

Tartalom

A megismerés szétesése és egysége: a dolgok több oldalról való megközelítése és a nagy kép látása – valamint a hangsúly eltolása ebbe az irányba. Külső és belső szemlélet, interdiszciplinaritás, stb... Milyen hatásai vannak a megismerés egységének? Az ember életének egysége: a létezésnek és az ember életének teljessége, személyünk és tetteink teljessége. Miként lehet elősegíteni mindezeket?

Megjegyzés

18 oldal, 4500 szó. Az „egység” az Egyvilág egyik alapelve, azért, mert több fontos területre nézve is jelentőséggel bír. Ezek közül ebben a témában a címben szereplő kettőt mutatom be. Lásd a következő két témát is, illetve az ‘Egység’ címűt, az alapelvek között.

A megismerés egysége és az ember életének egysége

(Azonosító: 122; Változat: 01)

Pozíció a műben

Előszó

A világ működése

Bevezetés

Elvek

Alapok

Élet

Elme

Ember

Társadalom

Egység

A megismerés egysége és az ember életének egysége

A világ és az ember egysége és az elme egysége

Az emberiség egysége

Program

Az ember élete

| | | |
|---|-----------|---|
| 1. Egység \$ | 2 | — |
| 2. A megismerés egysége | 3 | |
| 2.1. A megismerés szétesése | 3 | 1 |
| 2.2. Teljesebb megismerés, befogadás | 4 | |
| 2.3. Külső és belső szemlélet..... | 8 | — |
| 2.4. Interdiszciplinaritás | 11 | |
| 2.5. A megismerés egységének hatásai..... | 12 | 2 |
| 3. Az ember életének egysége | 15 | |
| 3.1. A létezés teljessége | 15 | — |
| 3.2. Az ember életének teljessége | 15 | |
| 3.3. Személyünk teljessége | 16 | |
| 3.4. Tetteink teljessége | 18 | 3 |
| 3.5. Miként lehet elősegíteni a megismerésnek és az ember életének egységét?..... | 19 | — |

1. Egység \$

Az egység az Egyvilág egyik alapelve, azért, mert több fontos területre nézve is jelentőséggel bír:

- **A megismerés egysége**

Nagyjából, hogy próbáljuk meg **több oldalról** is szemügyre venni a dolgokat, és lássuk meg a **nagy képet** is.

- **Az ember életének egysége**

Életünk, személyünk, tetteink teljessége

- **Az ember és a világ egysége**

Függő helyzetünk felismerése, annak a belátása, hogy a világ nem a miénk, és hogy jó gazda módjára bánjunk vele.

- **Az elme egysége**

Lássuk meg, hogy hozzánk hasonlóan az állatok is érző lények, vegyük ezt figyelembe abban, ahogyan velük bánunk. Másrészt pedig az öntudattal bíró lényekkel, entitásokkal való közösségünk, és annak a lényegtelensége, hogy ezek milyen formában jelennek meg.

- **Az emberiség egysége**

Ami nem jelenti azt, hogy váljunk egyformává, olvadjunk össze – viszont bizonyos fokú összetartozás érzésre nagy szükség volna, azért, hogy harmóniában tudjunk élni, egy irányba tudjunk evezni, képesek legyünk kezelni közös dolgainkat – mert sok szempontból *egy* csónakban ülünk.

* * *

Ezek közül az első kettőt ebben a témában tárgyaljuk, a többiről pedig a következő két témában lesz szó. Lásd továbbá az ‘Egység’ témát a mű elején, az alapelvek között.

Vegyük észre továbbá, ahogyan az egység felsorolt megnyilvánulásai **átívelik a világ szintjeit**: megismerés – elme – az ember élete – az emberiség – a világ és az ember egysége.

2. A megismerés egysége

2.1. A megismerés szétesése

Erről ‘A megismerés módjai’ témában lehet olvasni; úgyhogy itt csak röviden: mit jelent a megismerés szétesése?

- **A dolgok egyoldalú megközelítése, a módszerek, nézőpontok egyoldalúsága**

Például, amikor az orvos az embernek csak a testét, a beteg testrészt, a szívet, a tüdőt vizsgálja, nincs tekintettel személy egészére, pszichéjére, a test egészére. Vagy ha valaki nem képes mások nézőpontjába behelyezkedni, csak a saját politikai, szakmai szemszögéből ítéli meg a dolgokat.

- **Lemondás a nagy kép megismeréséről**

Mely igen jellemző a mai, nagymértékben specializált világra, a benne működő specialistákra.

* * *

Milyen okai vannak a megismerés szétesésének?

• Természeti tényezők

Egyfelől az emberi fajnak, a biológiai formáknak is megvan a maga sajátos látásmódja, például, hogy a másik embert kívánjuk meg, vagy, hogy irtózunk a pókoktól. **Másfelől** az emberek közt is vannak természettől adott különbségek, mondjuk, hogy általában véve, a férfiakra jellemzőbb, hogy szeretik elemezni a dolgokat – míg a nők, inkább egészében tekintenek rájuk.

• Társadalmi tényezők

Például ahogyan a szembenálló politikai oldalak egymással ellentétesen értelmezik, ítélik meg, találják a történéseket; valamint az előbb már említett specializáció.

