

TITKOS TANOK EZOTERIKA

KELETI ES NYUGATI TRADÍCIÓK
HANS-PETER WALDRICH

EZOTERIKA

BEVEZETÉS A REJTETT TUDOMÁNYOKBA
HANS-PETER WALDRICH
ÉDESVÍZ KIADÓ BUDAPEST

“A tudás — nem tudás.”
(Nicolaus von Cues, De docta ignorantia)

Tartalomjegyzék

Bevezetés.....	9
1. Parapszichológia – egy tudomány, amely szétfeszíti eddigi világmépünk kereteit.....	13
Veszélyek és tévutak.....	16

2. Misztikus út az önvalóhoz.....	19
Keleti misztika – hogyan oldódhatunk el önünktől?.....	23
Guruk és szentek.....	25
Keresztény misztika – a “semmi”-ként megélt Isten (Isten mint a “Semmi” megtapasztalása).....	27
A misztika újraéledése.....	30
Az iszlám misztika – szeresd a márt és bízz a jelenben.....	31
Tánc és szent ekstázis.....	32
Sámánmisztika – kapcsolat a túlvilággal a halál és az újjászületés révén.....	34
Napjaink indián sámánjai.....	37
A misztikus élmény – ösvény a fény felé.....	38
A meditáció és a csend megtapasztalása.....	38
Jóga – út a megvilágosodáshoz.....	41
Zen – a véletlen találat.....	44
Veszélyek és tévutak.....	48
3. Az önmegvalósítás ezoterikus praktikái.....	53
Ezoterika – titok és beavatás.....	53
Amint lent. úgy fent.....	55
Mágia — energiák és rejtett erők.....	60
Mágia és modern fizika.....	63
Alkímia – a tökéletesség és a bölcsék köve.....	66
Asztrológia – aki a csillagokat ismeri, magát ismeri meg.....	67
Tarot és Ji Csing – a jósdák válasza.....	71
Varázsvessző és inga – közvetlen kapcsolat a tudattalannal.....	76
Tenyérvölés – a sors vonalai és rajzolatai.....	78
Kabala – az élet fája.....	79
Drágakövek – gyógyító erők az ember szolgálatában.....	82
Tűzönjárás – a szellem győzelme a test fölött.....	84
Boszorkányok – a nagy istennő természetvallása.....	86
Veszélyek és tévutak.....	88
4. Gyógyítás a szellem erejével.....	93
Szellemgyógyítás és pszichosebészlet – hatóerők “odaátról” Homeopátia és akupunktúra – az étertest stimulálása.....	98
Bach virágterápiája – növények a testnek és a léleknek.....	100
Transzperszonális pszichológia – gyógyítás a megváltozott tudatállapotok révén.....	101
CG. Jung archetípusai.....	103
Stanislav Gróf és a tudattalan kozmosza.....	105
Dürckheim és a transzcendencia élménye.....	108
Veszélyek és tévutak.....	110
5. Túlvilág, halál és újjászületés.....	115
Halálkutatás – meghalni jó.....	116
Spiritizmus és channeling – csatornák a túlvilágba.....	120
Újjászületés – a karma és az élet kereke.....	124
Veszélyek és tévutak.....	128

New Age – Új ember, új világ.....	133
Függelék.....	137
Köszönet.....	137
Irodalom.....	138

Bevezetés

Az ezoterika évek óta növekvő érdeklődésre tart számot és mind több embert vonz. Gombamódra szaporodnak az ezoterikus csoportosulások, bővül a témával kapcsolatos folyóiratok olvasótábora, a könyvesboltok gazdag kínálattal várják az érdeklődőket. Mindenki beszél róla, de csak kevesen tudják, miről is van szó valójában. Az ezoterika különféle irányzatok gyűjtőfogalma, hasonlóságuk csak alaposabb vizsgálódás után ötlük szembe. Két fő forrása Keleten és Nyugaton fakad. Keleten a hinduk és japánok ősrégi bölcséleti tanai jelentik a bázisát, a hinduizmus és a buddhizmus, a gyakorlatok és a meditáció: a jóga és a Zazen. A nyugati ezoterika a régi görögökig nyúlik vissza és a középkori misztikán át jut el napjainkig.

A múltban gyökerező ezoterikus forrásokon kívül korunk is kínál tapasztalatokat ezen a téren – gondolunk itt elsősorban az "okkult" jelenségek tanulmányozására, amelynek középpontjában a parapszichológia tudománya áll. Egy másik fontos eredő a mélylélektan, melyet a nagy svájci pszichológus, CG. Jung neve fémjelez. A legújabb pedig a halállal kapcsolatos kutatás, amely a klinikai halálból visszatértek szenzációs élményeivel foglalkozik.

Ez a sokszínű vallási, pszichológiai és tudományos áramlat napjainkban új világképpé áll össze, amely sokak szerint egy új kor (a „new age”) kezdete. Nem is olyan régen a materializmus meg föltartóztathatlannak tűnt. Az emberek csak önmagukkal törődtek, élvezték a fogyasztói társadalom "vívmányait". Mára azonban egyre többen fordulnak az élet mélyebb dimenziói felé, és az új szellemi irányzatok segítségével ráébrednek arra, hogy az emberiség egysége vezethet el bennünket a reményteli jövőbe.

Útmutatónk az ezoterikus gyakorlatok széles skálájának bemutatásával kívánja segíteni az olvasót az eligazodásban. Mivel foglalkozik például a reinkarnáció? Mi a jelentősége az asztrológiának? Hogyan használjuk a tarotkártyát vagy a Ji Csing-et? Az ezoterika iránt érdeklődők kezdetben áttekinthetetlen labirintusként élik meg a lehetőségek gazdag tárházát. Mihelyt azonban sikerül a legfontosabb irányzatok lényegére rátapintaniuk, el tudják dönteni, az ezoterika melyik ágában érdemes elmélyedniük.

Nagyon fontos szempont azonban, hogy itt nem annyira az elmélet játszik szerepet, hanem a személyes megtapasztalás. Vegyük például a jógát, ami az óndiai élet- és világszemléletből alakult ki. Könyvekből el lehet ugyan sajátítani, de hogy mit jelent belülről és milyen csodálatos a hatása, ez csak személyes megtapasztalással lehetséges. Érvényes ez az ezoterika egyéb irányzataira is. Ahhoz, hogy hatását a mindennapjainkban észlelhessük, tevékenyen részt kell vennünk benne. Nem éppen szerencsés megoldás, ha ide-oda kapkodunk, hétről-hétre váltogatjuk a különböző technikákat. Sajnos itt is fellelhető a fogyasztói szemlélet, gyakran csak a divatot követjük. Célszerűbb azonban a nyugodt, elmélyült koncentráció választott témánkban, hiszen az ezoterika minden formája ugyanazon cél felé tör.

Aki ilyen témákkal foglalkozik, nem hunyhat szemet a leselkedő veszélyek és lehetséges tévutak fölött. Az üzletemberek új piacot szimatolnak, a sarlatánok és csalók már kivetették hálójukat a hiszékenyekre. Aki lelkileg labilis, könnyen veszélybe kerülhet. Mint minden fontos és jó dolognak, az ezoterikának is megvannak az árnyoldalai, amelyeket föl kell térképeznünk, hogy a helyes utat megleljük.

Még néhány szó a könyv szerkezetéről: megpróbáltunk az ezoterika elmélete és gyakorlata között megfelelő egyensúlyt kialakítani. Az ósrégi hagyományokról éppúgy szó esik, mint a legújabb technikákról, amelyeket napjainkban széles körben alkalmaznak. A gondosan válogatott és kommentárral ellátott irodalomjegyzék megkönnyíti azok dolgát, akik többet szeretnének tudni. Ám aki igazán el akar mélyedni az ezoteriká-ban, annak az olvasás mellett saját tapasztalatokat is kell gyűjtenie. A könyv ebben kíván segítséget nyújtani.

1

Parapszichológia – egy tudomány, amely szétfeszíti eddigi világképünk kereteit

Újra meg újra hallhatunk olyan élményekről, amelyekre megélőik nem találnak magyarázatot. Ilyen például a "gondolati összeköttetés" jelensége. Régi ismerősünk elköltözik a városból, kapcsolatunk megszakad. Egyszer csak azon kapjuk magunkat, hogy mind többet gondolunk rá. Talán kellene pár sort írni neki. Ebben a pillanatban csöng a telefon, és a vonal végén éppen ez az ismerős!

A következő élmény is eléggé rejtélyes, pedig gyakran előfordul: a „déljávú"-ról van szó. Idegen tájakon vezet át az utad, először jársz egy városban. Mégis az a megmagyarázhatatlan bizonyosság kerít a hatalmába, hogy már voltál itt, ezt már láttad (déljávú – "már láttam")

Hosszan folytathatnánk az ilyen és ehhez hasonló élmények felsorolását. Gyakran mesélnek emberek például arról, hogy megálmodták, ami távol élő hozzátartozóikkal ugyanabban az időpontban történt; nem ritka az sem, hogy az álom megjövendöl később bekövetkező eseményeket, s mikor aztán bekövetkeznek, tisztán emlékezünk az álomra is. Ezek az élmények szerves részei hétköznapijainknak – mégis kevesen beszélnek róluk; talán attól félnek az emberek, hogy nem veszik komolyan őket.

Pedig éppen ezek a különös, néha kissé félelmetes tapasztalatok sejtetik velünk: mindennapi képzeletünk világa nem a teljes valóság, hanem csak szűk, korlátozott szelete annak. A telepátia (gondolatátvitel), a jövőbelátás és a prekogníció („előre-tudás”) jelenségét a parapszichológusok alapos vizsgálatoknak vetették alá. A parapszichológia az “okkult”, vagyis rejtett, titokzatos jelenségek tudománya. Ezek sokszor nem illenek bele mindennapi világképünkbe, pedig gondos kutatások százai egyértelműen bizonyítják: a telepátia, a jövőbelátás és a prekogníció valóban létezik, nem csupán képzelgés.

Hogy e tény mekkora jelentőséggel bír, azt jól mutatják a paranormális jóslatok. 1979 márciusában súlyos következményekkel járó reaktorbaleset történt a harrisburgi atomerőműben (USA), amit többen előre jeleztek, sőt meg is álmodtak. Egy amerikai egyetemista álmában két Boeing-Jumbot látott összeütközni, s hogy a baleset következtében 583-an veszítették életüket. A fiatalember gondosan lejegyezte az álmát, és a feljegyzést átnyújtotta a Duke-egyetem elnökének, aki azt páncélszekrénybe zárta. Tíz nappal később Teneriffában bekövetkezett minden idők egyik legnagyobb légitatasztrófája: két Jumbo ütközött össze és a halottak száma pontosan 583 volt.

Hogyan lehetségesek vajon az efféle jóslatok? Egyetlen észszerű magyarázat adódik: fel kell tételeznünk, hogy az ember képes mozgósítani a tudat olyan tartományait is, melyekben az idő és a tér nem játszik szerepet. Aki később bekövetkező eseményeket megálmodik, az “átugorja” az időt, számára az idő szinte nem is létezik. Úgy fest tehát, mintha az idő csak hétköznapi tudatunk síkján létezne, “mögötte” pedig egy magasabb valóságsík húzódik, ahol az idő megszűnik. Lehet, hogy nem is több felszínes illúziónál? Akinek már voltak telepatikus élményei vagy valósultak meg álmai, az joggal teszi föl ezt a kérdést.

Nézzünk még néhányat a nagy port felkavart paranormális jelenségek közül. A “kanálhajlító” Uri Geller még majd mindenki számára fogalom. A hetvenes években gyakran szerepelt a televízióban is az izraeli fiatalember. Minden látszat szerint képes volt pusztán a gondolat erejével evőeszközöket meghajlítani. Később beismerte: előfordult, hogy trükköt is alkalmazott. Ezzel a tömegkommunikáció számára a “Geller”-ügy és az összes hasonló jelenség

egyszer s mindenkorra el volt intézve.

Ám ennél a kérdésnél – hogy Uri Geller valóban rendelkezik-e paranormális képességekkel – sokkalta fontosabb valami más: Geller tévészerepléseinek hatására ugyanis világszerte kísérleteket indítottak arról, lehet-e befolyásolni a fémeket a gondolat erejével. Így például John B. Hasted professzor, a londoni egyetemhez tartozó Birbeck College Fizikai Intézetének elnöke, aki fémdarabokat mérőműszerekhez csatlakoztatott nyúlásmérővel látott el, s a mérőszalagok a legkisebb változást is rögzítették. Gyerekeknek kellett úgy meghajlítaniuk a fémeket, hogy nem értek hozzá. Általában 50 cm távolságban tartották a kezüket, de előfordult, hogy három, öt, sőt tíz méterről próbálkoztak. A kísérletek zöménél egyértelműen igazolható volt a fémek elhajlása ill. megnyúlása.

Ennél is lenyűgözőbb persze, ha mi magunk érünk el hasonló sikereket. Egy időben divatba jöttek az úgynevezett fémhajlító összejevetelek. 1982-ben is rendeztek egy ilyet, éppen a "Society for Psychical Research" (a legrégebbi parapszichológiai kutatóintézet) 100 éves évfordulójának kongresszusán, Cambridge-ben. Itt nem a tudományos kísérletezés volt a cél, hanem a paranormális erők személyes megtapasztalása. Eli Weidenfeld pszichológus így számol be róla: "A résztvevők, 60-70 személy, köztük számos ismert parapszichológus, alig fértek be a terembe. Akinek nem jutott ülőhely, a padlóra kuporodott vagy a falat támasztotta. A hangulat kiváló volt. Egy számomra ismeretlen amerikai, név szerint Alexander vitte a szót. Hozott magával néhány fémtárgyat, amit állítólag paranormális úton hajlítottak meg: kulcsokat, érméket, fémpálcákat és természetesen egy csomó evőeszközt... – Amerikában az ilyen összejeveteleken a résztvevők legalább 80 százalékának sikerül valamit meghajlítani – mondta. Ekkor mindenki kézbe vett egy evőeszközt és elkezdett járkálni a teremben. 20-30 perc múlva megszületett az első eredmény. Valaki meghajlított egy kanalat – U-alakú deformálódás jött létre a nyél legkeskenyebb részén. Az első elhajlást nyomban követte a második a terem másik végében, egyre többen jártak sikerrel, olyan volt az egész, mint valami láncreakció."

Amit az est kezdetén sokan talán megmosolyogtak, az most meghatározó élménnyé vált. A kanál meghajlott, anélkül hogy nyomást gyakoroltak volna rá! Sokkoló tapasztalat az ilyen, valahogy nem igazán illik bele modern világképünkbe. Vagyis a hétköznapi tapasztalás mögött léteznie kell egy rejtett valóságnak, s ott olyan törvények érvényesek, amelyeket egyébként tagadunk. Mert ugyebár "hivatalosan" csak nem görbülhet meg egy kanál magától – pedig, lám, mégiscsak megteszi.

Mi lehet ennek az oka? Számos parapszichológus abból indul ki, hogy a szellem ereje sokkal nagyobb, mint gondolnánk, és nem választható el

mereven az anyagtól. Meglehet, hogy mélyebb szinten a szellem azonos az anyaggal, és csak emberi szemszögünkéből tűnik úgy, hogy a kettő alapvetően különbözik. Így nézve teljesen mindegy, hogy az izmain vagy a szellemem erejével hajlítom meg a kanalat. A valóság egy egységes "anyag"-ból áll; ezért viselkedik a szellem és az anyag a szíami ikrekhez hasonlóan: szoros egységet alkotnak, még ha számunkra ez nem is mindig nyilvánvaló. Minden szellemi tapasztalatnak ez a lényege: létezik egy magasabb, rejtett valóság, amely kívül esik mindennapi világunkon, és léteznek a tudatnak magasabbrendű formái. Ebben a másfajta valóságban megszűnik a tér és az idő, minden, ami itt elválaszt bennünket, ott egységet alkot. A legtöbben mégis ebben a sötét pincében gubbasztanak, és csak azt tartják lehetségesnek, ami a pislákoló fényben fölismerhető. Kinn szikrázik a napfény, ám ők észre sem veszik. A misztikusok, jógik és szellemileg megvilágosultak azonban minden korban ablakot nyitottak erre a valóságra. Róluk szól ez a könyv.

Veszélyek és tévutak

A hetvenes évek elején hatalmas kasszasiker volt „Az ördögűző” című amerikai horrorfilm. Nagy hírverés előzte meg: állítólag iszonyú félelmeket váltott ki a nézőkből. Sokan sírtak és sikítottak, mások hánytak az undortól. Mi itt Európában nemigen hallottunk ilyen szélsőségekről, és a filmről keringő borzalmak nagy része propagandafogás is lehetett, ám a film valóban óriási hatást gyakorolt még az edzettebb nézőkre is. Egy ördögtől megszállott kislány történetével ismerkedhetünk meg, aki félelmetes dolgokat művel, az őt megszállva tartó démon hangján üvöltözik és őrjöng, közben kísértetek jelennek meg, a kislány ágya mozogni kezd, majd fölemelkedik. Papokat hívnak és megkezdődik az ördögűzés. Egyikük a kislány testét elhagyó sátán áldozata lesz, öngyilkosságot követ el.

Ezzel a filmmel indult el a nagy „okkult hullám”, amely azóta végiggyűrűzött az Amerikai Egyesült Államokon és Európán, messze több volt merő divathullámnál, és mind több emberre hatott valamilyen formában. Szerte a világon parapszichológiai munkacsoportok alakultak, Erich von Danikén könyveit milliós példányokban adták el, Elisabeth Tessier „asztroshow”-ja bámulatba ejtette a tévénézőket. Végül felbukkant a csalás témája is: Uri Geller mellett főleg a „Chopper” nevű szellem volt az, aki fölkavarta az okkult jelenségekben hívők világát. Miután még a parlament is foglalkozott az ügyével, szenzációra éhes, trükkökkel manipuláló fogorvosként lepleződött le.

Érdekes a tudományos parapszichológia képviselőinek véleménye erről az „okkult hullámról”. Kifogásolják, hogy mennyire kritikátlanul áll hozzá a közvélemény ezekhez a dolgokhoz. Mert minél hiszékenyebb a közönség egy

része, aki mindent készpénznek vesz, annál gátlástalanabban lép föl az ellenfél is. Két párt könyörtelen harca ez, és nézeteik között lehetetlen a közeledés. Az egyik oldalon állnak az "okosak", a "józanok", akik unják az egész okkult felhajtást, és mindent örülségnek címkéznek, ami a parapszichológiával van összefüggésben; a másik tábor viszont mindent elképzelhetőnek tart. ami "csodálatosának vagy "paranormális"-nak tűnik. Sajnos egyik párt sem segít a parapszichológia által felvetett kérdések megoldásában, mert a túlfűtött érzelmek akadályozzák a tárgyilagos vitát, amelyben felszínre kerülhetnének ennek a tudománynak valóban forradalmi eredményei.

Hogy mennyire fontos az okkult jelenségek tárgyilagos vizsgálata, mutatja egyebek között, hogy a parapszichológia történetében is fordultak elő csalások. Spiritiszta médiumok gyakran évekig vezették orruknál fogva a közönséget és az őket tanulmányozó tudósokat. Az is megesett, hogy alaposabb vizsgálódás után sok mindenre természetes magyarázatot találnak, ami annak előtte paranormálisnak tűnt. Ám ha ezeket figyelmen kívül hagyjuk, még így is éppen elég jelenség marad a parapszichológia több mint száz éves történetében, amelyek könnyedén megrendítik eddigi világképünket. Vizsgálódásaink során ezekből a tényekből kell kiindulni.

Legcélravezetőbb ennek során a kritikus magatartás, amikor is nem hamarkodjuk el következtetéseinket, és fontolgatva haladunk. A naivitás és a hiszékenység legalább annyit árt, mint a parapszichológia ellenségeinek arroganciája, akik a "tudomány" bástyáin állva örök időkre kinyilatkoztatják, mi az, ami egyszerűen nem *létezik*.

Veszélyt jelenthet az okkult jelenségekkel való kritikátlan foglalkozás a lelkibeteg embereknél is: kényszerképzeteket hívhat elő vagy erősíthet meg bennük. így a megszállottság hiedelme okán büntényhez is vezethet. Aschaffenburgban két katolikus papot hat hónapi felfüggesztett börtönbüntetésre ítélték, mert egy 23 éves nőből ki akarták űzni a sátánt. A csontig lesóványodott teremtes tíz hónap után belepusztult az ördögűzésbe. 1988-ban Konstanzban egy 74 éves ördögűző állt a bíróság előtt, aki éveken át kínozta egy "megszállott" nőt, majd meggyilkolta. Itt nyilvánvalóan rögeszmék is szerepet játszottak, az érintettek képtelenek voltak különbséget tenni a valóság és a képzelgés között, elveszítették a józan mérlegelés képességét.

Másfelől viszont megvan a pozitív hatása is az okkult hullámnak: lehetővé teszi, hogy az érdeklődők a világ irracionális aspektusai felé forduljanak, elősegíti, hogy a hétköznapjainkból kizárt, sőt olykor erőszakkal kirekesztett, rejtett valóság felszínre kerüljön. Ez a szembesülés nem teljesen veszélytelen. Ám még veszélyesebb e valóság tagadása – mert mélység nélkül értelmetlen az élet.

Misztikus út az önvalóhoz

Bevezetőül hadd javasoljak egy tesztet: kérdezze meg a szomszédját vagy valakit a környezetében, aki feltehetően nem botránkozik meg nagyon, hogy mit jelent számára ez a fogalom: “misztika”.

Könnyen előfordulhat, hogy megbánja a merészségét, mert nem biztos, hogy jó fényt vet Önre, ha kiderül, hogy ilyen “misztikus dolgokkal” foglalkozik. Az meg szinte bizonyos, hogy nem kap kielégítő választ a kérdésére, a fogalmat ugyanis nehéz pontosan meghatározni. A legelképesztőbb választ egy jogásztól kaptam, aki szerint a misztika “elmeháborodottak-nak való teológiai irányzat”. Azután – természetesen – Eckhart mester neve következett, dehát őt szinte mindenki ismeri.

A középkor nagy misztikusa – elmeháborodott lett volna? Korunk növekvő érdeklődése a misztika iránt csak üres fantazmagória? A misztikában mindig is volt valami “őrült”, no persze nem a szó hagyományos értelmében. Örökké jelen volt, minden vallásban és minden kultúrában, ám képviselőit nem kis gyanakvással fogadták. Eckhart mester ellen (1260-1327) eretnokség miatt vádat emeltek, Halládsot, az iszlám misztikust pedig 922-ben eretnek tanai miatt kivégezték. Az ítélet hatszáz korbácsütés volt. Ha mégsem pusztult volna bele, akkor a testét darabokra szagatják.

