

# AZ ÉLET ÉRTELME

Ahogy egy kavics loccsanása a tavon önmagában jelentéktelennek tekinthető az emberi történelem színpadán, de egy nagyszerű költő számára egy magasabb létszintről áradó szépség kifejeződésévé tűnik fel, úgy tetteink kavicsloccsanása is egy még magasabb létszintben a messze ható szépség oldaláról mutatkozik meg.





Szöveg:  
Dr. Grandpierre  
Atila  
Fotók: Bara  
Prasilova

Képzelnék el most egy ezerszer nagyszerűbb költőt, aki a valóság magasabb szintjén él és érez, egy zseniális, sőt egy tökéletesen zseniális költőt, aki egyben filozófus és tudós is, és ebben is a zsenialitás tökélyével bír! Hogyan látja egy ilyen zseniális költő, aki mindent lát, a kavicsloccsanást? És hogyan gondol a Mindenség Elméje egy olyan varázserővel bíró kavicsra, amelyik képes gondolkodásra, sőt önmaga irányítására, sőt a Kozmikus Értelme követésére, mint az ember? Ha a Mindenség Elméje semmit sem tesz értelem nélkül, lehet-e az emberi élet értelmetlen?

## **A VILÁGMINDENSÉG ÉREZ ÉS GONDOLKODIK**

A Világmindenségen kívül nincs semmi, mert magában foglal minden létezőt. Ezért a Mindenség akadálytalanul érez, gondolkodik és cselekszik, egyfajta tökéletességgel bír. Életünk egy csodálatos, tökéletes Kozmikus Elmébe ágyazott. Életünk első és végső színtere maga a Mindenség. A Kozmikus Elme gondolatai vagyunk, akárcsak körben a táj, sőt, varázslatos módon képesek vagyunk mi magunk is beavatkozni, továbbbákolni magunkat és a világot. Életünk, tetteink legelső oka a Kozmikus Elmeből indul, és következményei ugyanide futnak be. Életünk értelme a csodálatos Kozmikus Elmében ragyog igazi, teljes fényében; messze ható, kozmikus következményekkel jár, ezért kozmikus jelentőséggel bír a Kozmikus Alkotó számára. Ha nem érezzük, hogy merrefelé mutat életünk értelme, olyanok vagyunk, mint a céltalanul kódorgó bogarak.

A modern világban gyakran halljuk, hogy az élet értelmét mindenkinek magának kell megtalálnia. Cikkünk előző részében ennél sokkal nagyszerűbb eredményre jutottunk. Létezik az életnek egyetemes, azaz mindenkire vonatkozó értelme. Emellett persze életünk egyéni célját nekünk kell felismernünk, és ez minden egyes ember esetében más lehet. De ha létezik az életnek természet adta, egyetemes értelme, akkor ez alapot adhat egyéni életünk megválasztásához is!

Az élet egyetemes, természet adta értelme a fizikai, a biológiai és a pszichológiai síkon található meg. Az élet értelme a testi, lelki és értelmi kiteljesedés, testi erőnlétünk, legmagasabb lelki képes-

ségeink, értelmi adottságaink teljes kibontakozása. Ezért születtünk a Földre! Életünk egyetemes értelme összeköt bennünket minden emberrel, hiszen az élet egyetemes értelme minden emberre vonatkozik. A természeti erők életösztönként és sorsszerűen ható tudásvágyként, a lelki-szellemi fejlődés vágyaként bennünk hatva minden élet javára sarkallnak bennünket. Az Ember, a Homo sapiens sajátága az értelem, az előrelátó, körültekintő gondolkodás, a tudás elsajátítása, a kultúra legmagasabb, legnagyobb kifejtése. Amíg egy ember a többi nélkül nem lenne képes megtanulni beszélni, együttműködve képesek vagyunk a lehető legcsodálatosabb kultúrát és társadalmat megteremteni. Életünk közösségi távlati képesek meghatározni életünk értelmét. Közösségi távlatunk az emberiség közösségén túl minden földi élet természet adta együttműködésének kibontakoztatására sarkallnak bennünket. És ha a Föld is él, ahogy James Lovelock Gaia elmélete mutatja, és a Nap is, ahogy azt e sorok szerzőjének Hélios-elmélete jelzi, sőt a Világegyetem egésze is, akkor közösségi távlatainknak nincs határa: határ a csillagos ég, az, amitől minden létező összefügg, és egységes egészet alkot. Egy életközponit kozmológiához jutottunk, amelyben az élet lehető legcsodálatosabb kiteljesítése a Világegyetem létalapja, kiindulópontja és lélcélja.