Lásd a ‘Specializáció és standardizáció’ témában a világ és az összetett problémák széteső szemléletét, a redukcionizmusról mondottakat, illetve, hogy ez nem a legjobb módja az bonyolult, társadalmi problémák kezelésének.

* * *

Érdeemes még felidézni, hogy **a megismerés szétesésének foka függ a társadalmi körülményektől**: a reneszánsz korában például még kisebb volt, mint manapság; valamint, hogy mennyire **nehéz változtatni a szemléletmódunkon**, elszakadni a megszokott nézőpontunktól, másképp közelíteni a dolgokhoz.

2.2. Teljesebb megismerés, befogadás

1) Az értelem elemei

Az ember többféleképpen lehet okos: lehet nagy tudású, lehet intelligens, és lehet jó beleérző képessége. Aki ezek közül többen is jól teljesít, az jobban képes felfogni a világot.

Mint **például**, aki egyszerre intelligens és nagy tudású – amilyen egy jó szakértő; vagy aki nagy tudással és jó beleérző képességgel is rendelkezik – mint egy komolyabb író. A további kombinációkat lásd ‘Az értelem elemei’ témában.

Említést érdemel továbbá az **asszociativitás**, a távoli összefüggésére való ráérzés képessége, mely a beleérző képesség egyik fajtája. Az ilyen összefüggések egyfelől integrálják, **összefogják a tudásanyagot** (mint jelen műben a

témák közötti utalások, a „lásd”-ok), másfelől pedig időnként felfedik, hogy az addig **távolinak gondolt jelenségek valójában közeliek**. (Mint például, amikor kiderült, hogy a bolygók mozgását ugyanaz az erő vezérli, mint a fáról lepottyanó almáét.)

2) A dolgok több oldalról, több módszerrel való megközelítése

• Különösen az embert érdemes így vizsgálni.

Akinek a minél teljesebb megértéséhez tanulmányoznunk kell a **fiziológiáját**, vagyis hogy hogyan működik a teste; az **evolúcióját**, miáltal fény derülhet rá, honnan származnak mai jellemzői, azok miért olyanok, amilyenek; és az **elméjét**, melyhez leginkább csak puha, pszichológiai módszerekkel, beszélgetéssel, a viselkedés megfigyelésével férünk hozzá, (bár azért az agy fiziológiai vizsgálata sem haszontalan).

• Különbéféle általános megközelítés módok

Mint az **alulról és felülről való közelítés**, vagyis hogy lehet valamit részekre bontani, azokat elemezni – vagy a maga teljességében befogadni. Lásd ehhez mindjárt a zene analógiáját.

Valamint lásd szintén itt alább a **külső és belső szemléletet**.

• A természet vizsgálatának módszerei

- Ide tartozik először is a matematizált, „kemény” tudomány, ahogyan például a fizikusok csinálják.
- Vannak aztán **puhább, de továbbra is módszeres** eljárások, gondoljunk például a pszichológiára: az elmét nem lehet egyenletekkel leírni – ettől még azonban lehet rendszerezetten vizsgálni, jelenségeit kategóriákra bontani, statisztikákat készíteni róla, stb...

Ehhez és az előzőhöz **lásd** a ‘Tudomány’ témában, hogy az ideális tudomány a vizsgálat tárgyának legmegfelelőbb módszerrel dolgozik, akkor is, ha az nem mindig a legkeményebb.

- Végül pedig ott a **hókuszpókusz**, ahogyan mondjuk a vallások magyarázzák a világot, vélhetőleg.

Amihez azonban hozzá kell tenni, hogy **attól, hogy valami nem igaz, hasznos még lehet**: egyszerű, emészthető válaszokkal látják el a tömegeket, akik ebben megnyugszanak; illetve a vallások sok praktikus tanáccsal is szolgálnak az élethez, lásd a ‘Vallás’ témát. Továbbá ott van még a placebo hatás is.

• A dolgok megértése és átérzése

A minél teljesebb befogadáshoz ugyanis sok mindent nem elég érteni, hanem át is kell érezni; mint például a műalkotásokat, de embertársainkat, azok lelkiállapotát is. (Illetve fordítva is: érezni sem elég, érteni is kell.)

Lásd ehhez ‘Az elme szerkezete’ témában a szívet; ‘A művészet funkciói és befogadása, az ízlés’ témában a műértést és „műérzést”; valamint az imént említett alulról és felülről való közelítést.

A többoldalú megközelítés aztán hozzásegíthet bennünket az **abszolút szemlélethez**, vagyis hogy olyannak lássuk a dolgokat, amilyenek; lásd ezt az ‘Emberi relativitás’ témában. **Lásd** továbbá a ‘Gyerek’ témában azok **szabad elméjét**, melyet még kevésbé szorított korlátok közé a természet és a társadalom.

3) A nagy kép megismerése

Ahhoz, hogy valamit teljesen megismerjünk, annak részleteit és egészét is látnunk kell. Az ember azonban túl kicsi ahhoz, hogy túl sok mindennek a részleteit ismerhesse – arra viszont képesek vagyunk, hogy **egy-két dolog részletei mellett a világ egészét is lássuk**.

