



KETTŐSSÉG, HÁRMASSÁG, EGYSÉG

Támpontok, szempontok az egyensúlyozáshoz

Kezdetben volt az egység, a harmónia, az egyensúly, ebben élt az ember, de nem volt tudatában, hogy milyen jó dolga van, és az ismert történet szerint evett a jó és rossz tudásának a fájáról. Ezért aztán kiesett az egységből, az egyensúlyból és kisodródott a középpontból, ettől kezdve mindent kettősségben él meg.

Kettősség

Kettős látásunk lett, mindent ellentétekben, szélsőségekben látunk, polarizált világban élünk, úgy mondjuk. Mindenből kettő van, pontosabban minden kettős lett. Legelőbb is az ember lett kettős. Az emberi egős énje és az isteni nagy Énje feszültségében látja a világot. Az önös egős szemével, amely *szétválaszt*, és az isteni örök Énje szemével, ami *összeköt*, egyesít. A Lét az továbbra is egységes, csak mi látunk kettősen.

Polaritásaink a következők: ég és föld, születés-elmúlás, véges-végtelen, fény-sötét, értelem-érzelem, jobb és bal, folytathatnánk vég nélkül... De Richard Rohr azt mondja, hogy: az alapdualizmus az, hogy Isten valahol kívül van, és ez széttép bennünket. Az élet egészét gondolkodásunk teszi feldarabolttá. Duális *gondolkodásunk* belőlünk fakad, a bennünk lévő kettősségből. Az ego és az Én. Az ego látja ellentétben a világot, az ego a dualista bennünk. Tehát a dualitás nem kívül, hanem belül van.

A jó és rossz tudásának almája, amit megettünk, az szakítja, darabolja az egységes létet feszült ellenpólusokká. Tehát mindkét oldal *bennünk* van. Fény és sötétség. Gondolkodásunk szétszakít, pedig ezek elválaszthatatlan egységek, egyik nincs a másik nélkül. Párban vannak, elválaszthatatlan egységben. Egy dolog két aspektusa. Egyik feltételezi a másikat, mi mégis szét akarjuk választani őket. Tudni véljük, hogy mi a jó és mi a rossz, minek kéne lenni és minek nem kéne lenni, mi történjen meg és mi ne. Mi tudjuk, milyennek kellene lennie a világnak, a valóságnak, mert lenyeltük a tudás almáját. Pedig egyik oldal sem jó vagy rossz, gondolkodásunk teszi azzá – mondja Shakespeare.

Az elme a nagy szétválasztó. Ítélnünk, címkézünk, vagy-vagy játékot játszunk, pedig a bölcsek azt mondják, hogy is-is. Túl kell lépnünk a címkézésen, az ítélezésen, a minősítésen. Tartózkodni attól, hogy egy eseményt, élményt, személyt, ilyennek vagy olyanak ítéljük meg, mert nem tudhatjuk, hogy egy általunk valamilyennek minősített esemény milyen szerepet tölt be a nagy egészben, nincs erre rálátásunk. Ami rossznak-gonosznak tűnik, titokban egy mélyebb jó forrása lehet.

Mert **minden értünk van**. Ahogy Babits mondja: „Tudod, hogy érted történnek mindenek - mit búsulsz? A csillagok örök forgása néked forog, és hozzád szól, rád tartozik, érted van minden dolog...”

Szóval értünk van minden, hogy mindent megélve, megtapasztalva **egésszé, teljessé** váljunk, hogy visszataláljunk az Egységbe. Az ellentéteket egyesítenünk kell magunkban, és ez mindig a keresztre feszülés valamilyen formája. Igen, az emberi életnek kereszt alakú mintázata van. Az ellentétek találkozása, az egymást keresztező szándékok összeütközése. Tele vagyunk ellentmondásokkal, amelyekkel ki kell békülnünk, megérteni a kereszt szimbolikus feszültségben rejlő mély és egyetemes igazságot, hogy **minden egybe tartozik**. Tehát a feladat az ember jobb és bal felének figyelmes tudatosítása, a kettősségek egyesítése és harmonizálása.

De hogyan? Törekedni a létezés minden területével való harmóniára, összhangra és egyensúlyra. Van egy szép modell, a kereszt ugye. Az alsó szára a természet, a fizikai, földi alsó világ, a felső a természetfeletti égi, szellemi felső világ. Balra önmagam belső világa, jobbra az embertársak, a külső világ. Weöres azt mondja, hogy: „*alattam a föld, felettem az ég, bennem a létra*”. Ez ugyanaz.

A **természettel**, az alsó világgal való kapcsolat segít visszatalálni az egységbe, mivel közelebb áll a centrumhoz, mint az ember. Keressük hát a természettel való kapcsolatot, erdő, mező, víz, növény, állat.... A természetfelettihez, a természetten keresztül vezet az út.

A **természetfeletti** felső világhoz tartoznak a szellemi, lelki tanulmányok, ima, meditáció, elmélyülés, csend, felismerések, a semmit tevő csendek.

