



Sorsfeladataink az életünkben

2024 május 26. Flag

Szöveg méret

Mentés

-
-
-

- [0](#)

Még nincs értékelve

Mérték

A belső béke megtalálásának egyetlen módja, ha a lelkünk valós szükségleteit kielégítjük.

Meddig él az ember? A tudomány, a biológia válasza: nagyjából 120 év a plafon. Ez az emberi faj maximális élettartama. De minket most konkrétan az egyes ember érdekel.

Vajon jó lenne el?re tudni, hol a vége? Akkor máshogy viselkednénk?

Próbálnánk mindenáron, tudatosan elkerülni a halált? (Mint a gimnazisták a Végs? állomás cím? filmben.) Vagy beletör?dnénk, hiszen úgyszemint lehet rajta változtatni, és ett?l elvesztenénk minden motivációnkat? Vagy buloznánk, mintha nem lenne holnap, hogy az utolsó pillanatig kihasználjunk minden id?t és lehet?séget?

Valószínűleg hol így, hol úgy viselkednénk, és az elménk ebbe rövid úton bele?rülne. Úgyhogy egyáltalán nem baj, hogy sejtésünk nincs róla, mikor üt az utolsó óra. Mégis, egy nagyon merész gondolattal azt mondom: valami fogalmunk mégiscsak lehet róla, mikor száll el bel?lünk az élet. Mert ez nem csak úgy akármikor, random módon történik. Hanem? Isten akaratára? Részben. De Isten akaratát egybecseng a saját akaratunkkal, lelki utunkkal, sorsfeladatunkkal is.

Kezdjük kicsit messzebb?l, szó szerint az elejér?l, azaz a születést?l.

Minden vallás szerint az ember valamilyen céllal születik „le” a Földre. A különböző szakrális filozófiák, transzcendens eszmék között lehetnek markáns eltérések. A keleti gondolkodás mindenben körforgást, ciklikusságot lát, a nyugati hitrendszerek viszont linearitást, ahol minden és mindenki egyedi, egyszeri és megismételhetetlen. Az viszont minden vallásra, és úgy általában mindenfajta spirituális gondolkodásra jellemző, hogy az embernek a fizikai test mellett szellemiséget, lelket is tulajdonít.

Ráadásul a kett? nem ugyanaz. A szellem a fejben „lakik”, a lélek a szívben. A szellem valamit alkotni, létrehozni akar; a lélek pedig „csak lenni”, beteljesedni, szeretetben, harmóniában létezni a világgal és önmagával. A lelkünkkel tapasztaljuk meg a földi életet, a szellemünkkel kapcsolódunk Istenhez (és persze legvégül mindkett? hozzá szeretne eljutni).

A lét mindig valamiféle hármasságban jelenik meg. Ott a szentháromság: az Atya, a Fiú és a Szentlélek. Freudnál: az ID, az ego és a szuperego. Hétköznapi bontásban: test-lélek-szellem. Az élet úgy néz ki, hogy a szellem valamilyen célt el akar érni, a lélek valamit meg akar tapasztalni, ezért testet ölt. Ahogy azt Isten fiaként Krisztus is tette. Ahhoz, hogy megváltsa b?neit?l az emberiséget, el?ször emberré kellett válnia. Neki ez volt a sorsfeladata. Minden embernek van sorsfeladata. Ez nem feltétlenül valami magasztos, nagy dolog. Nem is a szó szoros értelmében vett feladat. Hanem önmagunk ki- és beteljesülése.

A sorsfeladat egy cél, de maga a bejárat út is. A hinduknál ez a karma, a taoistáknál maga az út (a tao), az ábrahámiai vallásoknál pedig Isten akaratát. A végrehajtáshoz (az úthoz) kapunk Istent?l egy személyiséget is (ami az ember lelkét, szellemét és testét áthatja, és azokat egységgé teszi), és ez sokszor ellentmondó tulajdonságokkal van teli.

Kapunk egy csomó képességet, de gátakat is. Van, aki nagyon szeretné kifejezni magát, a benne lévő mélységeket, de ez nehezen megy neki. Van, akinek ez könnyen megy, mégis az a sorsfeladata, hogy csendesen szolgálja az emberiséget.