Elsősorban tehát a világ egészének, fontos dolgainak megismerése, egy reális világkép kialakítása szempontjából érdemes erről beszélni, ami hajlamos elsikkadni, a mai specializációra épülő világban. Ám **ennél szűkebb, de még mindig elég tág területek kapcsán is** megvan a nagy kép relevanciája, hogy ugyanis a szűkebb szakterületén kívül, a tágabb terület, mondjuk a közgazdaság egészére nézve is jó rálátással rendelkezzen egy közgazdász.

És nemcsak elméleti, hanem **praktikus okokból is hasznos tud lenni**, ha a nagy képre, a fő faktorokra, azok

összefüggéseire koncentrálunk; például ahogyan egy csúcsvezető tekint a vállalatára, vagy, hogy alapvetően a különféle **bonyolult problémákat** is így volna érdemes megragadni, mondjuk a globális felmelegedést, mert a részletek gyakran bizonytalanok, elveszni is könnyű bennük, és a probléma gyakorlati kezelése szempontjából is jórészt mellékeselek.

Illetve egyéb értelemben is beszélhetünk még az átfogóbb szemléletről, annak hasznosságáról: úgy is, mint **körültekintés, óvatosság**; és a **választékok áttekintése**, hogy ugyanis mielőtt választunk, legyen fogalmunk arról, hogy mi minden közül választhatunk, például a zenében, lásd még itt, később.

4) Az egység érzékelése

○ A zene analógiája

Amikor a **laikus** zenét hallgat, azt a maga egészében fogadja be, „felülről közelítve”, nem bontja részekre, nem elemzi azt – ezzel szemben a **zeneszerző** az összetevőkre, a szerkezetre is figyel, apró részekből, hangjegyekből rakja össze a művet. (Illetve utaltam már fentebb a műértésre és a műérzésre.)

De magunk is megtapasztalhatjuk, milyen a zene „alulról” nézve: legközelebb próbáljunk meg a zene egy-egy összetevőjére koncentrálni, kiemelni a fülünkben például a dobokat, megfigyelni az általuk játszott mintázatot, illetve figyeljük meg a zene struktúráját is, hogy milyen sajátos, ismétlődő, variálódó szakaszokból áll össze.

○ A mai széles választék

Az ‘Alkotás’ témában írom, hogy fogynak a megalkotható eredeti dolgok – egyúttal azonban egyre több minden áll a rendelkezésünkre, úgy a tudás, mint a művészet területén; a mai ember tehát már igen széles választékból választhat, elég jó rálátása lehet mindarra, ami egyáltalán megalkotható, tudható.

Gondoljunk megint a zenére, és arra, hogy alig egy-kétszáz évvel ezelőtt mennyi minden nem létezett még – meg arra is, hogy legújabbán viszont nagy újdonságok nemigen születnek

már. Valamint általában véve a világot, annak fontos dolgait, a nagy képet is elég jól láthatjuk már, ha akarjuk.

5) A hangsúly eltolása

Fontos aláhúzni, hogy a **megismerés teljesebbé tétele**, azon belül a nagyobb képre fordított figyelem, a többféle megközelítés alkalmazása, a puhább módszereknek való teret engedés, ahol azok a hasznosabbak – mindezek **nem jelentik a specializációnak, a részletek vizsgálatának, a szigorúbb módszereknek az elvetését.**

Utóbbiakra ugyanis nagy szükség van: az ember korlátozott képességeivel, **így, specializálódva és egymással együttműködve képes bánni az összetett világgal**, illetve a civilizált világban **egyéni boldogulásunkat** is nagyban elősegíti, ha van egy jó szakmánk, szakemberré válunk. Ezen kívül **a világ mélységeiről is azáltal szerezhethünk benyomást**, ha elmélyülünk valamiben: és érdemes is, hiszen aki mindent csak felszínesen ismer, az könnyen azt képzelheti, hogy mindent tud – pedig mi sem áll távolabb a valóságtól. No és természetesen **a részletek vizsgálata, a szigorúbb módszerek is elengedhetetlenek, ott, ahol az a célravezető.**

Ezzel együtt **a mai világban** a specializáció az, ami megszaladt, **a megismerés teljessége pedig háttérbe szorult** – ezért az egyensúly megteremtése érdekében most **az utóbbi irányba kell elmozdulnunk**. Fontos azonban, hogy ne essünk át a ló túlsó oldalára sem, kellő mértékben megtartsuk a jelenlegi módszereket is: **csak a hangsúlyok kiigazításáról van szó** tehát.

Lásd ehhez a ‘Specializáció és standardizáció’ témát, illetve az ‘Iparizált világunk’ témában, hogy mai világunkban az emberek olyanok, mint alkatrészek egy gépezetben.

Lásd végül a ‘Reális világkép’ témában, hogy annak is része a megismerés teljessége.

2.3. Külső és belső szemlélet

1) Mit jelentenek ezek?

- **Külső szemlélet**

Amikor kívülről, távolról tekintünk valamire. Ilyenkor tudjuk felmérni a dolog kontextusát, külső összefüggéseit, a hatásokat, melyeket a környezetére gyakorol, és viszont, illetve magunk is el vagyunk távolodva tőle, személyes érintettség nélkül tudjuk szemügyre venni azt.