Vagyis, jobb óvatosnak lenni a túl sok “misztiká”-val szemben – állandó a feszültség a misztika, illetve az egyház s az állam hivatalos képviselői között. A hatvanas években az Egyesült Államokban a hippik és ellenzéki diákok soraiban divatba jött, hogy drogokat (elsősorban LSD-t) használjanak misztikus állapotok elérésére. Timothy Leary, az úgynevezett kábítószeres misztika fő képviselője emiatt veszítette el állását a Harvard Egyetemen. Másfelől viszont a valódi misztikusok minden jel szerint rendkívül érett személyiségek. Olyan ritka tulajdonságokra sikerül szert tenniük állítólag, mint a kiegyensúlyozottság, belső tartás, félelemnélküliség és tárgyilagosság. A helyesen végzett jóga- és zazen-gyakorlat a szakemberek szerint fölér egy sikeres pszichoterápiával.

A misztikában tehát megvan mindkettő: a távolságot teremtő élményvilág, amely fejleszti a kritikus szemléletet (ezért adódhat özszeütközés a misztikusok és a társadalom között), és ama tapasztalat is, amely – ha helyesen élünk vele – rendkívüli módon elősegíti a személyiség gyarapodását.

Szinte megoldhatatlan feladat megmagyarázni, mi is igazán a misztika; mert nem magyarázni, hanem megtapasztalni keli. Vegyünk egy szimfóniát: azt sem lehet megmagyarázni vagy definiálni. Csak hallgatni kell – s akkor, ha

muzikális az ember, magyarázatás nélkül is tudja, miről van szó. Akár a szerelemben: nincsen rá fogalom, amelyik pontosan fedné az élményt. Nincs ez másként a misztika esetében sem: vagy rendelkezik valaki némi fogékonysággal a misztika iránt, és akkor ösztönösen is érti, miről van szó; vagy nem, s akkor nem ért semmit és csak mosolyog az egészen.

Ennek ellenére megpróbálkoznék néhány útbaigazító gondolattal. Először is célszerű különbséget tenni hétköznapi és magasabb misztika között. Nézzük először a *hétköznapi*: vannak, akik mindenféle meditációs gyakorlat nélkül képesek az elmélyülésre, amikor is mintegy varázsütésre megváltozik körülöttük a világ. Különösen gyakori ez a jelenség serdülőkorban. Eckart Wiesenhütter pszichiáter professzor ezzel kapcsolatosan egy 13 éves fiú élményéről számol be, aki egy vasárnap reggel egy fenyőerdő és egy szőlőskert magas kerítése között haladt. Céltalan álmódzása lassanként egészen rendkívüli állapotba fordult át: azt vette észre, hogy tekintete áthatol a tárgyakon, minden átlátszóvá vált körülötte, a természet mintha levette volna az álarcát:

– Minden sötét, holt és anyagi eltűnt; a dolgok a maguk örök valóságában nyilvánultak meg, mint eleven fény és élet, és bennem is ugyanaz volt, egy és ugyanaz a tudat, egy és ugyanaz a szubsztancia volt bennem és bennük...

Hasonlóan misztikus hétköznapi élményről tudósít Jürg Wunderli svájci orvos és pszichoterapeuta:

– A zürichi pályaudvar forgatagában ért a rendkívüli élmény. Ki ne ismerné a nyomasztó pályaudvari hangulatot, a morcos, rohanó és ingerült, szitkozódó-ordító ember tömeget? A barátomat vártam, a hangosbemondó egy órás késést jelzett. Gondoltam, nem megyek el, hanem megvárom. Céltalanul ténferegtem, amikor hirtelen különös dolog történt. Egyszeriben nagyon könnyűnek éreztem magam és kimondhatatlan boldogság töltött el. A legcsodálatosabb azonban az volt, hogy a várakozók tömege is átalakult, vidáman, derűsen nevettek rám, telve belső békével és nyugalommal. Egy voltam velük, összetartoztunk, mint egy boldog, nagy család. Ám ez nem azt jelenti, hogy föloldódtam volna a névtelen tömegben. Egyéniség maradtam a tömegbe simulva és minden történést világosan érzékeltem. Az idő mintha megállt volna, egyszerűen nem létezett, nem is tudom, hogy percekig vagy fél óráig tartott-e az egész. Végül azonban a pályaudvar visszanyerte szokott arculatát, és hamarosan befutott a barátom vonata is.

Mindkét eset a megtapasztalt misztika tipikus jegyeit viseli magán, és bár hétköznapi élmények, mégis messze túlmutatnak a hétköznapiakon. A tárgyak, az anyagi világ áttetszővé válnak, és maga a szemlélő is változáson megy át: eggyé válik a környezetével, a tárgyakkal, az emberekkel. Végtelen nyugalom és boldogság tölti el, megszűnik számára az idő. A világ leveti álarcát, és mint

tökéletes harmónia nyilvánul meg: én vagyok a világ, a világ pedig én!

Ábrahám Maslow amerikai pszichológus felfogása szerint – aki egyébként a new age-mozgalom szülőatyja és a transzperszonális pszichológia egyik megalapítója – a hétköznapi misztikának nagy jelentősége van az önmegvalósításban.

Maslow rendszeres vizsgálatnak vetette alá ezeket a “csúcserőműveket” és arra a megállapításra jutott, hogy a jelenség sokkal gyakoribb az érett, kiteljesedett (ahogy ő nevezi: “önmegvalósított”) személyeknél. Stanislaw Gróf, a transzperszonális pszichológia legjelentősebb képviselője szintén azon a véleményen van, hogy az igazán egészséges emberek hajlanak a misztikus világfelfogásra.

Mint festenek mármost a *magasabb* misztika élményei? Bizonyos mértékig ezek is csak a hétköznapi misztika fokozottabb formái. A pszichológusok és filozófusok megkísérelték a misztikus tapasztalatok közös vonásainak feltérképezését. Kortól és vallástól függetlenül elképesztő azonosságokra bukkantak.

Az első ilyen közös vonás a *kimondhatatlanság*. A misztikusok nem találnak szavakat, fogalmakat élményeik kifejezésére, ezért gyakran élnek a hasonlattal és a szimbólummal. A buddhizmusban, különösen a zen-buddhizmusban a misztikus kijelentések paradoxak. A nyelv hétköznapi valóságunk visszatükröződése. Eredendően a túlélési harc során jött létre, hogy az emberek megérthessék egymást. A lelki, transzcendentális háttérről, ahová a misztikus behatol, a nyelv nem képes megfelelően tudósítani.

A misztikus tapasztalatok másik közös vonása, hogy *megszűnik a tér és az idő*. A misztikus úgy érzi, hogy maga mögött hagyja tér és idő hétköznapi világszemléletünk számára alapvető korlátait. Így már világos, hogy az élmények nem önthetők szavakba, hiszen minden konkrét leírás térhez és időhöz tapad.

A harmadik közös vonás az *egység* élménye. A misztikus megtapasztalja, hogy közte és a dolgok között nincsenek korlátok. Nem oldódik föl bennük, de érzi, hogy valójában minden egy. Ennek legmagasabb formája a kozmikus egység élménye, az “unió mystica”, az ember egyesülése Istennel.

A negyedik közös tulajdonság a *szentség* élménye, ami mélyen átélte pozitív lelkiállapottal jár. Alázattal ismerjük föl a világ lényegét, értelmét és mélységét. Goethe Faustjával szólva ámulattal fedezzük föl, hogy mi az, ami “legbenső lényegében összetartja a világot”.

Bár a misztikus élmények igen illanékonyak, átélőik mégsem érzik őket szubjektívnek, ellenkezőleg: meg vannak győződve élményük valóságáról. Azonkívül a misztikus élmények mélyreható változásokat hoznak a személyiségben, egyértelműen gyógyító hatásuk van. A misztika elősegíti a

személyiség integrációját, utat nyit az alkotóerő számára, elmélyíti megértésünket, türelmünket és szeretetünket. A pozitív beállítódás révén életünk gazdagabbá válik, segítőkészségünk, felelősségérzetünk a teremtés megőrzése iránt egyre jobban kibontakozik. A misztikus élmény hatással van a világszemléletre is: a misztikusok világképe nagy hasonlóságot mutat. A keresztény, zsidó, mohamedán és buddhista misztikusok mind hasonló vallási élményekről számolnak be és ezért a világot és az életet is hasonló módon látják..

Keleti misztika - hogyan oldódhatunk el énüinktől?

Kelet szellemiségének lényege Gautama Buddha példáján mutatható meg a legtisztábban. Buddhában a misztikus tipikus alakja áll előttünk: egyszerre "örült" és megvilágosult. Gautama Buddha (a "megvilágosult", a "felébredt") Kr. e. 560-ban született előkelő nemesi család sarjaként. A legenda szerint az ifjú herceg fényűző életet élt. Megnősült, fia született, ám mégsem érezte magát igazán boldognak. Ekkor keresni kezdte az élet értelmét.

Négyszer hajtott ki szekerén Buddha, hogy szembesüljön a valósággal; a négy találkozás felrázta. Első útján egy beteggel találkozott, a másodikon egy aggastyánnal, azután egy halott került az útjába. Az élet napos oldalához szokott herceg megdöbben és nyugalanság kerítette hatalmába. A lét nagy kérdéseivel való szembesülés fölnyitotta a szemét. Ám az igazi változást Buddha életében csak a negyedik találkozás hozta meg: az askéta látványa, aki kezében a koldusok tálkájával, derűsen haladt útján. Buddha még aznap éjjel búcsút vett szeretteitől, magára öltötte a szerzetesek sárga köntösét, és – ahogy az írás mondja – "hazáját fölcserelte a hazátlansággal".

De útja még most sem ért véget. Először szélsőséges túlzások árán kereste az üdvösséget. Aszkétikus gyakorlatokba fogott, csontig lesoványodott, élet és halál között lebegett, mígnem fölismerte, hogy ez a végletes önsanyargatás is csak a mohó életvágy kifejeződése: az élvezet és annak radikális tagadása ugyanazon tőről fakad. Így választotta a "középső utat", amely hét évig tartó türelmes fáradozás után végül elvezette a megvilágosodáshoz.

E tudósítás nem történelmi tényeken alapul, legenda csupán, de filozófiai és pszichológiai igazsága nyilvánvaló: szembesülve a betegséggel, öregséggel és halállal elhatározzuk, hogy megváltozunk. Ám az önmegvalósításhoz nem a teljes tagadás vagy a mindenáron szentté válás szándéka vezet el bennünket, hanem a "középút". Ez is megköveteli, hogy hátat fordítsunk a mindennapok felszínes világának, ám inkább belső átalakuláshoz, semmint külső lázadáshoz vezet.

Indiában sohasem volt szokatlan, hogy valaki hátat fordítson a világnak, így Buddha korában sem. Szokatlan csak az volt, hogy ebből egy új vallás keletkezzék. Ma is sok hindu jut arra az elhatározásra, hogy "szanjászín" legyen, olyan aszkéta, aki egyedül Istenre bízta magát. Lepelbe öltözik, koldulásból tartja fenn magát, és egy barlangba húzódik vissza vagy templomok mellett keres szállást.

Vajon mi az eszmei háttére az ilyen gyökeres szakításnak minden evilágival? Már az indiaiak legrégebb vallási könyvei, az upanisadok azt tanítják, hogy a világ csak egyfajta tévképzet, illúzió. Ám e mögött az illúzió mögött létezik egy mélyebb valóság, s az ember bizonyos gyakorlatok révén kapcsolatba kerülhet vele, például a jóga segítségével. Ellentétben a keresztény tanokkal, ahol az adott dogmákban való hiten van a fő hangsúly, a hinduknál és a buddhistáknál a személyes megtapasztalás a lényeges. E tapasztalatok tetőpontja a "megvilágosodás" – a misztikus élmény. A hinduk számádhinak nevezik ezt az állapotot, ami mellel csak keveseknek adatik meg.

A keleti vallásokra tehát a személyes tapasztalat a jellemző a természetfölöttivel való érintkezésben s ez fejeződik ki gondolatilag a "brahman" és "átman" upanisadokban gyökerező tanításában. Brahman a világ oka, minden létező eredete, maga az isteni. Az átman az emberi személyiség belső lényege, az egyén lelke, az én. Aki megtapasztalta a megvilágosodást, fölismeri, hogy alapjában egy a brahmannel, mert átman, a saját lélek eredetileg a brahmanból keletkezett.

A lélek hasonló a tűzből kipattanó parányi kis szikrához, így lényege is a tűzzel egyező. Minden törekvés célja a szikra és a tűz, átman és brahman újraegyesülése. Ahogy a só is föloldódik az óceánban és megbonthatatlanul egyesül az egésszel, így alkot majd egységet az átman és a brahman is. Ezért mondja az indiai misztikus:

– Átman egyenlő brahmannel; a szív a legmagasabb brahman; brahman én vagyok.

A szanjászín ezenkívül azt is fölismeri, hogy a világ, a természet, a kozmosz egységet alkot a brahmannel. Mint a víz, amiben sót oldunk föl, minden egyes csöppjében sóssá válik, akként hatja át a világot is tökéletesen az isteni.

A keresztények számára nehezebben érthető, hogy a keleti vallásokban a világ alapja gyakran személytelen jellegű. Amit a keresztények "Isten"-nek, a mohamedánok "Allah"-nak, a zsidók "Jahve"-nak neveznek, az az upanisadokban az alak nélküli brahman. E téren a buddhisták mennek el a legtovább: a buddhista túlvilág, a nirvána egyfajta "semmi"; így a buddhizmus Isten nélküli vallás.

Guruk és szentek

Míg Nyugat tehetséges természettudósokkal, mérnökökkel és felfedezőikkel dicsekedhet, addig Indiának köszönhetjük a nagy misztikusokat. Politikával Mahatma Gandhin kívül kevesen foglalkoztak közülük. Saját igazságukat fontosabbnak tartották a politikai küzdelmeknél. A kontempláció (elmélkedés) mesterei ők, vallási géniuszok, akik nemcsak gondolatilag időztek az isteninél, hanem tapasztalatok, élmények és megvilágosodás által szoros kapcsolatban is álltak vele. Ezekből az emberekből rendkívüli erő áradt. Akik találkoztak velük, gyakran egész életüket megváltoztatták, és hatásuk nemcsak Indiában, hanem Nyugaton is mindmáig érezhető.

A közelmúlt talán legjelentősebb alakja Rámakrisna (1836-1886), a modern hinduizmus meghatározó egyénisége. Számos ma is működő irányzaton érezhető a hatása. Rámakrisna Káli istennő (a fenséges Anya) templomának papja volt Daksines-varban (India). Egy nap megjelent nála egy szanjászín, aki felszólította, hogy hagyja az Istenről való képzeteket, és szentelje életét az alak nélküli brahmannal való egyesülésnek. Ekkor Rámakrisna az aszkéta útmutatása szerint elvégezte az indiai misztikusok jellegzetes szertartását. Tízbe vetette egyházi méltóságának és kaszthoz való tartozásának jegyeit, és ruhátlanul megtartotta önnön temetését:

– Lemondok apámról, anyámról, feleségemről. Lemondok nevemről és rangomról.

Rámakrisna Kali-hívóból az alak nélküli abszolúton aszkétikus tisztelője lett, és ez rendkívüli hatást gyakorolt tanaira is. Az abszolútnak nincsen neve, és nem ragadható meg a szokásos istenképzetekkel. Ezért Rámakrisna a vallási tolerancia szószólója lett. Egy ideig keresztény hívőként élt, majd meg a mohamedán hit szerint. A vallások lényegéről így vallott: "Egyetlen láng, csak az emberek szemükkel más és más színben látják."

A modern nyugati emberre éppen ez a tolerancia gyakorolt nagy hatást. Tanítványa, Szvámi Vivekananda (1863-1902) alapította a főleg az Egyesült Államokban működő Rámakrisnamissziót. Hatása érezhető a hinduista Sri Aurobindo (1872-1950) tanain is. Nyugati útjain szót emelt a toleráns, egységes vallásért, amely ötvözi a haladás és az evolúció korszerű eredményeit: a világegyetemben az anyag fokozatosan a legmagasabb tudatformává alakul. A tudati fejlődés nem a mai emberben éri el csúcspontját, hanem az őt meghaladó, a "szupramentális" felé tör.

Aurobindo elmélete megdöbbentően hasonlít Pierre Teilhard de Chardin katolikus teológus és természettudós (1889-1955) nézeteihez, de a "new age" teóriájához is. A Nyugaton tevékenykedő hinduista csoportokon is

felismerhető a hatása.

A hinduista jámborság ma sokak számára vonzó Nyugaton. De nem minden mester és guru rendelkezik Rámakrisna vagy Sri Aurobindo tökéletes harmóniájával. Napjainkban kiemelkedő a New York-ban élő Sri Chinmoy meditációs mozgalma, jelentősek a sziddha-jógacentrumok, az "Ananda Marga"-mozgalom, és nem utolsósorban az 1990-ben elhunyt Bhagwan (Osho Rajneesh) és a köréje csoportosult hívek tevékenysége.

Nyugaton a hinduizmus mellett a buddhizmus, különösen annak japán változata, a zen-buddhizmus fejtett ki nagy hatást. A húszas évektől Daisetz Teitaro Suzuki (1870-1966), a nagy japán mester neve fémjelezte a mozgalmat. Könyveiből a Nyugat is megismerkedhetett a zennel. Az Egyesült Államokban a hatvanas évek hippie mozgalmában különösen kedvelt volt a zen-buddhista gondolkodás és a zazen (a hozzátartozó meditációs forma). Németországban a zen-buddhizmus számos meditációs központra volt hatással. A későbbiekben szólunk még Enomiya-Lasalle atya "keresztény zen"-jéről és Karlfried Gráf Dürckheim "iniciációs terápiájáról", – ez utóbbi is lényegi elemeket vett át a zenből.

A keresztény misztika - a "semmi"-ként megélt Isten

(Isten, mint a "semmi" megtapasztalása)

A misztika összekötő kapocs a vallások között, mert minden vallás tudósít ilyen jellegű tapasztalatokról. A keleti misztika világgépének így megtalálni párhuzamait a keresztény misztikában is. Itt elsősorban a nők voltak azok, akik a férfi dominanciájú egyházba "becsempészték" a spiritualizmust. A középkorban begináknak nevezték e női misztikusokat – a lekicsinylő kifejezés az albigensek eretnekmozgalmára kívánt utalni. A beginák nevéhez fűződik az első jelentősebb nőmozgalom: a hivatalos egyház éppen csak megtűrte őket, a kolostorokon kívül éltek és önálló szellemi közösségeket alkottak. Mélységes hitbéli áhítattól áthatva, nagy szegénységben teltek napjaik, minden erejükkel a szegények nyomorának enyhítésén fáradoztak.

Az egész Európában hódító mozgalom kiemelkedő előfutára volt Hildegard von Bingen (1098-1179), aki látomásaiban első ízben pillantotta meg Istent a Nagy Anyaként. Így ő lett legelső képviselője ama "feminista teológiának, amely napjainkban arra hivatott, hogy ellensúlyozza a kereszténység egyoldalúan patriarchális jellegét.

A keresztény teológia túlkapásai ellen nemcsak a keresztény misztika feminista ága szól, de mindenfajta misztikus tapasztalat. A teológusok szigorú

dualista elvek alapján gondolkodtak: éles választóvonalat húztak egyfelől a világ, másfelől a személyes Atyaisten között. Istent egyre több emberi tulajdonsággal ruházták föl, lassanként fenyegető diktátorra hatalmasodott, aki félelmet és rettegést keltett a hívőkben. A misztikusok ellenben látásaikban Isten végtelen szeretetét tapasztalták meg, és fölfedezték, hogy Isten és a világ dualisztikus szétválasztása nem létezik, hogy Isten minden dologban jelen van, jelen van a természetben és különösképpen az emberi lélekben. Ezért vagyunk képesek rá, hogy elmélkedés és misztikus révület által megtapasztaljuk Őt magunkban.

A misztikusok mindig is az eretnekség határán jártak. A teológusok bonyolult skolasztikus gondolatrendszereket fejlesztettek ki, melyek hemzsegték a nagy éleselmélvéséggel kifundált intellektuális különbségtételektől. Ezen dogmatika alapján aztán könnyen kelepcebe csalták az eretnekeket, az inkvizíció hódításával pedig üldözték és kivégezték őket. A misztikusok ezzel szemben az elmélkedésben megtapasztalt egység és szeretet élményéből indultak ki. Meggyőződésük volt, hogy Isten mélyebb valóságáról hallgatni kell, hogy mi, emberek a teológiai "bűvészmutatványok"-kal nem kerülünk közelebb hozzá, hanem csupán névtelen "semmi" marad, amit megragadnak.

Angelus Silesius (1624-1677), a keresztény költő és misztikus így ír erről: Isten a Semmi, senki nem érintette még; Ha feléje nyúlsz, ködbe vész.

Eckhart mester pedig így beszél róla a misztikusok jellegzetesen "homályos" fogalmazásában:

Ha Istent istenként, szellemként, személyként, képmásként szereted – hagyj föl vele (...) Igazi valójában szeresd: nem-istenként, nem-szellemként, nem-személyként, nemképmásként; mi több: tiszta, makulátlan egység Ő, távol minden kettősségtől. Ebben az egységben kell feloldódnunk: semmiből semmivé válnunk.

Isten a meg nem ismerhető, a rejtőzködő. – A mohamedánok egyenesen tiltják képi ábrázolását, ezzel is hangsúlyozva megismerhetetlenségét. Azonnal megtapasztaljuk Őt azonban, mihelyt hátat fordítunk eddigi életünknek, amint Buddha is tette. Meg kell szabadulnunk önmagunktól, el kell oldódnunk énunktől. Eckhart mester hitvallása is ez, mert "hagyjuk el bár az egész világot, ha önösségünk megmarad, olyan az akkor, mintha semmi sem történt volna". Amint meghal az "Én", szabad az út a misztika számára. A látszattól való elfordulás lehetővé teszi, hogy fölfedezzük a "lélek szikráját", azt a szikrát, ami az elmélkedés során hatalmas fénné változik át, Isten fényévé. Mert "Isten ott rejtőzik lényünk legmélyén", s ha hátat fordítunk régi énünknek, és elmélkedünk, megtaláljuk Őt önmagunkban. Az "unió mystica", az Istennel való egyesülés élménye adja a misztikus szájába a következő

szavakat: „Isten lényege az én lényegem, az én lényegem Isten lényege.” – “Isten és én egyek vagyunk.” Az upanisadokban pedig így hangzik: – “Én vagyok Brahman.” Vagy: “Átman és Brahman ugyanaz.” Halládsz, az iszlám misztikus így kiált töl: “Én vagyok 0!”

A misztika újraéledése

Azok, akik ma a személyes Isten-tapasztalás forrásait keresik, megtalálják hozzá az utat a kereszténységben is: az imában és a meditációban. Egészen a 16. századig a keresztények között is mindennapi gyakorlat volt a misztikus (tárgy nélküli) imádkozás, amin a legteljesebb külső és belső csöndet értették. Egy ismeretlen, 14. századi angol misztikustól származik az a még ma is használt meditációs útmutatás, amely a “Nemtudás felhője” címet viseli.