## **AZ ÉLET ÉRTELME ÉS A VILÁG HARMÓNIAJA**

Életünk sok részlete egy-egy szempontból jelentéktelennek ítéltető. De ahogy a kaoszelmélet és a tudományos-fantasztikus irodalom nyomán ismertté vált híres „pillangóhatás” szemlélteti, még egy olyan parányi hatás is, mint egy kavics loccsanása, vagy akár egy pillangó szárnyának rebbenése, okok és okozatok beláthatatlanul hosszú láncolatát indíthatja el, amelyek lavinaszerűen rendkívül jelentős eseményekhez vezethetnek.

A modern korban gyakran hallható, hogy a Világegyetem csak jeges, fenyegető űr, benne élettelen, értelmetlen, közömbös anyaggal, amittől az épségre, egészségre vágyó embernek félnie kell. József Attila is azt írja: „minden egész eltörött”. De lehet, hogy csak a fejünkben uralkodó kép az, ami töredékes. Ez a modern, törött világvélemény viszonylag új keletű, és e kép kialakulása jótáncit sem változtatott magának a világnak az alaptermészetén, azon, hogy élő egészet alkot, és ezért végső soron minden élő alapvetően összetartozik. Kevesen tudatosítják, de minden élő összetartozását tudományosan ellenőrzött tények is bizonyítják. Még a legelvetemül-

tebb bűnöző bőrellenállás-mérésekor is olyan feszültségingadozás lép fel, amely az áldozatokkal való együttérzésről tanúskodik, persze ilyenkor többnyire a tudattalan mélyén.

Ma is él bennünk az a kozmikus együttérzés, amely az ókorban kozmikus szimpátia néven volt ismeretes. Marcus Aurelius, a szármata származású ókori római filozófus kétezer éve éppen ebből a szempontból értékelt minden életet, beleértve a növényi és állati életet is: „Nem látod-e, hogy a növények, a verebek, a hangyák, a pókok, a méhek megteszik a magukét, és a maguk részével hozzájárulnak a világ harmóniájához? S te nem akarsz emberi kötelességeidnek eleget tenni? Nem sietsz a természetedtől kijelölt cél felé?” Az elgondolás, hogy az állatok fajra és nagyságra való tekintet nélkül, az emberhez fűződő kapcsolatuktól függetlenül, hozzájárulnak a világ rendjéhez, már az ókori zoroasztrizmusban is ismeretes. Zarathustra egyik gáthájában a birkák és a marhák így szólalnak meg: „Bárcsak tetteink hozzájárulnának az igazság, a boldogság és a gazdagság megvalósításához!” És a maguk módján, életörömmel, teljes szívükkel