- **Belső szemlélet**

Amikor belülről, közlelről nézünk valamit, így láthatjuk a dolog belső szerkezetét, részleteit, és megtapasztalhatjuk, milyen a dolog hatása alatt lenni.

Néhány jellemző példa:

- **Az ember, az ember élete**

A saját életünket igazán közlelről éljük át, annak minden örömeivel és nyűgével. Mások ugyanakkor kívülről látnak bennünket, amivel egyfelől sok mindenről nem tudnak, nem ismerik a gondolatainkat, nem érzik, milyen nekünk – másfelől azonban objektívebben, érintettség nélkül ítélik meg az ügyeinket, adhatnak tanácsot.

- **Problémák, élethelyzetek**

Ezeket érdemes kiemelni, mert életünk fontos részei, és igencsak más dolog átélni őket, bennük lenni, mint kívülről szemlélni. Mondjuk, amikor elvárnánk valakitől, hogy türelmes legyen, elítéljük, mert nem teljesíti a szerintünk elvárhatót – nem látjuk azonban a helyzete nehézségeit, melyek megnehezítik számára, hogy jó legyen. Illetve távolról nézve társadalmi problémákat is könnyűnek tűnhet megoldani.

- **Egyebek**

Természetesen sok minden mást is lehet még kívülről és belülről nézni, **például a háborút**, amit belülről lát a katona, és kívülről a tévé előtt ülő közönség; a **hírnevet**, melynek kívülről nem biztos, hogy látjuk az árnyoldalát; a **párkapcsolatokat, családokat**, stb...

Elvontabb, de említést érdemel még a következő:

- **A biológiai és társadalmi forma külső és belső szemlélete**

Magyarán, hogy **milyen cserebogárnak lenni**, azt csak egy cserebogár tudja, mi emberek, kívülről, csak találgathatjuk; de még az sem túl magától értetődő, hogy milyen lehet egy másfajta társadalmi formában élni, beleértve nemcsak a nagy **társadalmi rendszereket**, amikor egy kommunista államból tekint valaki a kapitalizmusra, de egy másfajta **személyes életvitelt** is β , mondjuk, hogy mennyi fogalma lehet egy felsőbb osztálybelinek a munkásosztály mindennapjairól. Illetve itt említhetők még a különféle **szervezetek** is, melyeket lehet tagként, belülről, vagy kívülállóként, kívülről szemlélni.

2) Érintettség

Néhány szó a belső szemlélet e jellemző mozzanatáról. Érintettség alatt azt értem, amikor valami hatással van ránk, a boldogságunkra, nem közömbös a számunkra, érintettek vagyunk benne – ami **jelentősen képes torzítani a dolgról alkotott ítéletünket**.

Ez több helyen előkerül a könyvben; így az **‘Értékek’** témában is, hogy ugyanis ha nem értékelnénk valamit, **például a magas kultúrát**, kellően nagyra, azzal a saját önértékelésünk is csorbulhatna, hiszen lehet, hogy benne van a hiba: érintve vagyunk tehát, ami befolyásolhatja, hogy mit gondolunk Picassóról. Illetve általában, érthető módon, szintén rendkívül érintettek vagyunk, amikor **saját magunkat** próbáljuk megítélni.

Lásd továbbá az ‘Ítéletalkotás’ és ‘Az alkotás gyakorlata’ témákban, hogy az ember két dologra tekintettel mondhat ítéletet valamiről: egyrészt, hogy mennyire jó az saját magának – másrészt pedig, hogy mennyire jó általában az embereknek. Jellemző hibája azoknak, akik **kritikát mondanak**, hogy a saját ízlésük alapján véleményeznek, nincsenek tekintettel arra, hogy másoknak más tetszhet. De másképp is lehetünk érintettek, például, ha az alkotó az unokaöcsünk. Ha objektív ítéletet szeretnénk mondani, érdemes tehát megpróbálni levetkőzni az érintettségünket.

3) Kívülről és belülről is látni a dolgokat

Egy szó, mint száz, ha szeretnénk minél teljesebben megismerni, reálisabban látni valamit, akkor jól tesszük, ha mindkét irányból szemügyre vesszük. Mert **alapból gyakran csak egyfelől nézzük:**

o Belülről

A saját problémáival jellemzően így szembesül az ember – ami jelentősen akadályozhatja azok reális felmérését, hatásos kezelését. Lásd ‘Óvatosság, rugalmasság, kiváráás’ témában, hogy próbáljunk meg eltávolodni a problémáinktól; illetve érdemes lehet elképzelni, hogy milyen tanácsot adnánk másnak, ha ugyanezzel a problémával fordulna hozzánk.

○ **Kívülről**

Mások problémáit ellenben leginkább csak kívülről látjuk. Ezért is van, hogy azokat **hajlamosak vagyunk lebecsülni**, gyakran el sem tudjuk képzelni, különösen az olyanokat, melyekhez hasonlót magunk még nem éltünk át. (Így a problémáinknak megvan az a pozitívuma, hogy segíthetnek együtt érezni másokkal.) Lásd ezekről a különféle problémákról szóló témákban.