Lassanként azonban a misztikus és meditatív gyakorlat kiszorult az egyházakból. A misztika az eretnokség rossz hírébe került. A misztikus toleráns magatartása és dogmatikus szempontból alig ellenőrizhető személyes tapasztalatvilága szálkát jelentett az egyház szemében.

Mára azonban mindkét nagy felekezetben érezhetően újraéledt a misztikus és meditatív gyakorlat; igen erőteljes ennek során a keleti spiritualizmus kihívása és hatása.

A keleti és nyugati spiritualizmus ötvözésére jó példa Hugó M. Enomiya-Lassalle. A jezsuita szerzetes misszionáriusként érkezett Tokióba, ahol is zenmester lett, és azóta a “keresztény zen” legjelentősebb képviselője Németországban.

Hasonló utat járt be Bedé Griffiths angol bencés pap is, aki Keralában (Dél-India) a Shantivanam-ashrám vezetője: “Életünk a Szent Benedek-rend szabályain alapul – mondja -, de a hindu ashram hagyományait és szokásait követjük, “kavi”-t viselünk, a hindu szanjászín sáfrányszínű leplét. A zsoltárok és a Szentírás olvasása mellett szanszkrit dalokat énekelünk és egyéb szövegeket olvasunk. A jóga meditációs gyakorlásával élünk, Jézus imádságát pedig mantraként használjuk.”

Időközben Németországban is számos meditációs központ létesült, céljuk a misztikus megtapasztalás útjának újjáélesztése a keresztény egyházakban. Ilyen például a Szent Benedekház Würzburgban. A régi kolostorban Willigis Jáger bencés szerzetes tanítja a keresztény kontemplációt. Tanai a zenbuddhizmus hatását viselik magukon; Jáger szerint minden vallás a misztikus alapélményből ered, “mindegyikben ugyanazt a végső valóságot tapasztaljuk meg”. A keresztény kontempláció segítségével – ami az imádságon és a szemlélődő meditáción is túlmutató, elmélyülési technika – a képektől mentes, tárgynélküli, közölhetetlen Ősokot, az Istennel való egységet

tapasztalja meg az ember.

Az iszlám misztika - szeresd a mát és bízz a jelenben

Az iszlám misztikát (szufizmust) is éppen csak megtúrték az ortodox tanok hivatalos képviselői. Már idézett mondataért -"Én vagyok Ő" – Hallázd misztikust 922-ben eretnekként kivégezték. Az ítélet ama jellegzetes egyházi tévedésen alapult, hogy a nyelvileg megfogalmazott hittételek alapvető jelentőségük a vallásos élmény vonatkozásában. Természetesen egyetlen misztikusnak sem jutna eszébe, hogy Istennel azonosítsa magát. Előfordul ugyan ilyesmi, de ez már kóros magatartás jele. Az iszlám misztikusok is tisztában voltak vele, hogy a dogma, a nyelvi megfogalmazás csak a látszatot ragadja meg, és az igazi istenélményt már csak ezért sem képes kifejezni. A vallási élmények nyelvi megfogalmazása csakis az egyházi intézményeknek állt érdekükben, még ha ez lehetetlen is – legalábbis kötelező dogmák és tanok formájában. Az egyház számára sokszor a hatalom volt fontosabb, mintsem az eleven hit. Hatalmas intézményrendszerének fenntartásához kellett az ideológia, aminek viszont vajmi kevés köze van a misztikusok tapasztalataihoz.

Az iszlám különösen szigorú vallás, nagy súlyt helyez az előírások, a vallási törvények betartására. Ezzel szemben a szufik. az iszlám misztikusok nézete szerint a megvilágosultakra nem vonatkoznak a törvények, még a zarándoklás kötelezettsége sem. – "Minden szem a Kaaba felé fordul -írja egy szufista költő – a miénk azonban Hónszerettünk felé."

A "Hónszerett" nem más, mint Allah; a szufi misztika középpontjában ugyanis isten szeretete áll.

De e misztikus elragadtatásban megélt istenszeretetet is gyakran ütközött az ortodoxok ellenállásába. Az iszlám minden más vallásnál inkább az istenfélelem vallása. Allah a minden emberit messze meghaladó Teremtő, és a hívő mohamedán az ő alázatos szolgája. Hogyan lehetséges így a szeretet Isten és ember között? A közönséges halandó – mondja a szufi – jótéteményeiért szereti Istent. Ezért váltakozó a szeretete. Mindig attól függ, Isten hogyan bánik vele. A kiválasztottak Istent önmagáért és tökéletességéért szeretik. Szeretetük soha meg nem szűnik, még akkor sem, ha Isten "megvonja tőlük jótéteményeit".

De az istennel szembeni engedelmisség iszlám eszméje elevenen él a szufi tanokban is. Követői végtelen bizalommal vetik alá magukat az isteni hatalomnak. A szufi nem aggódik a holnap miatt; a szufi legendák többnyire olyan szentekről szólnak, akik étlen-szomjan vándorolnak a pusztában. Egy

szufi mester mondja:

“Isten nem kéri tőled, hogy ma végezd el, amit holnapra tűzött eléd. Te se légy hálátlan tehát, hogy a holnap kenyerét már ma kéred.”

Hányan és hányan küzdenek ma azért, hogy végre mindenestül képesek legyenek a mában, az “itt és most”-ban élni – vajon a szufik tanácsa nem segíthetne nekik?

Tánc és szent ekstázis

“Szuf” szó szerint annyit jelent: “gyapjúból készült”, és az iszlám misztikusok egyszerű öltözetére, a gyapjúköntösre utal. A misztikus út kezdetén a szufik számára is az addigi élettől való elfordulás áll, a lemondás az addigi szokásokról. Abu Zaid ibn Abi'l-Khair (967-1049) szufi szent és költő ifjúkorában nagyra becsülte a világi irodalmat. Saját állítása szerint az iszlám előtti költészet harmincezer sorát tudta kívülről. Egy napon meghallgatta egy bölcs előadását, aki a Korán hatodik szúrójának kilencedik verssorát választotta elmélkedése tárgyául, amely így hangzik: “Te csak annyit mondj, Allah! A többiek meg hadd fecsejenek.” Ez a mondat megváltoztatta Abu Zaid életét, könyveit máglyára rakta és mind elégette. “A szufizmus felé vezető első lépés – tanította később – a tintatartók összezúzása, a könyvek szétszaggatása, minden tudás elfeledése.” Majd visszahúzódott házikápolnájának egyik fülkéjébe, amiről így vall: “Ott ültem hét éven át, és szüntelenül Allah nevét mondogattam.” Ősrégi gyakorlat az isteni név, az ima, egy szent szó vagy a (zen-buddhizmusban) egy talányos kérdés ismételtetése. Csak az ismétlés képes megfegyvelmezni a szellemet, általa új dimenziók nyílnak meg előtte. Aki mosolyog e technika imamalomszerűségén, az nem értette meg az ilyenfajta imádkozás értelmét.

Az ismétlés technikáján alapul a dervisek híres tánca is. A szufista rendi közösség megalapítója Maulána Rumi (1207-1273) iszlám misztikus és költő. A tánc ősidők óta fontos kultikus szerepet tölt be a legtöbb vallásban. A természeti népeknél mágikus jelentősége van: gyógyító rituálék előtt a sámánok erejének összpontosítására szolgál vagy a rontás elhárítására. A zsidó misztikában (hasszidizmus) a tánc az öröm kifejezése, célja az Istennel való egyesülés. A táncoló dervisek még ma is minden decemberben összegyűlnek az anatóliai Konyában, ahol Rumit és családját eltemették. A táncolók hegyes süveget viselnek, ami a sírkövet jelképezi, fekete köpenyük a sírt, alatta a fehér ing pedig a halotti leplet. Mindez az “En” halálát jeleníti meg.

A rituális táncot fuvola, dob és ének kíséri. Az előénekes magas hangon a próféta dicséretét zengi. Majd a dervisek levetik köpenyüket, és kitért karral, lassan elkezdik a szent, kozmikus körtáncot. Jobb kezüket tenyérrel fölfelé

tartják, míg a balt lefelé, ez az isteni kegyelem fölvetését jelképezi és továbbadását a világnak. A tánc egyre gyorsabb, mígnem vég nélküli forgássá válik. A szélesebb forgás, a fuvola és a dob hangja, az előénekes recitációja rendkívüli erejű transzba ejti a résztvevőket.

Az indiai derviseknek ebben az állapotban teljesen megszűnik a fájdalomérzékelésük. Hegyes vasakat szúrnak át az arcukon és az állkapcsukon, miközben vérnek nyoma sincs. A transz olyan tudatállapot, amely alapvetően különbözik normális állapotunktól, és minden jel szerint egy olyan valósággal köt össze bennünket, amely ismert természeti törvényeinken kívül áll.

A dervisek tánca és Isten fölidézése (az ún. zhikr) ma is bevett gyakorlat. A "zhikr" tulajdonképpen emlékeztetést jelent, visszaemlékezést Istenre. Ez Isten "legszebb" nevének ismételtetése, tudatos légzéssel és bizonyos mozdulatokkal összekötve. A zhikr és a dervistánc egyik is, másik is az öröm meditációja; szemben a jógik és a zen-buddhisták néma elmélyülésével – bár a céljuk végső soron ugyanaz – eksztatikus állapotokat idéznek elő. A szufi istenszeretete átélhető és megtapasztalható. Németországban majdnem minden nagyvárosban működnek szufi-csoportok.

Sámánmisztika - kapcsolat a túlvilággal a halál és az újjászületés révén

Kinalikot, a fiatal eszkimó nőt törzsének tagjai hóba szúrt sátorcölöpökre akasztották és öt napig úgy hagyták. Tél közepe volt, dermesztő hideg, és szakadó hóesés. Öt nap elteltével a sátorba vitték és egy puskából golyó helyett kövel rálöttek. Kinalik eszméletlenül esett össze, és csak másnap reggel tért magához.

Knud Rasmussen sarkkutató elbeszélése szerint így zajlik az eszkimóknál egy sámánő beavatása. A sámánok teremtenek kapcsolatot a túlvilággal, s e feladatra beavatással teszik őket alkalmassá, ami a mi fogalmaink szerint gyakran eléggé ijesztő eljárás. A sámánnak át kell lépnie a halál küszöbét, mert csak így tud megfelelni természetfölötti feladatának.

Amikor az európai kutatók először bukkantak ezekre a rituálékra és kultuszokra a természeti népek körében, primitív szellemiségnek és bálványimádásnak tartották őket. Mozgósították a keresztény misszionáriusokat, akik mindent megtettek, hogy ráébredjék a "valódi" hitre a bennszülötteket, és civilizálják őket.

Ma már nem gondolkodunk ilyen mereven a természeti népek életformájáról, világképéről és kultuszairól. "Civilizációnk" ugyanis, ahogy azt közben megtanultuk, nem éppen emberi lehetőségeink csúcsa. Az

elmaradottnak titulált természeti népek, de szellemi örökségüket ápoló utódaik is sok tekintetben előttünk járnak. Lenyűgöző életbölcességük alapján könnyebben tudnak alkalmazkodni a környezetükhöz, misztikus eksztázistechnikáik pedig éppolyan hatásosak, mint az indiai jógik módszere. A természeti népek világképe sokban hasonlít egymáshoz; számos kutatás elemezte például az indiánok gondolatvilágát, amely ma világszerte az érdeklődés homlokterében áll. Az indiánok szemléletmódjából korunk embere is meríthet bőven.

“A materialisták és a nem-indiánok nagy problémája – mondja Archie Fire Lame Deer, egy ma élő sziú sámán –, hogy megfélemeztek Föld-Anya mindenfajta tiszteletéről.” Az ipari társadalmak emberével ellentétben a természeti népek hagyománya a kozmoszt hatalmas élőlénynek tekinti, amelyet – így az indiánok – a “Nagy Szellem” tölt meg lényekkel. A kövek, növények, fák, vizek, a két – és négy lábúak, a csúszó-mászók és a vizeket benépesítő állatok mind-mind élnek és mind a nagy makrokozmosz részei. Ezért szükséges tehát újra fölismernünk – hangzik Lame Deer intelme –, hogy Föld-Anyánk valóban szent lény, ahogy szent e világ minden teremtett dolga is, és nem szabad rosszra használnunk őket, hanem igazságosan és nagylelkűen kell osztoznunk rajtuk.

A természeti népek számos technikáját ismerik a túlvilággal való kapcsolatnak. Különböző rituálékkal, imádsággal, tánccal, dobszóval vagy bódító hatású gombák és növények fogyasztásával esnek eksztázisba. Ismeretes például az északamerikai indiántörzsek misztikus látomás keresése: segítségével találnak rá a fiatalok életük vezérelvére, egy szimbolikus névre vagy védőszellemre. Alapos tisztulási rituálék után (izzasztás, böjt) visszavonulnak a vadonba. Claude Lévi-Strauss antropológus híradása szerint vannak, akik minden élelem nélkül kenuba szállnak, megint mások hánytatószeret vesznek be, a jeges vízbe ugranak vagy hegyes botokkal sanyargatják testüket, mégpedig úgy, hogy a botot a hátizmus alá fűrják, súlyokat erősítenek rá, és így cipelik magukkal. Van, aki kitépi testének egész szerzetét, vagy teljesen hiábavaló munkával fárasztja magát: például leszedegeti egy fenyőfa tűleveleit az utolsó szálig. A látomás keresőt végül megszállja a szellem, és kapcsolatba kerül a túlvilági hatalmakkal.

Ezeknek a kultikus cselekedeteknek katartikus hatása van. A katarzis, a megtisztulás ősidőktől fogva a misztikus tapasztalatok előfeltétele volt és együtt járt a halál és az újjászületés élményével. Csak aki alászáll az alvilágba, támadhat föl, mint fönix-madár a hamvaiból, új életre.

A sámánna avatás szertartásában különösen szembeötlő ez a folyamat. Az így “feltámadottak” betegeket gyógyítanak, központi alakjai a vallási ünnepeknek, jelen vannak a születésnél és a halálnál. A sámán nélkül a törzs

elveszíti kapcsolatát a szellemvilággal, a sámán ugyanis kettős életű: egyidejűleg lakója az evilágnak, de a túlvilágnak is.

A sámánjelöltnek először a testi és lelki szenvedés próbáját kell kiállnia. A szibériai sámánok hosszú napokon át fekszenek szinte élettelenül egy félreeső helyen. Ez idő alatt táplálékot sem vesznek magukhoz. Volt, akit már-már eltemettek. Amikor visszatérnek a törzshöz, elmesélik élményeiket a pokolraszállásról. Elmondják, hogy az alvilág szellemei darabokra tépték a testüket, de újra össze is illesztették. Új életre keltek, megtörtént újjászületésük. A közhiedelem szerint a sámánok rendkívüli gyógyító erővel rendelkeznek. A Fülöpszigeteken és Braziliában végzett pszichosebeszet lényegében ugyancsak egyfajta sámánisztikus gyógyító rituálé.

Napjaink indiánsámánjai

A sámánizmus és az indián hitvilág megismertetésében nagy szerepük volt Carlos Castaneda könyveinek. Számos nyelvre lefordították és világszerte százezrek olvasták őket. A perui származású Castaneda a hatvanas évek elején Észak-Mexikóba utazott, hogy antropológiai témájú disszertációjához anyagot gyűjtsön. Az egyik buszmegállóban egy öreg indiánba, név szerint Don Jüanba ütközött, aki azonban nem akármilyen köznapi halandó volt, hanem a Yaqui-törzs sámánja. Összebarátkoztak, és a sámán bevezette Castanedát a titkos tanokba, amelyekben különös jelentőség jut a "tonal" és a "nagual" közötti különbségnek. "Tonal" az érzékelhető, háromdimenziós hétköznapi valóság, a "nagual" pedig a másik valóság, a sámánoké.

Don Jüan különböző gombák főzetét használja föl a kapcsolatteremtéshez e másik valósággal. A természeti népek ősidők óta élnek ezzel a módszerrel a szent révület elérésére. Az indiánok az erre alkalmas gombákat az "istenek húsának" nevezik. Egy észak-amerikai indián szekta az 1914-ben alapított "Native American Church", még ma is a bódító hatású peyote-kaktuszt fogyasztja úrvacsora ünnepén.

Nem csoda, hogy amikor a keleti meditációs gyakorlatok és a természeti népek eksztatikus tapasztalatai felé fordult a figyelem, széles körben elterjedt a drogok használata. A hatvanas években a hippik és amerikai értelmiségiek a tudat korlátainak fellazítására használták őket; Aldous Huxley, a híres író a zen-buddhizmust megpróbálta kábítószerrel ötvözni. Timothy Leary tudományos kísérleteiben kábítószer hatása alatt misztikus élményeket hívott elő, és így vált a "pszichedelikus" mozgalom atyjává. Az irányzat hívei a drogok segítségével akarták mozgósítani a tudattalanban rejlő kreatív erőket.

Amikor Albert Hofmann gyógyszerész fölfedezte az LSD-t, a kábítószeres misztika újabb virágzásnak indult. Az LSD más szereknél is

alkalmasabbnak tűnt a magasabb tudatállapotok megközelítésére, és hamarosan kedvelt szerévé vált mindazoknak, akik a megmerevedett hétköznapi tudat korlátait szerették volna kitágítani. John C. Lilly amerikai orvos és biológus, aki delfinkutatásaival vált híressé, különleges módon hívott elő misztikus állapotokat: meleg sósvízzel töltött, hang- és fényszigetelt kádba zárta magát, és LSD hatás alatt indult utazásra a számádh-tartályként ismert szerkezetben a tudatalatti sokrétű világában, ahol megszűntek a tér és az idő korlátai. Ilyen számádh-tartályok ma a megfelelő cégeknél megvásárolhatók. Az LSD árusítása és fogyasztása azonban egy ideje tilos mind Amerikában, mind Európában.

Ám a természeti népek tanai kábítószer nélkül is épp elég impozánsak. 1982-ben az ausztriai Alpachban "Sámánizmus és gyógyítás" címen kongresszust rendeztek, amit hamarosan két hasonló rendezvény követett. Nemcsak Albert Hofmann, az LSD atyja vett rajta részt, hanem valódi sámánok is, mint Brave Buffalo, a sziú indián vagy Rolling Thunder cherokee sámán.

Rolling Thunder 150 résztvevővel napfelkelte-szertartást hajtott végre: másfél óra néma hegyi út után egy réten dobbal, táncsal és füstáldozattal köszöntötték a Napot. A sámánoknak minden jel szerint sikerült "átadniuk" az indiánok mélységes tiszteletét a Föld-Anya iránt. Az egyik jelenlévő így számolt be a kongresszus hangulatáról: "Mindvégig a kölcsönös tisztelet és rokonszenv, a szeretet és a harmónia alaprengése volt érezhető. Ilyet még soha nem tapasztaltam."

A misztikus élmény -ösvény a fény felé A meditáció és a csend megtapasztalása

Szvámi Vivekananda indiai bölcs az ember gondolkodását a veszett majom viselkedéséhez hasonlította: "Volt egyszer egy majom, amelyik természetéből adódóan nyugtalan volt, akár társai. Valaki még fokozta ezt azzal, hogy jó sok bort itatott vele. Utána megmarta egy skorpió. Tudjuk, ha embert skorpió mar meg, az egész nap nem leli nyugtát. A majom helyzete tehát egyre szörnyűbbé vált. Szerencsétlenségét tetőzte, hogy még a démon is megszállta. Nos, könnyű elképzelni, milyen mérhetetlen nyugtalanság kerítette hatalmába. Az emberi szellem, a majomhoz hasonlóan, természeténél fogva állandó mozgásban van. Ha ehhez még hörpint a vágy borából, nyugtalansága tovább fokozódik. Ha a vágy hatalmába kerítette, a mások sikere láttán érzett irigység skorpiómarása következik. Végül pedig a büszkeség démona ejti rabul az ember szellemét, amitől mértéktelenül fontosnak érzi magát. Bizony nem könnyű az ilyen szellemet megzabolázni!

Ez a Vivekananda által leírt nyugtalanság különösen nálunk, nyugati embereknél nehezen fékezhető. Életfilozófiánk alapja a minél nagyobb profit: hajszoljuk a hasznot, a sikert és a vagyont. Vagy pedig folyton arról álmodozunk, hogyan lehetnénk boldogabbak és sikeresebbek.

A meditáció feladata mármost, hogy beindítson egyfajta áthangolási folyamatot. A külvilág felé fordult, általa lenyűgözött tudatot befelé irányítjuk, a belső lényegre és a csendre. A meditáció minden formájának előfeltétele tehát az elme elcsendesítése. Ez tekinthető egyfajta előgyakorlatnak is: erősíti relaxációs képességünket és növeli a belső distanciát. Az indiai jógik ilyenkor egy erdőbe vonulnak, egy egyenletesen morajló vízesés mellé vagy egy barlangba. A kolostorokban és a meditációs központokban nem ritka a beszédtilalom, néha napokra vagy akár hetekre is. Fontos a megfelelő testtartás is (például lóuszülés), ami szintén segíti a befelé koncentrációt. Ezt követően a meditáló figyelmét egy egyenletesen ismétlődő ingerre irányítja, miáltal a külvilág ingerei mind jelentéktelenebbé válnak, végül teljesen "kikapcsolódik". Az ismétlődő inger lehet gyertyaláng, saját lélegzésünk, egy mandala (misztikus jelkép) vagy egy folyamatosan ismételt szótag, mint például a szent "Om" (ezt mantrának nevezzük). Hasonló hatásúak az ismétlődő testmozdulatok is, mint például a szufi dervisek tánca. A zenbuddhisták pedig egy-egy kóannal (rövid, rejtvény jellegű kérdéssel) foglalkoznak.

Hosszú, türelmes gyakorlással a külső érzékelés annyira beszűkül, hogy belsőnkől felszínre törhet egy új, eddig nem ismert tapasztalat. Eleinte zavaróak a gondolatok és a képek, amelyek a koncentráció alatt fölmerülnek, de végül elérjük a meditációs alapélményt, az "ürességet" és a csendet. Élményvilágunk kibővül egy új belső dimenzióval: megnyílik a "harmadik szem", a misztikus látás "szerve". Vannak, akik így jutnak el a "szamádhí" vagy "szatori" állapotába, ami a jógában és a zazen-meditációban egyenlő a megvilágosodással. Ez a misztikusok legmagasabb rendű, szavakban nem kifejezhető tapasztalata. A meditáció élményei nem foglalhatók nyelvi formába, a személyes átélés a fontos. A következő képpel talán sikerül rávilágítani a lényegére: a meditáció olyan, mint amikor a tó tükrén elsimulnak a hullámok. Ha elcsitulnak, láthatóvá válik a tófenék. A meditáció olyan, akár a nappal áttűnése az éjszakába. Napközben a sugarak elhomályosítják a csillagokat, a meditáció azonban kikapcsolja ezt a zavaró világosságot, és fölismerjük a tiszta fényű csillagokat.