### AZ ÉLET ÉRTELMÉNEK ÉRZÉSE ÉLET-MINŐSÉGÜNKET ÖTSZÖRÖSÉRE EMELI

Mi történt a modern emberrel, hogy nem érzi maga alatt az életet talajt? Amíg a diófa tudja, mit kell tennie ahhoz, hogy igazi diófa legyen, a modern ember elidegenedett önmagától, szülőföldjétől, az emberiségtől, a csillagvilágtól, és szenved az önmeg hasonlástól, a devianciától, a depressziótól. A Naprendszer összeomlása helyett sajnos még nagyobb bajjal kell szembenéznie, mert inkább lelki életének összeomlása fenyegeti. De ha az ember felfedezi, hogy van az életnek értelme, akkor életminősége ugrásszerűen ötszöröse nő. A Hungarostudy 2002 felmérés szerint azoknál, akik érzik, hogy értelmes életet élnek, az egészségi állapot mintegy 10-szer, a munkaképesség 8-szor jobb, a depresszió valószínűsége 7-szer alacsonyabb. Életünk egészsége, minősége számára az ember és a világ közötti összhang, jó kapcsolat élménye az alapvető. Ez az, ami folyamatosan biztosítja a kisebb-nagyobb kihívások között is az eredményességet, a megfelelő célok kitűzésének és céljaink valóra váltásának képességét. Egységes és értelmes életet élünk, ha érezzük és átéljük, hogy megtaláltuk a helyünket a világban és a társadalomban, ha átéljük, hogy a velünk történő események értelmetteliek, és a kihívások megoldására képesek vagyunk.

Életminőségünk, testi-lelki-szellemi egészségünk és jóllétünk alapja az élet értelmébe vetett bizalom. Ennek alapján találjuk meg valódi lényünknek megfelelő helyünket a világban és a társadalomban. Az élet értelmébe vetett bizalom fontosabb, mint az iskolázottság, az életkor, a nem, mert ez a személyiség fejlettségének, önazonosságának, céljai valóra váltása képességének az alapja. Az „élet értelme” mutató igen szoros kapcsolatban áll cselekvőképességünkkel és hatékonyságunkkal, a feladatok felismerésével, megoldásuk képességével és társaink támogatásának mértékével. Ha úgy érezzük, hogy megtaláltuk a helyünket az életben, a világban, és ha magunk mögött érezzük családjunk, barátaink támogatását, ha érezzük a kölcsönösség erejét, ez megerősíti az élet értelmébe vetett bizalmunkat. Azoknál, akik átlag felett bíznak az élet értelmében, a nehéz helyzetekkel való eredményes megbirkózás képessége 6,5-szer magasabb. Az élet értelmébe vetett bizalom a személyiség fejlettségének, valódi önazonosságának, cselekvőképességének és emberi kapcsolatainak minőségének is jó jellemzője.

*A modern világban gyakran halljuk, hogy az élet értelmét mindenkinek magának kell megtalálnia, de létezik az életnek egyetemes, azaz mindenki-re vonatkozó értelme.*

hozzájárulva saját életük kiteljesedéséhez, teljesítik a Természet rájuk szabott legfőbb feladatát. Caesari Szent Bazileusz 370-ben írt csodálatos fohásza megvilágítja az élet értelmét. „Ó Isten, növeld bennünk a minden élő iránti testvéri érzést, a kisebb testvéreink iránti szeretetet, akiknek te adtad a földet, hogy velünk együtt lakják azt. Meg kell érteni, hogy nemcsak önmagunkért élünk, hanem értük is és Érted, hogy mind éppúgy szeretik az élet édességét, mint mi, s ők jobban érzik magukat az ő helyükön, mint mi a miénken!” Ez a fohász elősegítheti, hogy megtalálhassuk helyünket a Nagy Egészben, hogy megfelelően teljesíthessük saját életfeladatunkat. A boldogság az igazi kincs, a Kozmosz titka. Életünk legfőbb értelme minden életet a lehető legcsodálatosabbá, legboldogabbá tenni. Elérni a tőlünk telhető legmagasabb szintű boldogságot, és hozzátenni a már eddig elért boldogságok kozmikus tárházához a kincsünket.