Konfliktusok esetén is jellemző aztán, hogy nem sokat törődünk a másik szempontjaival; lásd a 'Konfliktuskezelés' témában egymás megértését. Valamint, akik csak távolról, elméleti módon foglalkoznak a világ jelenségeivel, elvonulnak az **elefántcsonttoronyukba**, ők is lemondanak a dolgok belülről történő megtapasztalásáról.

2.4. Interdiszciplinaritás

Ez a szó diszciplínák, tudományterületek közöttiségét jelent, vagyis, hogy – felismerve a vizsgált jelenségek összetettségét – az egyes területek művelői ne zárkózzanak el egymástól, legyenek nyitottak más területek felé, a párbeszédre, az együttműködésre. Ami itt következik, annyival bővebb, hogy nem korlátozódik a tudományra, hiszen a gyakorlatra nézve is hasznos a többoldalú megközelítés.

Két értelemben beszélhetünk interdiszciplinaritásról:

1) A specialisták körében

Vagyis a bevett, szigorú módszereket használó szakembereknél. Ezen belül is lehet egyrészt az egyes specialisták látókörét tágítani, hogy legyen bizonyos rálátásuk más területekre is; másrészt lehet ösztönözni a különféle specialisták közötti párbeszédet, együttműködést. Ezek elősegítik az új összefüggések meglátását.

2) Holisztikus interdiszciplinaritás §

Ez pedig a puhább módszerek bevonását jelenti a szigorúbbak mellé, ott ahol az a célravezető. A természet vizsgálatának szempontjából volt már erről szó; itt a gyakorlati problémák kezelésére alkalmazható „beleérzést”, a józan ész, illetve az

„educated guess”-t teszem hozzá. (Az utóbbi kb. azt jelenti, amikor az ember találgat, de nem vakon, mert azért elég jól képben van azzal, amit az adott kérdéssel kapcsolatban tudni lehet.)

A **józan ész** nagyjából annyit tesz, hogy az ember nagy vonalakban képben van a világgal, annak gyakorlati oldalával, nincsenek tévképzetei, és kellően intelligens.

Lásd még az ‘Embertípusok’ témában a **generalistákat**, akik eleve széleskörű érdeklődéssel rendelkeznek – úgy is, mint a specialisták integrálóit, összefogóit. Lásd továbbá ‘Az értelem elemei’ témában hogy a **tudás lehet mély vagy széles**, illetve a **bölcsét**, aki inkább széles, mint mély tudással bír; valamint a ‘Vezető és beosztott’ témában a **vezért**, annak generalistaságát.

Végül pedig lásd az ‘Egy jobb világ’ témában, hogy **az embereket egyszerre több fronton kell boldoggá tenni**: egyszerre jó módúvá, egészségessé, stb..., valamint hogy ennek az eléréséhez fontos a bölcsesség, a beleérző képesség és a körültekintés.

2.5. A megismerés egységének hatásai

Számos **haszna** van neki:

- **Reális világkép**

Mint említettem, ennek része a megismerés teljessége, mely által világképünk **egyrészt** jobban megfelel a valóságnak, **másrészt** az így lehet átfogó, valóban egy „világ” kép. Aki pedig nagy vonalakban tisztában van a világgal, abban józanabb az ész, **kevésbé hisz el hamis dolgokat**, meggyűlik vele a baja annak, aki be akarja csapni, megpróbálja manipulálni.

Lásd továbbá a ‘Felvilágosulás és szabadság’ témában, (amely az egyik irány, amerre az emberiségnek törekednie kellene), hogy annak is része a megismerés egysége.

- **Tudomány, oktatás**

Ma e területekre is jellemző a tágabb szemlélet hiánya, a józan ész háttérbe szorulása – itt is elkél tehát a látókör szélesítése, az általános műveltség intézményes ápolása. Egyszersmind, mint utaltam rá, az interdiszciplinaritás révén új összefüggésekre is fény derülhet, új felfedezések születhetnek.

- **A körültekintést, széleskörű mérlegelést igénylő dolgok, problémák jobb megértése, kezelése**

Ilyenből pedig sok van, például, amikor ítéletet alkotunk valamiről, fontos döntést hozunk, és természetesen az is, ha

jobbá akarjuk tenni a világot. Lásd az ‘Óvatosság, rugalmasság, kivárás’ témában a körültekintést és megfontoltságot, és hogy milyen sok területen van ezekre szükség.

Illetve a **bonyolult problémákat**, beleértve a globális felmelegedést is, ekképp lehetne hatékonyan kezelni, átfogó módon gondolkozva, a fő tényezőkre koncentrálni, gyakorlatiasan.

Egyszersmind a világ, a világ bonyolultságának, a saját korlátainknak reális szemlélete **szerényebbé is tehet** bennünket.

Figyeljük meg továbbá az iménti pontokban, hogy **egyéni és társadalmi szinten** is hasznos a megismerés egysége.

• Az elme jobb megértése

Illetve a **hozzá kapcsolódó különféle jelenségeké**, mint például az etika vagy az értékek. Mint utaltam rá, az elme megértéséhez nem haszontalanok a szigorúbb, fiziológiai technikák sem – javarészt viszont csak puhább módszerekkel férünk hozzá, így ez a szélesebb eszköztár alkalmazásának ideális terepe.