Aki kitartóan meditál, hamarosan észreveszi, hogy sok tekintetben megváltozik az élete, új módon viszonyul a valósághoz, egyre inkább képessé válik az élet nyugodt, félelem, remény, vágyak és illúziók nélküli szemléletére. Nyugtalanságunk szertefoszlik, fölfedezzük a világ igazi

lényegét. Természetünké válik a valóság közvetlen megtapasztalása, a mindennapok figyelmes, nyugodt, szabad megélése. Rabszolga az, akinek szenvedélyei vannak, és dolgok "fogva tartják". A meditáció megszabadít ebből a szolgaságból; a meditáció tehát út a szabadság felé.

Enomiyas-Lasalle, a zen-mester és jezsuita atya így fogalmaz: "A megvilágosodás végső, nagy hatása, hogy mindenben az abszolút irányít bennünket. Túl vagyunk a jón és a rosszon abban az értelemben, hogy nincs szükségünk parancsra vagy szabályra, ami megszabná viselkedésünket. Ahogy Konfucius is mondta, ekkor már elég, ha a szívünket követjük. A buddhisták ezt nevezik a kozmosszal való összhangnak."

Jóga – út a megvilágosodáshoz

Amikor Nagy Sándor Kr. e. 325-ben hódításai során elérte az Induszt, szent emberekkel, jógikkal találkozott. Ekkor a jóga már bevett gyakorlat volt; valószínűleg a történelem előtti idők sámánizmusából alakult ki. A harcok során csodálattal adózott a jógik rendkívüli képességeinek, amint szó nélkül viselték a különféle megpróbáltatásokat. Talán látott olyan jógikat is, akik addig szorították össze az öklüket, mígnem a körmük átfürödött a tenyerükön, vagy akik az elviselhetetlen déli napsütésben a lobogó tűz előtt ültek. Az uralkodó mindenestre egyiküket meghívta az udvarába, hogy éljen ott. A jógi azonban habozás nélkül elhárította az ajánlatot. Nem vonzották az ígéretek, elégedett volt a "semmivel", ami részül jutott. Mulatságosnak találta a császár gyermekes vágyát, hogy meghódítsa a világot. Szerinte minden embernek, akár élő, akár holt, elég néhány talpalatnyi föld.

A jóga szanszkrit eredetű szó, jelentése "iga". Iga, amellyel a barmokat járomba hajtják. A szó kettős értelemben is utal a jógára: segítségével megtörténik lényünk integrálása, a mélység és a felszín összekötése, másrészt jelzi a jógához szükséges fegyelmet és önfegyelmet. Már a szó jelentése is utal tehát arra, hogy ennek a meditációs technikának vannak bizonyos feltételei, legalábbis az Indiában szokásos formáknak. Nyugaton a jógának a könyveiben feldolgozható, sportos változatai terjedtek el. Számos dolog, amit köreinkben jóga névvel illetnek, egy neves jóga-kutató, Jürgen von Scheidt szerint nevenséges hókusz-pókusz, és legföljebb az "ezoterikus gimnasztika" névre szolgálhat rá.

Ha túlzó is ez a vélemény, a jóga kapcsán mégis fölvetődik a kérdés, mennyire emelhető ki egy több ezer éves gyakorlat a kulturális és történelmi összefüggéseiből, és miként adaptálható a nyugati életkörülményekre. C. G. Jung, a mélylélektan atyja például nemigen tartotta lehetségesnek a jóga gyakorlását, sőt mi több, óva intett tőle.

“Nem tudom eléggé hangsúlyozni, hogy mi nem vagyunk keletiek, és ezért egészen más a kiindulási alapunk ezekben a dolgokban” – írta. Még ha nem vagyunk is ennyire szigorúak, némi elővigyázatosság semmiképp sem árt. Sem a keleti vallásosság, sem a jóga nem alkalmas arra, hogy mint valami gyorstanfolyam, megvilágosodáshoz vezessen. Bajosan jutunk el a meditációs gyakorlat valós értelméhez, ha nem foglalkozunk komolyan a jógarendszer vallási-szellemi hátterével.

Először is határozottan ki kell jelentenünk, hogy a jóga eredetét tekintve több, mint bizonyos testgyakorlatok összessége. A jóga a megváltás útja, az egész életet magában foglalja. A reinkarnációs tanra támaszkodva a negatív karma csökkentését és pozitív karmák gyűjtését tűzi célul. A karma tetteink következménye – a jó és rossz cselekedetek összege. A jóga lehetőséget nyújt arra, hogy ezt az “összeget” kedvezően befolyásoljuk. Ahhoz, hogy a lélek (átman) megszabaduljon az anyagiság és a vágyak világából és brahmannel, a világ okával egyesüljön, meg kell zaboláznunk és le kell győznünk mindazt, ami a folytonos újjászületések kerekéhez bilincsel bennünket. Mert e megkötöttségünk vétkeink újra meg újra továbbfűződő láncolatának köszönhető csupán.

Kr. e. 150 körül Patandzsáli híres jógaszutráiban rögzítette a megváltás nyolcszoros ösvényét. Először is le kell számolnunk terhelő, karmát okozó magatartásformáinkkal, mint a tudatlanság, önzés, kötődés, elutasítás, valamint az élethez való ösztönös ragaszkodás.

Kötődésünktől önmagunkhoz és a világhoz a jóga gyakorlásával szabadulhatunk meg. Ennek a folyamatnak nyolc lépcsőfoka van: járna (összeszedettség és helyes életvezetés), nijáma (aszkrétikus fegyelem), ászának (testtartások), pránajáma (a légzés ellenőrzése), prátiahara (az érzékek elfordítása a dolgoktól), dhárana (koncentrálás egy pontra), dhjána (meditáció) és szamádhí (megvilágosodás).

Az első két fok (járna és nijáma) az életvezetés általános szabályait tartalmazza, a további fokozatok pedig azon a belátáson nyugszanak, hogy a test és a lélek szoros egységet alkot, a testi gyakorlatok befolyásolhatják és megváltoztathatják a pszichét. A helyes testtartások (ászának) révén az elme elcsitul, a befelé fordulásban megszűnnek a gondolatok és képek.

Ekkor fölismerjük igazi természetünket és szabaddá válunk. Aki a jógát csak testgyakorlatként végzi, az Patandzsáli fokozatrendszeréből csupán az ászánákat választotta ki.

Időnként hallani csodálatos képességekről, melyekre birtoklójuk a jóga révén tett szert. Indiában sziddhiknek nevezik őket. Arthur Koestler, a híres író utal rá, hogy az indiai jógik, akikkel ő is találkozott, mind kifejezetten törekedtek ilyen csodálatos képességek elérésére. Van, aki jósnokká akar

lenni, más láthatatlanná kíván válni, megint mások isteni erők birtoklására vágyanak. Ezek az "okkult" elvárások a jógával kapcsolatban olyan régi keletűek, hogy már Patandzsáli is óva intett tőlük. Csapdáknak nevezte a sziddhiket, mert gátolják a jógi fejlődését. A mágikus mindenhatóság nárcisztikus reménye valóban inkább az alacsonyabb lélek jellemzője, mintsem az érett személyisége. A meditációs gyakorlatok egytől-egyig éppen ezt az alacsonyabb ént hivatottak legyőzni.

Annak ellenére, hogy a jóga nehéz és pszichológiai szempontból nem is egészen veszélytelen gyakorlat. Nyugaton elterjedt formáiban is a meditáció egyik legfontosabb útja. Az újabb kutatások helyreigazították C. G. Jung merev ítéletét. A jóga segít "lazítani", s a hajszolt nyugati ember számára már ez is igen fontos, de betegségmegelőző szerepe sem lebecsülendő, és nem mellékes "érdeme", hogy új erőforrásokat nyit az egyén számára – márpedig korunkban különösen nagy szükség van vállalkozó kedvű utkeresőkre.

Példa erre a ma már nyolevan fölött járó holland jógi, Róbert van Heeckeren. A hajdani báró és milliomos 40 évesen hátat fordított a vagyonos nemesi életnek és vándorló jógi lett. Gandhi és Vivekananda követőjeként jógatanfolyamokat tart. Új életének hitvallása: segíteni egy jobb világ kialakításában, hogy a nélkülözés és a kiáltó egyenlőtlenségek megszűnjenek. Ő volt az, aki elsőként mutatott rá a húsfogyasztás és az éhezés közötti összefüggésre. Az erdők pusztítása és a környezetszennyezés ellen is fölemelte szavát. Együttműködik a FAO-val, a Világélelmészeti Szervezettel is. 1966-ban Pál pápa magánkihallgatáson fogadta van Heeckerent. Hogy mit jelent számára a jóga?

"A jóga – mondta 1988-ban az "esotera" című folyóiratnak adott interjújában – annyit jelent: fölkészülni valamire, síkra szállni valamiért, de jelenti az önfegyelményt is, a koncentrációt. A jóga, mondhatnánk, harcra készít fel, de nem erőszakos harcra, hanem a Gandhi szellemében folytatott erőszakmentes küzdelemre. Embernek lenni annyit jelent: harcolni egy magasabb eszméért."

A jóga ebben az értelmezésben út arra, hogy Gandhi szellemében az emberiség szolgálatába állítsuk magunkat. Ehhez azonban nagy belső erőre és tartásra van szükség, amit csak a magasabb énbe gyökerezettség tesz lehetővé. A jóga ehhez nyújt segítséget.

Zen – a véletlen találat

Nyugati életstílusunk alapvetően különbözik a hagyományos jógagyakorlattól. A zen esetében ez az ellentét még kiáltóbb. Ennek ellenére vagy talán éppen ezért nagy hatással van a Nyugatra, különösen meditációs

formája, a zazen. Az ötveneshatvanas évek amerikai beatnikjei és hippijeit "oda voltak érte", az értelmiségiek egy új vallásossághoz vezető "ateista" utat láttak benne vagy a pszichoanalízissel társították. A zen valóban a spiritualizmus lenyűgöző, kihívással teli, de nagyon nehezen érthető formája.

A "zen" a mahájána-buddhizmus kínai meditációs iskolájából származik; a 13. században ért el Japánba, ahol átalakult, vallási gyakorlattá vált, és főleg a nemesek és a harcosok (szamurájok) körében talált visszhangra. A zenből fakadó életszemlélet, a bushidó még ma is meghatározó Japánban.

A zen azért tűnik kezdetben annyira kiismerhetetlennek, mert tudatosan lemond mindenféle rendszerről. Szemben a dogmatikus, kinyilatkoztatásokon alapuló vallásokkal, de néhány nyugati ezoterikus iskolával is, a zen lemond mindenféle tantételről, amiben "hinni" kéne. Nem teszi föl a szokásos kérdéseket, hogy létezik-e a túlvilág, halál utáni élet, Isten. Ez a vallás számára bizonyos mértékig paradox, anti-metafizikus beállítódás jut kifejezésre Lin-Csi szavaiban, aki a zen rinzai-iskolájának megalapítója:

Ó ti, igazság hitvallói: ha igazából meg akarjátok ismerni a zent, ne hagyjátok becsapni magatokat mások által! Ha belső vagy külső akadályba ütköztök, ne tétovázzatok, sújtsatok le rá! Ha Buddha áll az utatokba, üssétek agyon, ha a pátriárka, őt is! Habozás nélkül, mert ez a megszabadulás egyetlen útja. Ne bonyolódjatok bele a dolgok hálójába, álljatok mindenk fölé, lépjetez tovább, legyetez szabadok!

A zen követeli meg a legradikálisabban a misztika és a meditáció minden formájában feltételül szabott tartást, a kötődések lerázását, az eltolódást a dolgoktól és önmagunktól. Még a vallásnak sem tartozunk megkülönböztetett figyelemmel. A meditatív elmélkedésben mindez jelentőségét veszti.

A zen-meditáció útja (a zazen) elég nehéz és fáradságos – legalábbis Japánban, ahol leginkább kolostorokban gyakorolják. A szerzetesek, köztük időnként üzletemberek, újságírók és kíváncsiak (Japánban a meditáció nem számít "különleges" dolognak) jóval napfölkelte előtt, öt órai alvás után, amit egy keskeny deszkán töltöttek, fölkelnek és a szegényes reggeli után összegyűlnek a meditációs teremben, majd lótuszülésben némaságba süllyednek. Mivel a zazent rövid megszakításokkal reggel fél négytől este tízig végzik, a kezdők gyakran panaszkodnak lábfájásra és ízületi gyulladásra, emiatt sokszor még éjszaka sem tudnak pihenni.

Míg a szerzetesek így ülnek, két ór járkál föl-alá közöttük. Mindegyiknél figyelmeztető' pálca (keiszaku) van. Ha észreveszik, hogy valaki nem ül szálegyenesen vagy netán elszunyókál, megállnak, meghajolnak előtte és erőteljes ütést mérnek a hátára. Ezt azonban nem fenytésként kell értelmezni, hanem figyelmeztetésként, nehogy letérjünk a helyes útról. A rinzai-iskolában (ez a zen két fő irányzata közül az egyik) a szerzetes hosszasan bíbelődik egy-

egy kóan megoldásával, ami valójában egy paradox találókérdés. (Például: Milyen hangzása van a tapsnak, ha csak egyik tenyerünket ütjük "össze"?) Ahogy már említettük, a kóanra való koncentráció a befelé fordulást segíti, az "átkapcsolást" a külvilágból magunkba.

Hosszú gyakorlás után egyszercsak, váratlanul bekövetkezhet a megvilágosodás (szatori). A zazen-gyakorlatokat azonban nem a megvilágosodás "cél"-jából végzik. A szatori leírhatatlan élmény, csak az tudja elképzelni, aki maga is megélte. Aki viszont szándékosan törekszik rá, az nem éri el, tartja a zen.

Ezzel a problémával szembesült Eugen Herrigel is, amikor nekivágott Japánban az évekig tartó, fáradságos útnak, hogy megtanulja a zen ihlette íjászatot. Amikor a német filozófiaprofesszor zen-mestert keres magának, először elutasításra talál. A mester rossz tapasztalatokat szerzett a türelmetlen európaiakkal. Végül azonban mégis tanítványul fogadja Herrigelt, aki fáradságos gyakorlással megtanulja a zen-íjászatot, a meditáció egy formáját. Közben azonban szüntelenül akadályokba ütközik, mert görcsösen vágyik a sikerre; egyfajta sportnak tekinti az íjászatot. "Az igazi művészet – kiáltja neki oda a mester – cél és szándék nélkül való! Minél jobban akarod, hogy a kilőtt nyílveendő eltalálja a célt, annál kevésbé sikerül, annál távolabb sodródsz a lényegtől. Erőszakos akaratoddal útját állód önmagadnak. Mert szerinted amit te nem teszel meg, az nem történik meg."

Egy napon, miután Herrigel már többször föl akarta adni a tanulást, a mester meghajolt előtte és így szólt: "Most 'az' lőtt. Nem az akaratos én, hanem ama magasabbik. Te most teljesen megfélemedtél önmagadról, eloldódtál az énedtől, s ekkor úgy hullott le rólad a lövés, mint érett gyümölcs a fáról."

Sokan megkérdézhetik, mire jó a zen? A zen egyik célja, hogy betemesse a köztünk és a valóság között tátongó szakadékot. Adva van egy német professzor, akinek tele a feje mindenféle elméletekkel a világról, a múlttól és a jövőről. Minden cselekedete célirányos, minden vágya, hogy megfeleljen az önmagáról kialakított bonyolult képnek, a világnak és másoknak. Az ilyen ember mintegy jégablába fagyottan ücsörög, amely elválasztja a világtól és a valódi jelentőtől. A zen feladata ennek a szétválasztottságnak a megszüntetése, a jégtömb felolvasztása. A japán tusfestészet, az ikebana, de az aikido harcművészet is hasonló célt követ. Pszichoanalitikusok megállapították, hogy a pszichoterápia és a zen célkitűzése igen közel áll egymáshoz. Erich Fromm, a neves filozófus és pszichoanalitikus (1900-1980), több ízben hangsúlyozta ezt a párhuzamot. A sikeres pszichoanalízisre valóban illenek D. T. Suzuki, a nagy zen-mester szavai:

– A zen lényegét tekintve olyan művészet, amellyel bepillantást nyerünk

a létezés valós természetébe. Megmutatja az utat, ami a szolgaságból a szabadságba vezet... A zen felszabadítja a bennünk szunnyadó energiákat, amelyek természettől mindannyiunkban összegyűlnek, de normális körülmények között görcsösek, eltorzultak és nem találnak utat a megfelelő tevékenységre. A zen célja tehát, hogy megóvjon bennünket az elme deformációitól és az elkorcsosulástól. A szabadság az én értelmezésemben azt jelenti, hogy szabad teret engedünk a szívünkben rejlő alkotó erőnek és a jószándékú késztetéseknek."

Veszélyek és tévutak

A misztikus gyakorlat nem veszély nélkül való. A japán orvosok ismerik az ún. zen-tébolyt, amit a helytelenül végzett zazen-meditáció vált ki. Jürg Wunderli svájci pszichoterapeuta, a zürichi Jung-Intézet docense a következő tapasztalatokról számol be:

"A meditációban önmagunkkal (önvalónkkal) és tudatalattinkkal kerülünk kapcsolatba. Ha olyan személy medítál, akiben lappang az elmebetegség, akut pszichózis törhet ki nála. Neurotikusok esetében is eléggé vitatható módszer a felügyelet nélküli meditáció. Gyakran vagyok tanúja, hogy betegeim menekülésként használják kínzó élethelyzetükből. A beteg menekül a valóság elől, mintha a saját árnyékát akarná átugrani – s a kísérlet mindig sikertelen."

Ha a meditáció félelmet, depressziót vált ki, vagy zavart okoz emberi kapcsolatainkban, akkor az orvosok és pszicho-terapeuták véleménye szerint jobb az elővigyázatosság. Wunderli évtizedes tapasztalatai alapján így fogalmaz:

"Az intenzív meditáció feltétele a lelki és szellemi egészség. Ez nem jelenti azt, hogy nem lehetnek neurotikus félelmeink, kényszereink és gátlásaink, de elegendő ismerettel kell rendelkezni saját tudatalattinkról és mindenekelőtt meg kell tanulnunk elfogadni önmagunkat olyannak, amilyenek vagyunk. Meg kell próbálnunk pozitívan bánni önmagunkkal és tudatalattinkkal. Aki erre képtelen, annak inkább a pszichoterápiát ajánlom, amit semmiképpen nem pótolhat a meditáció."

A meditáció tehát nem gyógyítja a neurozist és a pszichózist. Ez esetben más gyógymódok alkalmazása szükséges. A meditáció szellemi út. és bizonyos értelemben magasabb síkon "működik", mint a pszichoanalízis. Vigyázzunk tehát, ha olyan csodaszerként kínálják, amely bármilyen zavar esetében megoldásként alkalmazható!

Ennek ellenére gyakori, hogy komoly lelki zavarokkal küzdők a meditációhoz folyamodnak, nemegyszer azzal a reménnyel, hogy így

közvetlenül jutnak el a megvilágosodáshoz. Ha körültekintés nélkül nyitjuk ki a tudatalatti zsilipjeit, két fő veszély leselkedik ránk: vagy egyfajta "spirituális radikalizmus" áldozatai leszünk, vagy nárcisztikus kényszerképzetekbe bonyolódhatunk.

Nézzük először a "spirituális radikalizmus"-t. Ez a tévút a keletiek körében is ismeretes. Szélsőséges önsanyargatásával Buddha majdnem halálra gyötörte magát. Ám fölismerete hibáját és végül a "középutat" választotta, melyen eljutott a megvilágosodásig. Japánban nevetve mesélnek a meditáció megszállottjairól, akik addig ülnek keresztbetett lábbal, mígnem végtagjuk elhal és leválik törzsükről. A zen-buddhizmus óva int mindenféle túlkapástól, attól, hogy mindenáron erőszakoljunk valamit. A "spirituális radikalizmus" legveszélyesebb formája mégis az, amikor valaki minden kapcsolatot megszakít a mindennapi étellel és másokkal szembeni kötelezettségeit nem teljesíti. E sorok íróját nagyon megrendítette egy fiatal nő esete, akinek a házassága erre ment rá. Az illető belépett a "Brahma Kumaris" nevű hindu szektába, amelynek tagjai az elhunyt Brahma Baba guru tisztelői, és a rádzsajóga egyik formáját gyakorolják. Ettől kezdve csak fehér ruhát viselt, lakásukat guruja fényképeivel díszítette, szigorú vegetáriánus táplálkozást folytatott és szektájának szabályai szerint szexuális önmegtartóztatásban élt, otthon már csak ritkán fordult meg. Férje és nyolc éves kislánya nem tudta őt követni. A kétségbeesett férj végül beadta a válópert.

A fiatalasszony korábban pszichiátriai kezelés alatt állt, s ezt tudva könnyebben megértjük reakcióit. Súlyos depresszióban szenvedett, amit gyógyszer – és alkoholfogyasztással próbált ellensúlyozni. A szekta otthont adott neki és irányt mutatott, miként érezhetné értelmesnek az életét. Ám a férj és a kislány szemszögéből nézve szívtelen volt a gondoktól gyötört asszony döntése, hiszen lemondott a feleség és az anya szerepéről, és sem férje, sem lánya nem követhette.

Az ilyen radikális világtól való elfordulás ellen emel szót egy japán zenmester: "Aki az Egyedülihez akar közeledni, nem gyűlölni az érzéki világ porát. Ha megszűnik ez a gyűlölség, nem marad más, csak Buddha tökéletes bölcsessége." Eckhart mester pedig azt tanította az embertársainkkal szembeni viselkedésről: "Ha a legnagyobb eksztázisban volnál is, ám arra jönne egy szegény és megkérne, hogy főzzél neki egy levest, hagyd az eksztázist, és teljesítsd a kérését."

Mindkét idézet ugyanazt a gondolatot érinti: aki gyűlöli az érzéki világ porát, az bensőleg még kötődik hozzá, tehát magával és a világ iránti gyűlöletével van elfoglalva. Hasonló a helyzet az eksztázisban időzővel: ha eksztázisát fontosabbnak tartja, mint embertársa iránti kötelezettségét, akkor magával törődik elsősorban. Hosszú az út az "én" haláláig, pedig ez minden

misztikus tapasztalat előfeltétele. Létezik tehát a misztika és meditáció gyakorlásának egy nárcisztikus tévútja, ami valójában nem más, mint a személyiség önző felnevelése.

Rudolf Bog pszichoterapeuta, aki behatóan foglalkozott a keleti tanoknak a pszichoterápiára gyakorolt hatásával, eképpen figyelmeztet bennünket:

“Ha mélylélektani vagy meditatív technikával sikerül az én ellenállását kikapcsolni, és a tudatalatti erői felszínre törnek, ez a mindenhatóság érzését válthatja ki, amelynek következtében az egyén mértéktelenül túlbecsüli saját lehetőségeit.”