## AZ ÉLET ÉRTELME ÉS A BOLDOGSÁG SZINTJEI

Martin Seligman, a pozitív pszichológia kiemelkedő alakja az életminőséget a boldogsággal azonosítja, azonban a boldogságnak három szintjét különbözteti el. Az első szint a pillanatnyi vagy rövidtávon kimerülő öröm állapota. A boldogság második szintje magasabb minőségű és erőteljesebb érzésekkel járó élmény, amit egy feladat teljesítése közben élünk át. Ide sorolható a célnak megfelelő testmozgással együtt járó felszabadult öröm, különösen, amikor elkapja az ember a sodrást, a ritmust, a cselekvésben rejlő logikát, él vele, ezzel új, a Természetben rejlő és az ember javára fordítható erőforrást kapcsol be cselekvésébe. Ez a titka a megismerés örömeinek, az eredményes tanulásnak is: elkapni a fonalat. Odaadó figyelmünk, belső nyitottságunk és belső erőforrásaink mozgósítása, nyitottsága révén felébreszthetjük a bennünk szunnyadó természeti erőket, és ilyenkor ezek képesek meglevenedni. Ettől a meglevenedéstől lesz igazi élmény az élmény. Az ilyen élmények bevonják egész személyiségünket a cselekvésbe, mert egyfajta kreativitást igényelnek, és így hosszú távú személyiségfejlesztő hatásuk lehet.

A boldogság harmadik szintje akkor bukkan fel a láthatáron, amikor az értelmes élet, az élet értel-

*A modern ember elidegenedett önmagától, szülőföldjétől, az emberiségtől, a csillagvilágtól, és szenved az önmeghasonlástól, a devianciától, a depressziótól.*

mének keresése kerül életvezetésünk központjába, amikor a bennünk meglevenedő természeti erők forrására és céljára irányul az életünk. Az élet értelmének érzése biztosítja a hosszú távú, sokatmondó és maradandó értékű boldogságot. A boldogság ezen szintjét az életcélok tudatosítása, a személyiség fejlesztésében rejlő öröm éltetésének igénye, az önálló gondolkodás és életvezetés magas szintje jellemzi. Amíg a boldogság első két szintje nem jár együtt az egészség fejlesztésével, az élet értelmével jellemezhető boldogság lényegesen jobb egészségi mutatókkal jár együtt – írja Kopp Mária „A magyar népesség életminősége az ezredfordulón” című könyv bevezetőjében. Ilyen felismeréseknek a hatására fogalmazták újra a társadalom alapvető céljait mind az USA-ban, mind Nyugat-Európában úgy, hogy a



fejlődés célja nem a mindenáron való gazdasági növekedés, hanem az emberek jólétének, életminőségének javítása.

A Természet él, érez és gondolkodik. A Természet logikája minden élőlényt áthat, és az emberi öntudatban képes megelevenedni. Az emberiség nem véletlenül jött a világra. Az ember, a Homo sapiens tudásra hivatott, a logikai természettörvények megelevenítésére. Tudása természet szerint arra való, hogy kialakítsa a lehető legmagasabb összhangot a Mindenséggel, hogy a lehető legnagyobb és legfelemelőbb közösségi távlatokat nyissa meg az emberiség földi életéből a Mindenség felé. Hogyan járulhat hozzá a tudás, a megismerés az emberiség üdvözüléséhez? Csakis úgy, ha az emberiség a megszerzett legmagasabb tudást minden élet javára szolgáló tettekre fordítja. A tudás arra hivatott, hogy a Mindenség akarata itt a Földön is megvalósuljon. Az ember azért született, hogy a földi élővilág gondozója, az élet felemelője és kibontakoztatója legyen. Összetartozunk az elme csodálatos képességeinek feltárásában, az élet boldoggá tételében és a tudás mindannyiunk javára fordításában. Emberi mivoltunkból fakadó életfeladatunk a lehető legteljesebb, legvilágosabb és legmélyebb tudás megszerzése. A tudás rendeltetése pedig az emberiség üdvözülése, a legcsodálatosabb együttélési mód megteremtése.