Az elme megismerése egyúttal **egymás és önmagunk jobb megértését** is jelenti: jobban felfoghatjuk, mi zajlik a másik fejében (és a sajátunkban), mik mozgatnak bennünket, mik állnak a (nem ritkán visszatetsző) viselkedések mögött – ez pedig segíthet türelemmel lenni, kezelni mások és önmaguk kellemetlenségeit, harmóniában élni.

Ezen kívül, a megismerés teljessége **személyünk kiteljesítésének** is része, ahogy alább látni fogjuk.

Lásd továbbá az elme, és a bonyolultság kapcsán is, a **tudomány határait** az ‘Elvarratlan szálak’ témában; valamint ‘Az értelem elemei’ témában az **empátiát**, azaz az elme jelenségeibe való beleérzés képességét.

• Több örömforrás

Lásd ehhez ‘A boldogság forrásai’ témában, hogy igyekezzünk minél több mindenben megtalálni az örömet, beleértve, hogy a művészetből is többet tud meríteni az, aki többféle stílust

kipróbál, kedvel. Lásd továbbá az ‘Oktatás’ témában, hogy annak e választék bemutatása is fontos feladata volna.

- **Kulturáltság**

Nem is csak a széleskörűbb műveltségnek, hanem például egymás jobb megértésének köszönhetően is. A kulturáltság pedig harmonikusabbá teszi a társadalmat, jobbbá az életet.

- **A rendszer jobb felmérése, az ember helye a világban**

Mármint annak a rendszernek a jobb felmérése, amelyben élünk, a képesség, hogy távolabbról, kívülről, kontextusában is lássuk azt.

Alapjában kétféle ilyen rendszer van: a **biológiai** és társadalmi forma. Az előbbit is reálisabban szemlélhetjük, ha tekintetbe vesszük annak biológiai beágyazottságát, a többi létformát, evolúciós történetét.

Az pedig, hogy a **társadalmi** rendszerünk kontextusát is ismerjük, **alternatívákat** kínál, eltérő rendszereket, melyekre érdemes lehet áttérnünk, kevésbé tűnik a saját rendszerünk abszolútnak, adottnak, megváltoztathatatlanak, láthatjuk, hogy „másképp is lehet”. A tágabb rálátás továbbá azt is lehetővé teszi, hogy a **különböző rendszerekből összeszedjük azt, ami jó bennük**, megpróbáljuk összeházasítani ezeket egy új rendszerben; ahogyan azt az ‘Egy jobb világ’ témában írom.

Továbbá, a **rendszer** egészének átlátásával a **saját benne elfoglalt helyünket** is jobban felmérhetjük, megérthetjük a rendszer hatásmechanizmusát, ránk gyakorolt hatásait, a hatalmát felettünk.

Ezen kívül a **rendszer összetevőit is láthatjuk**, hogy a saját kultúrkörünk, politikai csoportunk, társadalmi osztályunk mellett mások is vannak, mik jellemzők ezekre, milyen viszonyban állnak egymással, ennek milyen konzekvenciái vannak ránk nézve.

* * *

Végző soron aztán az **elmondottak hozzájárulhatnak az „egység” egyéb fajtáinak eléréséhez**, az ember életének egységéhez, az ember és a világ, az ember és az elme egységéhez, valamint az emberiség egységéhez – nem utolsósorban pedig a **fennmaradásunkhoz** is. (Különösen az által, hogy jobban megértjük egymást, csökken az

ellenségeskedés; illetve, ha megtanuljuk a megfelelő módon kezelni a bonyolult problémákat.)

Mindazonáltal a megismerés egységéért, a látókör szélesítéséért áldozni is kell, mégpedig az energiát, amit a szaktudásunk mélyítésétől, a szakmánk gyakorlásától, a pénzkereséstől, a termeléstől vonunk el – ebből a szempontból tehát **csökken a hatékonyság**. Ha azonban, az elmondottak szerint ügyelünk arra, hogy ne essünk át a ló túlsó oldalára, az előnyök bőven **megérik** ezt az árat.

3. Az ember életének egysége

Ez a másik fajta egység, melyet jelen témában tárgyalunk. Erről is több értelemben lehet beszélni:

3.1. A létezés teljessége

A létezést ugyanis sok különböző szinten lehet megélni, igen széles a skálája annak, hogy ki mennyit fog fel belőle. A növények, az egysejtűek vélhetőleg semmit; és az öntudat nélküli állatok sem jutnak messzebb annál, ami őket közvetlenül érinti a világból. Az öntudattal bíró lények, az ember már többet felfog, mindenekelőtt tisztában van a saját létével – azonban **az emberi fajon belül is** igencsak változó, hogy ki mennyire gondol bele, hogy „mi ez az egész”, mennyire tekint túl saját mindennapi életén, környezetén.

A létezés teljességét úgy élhetjük meg, ha megpróbáljuk belátni, felfogni, átérezni annak egészét, minden jelenségeit, mindazt, ami csak létezik. Az persze egy másik kérdés, hogy ilyen-olyan okokból ez mennyire áll módunkban.