Bog különösen nagy veszélyt lát a guru iránti feltétlen odaadásban. Ilyen esetben az egyén a gurut ideális Énként éli meg, maradéktalanul alárendeli magát a tekintélyének, miközben nárcisztikus kielégülésre lel.

Hol tanulhatunk meditációt szakavatott vezetés mellett? Önállóan csak az egyszerűbb fonnák sajátíthatók el. A jógánál már nehezebb a helyzet, a zazen-mester nélkül pedig egyszerűen hétpecsétes titok marad előttünk. Hol találhatunk tehát igazi mesterre? Nyugat inkább teoretikusokkal szolgál, mintsem a spiritualizmus gyakorlóival. Keleten viszont ősidők óta ismerik a szellemi vezető, a spirituális ember fogalmát. Indiában gurunak, Japánban roshinak nevezik az ilyen embert. Régi hindu hagyomány szerint a guru tiszteletre méltó vallási tanítómester, lelkipásztor, aki a keresőt (szanjászing) elvezeti a szellemi érettség fokára. A guru azonban általában nem prédikátor, mint a keresztény pap, aki tudását szavak révén adja át. Paul Brunton érzékletesen írja le a harmincas években történt találkozását Rámana Maharshival, a híres indiai bölccsel (1879-1950). Brunton, az angol szkeptikus, hosszú ideig járta Indiát, jógik és guruk után kutatva. Leginkább csak sarlatánokkal találkozott, akik nem hatottak rá valami meggyőzően. Ám Maharshival másként állt a helyzet, ő alig szólt hozzá – de meggyőzte a hallgatásával. Órákon át meditált a tanítványával, és Brunton világosan érezte, miként árad belőle nyugalom, de ugyanakkor rendkívüli erő is. Brunton egy napon – betegségéből lábadozva – váratlan élményben részesült Maharshi oldalán. A kritikus szemléletű értelmiségi, aki nem hitte, hogy különösebb tehetsége volna a meditációhoz, mély révületbe esett és elérte a megvilágosodást. Ez az élmény megváltoztatta az életét. Ramana Maharshi több szempontból is kiváló guru volt: nagy szegénységben élt, de pénzt nem fogadott el soha. Nem igényelte, hogy tanítványai tekintélyként tiszteljék, teljes szabadságot adott nekik. Ez pedig Indiában sem általános, az ottani hagyományoknak inkább a feltétel nélküli tisztelet felel meg. Valláskutatók beszámolnak olyan esetekről is, amikor a tanítványok abból a vízből isznak, amiben a mester megmártotta lábujját vagy a tányérján maradt ételért vetekednek. E példák nyomán nyilvánvaló: az ősi hindu guruimádás egyenes

átültetése a nyugati gyakorlatba akár bajt is okozhat. Sok hindu még ma is az ősrégi hagyományok kötelékében él. Számukra vallási szempontból is más törvények és szokások érvényesek, mint a pluralista ipari társadalomban élőkre. Ami Indiában hiteles vallási tapasztalatnak számít, nem biztos, hogy Nyugaton is az. Ha egy indiai guru egyszeriben New York-ban találja magát, a "talajcsere" nyomán könnyen megváltozhat. Fölfedezheti például a pénzszerzés lehetőségét vagy a médiák fényének csáberejét – amint az sajnos oly gyakran csakugyan megfigyelhető.

Tanítványai is mások, mint Indiában. A négy életszakasz indiai tana szerint csak akkor lesz valaki szanjászin, ha szociális kötelezettségeit teljesítette. A jámbor hindu élete vége felé ölti föl a lemondás narancssárga köntösét, amikor már túl van a családalapításon és gyermekeit is fölnevelte. Ekkor fordít háttal a világnak s szenteli magát a meditációnak és az aszkézisnak. New York-ban viszont a guru javarészt fiatalokkal, nagyvárosi neurotikusokkal kerül kapcsolatba, akik hajlamosak rá, hogy búcsút intsenek szociális kötelezettségeiknek.

Így alakulhat ki az az állapot, amit a pszichológusok regresszióknak neveznek: A bölcsesség és megvilágosodás után áhítózó nemhogy érettebbé válna, hanem – tudattalanul – visszaesik egy korábbi fejlődési fázisba. Aki szellemi vezetőt keres, jól teszi tehát, ha az 1986-ban elhunyt Jiddu Krishna-murti szavait választja mértékül:

"Mivel szabad vagyok, elvárom az engem értőktől, hogy ne kövessenek és ne csináljanak belőlem olyan ketrecet, amely aztán vallássá vagy szektává válik." Ez a kritikus szemlélet megóvhat bennünket attól, hogy sarlatánok kezébe kerüljünk, akik gurunak vagy szentnek adják ki magukat.

Ma szinte minden nagyvárosban vannak meditációs centrumok. Nyugaton a címük beszerezhető a spirituális címjegyzékből, ez a könyvesboltokban hozzáférhető. Három kritérium az, ami garancia lehet a minőségre a sok ajánlkozó közül: ha nincs reklám, nincsenek ígéretek, és a költségek alacsonyak. Ha ragaszkodunk ehhez a mércéhez, hamarosan megtaláljuk a megfelelő embereket és az egyéniségünknek megfelelő utat.

Az önmegvalósítás ezoterikus praktikai Ezoterika -titok és beavatás

A 12. és 13. század folyamán egy sor úgynevezett grál-regény keletkezett és vált népszerűvé Európa-szerte. E regények fő témája a titokzatos "Grál" kalandokban bővelkedő felkutatása: A Grál olyan misztikus kő vagy kehely, amelyből életet adó erő árad. A szent Grál mítoszában megtalálni a jellegzetesen ezoterikus alapmotívumot: emberek a beavatás útjára lépnek, és

ezen titok megközelítése révén keresik az átalakulást, a megváltást.

Wolfram von Eschenbach (kb. 1165-1220) grál-regényének hőstét, Parzivalt, akinek lovag atyja az alexandriai csatában esett el, anyja (Herzeloyde királyné) egy magányos erdőben neveli. Parzival tudatlanságban cseperedik föl. Egy napon fényes öltözetű lovagokkal találkozik, s ekkor csillapíthatatlan tettvágy keríti hatalmába: anyját elhagyva kalandos útra kél.

Balgaságában azonban bajt bajra halmoz, lehetetlen helyzetekbe bonyolódik csupán azért, mert olthatatlan vágy ég benne, hogy olyan lehessen, mint a nemes lovagok. Egyszer a véletlen szerencse a Grál-vár közelébe veti. Megsejti titkát, és rájön arra is, hogy ez az ő küldetése, csak még nem elég érett, hogy fölvegyék a Grál-lovagok sorába. Újabb hányattatásaiból Trevrizent, a bölcs remete mutat kiutat. Segítségével Parzival eljut a megvilágosodásig. Újra megleli a Grál-várat, ahol királlyá és a Grál őrzőjévé választják.

A mítosz alapjaiban megfelel a Buddha-legendának: Parzival Buddhához hasonlóan királyi család sarja, elhagyja az "ép" világot, és keresésre indul, bár maga sem tudja, mi után vágyakozik. Kemény próbatételek és kitartó fáradozás révén eléri kitűzött célját: a Grál-várat és a királyságot. Még Buddhánál is szembeötlőbb Parzival útjának önmagába visszatérő volta: Parzival királyi sarj és arra rendeltetett, hogy újra király legyen, igaz, már egy magasabb síkon. A két végpont között azonban ott húzódik az átalakulás gyötrelmes útja a balgaságtól az önmegvalósításig – azaz, a beavatás útja.

Beavatási rituálékát ismerünk már a természeti népek körében is – amikor például az ifjút fölveszik a torzai közösségbe. Hasonló szertartásokkal élnek a titkos szövetségek, például a szabadkőművesek is. De minden ezoterikus tanban kiemelkedő jelentősége van a beavatásnak; ezoterika és beavatás tehát szorosan összetartoznak.

Az ezoterikus gondolkodásmódban az egyes gyakorlatok minden különbözősége ellenére van valami közös: az a felismerés, hogy a világ oka és az élet célja titok. Hogy ezt a titkot megismerhessük, végig kell járnunk a beavatás, az önátalakítás útját. Ennek kapcsán gyakran beszélnek halálról és újjászületésről, mert a titok feltárása megköveteli, hogy lemondjunk alacsonyabb énünkről és minden kötődésünkről a felszín "ép" világához. Ahogy a fönixmadár is csak hamvaiból éledhet újjá, az ezoterikus tanítvány beavatási útja szintén csak az átalakulás fájdalmas, tisztító folyamata után zárulhat le.

Nem kell csodálkoznunk tehát, ha az ezoterikusok gyakran különbséget tesznek az emberek között aszerint, hogy még nem érték el céljukat vagy már átalakultak és ezáltal a beavatottak közé sorolhatók. Erre-utal már a görög eredetű "ezoterikus" is: annyit jelent, mint "belső", csak a beavatottak számára

hozzáférhető. Belső igazságra utal tehát, a valóság azon síkjára, amely a hétköznapi ember előtt rejtve marad.

A Kr. utáni 2. évszázadban nagy szerepet játszó ezoterikus szekta, a gnosztikusoké a következőképpen csoportosította az embereket: "pneumatikusok", "húlikusok" és "pszichikusok". A pneumatikusokat a misztikus befelé fordulásban megérintette és átalakította az isteni szellem (a pneuma), a húlikusok továbbra is anyaghoz kötődnek és képtelenek Istent felfogni; a pszichikusok középen helyezkednek el: már van valamilyen pneuma bennük, de még askézisre van szükségük az érzékiség legyőzésére. Hasonlóról volt szó a híres görög eleuziszi misztériumjátékok esetében. A Déméter istennő tiszteletére rendezett rituális ünnepi játékok résztvevőit laikusokra, beavatottakra és szemlélődőkre osztották. Csak aki böjtölés, szertartásos tisztulás és megfelelő életvitel révén kellőképpen fölkészült, tartozhatott a tulajdonképpeni beavatottak közé és válhatott a különleges rítusok részesévé, ahol is megtapasztalhatta a halhatatlanság bizonyosságát. Máig sem tudjuk, hogy milyenek voltak pontosan ezek a rítusok, mert az ezoterikus titok őrzését nagyon komolyan vették.

A titkokra vonatkozó fegyelem – legalábbis a korábbi idők vallási közösségeiben és titkos társaságaiban – az ezoterika jellegzetessége volt. A meggyőződés, hogy az arkánumot (a titkot) óvni kell a profanizálástól, a hitetlen tömegetől, kiderül az ezoterika történetében rendkívüli jelentőségű "hermetikus iratokból" is (lásd alább): "Szívetek rejtekén őrizzétek az isteni titkokat, és fedjétek be hallgatással."

Ez a szemlélet napjainkra megváltozott. Az ezoterikus praktikák és eszmék elvileg mindenki számára hozzáférhetők. Nehéz élethelyzetekben a segítségünkre vannak és hozzájárulnak önmagunk megismeréséhez. Egy olyan korban, amikor annyian keresik az élet értelmét, az ezoterika fontos szerepet tölthet be mindenkinek az életében, aki komolyan foglalkozik vele: utat tud mutatni az élet értelmének megtalálásához.

Amint lent, úgy fent

Nézzük most már: mit tartalmaznak az ezoterikus tanok, milyen az ezoterikusok vilásképe? Egyetlen ezoterikus vilásképről aligha beszélhetünk, hiszen az ezoterikus gondolkodás széles skálán húzódik a régi görögöktől a keresztény középkoron át egészen napjainkig. És természetesen a keletiek sokkal régebbi bölcséleti tanai éppoly joggal nevezhetők ezoterikusnak. Szoros értelemben véve viszont sok minden nem ezoterikus, amit annak tartanak, másfelől meg sokan gondolkodtak és éltek ezoterikus módon, holott nem is ismerték e fogalmat. Nem az elnevezés a lényeges, hanem ama

alapvető emberi tapasztalat, amely létezett minden korban, minden égtájon.

Nagy Sándor egyiptomi hódításai idején – így tartja a legenda – egy régi sírkamrárt fedezett fel; erre a helyre épült a mai Alexandria városa. A sírkamrában Nagy Sándor Hermész Triszmegisztosznak, az Isten és az emberek közötti követnek a múmiájára lelt. A múmia smaragdtáblát tartott a kezében, amelyre a kozmosz törvényeit vették: az ezoterikus tant.

Azóta számos ezoterikus hivatkozott Hermész Triszmegisztoszra, aki a valóságban soha nem is élt. Az ún. hermetikus iratok a Kr. utáni első századokból származnak, a dátumot pontosan nem tudjuk. Különböző szerzők alkotásai, platóni-pütagóraszai és gnosztikus gondolatokat tartalmaznak, az akkori időkben széles körben elterjedt ezoterikus tanításokat.

Mi állt a smaragdtáblán? A rendkívül homályos mondatokból, amelyek sokféle értelmezési lehetőséget kínálnak, válasszuk ki azt, amelyik a legegységesebb és amit az ezoterikusok a leggyakrabban idéznek. A mondat az ezoterika egyik alapgondolatát fogalmazza meg:

Ami lent van, ugyanaz, mint ami fent van: és ami fent van, ugyanaz, mint ami lent van. így vihető végbe az Egyetlen csodálatos műve.

A mondatban nem nehéz nyomára bukkani a mikrokozmosz és a makrokozmosz közötti összefüggés tanának; ősrégi alapeszme ez, s az ember és a világ egybetartozását fejezi ki. Amilyen a világ "alsóbb" régióiban, olyan "fent" is. Röviden: ahogy lent, úgy fent.

A mikrokozmosz-makrokozmosz elmélet, az ezoterikus alapelméletek egyike minden időkben, a világon mindenütt ismert volt. A keresztény egyház azonban Európában hosszú időre perifériára szorította, mert panteizmussal gyanúsították, ez pedig nem felelt meg a dogmatikus tanoknak. A 14-16. században, a reneszánsz idején a természettudományok és a filozófia önállóságot nyertek az egyházzal szemben és számos gondolkodó fordult újra az ezoterikus hagyományok felé. Kiemelkedik közülük Paracelsus, teljes nevén Theophrastus Bombastus von Hoheinheim (1493-1541), aki mint korának egyik leghíresebb orvosa, természettudósa és ezoterikusa vonult be a történelembe.

Paracelsus alkímistaként is tevékenykedett és bejárta egész Európát. Sok könyvet nem vihetett magával, ugyanis rendszerint gyalog járt. Talán ez indította arra, hogy elforduljon a skolasztikusok száraz bölcséletétől és figyelmét a természetre irányítsa. Tanítása szerint a természet az a könyv, amit tanulmányoznunk kell, mert benne, az emberi és az emberen kívüli természetben megtalálható a kozmosz minden bölcsessége, csak föl kell fedoznunk.

A mai természettudósokkal ellentétben Paracelsus szilárdan hitte, hogy a természet minden egyedi teremtménye – egy kristály, de maga az ember is –

az egésznek a tükörképe. Az egész (a makrokozmosz) az univerzum, Isten alkotása, és mindent magában foglal. A mikrokozmosz az egyes dolgok "hatásköre", ami azonban csak látszólag különül el az egésztől.

Valójában a makrokozmosz tartalmazza a mikrokozmoszt és a mikrokozmosz a makrokozmoszt. így nyeri el értelmét Hermész Trismegisztoz mondata: ahogy lenn, úgy fenn.

Az ezoterikus természetesen látja, hogy a dolgok térben és időben különválnak, vannak csillagok, emberek, fák. De hisz benne, hogy alapjában minden ugyanabból a közös szellemből ered, és hogy a dolgok csupán e szellem látható, külső felének megtestesítői – az isteni szellem külső megjelenési formái.

Ez a gondolat bizonyos tekintetben különbözik az egyház istenfogalmától. Isten az ezoterikus számára nem a világtól mély szakadékkal elválasztott Atya, és nemcsak az egyházi tanításokból ismerhetjük meg. Isten mindenben jelen van, az egészben és a legparányibb részben is. Plotinosz, a filozófus

(204-269) azt tanította, hogy Isten, minden valóság ősforrása önmagából fakadóan teremti a dolgok sokaságát a világba. Ahogy a Nap sem veszíti el fényét a sugaraiban, hanem azonos marad önmagával, és benne mindenben. Vagy másként megfogalmazva: a világ olyan fa, amit a gyökerétől a virágáig és gyümölcséig ugyanaz az isteni életnedv táplál és alakít. így hát a makrokozmosz benne van a mikrokozmoszban, az egyes dolgokban, mert az isteni szellem összeköti őket. E nézet rokonát meglelni a hindu tanításokban is: Brahman, a mindenség szelleme átman formájában nyilvánul meg az ember lelkében. A kínaiak is egységes kozmoszként értelmezik a világot: a tao, a világ szellemi alapja éppúgy jelen van az egészben, mint a részben.

Ez a "holisztikus" világkép – ahogy napjaink "new age"-mozgalma nevezi -, amely a teljességet hangsúlyozza, a valóság dolgainak összefüggését, nagy kihatással van az egyes ember életére. Ha minden dolog az egész és ezáltal Isten tükörképe, akkor az embernek megvan a lehetősége, hogy magában is ezt a tükröt lássa. Bensejében ott hordozza Isten képmását – ahogy Eckhart mester mondja – a szellemi szikrát, mely az elmélkedés nyomán sugárzó fényé, Isten világosságává válik. Ezen a tudáson alapul a meditáció minden formája.

A kellőképp felkészült személyiség egészen váratlanul is eljuthat Isten felismeréséhez. Ezt mutatja Jákob Böhme, a 16-17. század fordulóján élt görlltzi cipész példája is. Böhme egy nap a műhelyében munkálkodott, amikor a napsugár egy fényes ónedényre esett. Ebben a pillanatban minden megváltozott körülötte. Úgy érezte, látja a tárgyak belsejét, mintha eggyé vált volna velük. Megszűnt külső és belső világ különbsége és a dolgok ezen

egységében fölviláglott Isten jelenléte.

Jákob Böhme misztikus élményét követően az ezoterika egyik legjelentősebb alakja lett. Ha eloldódunk énunktől – mondja – és ebben az “elengedetségben” fordulunk belső világunk felé, fölfedezzük Isten birodalmát önmagunkban. Ekkor a tárgyak elveszítik jelentőségüket, a logika és a nyelv csődöt mond, mert Isten, bár mindenben jelen van, az ember számára mégis “örök semmideként létezik. Isten Böhme találó szavával – az “ok nélkül való”.

E ponton ki kell még emelnünk valami igen lényegeset: Jákob Böhmének az ellentétek egységéről szóló tanát. Ha a világ egységes egész és a makrokozmosz-mikrokozmosz egységet alkot benne, hogyan magyarázható a jó és rossz küzdelme? Nem felszínes tévedés-e – kérdezi Böhme –, ha a jót és rosszat két külön világnak tekintjük? Böhme e ponton egészen közel kerül a jin és jang kínai filozófiájához. A világ egyszerre fény és árnyék, adja meg a választ. Minden dologban egyszerre van jelen a jó és a rossz, és különösen érvényes ez az emberre. De Böhme tovább megy. Nemcsak abban hisz, hogy mindkét szféra szüntelenül egyszerre van jelen, akár két egymást feltételező pólus, hanem magyarázatot ad arra is, miért létezik ez a polaritás. A fény és a sötétség feszültsége nélkül a világ halott és mozdulatlan volna – azok volnának mindenekelőtt az emberek. Aki nem tapasztalja meg a gonoszt önmagában, nem képes kifejleszteni a jóra való ösztönét sem. Az egész teremtés, véli Böhme, hatalmas vágyat érez isteni forrása iránt, mert fény és árnyék ellentmondásos egységéből épül föl. Legtalálóbban Goethe ragadta meg ezt a Faustban. Faust csak azáltal halad előre következetesen önmaga megvalósításában, mert oldalán folyvást jelen van Mefisztó. Igazán csak a Gonosz állandó jelenléte segíti hozzá céljának eléréséhez.

Mágia - energiák és rejtett erők

Időpont: 1984 júniusa; helyszín: Titisee, Fekete erdő; cselekmény: mágikus rituálé egy sámánkongresszuson. Huszonöt meztelen ember kuporog egy alacsony, igluszerű kunyhóban. A négy természeti birodalom (ásványok, növények, állatok és emberek) szellemének szólitása közben egy indián sámán forró köveket helyez el a kunyhóban. A sámán Dr. Harley Swiftdeer, ír származású amerikai, akinek az édesanyja indián volt, s akit a nagypapa vezetett be az indiánok titkos tanításaiba. Most délnek fordulva imádkozni kezd. Dél az ember lelkének és a világ születésének jelképe. A résztvevőket felszólítják, hogy tartsanak önvizsgálatot, és kérjék bűneiktől való szabadulásukat. Majd a sámán nyugat felé fordul és imát mond a

bajbajutottakért. Minden kérésnél vizet önt a forró kőre: a gőz fölszáll a szellemek birodalmába. Majd észak felé fordul: a résztvevők igyekeznek megszabadulni minden rossztól. Végül kelet felé fordul a sámán és a világmindenség jó szellemeihez könyörög. Hosszú hallgatás következik, utána pedig a résztvevők megfürödnek a patak hűvös vizében.

Ez a ceremónia az izzasztókunyhóban mágikus tisztulási rituálé, s az indiánoknál évezredek óta ismeretes. Célja a belső átalakulás, a lélek gyógyulása, összekapcsolódása a természet mágikusan megidézett ősenergiáival.

A mágia időtlen idők óta arra törekszik, hogy kapcsolatot teremtsen az ember számára hasznos energiákkal. Ez nemcsak a külső erőforrásokat jelenti, hanem belső erőinket is. A célkitűzés rokon az ezoterikáéval: a személyiség kibontakozása és önmegvalósítása. Az ezoterikus praktikák majd mindig tartalmaznak mágikus elemeket is, és céljuk mindig az, hogy előbbre vigyenek életutunkon.

Itt ismét Faustot hozhatjuk föl példaként. Amióta Goethe halhatatlanná tette, azóta minden iskolás legalább egyszer az életében kapcsolatba kerül a mágiával. Faust doktort, a mágust fékezhetetlen tudásvágy űzi. Szeretné megtudni, mi az, ami "a világot legbelsejében összetartja". Céljának elérésére mágikus eszközökhöz folyamodik. A várt siker azonban elmarad. Ekkor lép szövetségre az ördöggel, és ezzel megindul a kibontakozás és beavatás drámai útján, amely végül elvezeti a "világosságra".

Lehetséges, hogy Goethe Faustja – a népi mondák és legendák alakja – Agrippa von Nettesheimre megy vissza. A híres filozófus és mágus a 15-16. század fordulóján élt. Fekete kutyája, aki mindenhová elkísérte, a népi hiedelem szerint maga volt az ördög. Agrippa valójában csupán asztrológiával és alkímiával foglalkozott, valamint írt egy népszerű könyvet a mágiáról, amelyben Hermész Triszmegisztoz és az újplatonisták elméletét toldotta meg mágikus tételekkel.

