

„Olyan életet érdemes élni, amelyen nem gondolkodunk el”

Áprili Gergő

„Találkozni kell Istennel. Meg akarok kérdeni tőle egyet-mást. Például azt, hogy mi végre vagyunk? Mert hát felépítjük a házainkat, felneveljük a gyerekeinket, learatjuk a búzát, háborúskodunk, öljük egymást. Aztán mivégre. Meg hát az életemről is ki akarom kérdeni. Az igazságot akarom megtudni!”¹

Vannak dolgok, amikre egyszerűen nem tudunk választ találni. Embert küldünk az űrbe, meghódítjuk az óceánok legmélyebb pontjait, bolygónkat úgy ismerjük lassan, mint a tenyerünket. Csak magunkat nem tudjuk megismerni.

Évezredes hagyomány, hogy kutatjuk az embert, magunkat, de nem tűnik alábbhagyni a kíváncsiság, nem kerülünk közelebb a megoldáshoz. Könyvek százezrei foglalkoznak a kérdéssel, hogy „mivégre”. Miért vagyunk itt, mi az élet igazi célja, hogyan lehetünk boldogak és élhetünk egy teljes életet, egészségben. Pedig a válasz egész idő alatt az orrunk előtt lebegett.

Wim Hof, a holland gondolkodó (pontosabban „nem gondolkodó”, de erről majd később) szerint a megoldás a természetben rejlik.

Eleinte Hof is olyan volt, mint bárki más. Elmélkedett, könyveket olvasott, de nem került közelebb a spirituális megtisztuláshoz. Egy nap a parkban sétált egyedül egy fagyos amszterdami délután, és ahogy meglátta a papírvékony jégréteget a tó tetején, összeállt a kép. Levetkőzött, és bement.

Ahogy a fagypontra merült, rögtön tudta, megtalálta, amit keresett. Nem kellett gondolkodnia. Egy másik tudatállapotot ért el, ahol az állati ösztönök uralkodnak. „A hideg könyörtelen, de igazságos. Rögtön a lelked legmélyére repít, ahol az érzelmeidnek és gondolataidnak már nincs hatalma. Ez a lelked legmélyebb, legtisztább szintje.”² Ezt nem lehet leírni, ezt nem találjuk meg semmilyen könyvben sem, szavakkal nem lehet átadni. Ezt át kell élni. A hideg víz az agy olyan részeivel köt össze, amit a komfortzónánkon belül teljesen esélytelen lenne elérni. Az adrenalinak köszönhetően, egy sokkal primitívebb, állatiasabb ösztön tör fel belőlünk, és elérjük a Föld és Menny közötti szintet, amely nem a könyvekben rejlik, nem a „nagyok” szavaiban, hanem az agyunknak, a lelkünknek egy mélyebb, eldugott részén. Ez az, amit kerestünk.

Hof azóta számtalan világrekordot állított fel, és TV-műsorban szerepelt, mely talán a megvilágosodása tisztaságának megkérdőjelezhetője is lehetne, hiszen ez a fajta

¹ Yonderboi, Splendid Isolation, Before You Snap, 2005 (Koncz Gábor előadásában)

² Wim Hof, The Iceman Cometh, 2016

kommercializálódás és dicsfény nem éppen a legnagyobb biztosítéka annak, hogy nem csak egy üzleti fogásról van szó, de pont ez a lényeg. Amikor a fagyos vízben vagy a világi értékek megszűnnek létezni. A csonttörően hideg víz folyása alatt, teljesen mindegy, hogy ki vagy, honnan jöttél, merre tartasz.

*„Ashes and diamonds
Foe and friend
We were all equal in the end.”³*

Egy átjáró a lelked legmélyebb szintjére, ahol az elvek, gondolatok, vagyon, hit, vallás teljesen feleslegesnek hat, és talán az is.

Egyfajta meditáció ez, mely a tudatos légzés és hidegnek való kitétel kombinációjával juttat át egy másik világra. „Az első sokk után, hihetetlen nyugalmat és emberfeletti erőt érzel a testedben. Nem gondolsz semmire, csak érzed, ahogy szétterjed a testedben. Rögtön tudtam, hogy ez az, amit kerestem, túlmutat bármilyen filozófiai vagy vallási elven.”⁴

Annyi időt töltöttünk gondolkodással, hogy elfelejtettük, hogy honnan jöttünk valójában. A természet részei vagyunk, ezek olyan érzések, melyeket nem lehet stimulálni, semmilyen gondolatrendszer nem helyettesíthet.

A magasabb szint, amit keresünk, nem egy eszmerendszer szüleménye, hanem egy személyes döntés, hogy képesek vagyunk-e kilépni a komfortzónánkból, hogy egy új világba lépjünk, amit csakis magunknak köszönhetünk, és senki sem kérdőjelezhet meg minket, hiszen ez egy belülről fakadó állatias érzés, melynek megkérdőjelezhetetlensége a természetből fakad, pont, mint mi. Talán soha nem tudjuk meg, hogy a ciklikusság, vagy a determinált regresszió érvényes-e az emberi létre. Ezek csak elvek, gondolatok. Nincs igaz köztük, csak tapogatózunk a sötétben.

Számtalan módon legyőztük a természetet. Felépítettük a házainkat, learattuk a búzát, technikai tudásunk elképzelhetetlen magasságokba jutott. De van, ahol nem győzhetünk. És nem is kell. Van, ahol egygé kell válni a természettel, elfogadni, hogy hozzá tartozunk. Ne próbáljuk meg kifürkészni a jövőt, fogadjuk el, ahogy van. Lesz, ami lesz.

Persze ez is csak egy elv, csak egy gondolatmenet, miért lenne ez igazabb, mint Szókratész vagy Freud gondolatai. Erre csak annyit tudok mondani:

Ha legközelebb filozófiai vitába keveredünk valakivel, vegyünk egy jéghideg zuhanyt. Akkor majd megértjük miről is szól ez az egész.

³ Pink Floyd, *The Final Cut, Two Sun sin the Sunset*, 1983

⁴ Wim Hof, *The Wim Hof Method*, 2020