3.2. Az ember életének teljessége

Gyakran halljuk, hogy valaki „teljes életet élt”, (főképp, mint vigaszt, amikor távozik az élők sorából). Ezt **kétféleképpen lehet érteni: az egyik**, hogy megvolt neki minden, ami

általában hozzá tartozik az ember életéhez: család és karrier, szerelem és szex, pénz és kaland, élvezetek, miegymás.

A másik, ahogyan az Egyvilág is érti, hogy az ember személyében kiteljesedett, mindent megtett, megvalósított, megélt, amit *ő maga* szeretett volna. Az, hogy kinek mi a vágya ugyanis, emberről-emberre változó: kinek a karrier a fontosabb, kinek a család, kinek a pénz, kinek az, hogy írjon egy könyvet. **Ha ez így sikerül** valakinek, akkor **egyrészt** a céljai elérése révén boldogságot szerzett magának, **másrészt** pedig a végén nem marad benne hiányérzet.

Lásd ehhez a 'Célok' témát, abban a nagyobb célokat, az életcél, önmegvalósítást – és hogy idejében álljunk neki ezeknek.

3.3. Személyünk teljessége

Ide tartoznak a következők:

1) **A bennünk rejlő lehetőségek, tehetségek kibontakoztatása**

Nyilván azoké, amelyeket szeretnénk kibontakoztatni.

Lásd ennek kapcsán a 'Gyerekknevelés' témában, hogy ezt gyermekeinkben is segítsük elő.

2) **Kiegyensúlyozott fejlődés**

Vagyis, hogy ha több irányba is van indíttatásunk, akkor teljesebb személyé válhatunk, ha nem hanyagolunk el közülük egyeseket, valamelyik másik kedvéért.

Kivált, ahogy a mai világ a specializáció felé terel bennünket, illetve, hogy valamiből akkor is meg kell élnünk, ha azt, amit szeretünk, nem fizetik meg. **Lásd** ehhez az 'Érvényesülés' témában, hogy a mérsékelt anyagi boldogulás fontos – ezen túl azonban sokat ér, ha olyannal foglalkozunk, amit szeretünk csinálni. (De emlékezzünk itt is a ló túlsó oldalára.)

Lásd még az 'Egyensúly (Az ember élete - Elvek)' témában a kiegyensúlyozottságot, többek között szemléletünkben, törekvéseinkben, személyes fejlődésünkben.

* * *

Néhány szó még a **személyünk fejlesztéséről, az önmagunkba történő beruházásról**. Ez elsősorban a belsők, az elménk, tudásunk, képességeink fejlesztését jelenti, de ide sorolható az is, ha az egészségünkre költünk, pénzt és energiát, és esetleg még az is, ha a kinézetünket ápoljuk.

(Ezzel szemben áll, amikor külsődleges dolgokra törekszünk, az anyagiakat halmozzuk, a ranglétrán próbálunk feljebb lépdelni, mások elismerését, szeretetét igyekszünk kivívni.)

Ehhez érdemes elmondani, egyrészt azt, hogy személyünk fejlesztése **nem feltétlenül igényel sok pénzt**, például könyveket olvasni, azokból tanulni szinte ingyen lehet. (Arra viszont, hogy papírt, pecsétet is kapjunk róla, ez már gyakran nem áll.) Másrészt **meg is térülhet** a befektetésünk: a nagyobb tudásunkkal több pénzt kereshetünk, illetve több szabadidőnk lehet, a jobb egészségünkkel tovább élhetünk.

További előnye személyünk fejlesztésének, hogy annak eredményét, főképpen pedig **a tudást, nem tudják elvenni tőlünk** – miközben a pénz, a rang, mások szeretete, elismerése forgandóbb. (Bár az idő semmit sem kímél.)

3) Világképünk teljessége

Mint fentebb utaltam rá, a megismerés teljessége, egy átfogó, reális világkép a fejünkben, a személyünket is teljesebbé teszi.

Elősegíti ezt ‘Az ember élete’ könyvben elvként megfogalmazott **nyitottság** – lásd **azonban** a ‘Különbéle világok’ témában **bezártságunkat**, hogy sokan a világnak csak egy kis részéről tudnak, egy kis részében mozognak. (Illetve itt fentebb a létezés teljességét.)

Pedig **látni nem sok időnk van**, ez az egy lehetőségünk, ez az egy életünk – melyből sokan úgy távoznak, hogy a világ sok fontos dolgáról nem is hallottak, köztük a boldogság számos forrásával, amit ki sem próbáltak. Lásd szintén a bezártságnál, hogy sokan nem is nagyon törekednek kitörni abból, és hogy miért. **Használjuk hát ki az időt, ami adatott**. (Illetve megért még itt egy gondolatot, hogy amikor meghalunk, az számunkra ugyanolyan, mintha az egész világnak lenne vége.)

Idézzük fel továbbá, hogy **igyekezzünk minél több mindenben megtalálni az örömet**.

* * *

És ekképp, személyünk kiteljesítésével, lehet az ember, ha kicsi is – de mégis egész.

De természetesen továbbra sem arról van szó, hogy legyünk teljesen univerzálisak – csak arról a bizonyos hangsúlyeltolásról.

3.4. Tetteink teljessége

Vagyis, hogy mindent megtettünk, megvalósítottunk, amit szerettünk volna.