"Nyilvánvaló – fűzi tovább a mikrokozmosz-makrokozmosz tant –, hogy minden alsó a felső befolyása alatt áll, és bizonyos mértékig (...) minden benne van mindenben, a legalsó benne van a legfelsőben és a legfelső benne van a legalsóban." Agrippa célja mármost, hogy meghatározza azt az "anyagot", amely az alsót a felsővel, a dolgokat egymással összeköti és lényegüket tekintve azonossá teszi. Arisztotelészhez és Paracelsushoz hasonlóan ő is "világszelle"-nek, "világlélek"-nek vagy "kvintesszenciá"-nak, az "ötödik elem"-nek nevezi az anyagot. Mások éterről beszélnek vagy kozmikus fluidumról. Mindenesetre olyan "anyag"-ról van szó, amely se nem testi, se nem szellemi, hanem a testet és a szellemet összeköti és minden dolog közös alapja a kozmoszban.

Így válik csak igazán érthetővé, hogyan is gondolja Agrippa a mágiát. A mágusnak először is át kell látnia a felszínen. Ekkor megtapasztalja, hogy a jelenségek tér-idő világa mögött láthatatlan valóság rejtezik, amely mindent hordoz, és amiből minden keletkezik. Ebben a rejtett valóságban minden mindennel rokon: az emberek egymással és a dolgokkal, valamint minden földi a kozmikummal. Ezt a szoros rokonsági viszonyt igyekszik a mágus kihasználni, amit úgy vél elérni, hogy befolyást gyakorol a világszellemre, hatást fejt ki a kvintesszenciára. Mert a világszellem vagy kvintesszencia nemcsak "alapanyag", amiből minden fölépül, hanem működő energia, erő és képesség is. Ez tart mozgásban mindent, létrehoz, formát ad, ösztönöz. Amikor a mágusnak sikerül a kozmosz hatalmas alapenergiáját szolgálatába állítania, akkor gyakorlati mágiáról beszélünk.

Agrippa receptjei ma már kicsit naivnak tűnnek. Hogyan gyógyítom a szívbetegséget? Porrá tört aranyat veszek be, mert az aranyban rejlik a kvintesszencia legnagyobb ereje. Hogyan töröm meg a gonosz démon varázslatát? Kimondom a nevét, mert az egyes dolgok kvintesszenciája benne rejlik a nevükben, szinte kikristályosodik a szóban. Hogyan vonzom magamhoz a jószellemet? Egy mágikus szám fölírásával, mert a számokban a kozmosz harmóniája fejeződik ki, ugyanaz a harmónia, amely a kvintesszenciában is megvan.

A mágia e gyakorlati részét nem feltétlenül célszerű készpénznek venni. Akad benne éppen elég babona, amit már Agrippa idejében is heves támadások értek. Ahogy látni fogjuk, érdekesebb azon elgondolkodni: vajon nem egyfajta "spontán pszichoterápiát" űztek-e a régi mágusok?

Mágia és modern fizika

Bár Agrippa elméletei sok mindenben nem helytállóak, ma azért más fényben látjuk őket. Az anyag lényegének kutatásában a fizikusok már rég felhagytak azzal, hogy a világot elszigetelt anyagi tárgyak halmazaként kezeljék. Minden, amit a látható síkján észlelünk, a valóságban láthatatlan elemi részecskékből áll, s ha ezeket alapos vizsgálatnak vetjük alá, azt látjuk, hogy inkább egyfajta energiamező "csomópontjai", "besűrűsödései". A valóság végső alapja egyfajta erő – vagy energiamező – ez a gondolat nagyon közel áll Agrippa kvintesszenciájához. Ma a legjelentősebb természettudósoknak Agrippához hasonlóan meggyőződése, hogy az erő – vagy energiamező tulajdonképpen gyökerei téren és időn kívül esnek. Dávid Bohm fizikus, Albert Einstein kedvenc tanítványa abból indul ki, hogy a valóságnak két síkja van: egy rejtett, titkos valóság, túl a tér és az idő korlátain, amelyben a dolgok mintegy "föltekerve", "összegöngyölve"

léteznek és az érzékeink számára hozzáférhető "látszat"-valóság, amelyben a tárgyak "kibontva" leledzenek.

A dolgok valódi természete egy másik dimenzióban van, ahol sem idő, sem tér, sem "dolog", sem "mozgás" nem létezik, ezért nem vizsgálható és le sem írható, hanem csak a közvetlen lét-tapasztalásban ragadható meg.

Még egy olyan fontos jeggyel rendelkezik ez az új természettudományos világkép, amely lényeges a mágia megértéséhez is. Ha ugyanis azt feltételezzük, hogy minden dolog ugyanannak a síknak a része, és ugyanabból az "anyagból" épül föl, ahol sem tér, sem idő nem játszik szerepet, akkor minden létezőben minden lehetséges információ egyidejűleg jelen van. Ama magasabb síkon nincs térbeli szétválasztás, sem időbeli "előtte" és "utána".

A kvintesszencia ezt a magasabb síkot köti össze az általunk ismert hétköznapi valósággal, és mindenben megtalálható. Ha sikerül vele és a benne lévő összinformációval kapcsolatba lépni, akkor mágikus megnyilvánulásoknak lehetünk tanúi – ilyenek például a prekognitív álmok, ahol a jövő megélt jelenné válik. Ha a látnok egy ún. "pszichometrikus tárgy" segítségével – ami lehet például az eltűnt személy zsebkendője – az illető hollétéről felvilágosítást ad (Gérard Croiset, a holland látnok több ízben eredményesen működött együtt ily módon a rendőrséggel), olyankor szintén ez az összinformáció "csapolódik meg" egy anyagi tárgy segítségével. Itt valószínűleg olyan mágikus folyamatokról van szó, melyek az embert a világmindenség tér és idő nélküli valóságsíkjával kapcsolják össze.

Amennyire üzhető napjainkban komolyan a mágia? Nem mindenki rendelkezik olyan látnoki képességekkel, hogy a nyomozók segítségére lehessen. Régebbi kultúrákban a papok a vonuló madárcsapatok alakzatából mondtak jövőt, a felszálló füstből, a levágott állatok zsigereiből, a felhők alakjából és természetesen a csillagokból. Célszerű volna-e hasonló praktikák fölélesztése? Aligha lenne tanácsos a mágia ilyen formáit történelmi és kulturális összefüggésükből kiragadni és változtatás nélkül átültetni napjainkba. Hogyan hatna Hamburgban vagy Münchenben egy "görög" jósdá, benne Putrijával – így hívták Delphi híres jósnőjét –, aki bárányok vérére issza, hogy transzba essen? Legföljebb idétlen tréfaaként. Két és félezer évvel ezelőtt az embereknek valószínűleg összehasonlíthatatlanul szorosabb kapcsolatuk volt az élet okkult dimenzióival. A régi kultúrákban oly elterjedt jövendőmondó módszerek nem ültethetők át minden további nélkül a technika világába.

Am megtehetünk valami mást: az ezoterikából és mágiából átvett gyakorlatokat intenzívebben alkalmazhatjuk az önmegismerésben. C. G. Jung, a mélylélektan atyja szerint a mágikus gyakorlatok, az alkímia, az asztrológia vagy a Ji Csing valójában az önmegismerés és az önkibontakozás technikái.

Az alábbiakban ezt a szempontot vizsgáljuk meg kicsit közelebbről.

Alkímia - a tökéletesség és a bölcsék köve

Mivel is foglalkoztak a középkori alkímisták? babonás vegyészek lettek volna, akik még nem rendelkeztek az alapvető kémiai ismeretekkel? Mivel magyarázható, hogy egész Európában okos, józan gondolkodású férfiak egész életüket szentelték azon téveszmének, hogy alacsonyabb elemekből mesterségesen aranyat állítsanak elő? Maga a kísérlet valószínűleg senkinek sem sikerült, mégis nem egy alkímista áldozott föl mindent, hogy elérje ezt a célt. A forró kemence mellett, mérgező higany – és kén-gőzben tevékenykedtek fáradhatatlanul, gyakran utolsó fillérjeiket is fölhasználva. Id. Pieter Brueghel rézmetszeten örökítette meg a jelenetet: az alkímista nyomorba dönti családját, felesége a kétségbeesés szélén áll, a gyerekeknek nincs mit enniük, és a szegényházban kötnek ki. Tévúton járunk, ha csak az anyagi célt keressük az alkímiában. Bizonyára ez is szerepet játszott történetében, ám sokkal fontosabb volt a szellemi célkitűzés. Hermész Triszmegisztosz és Agrippa von Nettesheim jegyében az alkímista azt vallotta, hogy a kvintesszencia az égitestek révén a fémek birodalmába is behatolt. A legmagasabbrendű égitest a Nap, ő a közvetítő Isten és az emberek között; az arany pedig a tökéletes fém, szubsztanciájában a Naphoz hasonló. Az alkímisták is úgy vélték: az élet beavatási út a rejtett valóságba; minden alul lévő fölfelé törekszik, ahhoz, amiből származik, s a kvintesszencia a dolgokban és az emberben ugyancsak isteni eredetéhez igyekszik visszajutni. Ezért próbáltak a különféle vegyületekből kémiai átalakítással aranyat nyerni, de nem akármilyet: olyan aranyat, amelyben a kvintesszencia magas koncentrációban van jelen – ez lett volna a “bölcsék köve”, az életelixír, ama univerzális medicina, amely halhatatlanságot kölcsönöz és egyesít Istennel.

Ilyen misztikus célkitűzés mellett nem mindenkiből lehetett alkímista. Aki az alkímisták beavatkozási útjára kívánt lépni, annak erényekkel és Isten hangjának meghallására alkalmas lélekkel kellett rendelkeznie. Számos alkímistának az a meggyőződése, hogy erre a gyermekek a legalkalmasabbak! A gyermekekben még nem torzult el a képesség, hogy a dolgok belsejébe lássanak. Talán éppen az erkölcsileg legalkalmatlanabb alkímisták voltak azok, akik családjukat és jómagukat is tönkretették. Tény azonban, hogy az alkímia nem volt “objektív” kutatás a tudomány mai értelmében, inkább az önformalás egy útja: amikor is a kvintesszencia hatására megszűnt az ember és a természet megosztottsága.

Asztrológia - aki a csillagokat ismeri, magát ismeri meg

1987-ben a kölni Sample-Intézet reprezentatív felmérést végzett: a felmérés szerint minden második nyugatnémet állampolgár hisz abban, hogy a "csillagok valamilyen módon befolyásolják a sorsunkat". 96 százalékuk ismeri saját csillagjegyét, kétharmad részük pedig időnként vagy rendszeresen figyelemmel kíséri a horoszkópját.

Asztrológusban nincsen hiány, 500 profi és 4000 hobbiasztrológus több mint 50 millió márka éves forgalmat bonyolít le, részben számítógépek segítségével. Számos asztrológiával foglalkozó folyóirat jelenik meg, mint például a "Das Neue Zeitalter" vagy a "Neue Weltchau". Országszerte rendeznek asztrológiai szemináriumokat, asztrológiai kazetták jelennek meg állatövi meditációkkal, és nem utolsósorban terjedelmes irodalom, elméleti és gyakorlati útmutatók – az asztrológia újra virágkorát éli.

Az adatok arra utalnak, hogy ez a divat nem ritkán csak kóklerkedés. A képeslapok horoszkópjai sokszor pusztán kitaláción alapulnak, vagy esetleg csak a Nap állását veszik figyelembe. A komoly asztrológia ettől sokkal bonyolultabb eljárásmodot követ. A születés idejére és helyére alapoz, asztronómiai táblázatok alapján számítják ki a Nap, a Hold és az égitestek állását az állatövi jegyekben, valamint a szögkapcsolatokat, az aspektusokat. Ehhez jön még az "aszcedens", az állatövnek az a foka, amelyik a születés pillanatában a keleti horizonton éppen felkel.

A komoly alapokon nyugvó asztrológia a legrégebb ezoterikus rendszerek közé tartozik. Eredete valószínűleg az ősi Babilonra vezethető vissza. A régi babilóniaiak már Kr. e. 3000-ben megfigyelték az égboltot, hogy megbízható naptárt készíthessenek a vadászat és a vetés optimális idejének megválasztására. Hitük szerint a csillagok istenek, akik az élet minden formájára befolyást gyakorolnak a Földön. Egyiptom közvetítésével az asztrológia a görögökhöz is eljutott, akik megalkották a ma is legismertebb asztrológiai módszert. Kr. u. 140-ben Ptolemaiosz rögzítette ennek átfogó rendszerét. A középkorban már az egész világon ismerték, Indiát is beleértve, mert rendszerét a hinduk is átvették. A 13. században családi és politikai események időpontjának kiválasztásánál teljesen természetes volt az asztrológia segítségül hívása. A német császárok udvarában csillagjósok működtek, de még a pápák is kikérték a tanácsukat. Aki nagy ház építésébe fogott, asztrológussal határozta meg az alapkőletétel idejét, a hadba vonulók is őt faggatták. Így határozták meg a fejedelmek utazásainak időpontját is, de házasságkötéseknél szintúgy figyelembe vették a csillagok állását.

Az asztrológiai világnézet megfelelt a régi ezoterikus felfogásnak: a

makrokozmosz és a mikrokozmosz egy egységet alkot, amelyet a kvintesszencia, a világszellem tölt meg lélekkel. A középkorban a csillagokat már nem tekintették istenekek, inkább valamiféle köztes birodalomnak, amelyen keresztül a mindenható isteni szellem eléri a teremtett dolgokat. Itt is érvényes volt az "ahogy lenn, úgy fenn elve.

A csillagok állandó pályájából már a régi görögök is arra következtettek, hogy a világmindenségben szigorú, logikai és matematikai törvényekre épülő rend uralkodik. Püthagorasz (Kr. e. 580-500), a híres filozófus és matematikus és a legnagyobb hatású ezoterikus gondolkodók egyike megpróbált a természetben rejlő számösszefüggések nyomára jutni. A világot hatalmas műalkotásnak tekintette, amelyben Ég és Föld, Nagy és Kicsi ésszerű törvények szerint épül egymásra, és minden teremtett dolognak ugyanazok a számarányok képezik az alapját. Ezért az emberek és az égitestek között szoros kapcsolat áll fenn. Valószínűleg Püthagorasz volt az első, aki ezt a harmonikus rendet kozmosznak nevezte. Mivel a zene is matematikai-harmonikus törvényekre épül, meggyőződése volt, hogy az égitestek körpályájukon hangokat adnak ki, csak emberi érzékeinkkel képtelenek vagyunk fölfogni ezeket. Még Kepler, a 17. század fordulóján élt nagy asztronómus is azzal töltötte életének jelentős részét, hogy Püthagorasz szférák zenéjére vonatkozó állítását igazolja. Mint látjuk, a régebbi természettudósok igyekeztek a dolgok velejébe látni. Ezt a képességet újra meg kell tanulnunk.

De mit nyújthat az asztrológia korunk emberének? Amikor nem hiszünk sem a szférák harmóniájában, sem a világszellemben? Aki behatóbban foglalkozik az asztrológiával, két fölfedezést tesz, amire még a szkeptikusok is fölkapják a fejüket: egyrészt, hogy az asztrológia neves pszichoterapeuták gyakorlatában is helyet kapott, másrészt pedig, hogy születtek olyan tudományos eredmények, amelyek szerint az asztrológia bizonyos részterületei empirikus módszerekkel megbízhatóan igazolhatók.

Nézzük előbb a pszichológusok és pszichoterapeuták véleményét.

„Elkészítettem a horoszkópomat Münchenben, Zürichben és Új-Delhiben – mondja Jürgen von Scheidt müncheni pszicho-terapeuta. – Akik készítették, nem tudtak egymásról, különböző kultúrákból származnak, egyikőjük férfi, a másik kettő pedig nő. A megegyezés mégis annyira elképesztő, hogy kétlem, kollégáim képesek volnának-e karakterológiai tesztjeikkel ekkora hasonlóságot elérni. Arról nem is szólva, hogy módjukban állna-e ennyire pontos előrejelzéseket tenni.”

Fritz Riemann (1902-1979), a neves pszichoanalitikus szintén pozitív fényben látta az asztrológiát:

“Készséggel beismerem, hogy pszichoterápiái tevékenységemben – és

egyebekben is – sokat köszönhetek az asztrológiának; minden nyitott gondolkodású terapeuta hasonló tapasztalatokra tehet szert."

Könyvében (Lebenshilfe Astrologie, "Asztrológia és életvezetés") részletesen leírja, miként hasznosítható az asztrológia a pszichoterápiában. A világegyetemet Riemann az ezoterikus hagyományok jegyében hatalmas makroorganizmusnak tekinti, amelybe az emberek mikroorganizmusként ágyazódnak be. Az organikus összletben az ember a tudatalattiján keresztül vesz részt. Riemann három szintjét különbözteti meg a tudattalannak: a személyes tudattalan, amelyben az egyén környezeti tapasztalatai csapódnak le, a kollektív tudattalan, amelyben az emberiség tapasztalatai raktározódnak, és a kozmikus tudattalan; ez utóbbi kapcsol össze bennünket a világegyetemmel. Személyiségünk e mélyrétegében részesülünk a világmindenség ritmusaiból és törvényszerűségeiből, s ez olvasható ki a horoszkópból. Ahogy vannak jellem típusok, amelyek részint adottságok, részint környezeti hatások alapján alakultak ki, úgy létezik a "kozmotípus" is (a fogalom szülőatyja Thomas Ring asztrológus), és nem árt tudni, hogy melyik kozmotípusba tartozunk.

Miért? Fritz Riemann nem hisz abban, hogy a csillagok bizonyos sorsot erőszakolnak ránk, amint nem hiszi ezt a legtöbb asztrológus sem. Meggyőződése viszont, hogy adottságaink felismerése növeli lehetőségeink játéktérét. A meg nem fejtett álmok olyanok, mint a fel nem bontott levelek, mondja egy ismert pszichológus. "Ehhez hasonlatosan – vélekedik Riemann – azt mondhatjuk, hogy a nem értelmezett horoszkóp olyan, mint az át nem vett küldemény." És ki tudja, nem tartalmaz-e ez a küldemény valamit, amit feltétlenül ismernünk kellene továbbfejlődésünk érdekében.

Most pedig nézzük a tudományt.

A legtöbb kétkedő kereken kijelenti, hogy az asztrológia tudományos eszközökkel történő vizsgálata csakis annak elvetéséhez vezethetne. Michel és Françoise Gauquelin francia pszichológusok kutatásai azonban azt igazolják, hogy ez egyáltalán nem így van. Az ötvenes évektől módszeresen gyűjtik ismert személyiségek születési adatait, és életrajzukat összevetették asztrológiai feltevéseikkel. Eddig adatok százezreit értékelték ki amerikai, német és angol kutatók segítségével. Kétséget kizáróan bebizonyosodott, hogy az égitestek állása és bizonyos foglalkozási csoportok között egyértelmű összefüggés áll fenn. A sportolók és az orvosok például általában a Mars, az újságírók a Jupiter, míg a tudósok a Szaturnusz befolyása alatt állnak. Hans-Jürgen Eysenck professzor, nemzetközi híru pszichológus – aki közismert kétkedő alapállásáról – megvizsgálta a Gauquelin-kutatásokat és a következő megállapításra jutott:

"E felismerések ugyan nem magyarázhatók, de egyszerűen léteznek és

nem lehet tagadni őket (...). Talán elérkezett az idő, hogy végérvényesen kijelentsük: új tudomány született."

Igen figyelemreméltó megállapítás egy szkepsziséről híres pszichológustól!

Tarot és Ji Csing -a jósdák válasza

Valahol a titokzatos Keleten – meséli a legenda – a kegyetlen barbárok lerohantak egy népet és kultúrájukat nyom nélkül eltüntették. A templomok és vallási kultuszok megsemmisítése előtt azonban a papok összeültek és megtanácskozták, hogyan őrizhetnék meg hitük tapasztalatait az utókor számára. Az egyiknek kiváló ötlete támadt: készítsenek egy kártyajátékot, mondta, amelynek segítségével tanaikat képi és szimbolikus formában rögzíthetnék. Mégpedig úgy kell elkészíteni a kártyát, hogy aki nem beavatott, annak csak játékot jelentene, míg azok előtt, akik képesek mélyértelmű szimbólumai megfejtésére, föltárja ezoterikus titkát.

A tarotkártya valódi eredetét teljes homály fedi: származtatják Kínából, Koreából, Indiából vagy Észak-Afrikából, tulajdonítják a cigányoknak éppúgy mint a zsidóknak, akik a kabbala, a zsidó titkos tanok keretében alkalmazták. Annyi mindenképpen bizonyos, hogy a 14-15. században gyakran betiltották. Valószínűleg már akkor is kétes híre volt, eretnek vagy mágikus jellegű szimatoltak benne. Mivel javarészt jövődőlésre használták, az egyházi kinyilatkoztatások ellenlábásának számított.

Ha valaki ma tarotkártyát kér egy ezoterikus könyvesboltban, meglepődik, hány fajtát tesznek eléje. A naiv rajzoktól a bonyolult szecessziós stílusú ábrázolásokig minden megtalálható, és köztük nem egy igazán művészi kivitelű. Minden esetben 78 kártyáról van szó, amelyek 22 "nagy arkánum"-ra (titok) és 56 "kis arkánum"-ra vannak osztva. A nagy arkánumoknak nevük van: a mágus, a főpapnő, a halál. A kis arkánumoknál négy "szín" van (érmék vagy korongok, botok, kardok és kelyhek). Köztük tíz számmal ellátott kártya (ász és 2-től 10-ig), négy pedig "udvari": király, királynő, lovag és hercegnő. A kártyákat gondosan összekeverik és meghatározott rendben kirakják őket az asztalra. Közben célirányos kérdéseket tesznek föl, mint például: Milyen e pillanatban a belső valóságom? Vagy: Hogyan viselkedjem most? A kártyákat sorban fölemelve "választ" kapunk a kérdéseinkre és megtudjuk, hogy az adott helyzetből hogyan léphetünk tovább.

Természetesen minden a helyes értelmezéstől függ. A pszichológiai tesztekhez hasonlóan, ahol a képek alapján következtetnek valakinek a jellemére vagy felfogására, a tarot már ezen a szinten is sokban hozzájárulhat az önmegismeréshez. Ebben sokat segíthet a tapasztalt kártyavető vagy egy

olyan önismereti csoport, ahol a tarotkártyát alkalmazzák.