Sorsfeladataink nagyon különbözőek lehetnek. Nem mindenki?l lesz feltaláló. A sorsfeladat nem is az emberi min?ségr?l szól. Hogy jót teszünk-e másokkal. A sorsfeladat személyes. Nem elvárások, nem értékítéletek határozzák meg. Hanem a lélek jelöli ki magának, megszületés el?tt, akkor, amikor még Istennel egy. Ezért egyezik meg a sorsfeladat Istent akaratával. És tulajdonképpen ezért lehet akár mindegy is, hogy az élet lineáris vagy ciklikus, hogy a keletieknek vagy a nyugatiaknak van „igaza”. Mert a sorsfeladatot mindenki, keresztény és kínai univerzista, hindu és muszlim stb. mind Istent?l kapja. Pontosabban Istennel „beszéli meg” a lelke, mielőtt emberi formát ölt magára.

És miután ez megtörtént, élni kezd. Tapasztalatokat szerez. Eleve nem véletlen, hogy hová született. A sorsfeladatának megfelelő helyre. De nem azért, hogy könny? legyen azt végrehajtani. Épp ellenkezőleg. A sorsfeladat egy kell?en nehéz, de bejárható út. Épp az élethelyzetünk?l, családi körülményeink?l, genetikai örökségünk?l fakadó adottságokon, nehézségeken kell túllépnünk ahhoz, hogy a sorsfeladatot végrehajtsuk.

Furcsa, de mintha a sorsfeladat két részre osztaná az életünket. Az első szakaszban a lélek sérüléseket, fájdalmakat szenved el, hogy aztán a második szakaszban ezeket próbálja begyógyítani. Így válik teljessé a megtapasztalás. És a sebzett lélek épp attól gyógyul be, hogy az ember a sorsfeladatát hajtja végre. Azaz: önmagává válik.

Persze sokszor nem veszünk tudomást a lelki sebeinkről, vagy rossz választ adunk rájuk. Pótcselekvésekkel próbáljuk tompítani a fájdalmat, megpróbáljuk elterelni róla a figyelmünket, elnyomjuk magunkban. (A sématerápia ez alapján különböztet meg túlkompenzáló, elkerülő és önálvet? úgynevezett coping módokat.) Pedig a belső béke megtalálásának egyetlen módja, ha a lelkünk valós, mély szükségleteit – a sorsfeladatunkkal összhangban tartva – kielégítjük.

Nehéz? Részben igen. De Isten nem büntetni akar, és magunkat sem kínozni akarjuk, amikor a lelkünk kijelöli a sorsfeladatot. Hanem tanulni, tapasztalni, beteljesedni. Így bármilyen eredend? nehézségekkel is állunk szembe, ha a sorsfeladatunkat hajtjuk végre, ha a lelkünk és Isten által közösen kijelölt utat követjük, akkor azt mégsem érezzük nehéznek. Sőt, épp akkor jönnek a nehézségek, fájdalmak, hibák, kudarcok, ha nem a sorsfeladatunknak megfelel?en haladunk. Ha viszont igen, akkor könnyedén vesszük az akadályokat.

Ez nem azt jelenti, hogy nincsenek nehézségek, hogy nem kell erőfeszítéseket tennünk. Sőt, ellenkezőleg. Viszont az erőfeszítések nem fájnak. Lehetnek megterhel?ek, de egyben felemel?ek is. Nemcsak amikor célt érünk, hanem már közben is. Ezt nevezte el Csíkszentmihályi Mihály flow-nak. Amikor egy tevékenységben elmerülünk, elmélyülünk, kompetensnek érezzük magunkat, teljesen erre koncentrálnunk, erőfeszítéseket is teszünk, de mindezt természetességgel, erőss belső indítással, mind küls? erőszaktól, mind belső merevségtől, görcsöktől mentesen. Önmagunk vagyunk. Ez maga a boldogság. Ami persze nem egy permanens állapot, hanem boldog pillanatokot jelent.

Tipikus flow, amikor a sziklamászó megmászik egy meredek hegyet, amikor a zenész ihletett állapotban megír egy dalt, de az is, amikor megoldunk egy nehéz matekpéldát. Vagy az anyaság is rengeteg flow-állapotot tartogat. A sorsfeladat persze jóval több egy-egy flow-élménynél. És pláne nem jelent folyamatos flow-t.