Aminek, a célba érésen kívül az az **előnye** is megvan, hogy menet közben is úgy érezhetjük, van értelme annak, amit csinálunk.

A 'Célok' témában olvasható, hogy **a legtöbb ember korai nagy álmaiból kb. semmi sem lesz**, felnőve, az élet realitásaival, saját korlátaikkal szembesülve hamarosan köznapibb célok felé fordulnak. Mondjuk, amikor valaki az elején még elképzei, hogy majd híres rendező lesz – aztán meg csak pultos válik belőle; vagy a sok gyerek, aki úrhajós akar lenni... Ha azonban később már úgy látjuk, hogy eleve nem volt realitása az álmainknak, és nem marad bennünk túl nagy csalódottság, képesek vagyunk lecsereálni a céljainkat, akkor **nem kell lemondanunk tetteink, életünk teljességéről**: a pultos idővel nyithat egy saját bárt, a gyerekből meg lehet mondjuk mérnök: **új, realisabb céljaikat már beteljesíthetjük**.

Emlékszünk továbbá a kiegyensúlyozott fejlődésre személyünk teljességéből. Hasonló a helyzet a **hosszú távú céljaink** felé való törekvéssel is: rendszerint érdemes **párhuzamosan haladni velük**; például, ahogy sokan nevelgetik a gyerekeiket, és közben a karrierjüket is építgetik. (Persze vannak helyzetek, amikor egyik-másik cél előtérbe kerülhet, mondjuk, amikor a gyermek születése után egy időre a család lesz a fontosabb: ezért is írom, hogy „rendszerint”.) És egyébként is jó, ha **időről-időre félre tudjuk tenni** a céljainkat, szakítunk időt a kikapcsolódásra.

Így ugyan a célok elérése tovább tarthat – viszont az életünk kiegyensúlyozottabb lesz, nem fásulunk bele az egységiségbe, fel tudunk töltődni, és többnyire a család, a társas kapcsolatok is meghálálják a rájuk szánt időt – mindez pedig **segít kitartani, „az utat is élvezni”**. Viszont, arra is tanácsos

vigyázni, hogy ne csapjon át ez a céljaink elhanyagolásába, legalábbis, ha komolyan gondoljuk őket, **ne keressünk kifogásokat a halogatáshoz.**

Végül nem árt még itt emlékeztetni a **kognitív disszonanciákra**, az 'Önigazolás' témában – már hogy az ember gondolkozása, cselekedetei gyakran annyiból sem egységesek, teljesekek hogy könnyen keletkeznek bennünk inkonzisztenciák, ellentmondások.

3.5. Miként lehet elősegíteni a megismerésnek és az ember életének egységét?

- **Nyitottság**

Mint fentebb elhangzott.

Lásd továbbá az 'Önálló megismerés és cselekvés' témát is, abból a szempontból, hogy amit az intézetek, az iskola nem teljesít, azt pótolhatjuk mi magunk.

- **Szemléletváltás**

Említettem, hogy a látókör szélesítése hatékonyságvesztéssel jár – ez azonban nem fáj annyira, ha mérsékeljük az anyagiasságunkat, átgondoljuk, amit a sikerről tartunk, tágítjuk a boldogság forrásainak körét, és visszaveszünk a társadalomban tapasztalható versenykényszerből.

- **Útiterv**

Ha, nagy vonalakban, felvázoljuk, merre akarunk menni, mivé szeretnénk válni, miket szeretnénk megvalósítani – és amennyire lehet, megpróbálunk ennek mentén haladni az életünkben.

- **Oktatás**

Hogy ugyanis kellő teret hagyjunk benne az **általános műveltségnek**, illetve a **választék bemutatásának**, úgy a megismerhető dolgokra, mint az örömforrások választékára való tekintettel.

Ezen kívül jó volna megoldani, hogy a **generalistáknak, bölcseknek** (és a zseniknek) is meglegyen a helyük a rendszerben, az ilyen tehetséget is ápoljuk intézményesített módon, ne hagyjuk azt veszendőbe menni.

- **Alkalmazás**

No és persze a **gyakorlatban is** jó volna kamatoztatni, **megbecsülni az efféle tehetséget**, valamint azokat a bizonyos **puhább módszereket**, mint mondtam. Ez azonban természetesen nem jelenti azt, hogy engedjünk utat a sarlatánságnak – valamint, amit nem lehet elégszer hangsúlyozni, csak hangsúlyeltolásról van szó, nem a szigorú módszerek megtagadásáról.

* * *

Mint látható, egyéni és társadalmi szinten is tehetünk a megismerés és az emberi élet egységéért.



Nem baj, ha nem teljesen olvastál el egy témát, véleményed akkor is nyugodtan elküldheted róla. A kérdőívven külön tudod jelezni, hogy mennyire mélyedtél el benne. Ezen kívül minden kérdésénél választhatod, hogy arra éppen nem tudsz, vagy nem szeretnél válaszolni.

Klikkelhető linkek (Word-ben a Ctrl-t nyomni közben):

[Kérdőív](#) – [Fórum](#) – [Email](#)

Valamint, ha tetszett, oszd meg ezt a témát a Facebook-on.

Klikk a gombra (Word-ben a Ctrl-t nyomni közben):