Egy mélyebb síkon azonban a tarot mágikus jellege is kibontakozhat – ha fölteszük a kérdést: miért éppen ezeket a kártyákat kaptam? A mágikus világgép számára nincsen véletlen. Azért vannak ezek a kártyáim, mert ezek felelnek meg a helyzetemnek és kérdésfeltevéseimnek, mert ezek adnak felvilágosítást – a tudattalan nyelvén – a jelen pillanat háttéréről. Ezek az én kártyáim, ahogyan szimbolikus álmaim, vagy horoszkópom sem véletlenül olyanok, amilyenek. Minden mindennel összefügg. Azért forgatom a tarotkártyát, hogy megtudjam: milyen módon függnek össze és ennek milyen kihatása van rám. Ehhez még azt sem kell hinnem, hogy a kártyák mágikus energiával telítettek. Akadnak olyanok, akik éjszakára a fejük alá teszik, hogy rezgéseit jobban átvehessék. Elég abból kiindulni, hogy léteznek ún. ésszerű "véletlenek". (C. G. Jung erre használta a "szinkronicitás" kifejezést.) E "véletlenek" kapcsolnak össze bennünket a rejtett valósággal.

A tarothoz hasonlóan az önmegismerés könyve a kínai jóskönyv, a Ji Csing is. C. G. Jung gyakran hívta segítségül és meggyőződése volt, hogy a Ji Csing válaszainak "találatértéke" messze a véletlen valószínűség fölött fekszik. E közel 4000 éves jóskönyv, a "Változások könyve" Kína legjelentősebb írásos emlékei közé tartozik; nélküle elképzelhetetlen a kínai filozófia, vallás és államtudomány. A konfucianizmus és a taoizmus egyaránt a Ji Csingben leli meg gyökereit. Konfucius, a nagy tanító (Kr. e. 551-479) rekonstruálta a könyvet és kommentárt is írt hozzá. A kínaiak életét hosszú időkre meghatározta a Ji Csing. Mindenfelé jósok üldögéltek, akik tanácsokat osztogattak az ősrégi jövendőmondó könyvből. Még 1912-ben is létezett a pekingi egyetemen egy vizsga, amikor is a hallgatónak három napon át egy zárt teremben a Ji Csing valamelyik hexagrammájának minden lehetséges következtetését kellett értelmeznie. A kommunista uralom aztán betiltotta a Ji Csinget.

A Ji Csing alkalmazása csak a régi kínai világgép ismerete alapján érthető meg. A kínai gondolkodás alapfogalma a „tao”. A tao (körülbelül "út"-ként vagy "értelem"-ként fordítható) az a rejtett egység, amiből a sokféleség és a világtörvény fakad – ama világtörvény, amely szerint a valóság szüntelen formálódik, változik és alakul. A kozmosz olyan, akár egy kerék: ciklikus körforgása során szigorú törvények szerint vezeti át az egyik állapotot a másikba. Minden változik, de közben ugyanaz marad, mert a tao mindent egységbe fog.

De mi okozza változást, mi tartja mozgásban a kozmikus kereket? A mozgás erői a jin és a jang. A jin a női princípium vagy az árnyék, a jang pedig a férfi-elv, vagy a fény. A kínaiak meggyőződése szerint minden mozgás és változás ezen két princípium együtthatásaként magyarázható.

Egyik sem lehetséges a másik nélkül, egyik sem fontosabb a másikinál, és kölcsönösen tartalmazzák egymást.

Ebből indul ki a Ji Csing. Minden kozmikus pillanat egy-egy lépés a tao útján, a kozmikus kerék egy fordulata. Minden pillanat – tehát az is, amikor valaki a Ji Csing-et faggatja – a jin jang mozgáselv meghatározott kombinációjával magyarázható. Ha sikerül ezt a pillanatnyi kombinációt láthatóvá és érthetővé tenni, akkor a kérdező megtudja, hogy abban az órában melyik konstelláció az uralkodó nála. Ugyanakkor fölismeri az ebből kibontakozó jövő csíráit is, és így képes lesz célszerűen alkalmazkodni a lehetőségekhez.

Aki tehát szeretné megtudni a Ji Csing-ből, hogy mit kell tennie, a következőképp jár el. Valamilyen pálcikákkal, például cickafarok szárával, bambuszbotocskákkal vagy földobott pénzérmével a “véletlen” révén kiderítjük a jin – és jang-erőknek azon kombinációit, amelyek az adott pillanatot uralják. A jangot összefüggő, a jint megszakított vonal jelzi. Ha ezeket a “véletlen” révén kiderített kombinációkat hexagrammák (hatos csoportok) formájában rögzítjük, összesen 64 különböző lehetőséget kapunk, amelyek minden kozmikus helyzetet tükröznek. Ezek jelentését kikeressük a “Változások könyvé”-ből, és azután lefordítjuk a saját élethelyzetünkre.

A Ji Csing nem volna egyéb pszichológiai technikánál, ha nem a mágikus világkép lenne az alapja. A tao mindenben jelen van. összeköti a makrokozmoszt és a mikrokozmoszt. Amit egy adott anyagi konstelláció segítségével szimbolikusan fölismernek, az felvilágosítást ad a Nagyról és a Kicsiről, a belső világról és a külvilágról. Lehetővé teszi, hogy életemet szuverén módon alakítsam, mert értem összefüggését a kozmikus törvénnyel.

Varázsvessző és inga – közvetlen kapcsolat a tudattalannal

A tarotkártyához vagy a Ji Csing bambuszpálcikáihoz hasonlóan a varázsvessző és az inga is “pszichometriai tárgy” és olyan tartományokkal kapcsol össze bennünket, amelyekkel más módon képtelenek lennénk érintkezésbe lépni. A pszichometria jelentése: “lélekmérés”. Egy anyagi eszköz segítségével rögzítjük, hogy mi zajlik a lélekben. Ha feltételezzük, hogy a psziché része egy egyetemes emberi “lélekmező”-nek, sőt legmélyebb rétegeiben azonos a kozmosszal, akkor a pszichometrikus tárgy nemcsak az egyéni tudattalan impulzusait rögzíti, hanem a külvilág, végsősoron a kozmosz állapotát is.

Ebből a meggyőződésből indul ki a radiesztézia, az ún. vesszőkutatás, amit varázsvessző vagy inga segítségével végeznek. Villás végű

mogyoróággal vagy más módon kialakított vesszővel keresik a "vesszőjárók" a Föld rejtett "ingerzónáit", például vízereket, érc – vagy olajlelőhelyeket. Sikerük vitathatatlan. Az illetékes minisztérium megbízásából a müncheni egyetem tudományos tanulmányban igazolta a jelenség létezését. Aki szakszerűen foglalkozik vele, maga is meggyőződhet a varázsvessző "működéséről". A vietnámi háborúban föld alatti katonai rejtékhelyek felkutatására használták. A frankfurti Együttműködési Társaság (GTZ) alkalmaz egy kiváló vesszőkutatót, aki a harmadik világ országaiban tár föl vízlelőhelyeket, ott, ahol a hagyományos kutatási módszerek csődöt mondtak.

A varázsvessző kilengése lehetne természetesen pusztán fizikai jelenség is. De eddig még nem sikerült semmi olyan külső hatást regisztrálni, amely kapcsolatba hozható volna vele. A vesszőszakértők földszugárzásról vagy "ódikus" erőről beszélnek. Feltételezik a kozmikus energia létezését, és ezzel nagyon közel járnak a kvinlesszencia elméletéhez.

Hasonló a helyzet az inga esetében is: ehhez elegendő egy cérnaszálra kisebb nehezéket erősíteni, s a szabad végét a mutató – és a hüvelykujjunk közé fognunk, miközben a kezünket teljesen nyugodtan tartjuk. Majd fölteszünk egy kérdést, amelyre még nem tudjuk a biztos választ. Azt fogjuk tapasztalni, hogy az inga lassan mozogni kezd. Előtte természetesen ki kell kötni, hogy melyik irány melyik jelentésnek felel meg, például ha jobbra kezd el körözni az inga, az "igen"-t jelent, ha balra, az "nem"-et.

Az ingát hívei sokféleképpen és sokféle célra használják: kutatnak vele például térkép fölé tartva elveszett személyek után, de alkalmas élelmiszerek vizsgálatára is, jellemrajz készítésére, társkeresésre vagy egyszerűen hazugságvizsgálóként. Segítségével lenyűgöző sikereket értek el a gyógyászatban diagnózisok megállapításánál is, a beteg szervek kimutatása terén. Természetgyógyászok gyógykészítményeik alkalmasságát és adagolását tudják megállapítani ezzel a módszerrel.

Az inga mozgása és valószínűleg a varázsvessző is az ún. "pszichikai automatizmusok" körébe tartozik. A parapszichológia alapos kutatásnak vetette alá az ezzel összefüggő jelenségeket. Az "automatikus írás"-nál vagy az "automatikus festésinél a transzban időző médium tudatának részvétele nélkül szövegeket vagy képeket alkot, legtöbbször átlagon felüli sebességgel, mintegy külső kényszer alatt. Egész könyvek, megdöbbenítő festmények keletkeztek így. A pszichikai automatizmusok a hipnotikus állapotokhoz hasonlóak. Hipnózisban is gyakran csodálatra méltó teljesítményekre képes az ember, olyasmire, ami éber tudatállapotban soha nem sikerülne.

A varázsvessző és az inga, a ceruza vagy az ecset ez esetben a "tudattalan szívócsövei", "kijátsszák" a tudatos "Én"-t és olyan képességeket szabadítanak fel bennük, melyek egy másik valóságból származnak.

Tenyérjósítás - a sors vonalai és rajzolatai

A chiromantia mágikus jóslási technikájából alakult ki a tenyérjósítás művészete, a chirológia, amelyet ma elsősorban jellemelemzésre és betegségek diagnosztizálására használnak, de az önmegismerés módszereként is. Dürckheim, a filozófus, zen-mester és az "iniciációs terápia" megalapítója az életvezetés fontos eszközének tartja. Dürckheim az egyénben Platónnál egyezően az ember általános eszméjének testet öltését látja.

"Minden embernek lényéből fakadóan meghatározott életút jut osztályrészül, s ennek során a maga legegységesebb módján kell megfelelnie az ember általános rendeltetésének." Ez a küldetés, minden egyéni élet értelme fejeződik ki – vallja Dürckheim – az ember tenyerében.

Az alap megint csak a megfelelések ezoterikus és mágikus tana: a kéz megfelel az egész testnek, a test a léleknek, a lélek az örök eszmének. Ahogy lenni, úgy fenni! Amint a rész, úgy az egész! Ezért áll a tenyérolvasás régtől fogva szoros kapcsolatban az asztrológiával, a horoszkóp házáit a tenyér egy-egy területével azonosítják.

A legtöbb chirológus a bal kézből magyarázza a velünk született személyiségjegyeket, a jobb pedig a szerzett és egyéni lehetőségek hordozója. (Balkezeseknél fordítva van.) De nemcsak a vonalakat értelmezik, hanem a domborulatokat, a kéz egész jellegét vagy az ujjak felépítését is.

Könnyű belátni, hogy a kéz életutunk térképeként fogható föl – elég az ujjlenyomatok összetéveszthetlenségére gondolnunk. Az ismert kriminalisztikai eljárás is ezen az elven alapul.

Még egyiptetű ikreknél sem fedeztek föl egyetlen olyan esetet sem, ahol a kéz rajzolata megegyezett volna. A tenyér vonalai és egyéb jellegzetességei életünk során változatlanok maradnak. Súlyos égési sérüléseknél is újra megjelennek, de még bőrátültetés után is. A személyiség és a kéz mintázatának összefüggéseit több beható tudományos vizsgálatnak vetették alá. Bebizonyosodott például, hogy a hibás kromoszómákra visszavezethető mongoloizmus hozza létre az úgynevezett majomrácot, amely a tenyér felső részén húzódik végig. Megbízható vizsgálatok sora igazolja a kézrajzolat és bizonyos betegségek összefüggését. Aki szeretné jobban megérteni önmagát, akinek fontos, hogy személyisége kibontakozzék, annak számára tehát a kéz is az önmegismerés fontos eszköze lehet.

Kabala – az élet fája

Amikor Izrael állam megalapítása után a zsidók Jemenből a Tel Aviv-i repülőtérre érkeztek, szinte semmit sem hoztak magukkal. Szegények voltak és amijük volt, azt is ott kellett hagyniuk. Ám kevés holmijuk között, amitől nem akartak megválni, sokaknál ott volt a “Zóhár”, a “Fény könyve”, a kabala forrása.

A kabala a zsidóság ezoterikus tana. Évszázadokon át szóban adták tovább a templomokban és zsinagógákban. A 13. században lejegyezték – ez a “Fény könyve” Ma már a kabalát nem zsidók is sokan választják spirituális útként. Az Egyesült Államokban és Európában is működnek olyan csoportok, amelyek a kabala tudásanyagát az önkibontakozásban próbálják hasznosítani.

A világ, a kabala tanítása szerint az isteni fény kisugárzása. A világ tíz sugárban („szefirák”-ban) alakul ki Isten szelleméből. Ezek az öserök képezik minden dolog alapját. Aki megérti őket, megérti a lét titkát.

A tíz “szefira” működését az élet fája ábrázolja. Ez a fa – amolyan diagramm féle, amelyen a tíz “szefirát” és kapcsolatukat szemlélteti – a kozmikus világösszefüggést szimbolizálja. Megjelenik rajta a makrokozmosz és a mikrokozmosz, az isteni és az emberi, és nyilvánvalóvá válik kapcsolódásuk. A kabalista ezen összefüggések fölismerésére törekszik, hogy saját szerepét és életcélját megérthesse.

Ha alaposabban szemügyre vesszük az élet fáját, nyilvánvalóvá válik, mi is az élet értelme a kabala tanítása szerint. A fa csúcsa a “kéter”, a korona, a legmagasabb megragadható világelv, kiindulópontja pedig a “malhut”, a sötét anyag birodalma. A jobb és bal tengelyt három női és három férfi “szefira” alkotja, amelyek egymással kölcsönhatásban állnak. Ez emlékeztet a kínai jin-jangra: itt is az ellentétek kozmikus alapelvéről van szó. Az élet fájának hét egymásra épülő síkja van, ami az “alsó” és a “felső” hierarchikus kapcsolataként értelmezhető. Az alapelv már ismerős: ahogy lenn, úgy fenn.

Hová vezet a kabalista útja? Fájdalommal döbben rá, hogy amíg az életfa alsóbb síkjain időzik, el van választva Istentől, azaz eredetétől. Fáradozása ezen elkülönülés megszüntetésére irányul, igyekszik egyre följebb jutni az életfán. Szinte ugyanazt a célt követi tehát, mint például a jögi, aki az abszolúttal való újraegyesülésre törekszik.

Az életfa hét síkja pontos párhuzamot mutat a hét csakrával, a jóga energiaközpontjaival. A kéter, a korona megfelel az “ezerszirmú lótusz”-nak, a homlok magasságában elhelyezkedő fejtetőcsakrának. Ha az “ezerszirmú” lótusz” kinyílik, erős, sugárzó fényt látunk; erről a fényről beszélnek a misztikusok. A klinikai halálból visszatértek is hasonló élményről számolnak be. A kabalisták nézete szerint e fény a koronából sugárzik és a meditációban megtapasztalható. Figyelemreméltó egybeesések!

Az életfája egy 16. század eleji ábrázolás szerint. A jobb oldalon lévő

körök az isteni sugarak, a "szefirák") a női, a bal oldaliak a férfi princípiumot jelölik. Jobb oldalon található az "inspiráció", az "együttérzés", az "ösztön", bal oldalon az "értelem", az "ítélőképesség" és a "világosság". A két princípium között a fa közepe teremt egyensúlyt: az itt elhelyezkedő szefira igaz lényegét szimbolizálja, azt az elvet, amire minden szép és tökéletes törekszik. Az élet fájának csúcsa a "kéter", a korona, a legmagasabb szellemi és eszmei lényeg, amelyhez a bölcs végül is eljut. iPaulus Ricius: Porta Lucis c. művéből. Augsburg, 1516)

A kabalára azonban nemcsak a megvilágosodás és a tökéletesedés érdekében tett fáradozás a jellemző. Az egész emberiség fejlődési folyamatát is szem előtt tartja, célja az általános tudatállapot magasabb szintre emelése, s a fejlődéstörténet végén az emberi és az isteni újraegyesülése.

Korábban az ún. "gyakorlati kabalá"-nak kifejezetten okkult vonatkozásai is voltak, s a középkor mágusai gyakran a kabalisták köréből kerültek ki. Bonyolult számspekulációk alapján (ez az ún. számmisztika, amire a ma oly elterjedt numerológia felépül) jósolni, illetve varázsolni próbáltak. A kabala értéke ma az ezoterikához hasonlóan az önmegismerésben rejlik: segítségével az egyén szembeül személyiségével és annak spirituális lehetőségeivel. Kabalisztikus csoportok tanítómesterük irányításával rituálékat, meditációt és imádságot gyakorolnak, melyekben fontos szerepet játszik az életfa. A ma alkalmazott kabalisztika nagy súlyt helyez a tudatos életvezetésre, és egy pillanatra sem feledkezik meg a célról, az isteni egységbe való visszatérésről.

Drágakövek – gyógyító erők az ember szolgálatában

A köveknek majd minden korai kultúrában mágikus és vallási jelentősége volt. Őseink nem holt tárgyakként kezelték őket, hitük szerint rejtett erőkkel voltak átitatva. A meteorokat különösen nagy tisztelet övezte. Bretagneban található a "menhire"-ek, ama hatalmas kőoszlopok, amelyeknek a kelták isteni erőt tulajdonítottak. Az iszlám középpontját képező fekete kő, a Kába, amely a mekkai mecsetben található, az iszlám előtti idők Arábiaszerte elterjedt kőkultuszára vezethető vissza.

Ma is sokak meggyőződése, hogy a kövekből különös erő árad. Daya Sarai Chocron, angol természetgyógyász, aki a kövek titokzatos erőinek tudományát tanfolyamokon és könyvekben adja tovább, így ír erről:

.A kövek fontos lények: élnek, lélegeznek, egymással kölcsönhatásban állnak, energiát sugároznak, világítanak, lüktetnek. Rezgéseket és frekvenciákat bocsátanak ki, amelyek óriási hatással lehetnek egész lényünkre, ha gyógyításra, átalakításra használjuk őket, test, lélek és szellem

kiegyenlítésére és egymásra "hangolására".

Daya Chocron nézeteinek alapja megint csak az ezoterikus elv: ahogy lenn, úgy fenn. A kövek eszerint a kvintesszencia, a kozmikus őanyag megjelenési formái, és így legbensőbb lényegükben rokonok velünk. Különösen érvényes ez a drágakövekre. Formájuk, felépítésük, színük – hirdetik a drágakő-mágia hívei – hatékony erők és rezgések forrása. Az ilyen kövek alkalmasak meditációhoz, rituálék középpontját képezhetik, de különösen jelentősek betegségek gyógyításában. Daya Chocron egyik drágakő-rituáléja például így fest: "A telihold kiválóan alkalmas egy kis kristály-ceremónia elvégzésére. Egy indián hagyományról van szó, amelyet magam is nagyon szívesen végzek. Amikor feljön a hold, fölsétálunk egy kis dombra és magunkkal viszünk egy kristályt, amit levelekre vagy gyógyfüvekre helyezünk egy tálcára vagy kehelybe. Cédrust vagy zsályát használhatunk. A leveleket füstáldozatként elégetjük, majd a kristályt ének, ima és hálaadás közben a Holdnak szenteljük. Azután fogjuk meg a kristályt és sugarait irányítsuk a testünkre ill. kísérőink felé. A hegyikristály most már teljesen feltöltődött a hold fényével és erejével."

A drágakövekkel történő gyógyítás ugyancsak régi keletű. Napjainkban ismét nagy figyelemmel fordulnak Hildegard von Bingen drágakőgyógymódja felé. A 12. századi szent misztikushoz hasonlóan ma is sokan sejtenek rejtett összefüggést bizonyos drágakövek és betegségek között. Daya Chocron így számol be terápiás módszeréről: „Először közös légzési meditáció segítségével ráhangolódom a betegre, majd beszélek neki a Földanyával lévő kapcsolatunkról. Megkérem, hogy engedje el magát, hagyja a gondolatokat és képzeteket, engedje beáramlani a gyógyító enereit."

Nyugtató masszázis után Daya Chocron kristályingával megvizsgálja a páciens csakráit, hogy hol található az az energiablokád, amely a betegség okozója lehet. Azután megérzésére hagyatkozva kiválasztja a szükséges drágaköveket, lemossa és megszáritja, majd a beteg testére helyezi őket, végül az arcára és a "harmadik szemére", vagyis a homlokcsakrára (ez az ember szellemi központja). 20-30 percig maradnak így a kövek. Ezalatt sokan élnek meg mély meditációs állapotot és látomásokat, melyek révén kapcsolatba lépnek felsőbb lényegükkel.

Tűzönjárás - a szellem győzelme a test fölött

Egy ötvenéves háziasszony föltűrt farmernadrágban tűzpróbára indul. Egy pillanatig habozik, majd erőt vesz önmagán és nekivág: meztelen lábbal, bátran lépked az előtte elterülő parázsszőnyegen. Nincsen szüksége a hét

méter hosszú szőnyeg végén elhelyezett vizesvödörré. Elég egy pillantás a talpára, és megállapíthatjuk, nyoma sincsen hólyagnak, de még csak vörösés foltnak sem. És mindez 700 °C-on!

Németországban egyre többen vesznek részt tűzönjáráson. Vajon mi vonzza őket abban, hogy mezítláb végigsétálhassanak az izzó parázson? "Ma vagyok első ízben igazán büszke önmagámra – mondja az említett ötvenéves háziasszony. – Most, hogy a tűzön át tudtam menni, úgy érzem, képes leszek megoldani a mindennapi problémáimat is." Mások új dimenzió fölfedezéséről beszélnek, a hit erejének növekedéséről, a félelem legyőzéséről, az önbizalom kiteljesedéséről.

A tűzönjárás, ha valóban komoly ezoterikus rituáléként végzik, nem a nép szórakoztatására szolgáló cirkuszi mutatvány. Az indiai jógik kultikus gyakorlata, és régi hagyományokra tekint vissza. Ezért kapcsolódik hozzá ma is intenzív meditáció. Felkészítés, felkészülés nélkül senkit nem küldenek az izzó parázsra. Előbb több órás önvizsgálat következik: hogyan viszonyulunk önmagunkhoz, az élethez, a természethez, a természetfölöttihez. A csoport támogatása jelentős erőforrás, a bizalom, a bizakodás légköre átsegít bennünket a nehéz pillanatokon. Ám mégis ott motoszkál bennünk a gondolat: nem, ez lehetetlen. És aztán mégis sikerül. Az ember átsétál a tűzön, mint valami virágos réten!

Nem meglepő tehát, hogy néhány résztvevő a tűzönjárás után eltöpreng materialista világszemlélete korlátain, és megérti, hogy a szellem győzelmet aratott a test fölött. Pedig a szellemnek ez a bámulatos képessége, hogy befolyásolja a testet, sőt parancsoljon neki, számos más példán is könnyen igazolható.