Kapcsolat önmagunkkal – a belső világ. Önismeret, szembenézni árnyékunkkal, mindkét felünkkel, önmagunkat elfogadva. Önmagunk szeretete nem öncélú, csak az tudja elfogadni, szeretni a másikat, aki önmagát is szereti. „*Szeresd felebarátodat, mint önmagadat!*” Érdekes módon a célhoz mindig az ellenkező póluson keresztül vezet az út. Tehát a természetből a természetfelettihez. Önmagam belső világából pedig az embertársakhoz.

Kapcsolat embertársakkal, tehát a külső világ. Az élet találkozások sorozata, a találkozás tükör önmagunkhoz. „*Hiába fürösztöd, csak másokban moshatod meg arcodat.*” Tehát a cél, meglátni másokban a felszín mögötti lényegét, hogy egybe tartozunk.

Tehát a harmónia mind a négy területtel a metszéspontban találkozik az Isteni és az emberi. A metszéspont a középpont, amibe vissza kell találnunk. Ezeket **egyensúlyban** is kell tartani, mert az egyensúly a középpontba való visszatérés feltétele.

Tehát **egyensúly a földi és az égi világ közt**, és egyensúly a belső és a külső világ közt. Az ember ég és föld között feszül, és ha túlságosan belemerül az anyagiba, az alsó világba az földhöz ragad. Ha csak felfelé, akkor hasra esik vagy elszáll. Két lábbal a földön és két kézzel az ég felé.

Egyensúly belső (én) és külső (mások) között. Befelé nézünk önmagunkba és kifelé figyelünk. Ha csak befelé, akkor elszigetelődünk. Ha csak kifelé, hogy ne kelljen önmagunkba nézni, az sem jó. Nekünk a befelé, és kifelé között is egyensúly kell találnunk. Addig erősíteni az ellenkező pólust, amíg egyensúlyba nem lesz a két szélsőség, mindig az ellenkező póluson keresztül jutunk el a célhoz. A földi utunk célja tehát a polaritás legyőzése.

Hármasság

Egy másik modell szerint a hármasságban való gondolkodásra van szükség, a hármasság szerinti megértésre, hogy egyensúlyra jussunk, mert a kettősségekben való gondolkodás az kevés az eligazodáshoz. A teljes igazság felfogásához a hármasság visz közelebb. Valóban, a magasabb szellemi egységek mind hármasságból állnak: Atya-Fiú-Lélek, test-lélek-szellem, út-igazság-élet, filozófiai igaz-szép-jó, meg a magyar igazság is három. Az, nem számít, a három az az igazság.

Két szélsőség között, helyett, keressük meg a közepet. A jobb meg a bal között mindig ott van a közép. A pozitív és negatív között a semleges. Fény és sötétség között a színek. A gyávaság és a vakmerőség között ott van a bátorság. A születés és elmúlás között az élet, Isteni és emberi között pedig ott van az istenember. Tehát két szélsőség között mindig ott van a harmadik az egyensúlyozó minőség, ami a másik kettővel szemben áll, de azoknak nem ellentéte. A hármasságok harmóniák, nem feszültségek. Vagyis felül kell emelkedni minden kettősségen, minden megosztottságon, ami bennünk munkál. Elsősorban önmagunkban kell feloldani ezeket a kettősségeket, és egy magasabb harmadik szempont szerint látni. Einstein bácsi is ezt mondta. A túlzások szélső állapotok, és a szélső állapotok elleni küzdelem visz előre.

Ha sikerült megtalálni az egyensúlyt, akkor még nem örülhetünk, mert az nagyon labilis, mint láttuk. Minden mozgásban van, minden dinamikus változásban, és hogy ne veszítsük el a nehezen megtalált egyensúlyú állapotunkat, állandóan mozgásban kell lenni. Tekerni kell, különben eldőlsz. *Éberség és tekerés*, mondhatnám: virrasszatok!

Egység

Az egység, a nem kettősség állapota. A valóságban minden EGY! Isten világában minden egy, és az egyben minden ellentmondás megszűnik. Nincsen alul és felül, kívül és belül, minden ellentét, feszültség elsimul.

Akkor majd a párduc és a gödölye, meg a farkas és a bárány, meg a kígyó és a kisgyerek mind együtt meglesznek békében. Nem úgy lesz ez az egység, hogy kiírtjuk a párducot, a farkast meg a kígyót, vagy a pokolba taszítjuk, hanem türelmes szeretettel, egős elménk helyett a *szív tudatával*, megszelídítjük, jóvá szeretjük a rosszat. Amikor kettős látásunk megszűnik, és mindenben felismerjük az Egyet. Amikor az Isten egy szemével látjuk a világot, akkor visszaértünk a középpontba. Földi életünk arra való, hogy erre rá ébredjünk. Isten a nagy kiegyensúlyozó, ő a nyugodt középpont. Akiben harmóniában van a mindenség, Ő a mindent befogadó egység, akiben minden jóvá szelődül.

MINDEN EGYBE TARTOZIK!



Márczi Anca előadása elhangzott 2017. február 25-én, a Kőbányai Újhegyi Közösségi Házban rendezett Bokorünnepen.