Földi életünk után lényünk visszakerül a Nagy Egészbe, a Kozmikus Elmébe. Feltöltődve az örök értékekkel újra szabadon dönthetünk a következő életünk felől is, hogy mikor, hol és milyen formában születünk újjá. Ezért fontos a lelki fejlődés, mert ez az életre szóló döntés is lelki fejlődésünk szintjétől függ. A Kozmikus Elme az a végső életforma, amellyel mindannyian közvetlenül a legbensőségesebb kapcsolatban állunk. És ez az a kozmikus kapcsolat, amely felment bennünket a Naprendszer összeomlásának fenyegetése alól. Sőt, ha a Naprendszer halála után az észlelhető világ-egyetem, az ősrobbanásban keletkezett egész metagalaxis is összedőlne, a kvantumvákuumon át akkor is átmenthetjük életünket a jövőbe, és onnan egy új életformába. A kvantumvákuumon keresztül az anyagi világot folyton előrevivő Kozmikus Elme ugyanis örök. Ősrobbanások jönnek-mennek, a kvantumvákuum marad. És a kvantumvákuum mögött ott ragyognak az örök igazságok, a matematika, a zene, az emberi műveltség templomának legmagasabb tornyai, és ott ragyog az élet végső értelme, minden élet legcsodálatosabb kibonta-

kozásának kozmikus folyamata. Ahogy Szent-Györgyi Albert felhívta erre a figyelmet, az emberi agy gondolkodásra és a számunkra elérhető, de lehető legmagasabb szintű szellemi megismerés örömeinek élvezetére valói.

## **AZ ÉLET ÉRTELME A MEGTISZTULT TUDATÁLLAPOTOKBAN SZERZETT ÉLMÉNYEK FÉNYÉBEN**

Különös módon erősítik meg kozmológiai következtetéseinket a halálközeli élmények. Kenneth Ring így ismerteti „A halált átélni – az életet megnyerni” című könyvében egy halálközeli élményt átélt és az életbe visszatért személy beszámolóját: Attól, amit a halálközeli élmény során átélt, és ami ezáltal megadatott, az ember egy sokkal magasabb rendű, időtlen érték tulajdonosává válik. Érdeklődésem az anyagi dolgok iránt, a tulajdon iránti sóvárgásom megszűnt, és felváltotta az ismeretek iránti éhség és a szenvedélyes vágyakozás egy jobb világ iránt.”

Akik átélik a kozmikus egység-élményt, felfedezik életük legnagyobb erőforrását, életük kozmikus értelmét és igazi önazonosságukat. Stanislav Grof, a Prágában született világhírű amerikai pszichológus szerint az istentagadó, gépi-es, anyagelvű világfelfogás mély elidegenedést tükröz saját lényünk legjavától, velejétől, ami az önpusztító életre vezet egyéni és közösségi szinten egyaránt. Ezzel szemben a kozmikus egység élménye gyógyító, felszabadító hatású, az élet-erőt megsokszorozza, az életminőséget ugrás-szerűen megjavítja. Kozmikus Énünk felismerése a személyiséget kiteljesíti, újra éppé teszi.

A kozmikus egység érzése magától is bekövetkezhet, akár az íróasztal mellett ülve. Így született a következő élmény: „A szokásos »én« megszűnt létezni. Semmi sem maradt, csak egy pusztá tudattömb. Úgy éreztem, hogy egy hatalmas erő eláraszt anélkül, hogy akarnám, és mintha minden lappangó jó bennem előtörne egy áramlatban, hogy egy mozgó kört alkosson az egyetemes elvvel. Feloldódott az énem a fényben, amely olyan volt, mint egy nagy arany, mindent átható felhő. Ez volt a nagy egyesülés titokzatos pillanata, egyesülés a titokzatos végtelennel, minden dologgal, minden emberrel. Ez volt a nagy megtisztulás, olyan tisztává és teljessé mosódtam, mint egy tengeri kagyló a tenger hatalmas hullámai alatt. Minden személyes gondom eltűnt a láthatárról. Énem lefolyt a határtalan lénybe. Megdönthetetlenül tudomra adatott a halhatatlanság, és felbugyogott előttem. Éreztem, hogy egy lerombolhatatlan örök-kévalóság részévé váltam.” ■