Hiszen sokszor letérünk az útról. De ilyenkor megkapjuk a jeleket Istentől (ateisták és agnosztikusok számára: az univerzumtól), hogy visszatérjen minket. Andrew Matthews fogalmazta meg, hogy először kavicsot dob hozzánk, aztán követ, majd egy sziklát, és ha ettől sem térünk észhez, akkor előbb-utóbb egy hegyet. És eljön egyszer egy pillanat, amikor végleg elveszett az „út”, és nincs már visszatérés a sorsfeladathoz. Ez a halál. A lélek halála. Amikor feladja.

Ezzel persze a fizikai halál is jár. De az csak eszköz a lélek számára. És ez sokféle lehet. A betegség az egyik. Az önfeladók, az érzéseiket elfojtók, másoknak mindig megfelelni akarók (önálvet? coping-mechanizmus) tipikus betegsége a rák. Ami belülről emészt. A mély, belső vágyaik kielégítetlenségét, érzelmi szükségleteik hiányát pótcselekvésekkel helyettesít?k (túlkompenzáló coping-mechanizmus) kevésbé betegségekben, inkább balesetekben hálnak meg. Az a lelkük nem szép csendesesen csúszik a halál felé, hanem hirtelen éri el azt a pillanatot, amikor „besokall”, amikor egyszer?en nem bírja már tovább, elfogyott az ereje a pótlékok gyártásához, és már semmilyen küls? forrásból nem tudja kielégíteni a belső? rt. (Hogy tudományosan, neurobiológiailag is megfogalmazzuk: semmilyen dopaminlökettel nem képes már kompenzálni a szerotoninhiányt.)

Utóbbinak nyilván klasszikus esetei az extrém sportban bekövetkezett balesetek (vagy akár a sima közlekedési balesetek), de a kábítószer-túladagolások is. Ezeket hajlamosak vagyunk szerencsétlen véletlennek tulajdonítani. Vagy emberi hibának. Valójában azonban itt is a lélek döntött: nem bírta tovább, meg akart halni. Még ha ez nem is tudatosult az agyában, még ha a szellem nem is így gondolta.

De mi van, ha lezuhan egy repülőgép? – merülhet fel ilyenkor a kérdés. Az azon utazók mindegyikének meg akart halni a lelke? Beleértve a gyerekeket is? Mondtam az elején, hogy merész gondolat. De talán igen. Talán mindegyikük eljutott arra a pontra (biztos, hogy nem tudatosan, hanem mélyen belül, a lelkében), hogy képtelen megbirkózni a sorsfeladatával. Hogy egyszer?en nem képes önmaga lenni. Peter Attia a magyarul is megjelent kiváló könyvében („Outlive” – „Végigélni”) ír arról, hogy az ember feladata nem az, hogy valamivé váljon, hanem hogy „visszaváljon”, azaz levet?zze mindazokat a szokásokat, viselkedésmintákat, agyi sémákat, amelyek az évek során ráakódtak. És igazán az az ember legyen, amilyen még tiszta, gyermeki lélekként volt. (Csak persze később erre okosabban, feln?ttebben, több tudással vagyunk képesek.)

Mi ez, ha nem maga a sorsfeladat? Vagyis: járjuk pontosan azt az utat, amit a lelkünk – Istennel közösen – kijelölt magának. A tudomány és a hit tehát ugyanoda mutat.

Szóval ha a sorsfeladatunk útján járunk, sosem halunk meg? Nyilván nem ez a helyzet. De ha nem azon járunk, biztos, hogy hamarabb meghalunk. Amikor már úgy érezzük, nem tudunk visszatérni igazi önmagunkhoz, akkor

„kicsekkolunk”.

A sorsfeladatot azonban teljesíteni is lehet. Legalábbis annyira, hogy a lélek elégedett legyen. Hogy „bevégeztetettnek” érezze. Ahogy Krisztus is a keresztfán. ? pontosan ezt a sorsfeladatot jelölte ki magának, mielőtt megszületett. Az ? útja a kereszthalál volt. Krisztus volt az egyetlen, aki épp azért halt meg, hogy beteljesüljön. Ezért is ? a Megváltó.

Jeszenszky Zsolt - www.magyar nemzet.hu



Ajánló