kitűzhető útmutatást ad a férfivá váláshoz, az oda vezető úthoz, és további kapaszkodót nyújt a férfiként való tudatos élet fenntartásához.

Ha ráérvünk a férfi életút stációinak tatalmára, és élvezettel akarjuk minden életkorunk és életszakaszunk tapasztalatait megélni, akkor egy teljes út bejárásának jutalmaként miénk lehet a belső béke. Az a béke, amit nem a tökéletes, hanem csakis a lehető legjobb, az „elég jó életet” élve lelhetünk meg.

Ha a férfiak speciális motivációit megértve megeljük saját válaszainkat, akkor jó alapokat fektetünk le, gyökereink mélyre nyúlnak és elegendő erőnk lesz minden probléma megoldásához, minden siker élvezetéhez.

Ha a férfiakat kötelező kulturális elemek felismerése megvilágítja számunkra szerepünk fontosságát, azt, hogy férfiak nélkül minden elpusztul és hogy a világ szolgálatának érdekében tett önkorlátozásunk a jövőteremtés záloga, akkor boldogan vetjük alá magunkat ezeknek.

Ha lebontjuk azokat a sztereotípiákat, amelyek a férfiak XXI. századi kiteljesedésének útjába álltak, akkor alkotóerőnk megsokszorozódik, összefoghatunk nőtársainkkal és lépteink nyomán virágzás indul.

Ha férfiként és nőként egy kicsivel jobban értjük a férfiak működését, motivációit, férfi és nő együttműködésének motorját, és hajlandóak vagyunk elfogadni a másikat, akkor nagy lépést teszünk Férfi és Nő új szövetsége felé. Egy olyan szövetség felé, ami emberi természetünknel fogva mélyen bennünk van, csak újra meg kell lelnünk magunkban, és

aminek újra éltető célt kell adni. Amit el kell dönteni és akarattal meg kell csinálni. Aminek a célja nem az áldozatiság, hanem az áldozat gyümölcseinek jövőteremtő és személyiségfejlesztő hatása. Az általunk képviselt láncszem megerősítése a végtelenbe nyúló sorban. Az ember, az emberiség a nyugati kultúra jövőjének továbbvitele, a saját értelmes és sikeres életünk által. Melynek természetes hozadéka, „mellékterméke” a boldogság.