A tűzönjárásnál is hatásosabb a jógik bemutatója, akik tudományos ellenőrzés mellett bizonyítják, hogy képesek fájdalomérző központjaink kikapcsolására. A tübingeni egyetemen tudósokból álló team vizsgálta Ben Ghou Bey fakírt, aki többek között egy párbajtört szűrt át a nyelvéen. A testére kapcsolt mérőműszerek kimutatták, hogy közben semmiféle fájdalmat nem érzett. A vizsgálat után az egyik tudós elragadtatottan nyilatkozta: "Fantasztikus! Ben Ghou képes rá, hogy a vérkeringését bizonyos pontokon leállítsa. Ereit összeszorítja, és így a vér nem halad át rajtuk." – Lehet, hogy a tűzönjárásnál is hasonló reakciók játszódnak le?

De mindez fordítva is működik: a fájdalom és a sérülések megakadályozhatók a szellem erejével, ám elő is hívhatók. Az ismert hipnóziskísérletnél a hipnotizált személy tenyerébe fémpénzt helyeznek. Közben azt szuggerálják neki, hogy az érme tűzforró. Ekkor a hipnotizált személy fölkiált, kiejti kezéből a pénzt, s a helyén égési hólyag keletkezett. Egészen nyilvánvaló, hogy gondolataink és képzeleteink nem csekély erőt

képviselnek. A szellem a király, a test csak a szolgája. A tűzönjárás révén bárki megtapasztalhatja ezt.

Boszorkányok - a nagy istennő természetvallása

Az ezoterikus és spirituális gondolkodás alapját képező egységes világfelfogás meghatározza a hozzá kapcsolódó emberképet is. Vegyük például a kínai jin-jang szimbólumot, amelyben egy fehér és egy fekete körszelet alkot megbonthatatlan egységet. A jang aspektus az ember férfias jellegét – aktív, racionális és küzdő oldalát testesíti meg. A jin a nőies, engedékeny, intuitív, együttműködő és misztikus részünk. A kettő együtt adja az egész embert. Akár férfi, akár nő, mindenkiben van az ellentétes jellegből. Több ezer éves patriarchális kultúránk viszont egyoldalúan túlhangsúlyozta a jang-értéket, a férfi jelleget.

Az új, teljes emberkép szemszögéből érthető meg a "boszorkánymozgalom" is: ez az ezoterikus irányzat az angolszász országokból indult el, és az utóbbi években összekapcsolódott a feminizmussal. Az új boszorkánykultusz legtöbb követője a nőmozgalomból került ki, sokan vallanak közöttük egyszerre ezoterikus és emancipációs elveket.

"Reszketetek, reszketetek, újra itt vannak a boszorkányok!" – kiáltozták 1977-ben egy nagyszabású római nőtüntetés résztvevői, akik egy nagy feltűnést keltő per kapcsán tiltakoztak a túlságosan enyhe bírói ítélet miatt (a vádat nemi erőszak elkövetése miatt emelték). A német nőmozgalom hamarosan csatlakozott az új áramlathoz. A május 1-re virradó éjszakán (a Walpurgis-éjen) 1977-ben és 1978-ban is tüntetések voltak Németországban. A pákátokon ez állt:

"A nők visszahódítják az éjszakát." Véget akartak vetni a sötétségtől és a férfiak hatalmától való félelemnek.

A boszorkánymozgalom harcias és provokatív felhangja a feminista öntudatból fakad, amelyet a "boszorkányság" érzete csak még jobban fűt. A középkor boszorkányai ugyanis – mai követőik szerint – közel sem csúnya és gonosz varázslók voltak, hanem bölcs asszonyok, sámánok és gyógyítók. Nagyon szoros kapcsolatban álltak a természettel, és mindenben képesek voltak az ősenergiát fölfedezni, s az emberek javára fordítani.

Az új boszorkányok nézete szerint a késő középkor és az újkor elejének üldözései azzal magyarázhatók, hogy a boszorkányok sámáni természetkapcsolata sokkal ősbibb gyökerű, mint a kereszténység és a modern boszorkánykultusz ugyancsak a nagy istennő természetvallásának tekinti

magát. A rituálék, szellemidézések, táncok és meditációk mind ezen a természetvallási felfogáson alapulnak. A régi kultikus helyek felkeresésekor, a Walpurgis-éji ünnepeken, a különböző kurzusokon és mágikus "szakkörökében a résztvevők a természet őserőivel lépnek kapcsolatba és az önkibontakozásért, valamint az emberiség gyógyításáért szállnak síkra.

Zsuzsanna Budapest, a Kaliforniában élő boszorkány így fogalmaz:

"Új korszak kezdődött. Összejövünk, mert egyek vagyunk, egy lélek, és létrehozunk valamit, ami mindannyiunkat táplál... Nem kell hozzá templom. Odaállunk egy fa alá – ő az istennőnk." – Különösen politikai szempontból fogalmaz világosan:

"Jó volna, ha a nők összefognának, és mondjuk öt évig nem szülnének gyermeket. Ha azt mondanák, hogy addig nem adnak új életet, amíg alá nem írják az összes békeszerződést, amíg nincs teljes leszerelés és nincs tiszta világ körülöttünk. A nőknek megvolna ez az isteni hatalmuk. Csak éppen nincsenek tudatában."

Az új boszorkányok tevékenysége a férfiak uralta világ ellen irányul, amelyben a női jellemet és a női szellemiséget módszeresen elnyomják. Ha azonban az emberi fejlődés célja az egésszé válásban rejlik, akkor a férfi és a női jellegnek egymást kiegészítőegységé kell összefonódnia.

Veszélyek és tévutak

Szabad-e azon csodálkozunk, hogy az ezoterika is üzletté válik? Egy olyan társadalomban és gazdasági formában, ahol a pénz, a haszon és a profit a lényeg, ott mindent pénzzé tesznek, ha akad rá vevő: az ezoterikával is ez a helyzet. Ilyen hirdetések olvashatók a megfelelő lapokban: "Akar Ön milliomos lenni? Az asztroszolgálat alternatív, mediálisan orientált játékközösséget ajánl, amelyik megtalálta a halálbiztos lottósikert." – "3000 márkát vagy még ennél is többet kereshet, ha kartomanként, azaz tarotkártyavetőként vállal munkát." Egy ezoterikus iskola levelező tanfolyamot és a végén diplomát kínál. Lépten-nyomon ajánlják a mágikus szolgáltatásokat: "Párválasztás mágikus módszerekkel, garanciával!" De olvasható az ellentéte is:

"Válás mágikus beavatkozással. Mi segítünk Önnek." – Garantálják a diszkréciót is – ami nem árt, ha netán összeütközésbe kerül az ember a törvénnel.

De nemcsak ezoterikus folyóiratokban találhatók efféle komolytalan hirdetések. Ha az ezoterikával foglalkozó csoportok hirdetési – és prospektusanyagát áttekintjük, azt tapasztaljuk, hogy a legtöbbször azért komoly a háttere. Gyakran külsőleg ezek a legszerényebbek, kézzel írt

kísérőlevelük sokszor arról tanúskodik, hogy ebben a csoportban valóban az új idők szelei fújnak. Az sem épp rossz jel, ha a meditációs vagy tarot-kurzusokat szinte önköltségi áron hirdetik meg.

Nézzünk egy egészen más példát Münchenből. Egy jósnő – részben magasfényű műnyomópapíron – ezoterikus szemináriumot hirdet "levelezőknek is". A hölgy elsajátította a piaci szellem minden fortélyát. Hiszen: "A jóslás kitűnő kereseti lehetőség." A tanfolyam vezetője "Európa egyik legsikeresebb és legismertebb jósnőjének" nevezi magát. Hírnevét kellően bizonyítják a mellékelt idézetek – a "Bild-Zeitung"-ból, a "Bild der Frau"-ból és az osztrák "Kronen-Zeitung"-ból (ez a "Büd" párja). De nézzük az árakat! Egy hétfévi tarot-kurzus 1500 márka! A két hétfévét igénybe vevő tenyérjóslási tanfolyamért jósnőnk 2200 márkát kér. Aki mindegyik kurzusra jelentkezik, "csak" 8500 márkát fizet, és "700 márkát megtakarít"! Ilyen árak mellett persze lehetetlent kell ígérni: a tanfolyam "feltétlen sikerrel kecsegtet, s a végén képessé válik saját és embertársai jövőjét megjósolni!" Még ha létezne is olyan módszer, amellyel lehetséges volna úgymond gyorsított eljárással sajátítani el a paranormális képességeket, akkor sem lehet garantálni, hogy minden egyes jelentkező, aki megpróbálkozik vele, sikert ér el! A paranormális képességeket nem tudja mindenki elsajátítani, és a pénzsóvárság sem éppen a legalkalmasabb motiváció az elsajátításukra.

Amikor tehát az ezoterika veszélyeiről szólunk, elsősorban az üzleti szellem elburjánzásától kell óva intenünk. Mielőtt pénzt adnánk ki valamilyen ezoterikus "szolgáltatásra", gondosan vizsgáljuk meg, kivel is van dolgunk.

Ennél a kalmár szellemű ezoterikánál – rajta az ember "csak" pénz veszíthet – sokkal komolyabbak azok a veszélyek, amelyek saját lelkünkől törhetnek fel. Ezek miatt akár az eszét is elveszítheti az ember.

Egy ízben hosszabb beszélgetésre voltam vendég Bender professzornál Freiburgban, a Parapszichológiai Intézetben. Beszélgetésünk alatt folyvást csöngött a telefonja. Mint megtudtam, nap mint nap érkeztek a segélyhívások az intézetbe: olyanok jelentkeztek, akik ezoterikával kezdtek foglalkozni, és elveszítették a kapcsolatot a valósággal. Most pedig rettenetesen félték. Akadt közöttük például olyan, aki pohármozgató csoportban vett részt, és most üldözöttnek érezte magát, félt a szellemektől és embertársai mágikus erejétől, egy másik telefonáló kényszercselekedetek rabjává vált, mindent ingával akart kimérni, minden falatot, amit a szájába vett, minden porcikáját megvizsgálta, hogy nem beteg-e, minden embert "megtesztelt", hogy jót vagy rosszat hoz-e rá. Volt, aki már az öngyilkosságra gondolt. Az ezoterika helytelen értelmezéséből következő gyilkosságokról és öngyilkosságról mind gyakrabban tudósítanak az újságok. Komolyan kell tehát vennünk az "okkult elmebaj" fogalmát, amely elsősorban a labilis személyiségeket sodorhatja

bajba.

Bender professzor "médiumpszichózis"-nak nevezi ezt a lelkibetegséget.

Feltehetően pszichotikus zavarokban szenvednek az ún. "sátánkultuszt" folytató személyek is. A Thelema-rend elnevezésű szekta vezetője 1988-ban állt a lüneburgi bíróság előtt egy fiatal nő megerőszakolása és durva bántalmazása miatt. A húszas években "Thelema apátság"-nak nevezte magát egy szicíliai közösség, vezetőjük a kábítószerélvező mágus, Aleister Crowley (1875-1947) volt. A legtöbb sátánhívó ma rá hivatkozik. Crowley ezoterika ürügyén szabad utat engedett szexuális komplexusainak, Antikrisztusnak nevezte magát. Jelmondata így hangzott: "Tégy, amit akarsz!"

A Crowley kultuszára támaszkodó sátánizmus napjainkra a szórakoztatózene legnagyobb üzletévé vált. A kemény rock képviselői bizarr rituálékot adnak elő a színpadon és istenkáromló szövegeket énekelnek. Visszafelé lejátszott lemezeik az "ördög üzenetét" tartalmazzák. Gyakran már az együttes neve is utal a sátánizmusra, mint például az "AC/DC" (Antichristus/Death to Christ) vagy a KISS (Kings in Satanic Service).

A "sátánista" rockegyüttesek sikere a fiatalok okkultizmus iránti felfokozott érdeklődésével függ össze. Társadalmunk nem ad teret az élet spirituális vagy vallási értelmezésének, mert kizárólag a felszínre, a látszatra figyel, s ezzel egyenesen provokálja a fiatalok ilyen érdeklődését.

Az emberek többsége szeretne valamilyen módon kapcsolatba kerülni létünk titokzatos erőivel, és ez éppen a fiatalok esetében nem mindig az "előírt módon" történik, amilyen például az egyházi hitoktatás.

Még veszélyesebbnek tartom azonban az ezoterika azon formáit, amelyek keretében szélsőjobboldali és fajgyűlölő eszméket elevenítenek föl. Kelta és germán hagyományt álmágikus, rovásírásos hókuszpókusszal zagyválnak össze, amely sok tekintetben a nemzeti szocializmus ideológiai gyökereire emlékeztet. Így például az "ezoterikus" ihletésű "Artsgemeinschaft e. V." "biológiai örökségünk megőrzésének és megújításának" szenteli magát, az ún. "Goden-mozgalom" pedig "faji istenségről" ábrándozik.

Vannak ártatlanabb formái is az "ezoterikus" tévelygésnek, de ezektől is óva intünk. Egy ezoterikus folyóiratban "Preasztronautika" cím alatt a következőket olvastam: "A régi indiaiak szent írásai bizonyítják: űrhajós istenek atomfegyvereket vetettek be a Földön." – Az állítás Erich von Danikén űrhajós-isten elméletein alapul. Kereken 15 000 évvel ezelőtt földönkívüli űrhajósok érkeztek bolygónkra, hogy a visszamaradott emberiséget génmanipulációkkal megnemesítsék. Már ez is éppen eléggé abszurd, és most még az atomfegyverek is!

Az efféle teóriákban két dolog zavar: először is, hogy tudományosan "bizonyított"-nak hirdetik magukat, másodsor, hogy nélkülöznek mindenféle

spirituális jelleget. Semmi közük az ezoterikához, mert az ezoterika arról az őstitokról, ama rejtett valóságról beszél, amit az ember teljesen soha ki nem fürkészhetsz. Ha az istenek űrhajósok, akkor nem is léteznek, mert akkor ők is a tér és idő rabjai, akárcsak te vagy én. Egy isten, akinek mérhető a lábnyoma (a Góbi-sivatagban állítólag találtak ilyet), az nem isten, legyen még akkora a tapanansa.

Az űrhajós-istenek példája csak kiragadott a sok közül. Nem egy hasonló teória hozza lázba némelyik "ezoterikust", ám igazában mind nélkülözi a szellemi tartalmat. A mélység náluk felszínné válik, a lényeg lapossá, a szellem szellemtelenné. A tudomány a felszíni, a mindennapi valósággal foglalkozik, határán kezdődik az álom és a megézés, ahol megéljük a kollektív tudattalan és az archetípusok világát. Még egy fokkal mélyebben tárnak fel a misztika és a meditáció tapasztalati útjai, s ezek egészen más jellegű tapasztalatok, mint a centiméterrel mérhetőek. Aki mindent összekever, csak árt az ezoterika hírének, amely sajnos egyébként sem mindenki szemében csorbíthatatlan.

E kritikai észrevételek után önként adódik a kérdés: nincs-e több hátránya az ezoterikának, mint előnye? Aligha. De azért mindenképp hallgatni kell a pszichológusokra, akik jól kiismerik magukat ezen a területen. Aki ezoterikával foglalkozik, álljon szilárd lábakon az "itt és most" valóságában, legyen némi sikerélménye a munkájában, boldoguljon embertársaival, és lelkileg messzemenően legyen kiegyensúlyozott. Aki érzi, hogy életmódján változtatnia kell, aki rájön, hogy a hétköznapi szürkeségen túl lennie kell valaminek, aki a mélyebb értelmet keresi, az nyugodtan foglalkozzék komolyabban ezoterikával. A fenti feltételek gyakran csak érett korban adatnak meg, és az élet rejtett oldalai iránti érdeklődés sokszor csak életünk derekán tör felszínre. Az ezoterika a korlátokat feszegeti, és ez nem veszélytelen. Csak az merészkedjen az ismeretlen birodalmába, aki lelkileg kellőképp felvértezte magát.

Gyógyítás a szellem erejével **Szellemgyógyítás és pszichosebészlet -hatóerők "odaáról"**

A német televízió 1985-ben két adásban kísérletet végzett Freddy Wallimann svájci szellemgyógyítóval. Wallimann arra vállalkozott, hogy meggyógyít négy különböző személyt, akik tőle legföljebb 500 kilométerre vannak. A hatvannégy éves Ursula R.-nél agyvérzés következtében állt be részleges bénulás; Heike H. tanulót nyolc éve kiütések kínozták, és semmilyen szer nem használt; Herbert K. előrehaladott görcsös bénulásban szenvedett a karjában és a lábában; a 77 éves Helene W. negyven éve bajlódott

lábszárfekélyével. Három hónapi kezelés után – Wallimann naponta kétszer koncentrált a betegek fényképére – az eredmény a következő volt: Ursula R. esetében, aki féloldali bénulásban szenvedett, teljes gyógyulás következett be. A kislány kiütései jelentős mértékben javultak, Helene W. lába is gyógyulni kezdett, csak Herbert K. helyzetében nem állt be változás. Az eredmény tehát bámulatosnak mondható, és normális módon nem magyarázható.

Hasonlóan ámulatba ejtő volt a ZDF 1985. október 13-i adása, amely a Fülöp-szigeteki és brazilai pszichosebészettel foglalkozott. A pszichosebészek általában rendkívül egyszerű emberek, akik semmiféle orvosi előtanulmányokkal nem rendelkeznek, pusztán kézzel nyúlnak a beteg testébe, néhány perc alatt eltávolítanak egy szövetrészt, majd a műtéti seb pillanatok alatt beheged. A brazil gyógyítók gyakran sterilizálás nélküli kést használnak, ám fertőzés még soha nem történt. A műtétek fájdalommentesek.

Az említett adásban látható volt dr. Edson Queiros brazil orvos, aki pusztán kézzel, tűvel és ollóval egyaránt operál. Orvosok, újságírók és a tévéstáb jelenlétében egy Rio de Janeiro-i színház színpadán távolította el Jane Dias harminchét éves nő jóindulatú melldaganatát. A csomót, amely 5,5x5x2,5 centiméter volt, később hisztológiai vizsgálatnak vetették alá. Jane Dias – aki maga is orvos, akkor már három éve a melldaganatok specialistája a Brazíliai Nemzeti Onkológiai Intézetben – az altatás nélkül végzett műtét során alig érzett fájdalmat. Még aznap este hazatérhetett otthonába.

Ha ilyesmiről hallunk, “a józan ész” elszánt tiltakozásba kezd. De nincs okunk elutasítani valamit csak azért, mert gyerekkorunktól azt halljuk, lehetetlen.

A szellemgyógyítás jelenségéről minden kultúrából maradtak ránk emlékek. Az emberiség ősi írásai tele vannak ilyen híradásokkal. Gondoljunk csak Jézus gyógyításaira. Amióta a tudomány figyelme a területre irányult, számos olyan kutatást végeztek, amelyek többé-kevésbé meggyőzően bizonyítják a szellemi gyógyítóerő létezését.

Vizsgálatokat végeztek például a freiburgi, innsbrucki és utrechti egyetemen. A hetvenes években Bernhard Grad amerikai pszichiáter professzor és Justina Smith, a buffalói Rosary College Kémia-Fizika Intézetének vezetője kísérleteket végzett Oskar Estabany szellemgyógyással. Estabany képes volt az egerek sebgyógyulásának, a növények növekedésének befolyásolására, valamint fokozni tudta az enzimek aktivitását. Hasonló eredményeket ért el Matthew Manning angol gyógyító is, aki egyebek között hatást tudott gyakorolni reagens üvegekben elhelyezett rákos sejtekre. A Szovjetunióból szintén sikeres szellemi gyógyításokról számolnak be. Dzsuna Davitasvili állítólag még híres politikusokat is “kezelt”, így Brezsnyevet, Koszigin és Csernyenkót. A holland egészségügyi minisztérium

megbízásából végzett nagyszabású kísérlet-sorozatot, amely 1987-ben zárult, és egyértelműen megállapította: léteznek szellemi gyógyító erők.

Ugyanez érvényes a pszichosebészetre is: szkeptikus szakemberek mindenre kiterjedő vizsgálatok után bizonyították létezését. Alfréd Stelter, a kémiai és fizikai tudományok professzora, aki a Fülöp-szigeteken több alkalommal tanulmányozta a pszichosebészetet, sőt alá is vetette magát egy ilyen beavatkozásnak, "végérvényesen és visszavonhatatlanul meggyőződött arról, hogy a Fülöp-szigeteki paranormális operációk realitását illetően semmi kétség nem áll fenn." Stelter „tűzbe teszi a kezét" a valódi paranormális beavatkozások elvi lehetőségéért.

Milyen magyarázattal szolgálhatunk a szellemi gyógyítás jelenségére? A legtöbb gyógyító a kozmikus, az egyetemes gyógyító erő közvetítőjének tartja magát. Ez az, amit a betegre átvisznek. De milyen természetű ez az energia? Matthew Manning szellemgyógyász így vall erről: "Általában nem szoktam beszélni arról, hogy véleményem szerint milyen eredetű ez az erő, ugyanis nem vagyok biztos benne, hogy tudom a választ. Csak azt tudom, hogy mit teszek, és közben az az érzésem, hogy egyfajta csatornaként működök. Ha valaki azonban valóban tudni szeretné, mit gondolok vagy hiszek, akkor így fogalmaznék, hangoznék bármilyen furcsán is: Ugy érzem, hogy lényem a kozmikus szeretet csatornája, s ez a szeretet az, ami a gyógyulást előidéz. Ez a szeretet mindenütt jelen van, bennünk és körülöttünk is, és talán ez az, amit sokan Istennek neveznek."

Úgy tűnik tehát, mintha a szellemi gyógyítás folyamatának kifejezetten vallási gyökere volna. Valóban ősi vallási törekvés az emberek "egészségessé tétele.

Az „egész"-ség, a testi lelki épség elérése ebben a vallásos értelmezésben azonos az egészségessé válással, és ehhez Isten verető kegyelmére van szükség. A misztikusok és az ezoterikusok is ilyen értelemben keresik az üdvöt, keresnek kapcsolatot a magasabb tudatszintekkel, keresik a harmóniát az – Egész"-szel, a Kozmosszal. Nem vitás, hogy ezek a nézetek nagyon messze vannak a mai orvostudománytól, amely jobbára csupán a test működésével foglalkozik.

Amit Matthew Manning szeretetnek nevez, az éppúgy nevezhető Agrippa von Nettesheimmel kvintesszenciának, világszellemnek vagy egyetemes, "finomanyagú" energiamezőnek. Ha minden dolgot, beleértve magunkat is ezen energiamező kikristályosodásának tartjuk, akkor a betegség nem egyéb, mint a mezőben fellépő diszharmónia, az egyén és a kozmosz viszonyának zavara. Számos szellemgyógyász vélekedik úgy, hogy különösen gyakorlott egyének a finomtest-mező ilyen zavarát pusztá szemmel is észrevehetik, méghozzá az úgynevezett aura elszíneződéséből.

Az a gondolat, hogy az embert aura veszi körül, nem mai keletű. Az ezoterikusok mindig is vallották, hogy testük az őt körülvevő energiamezők révén kapcsolódik a kozmoszhoz. E mezőket sokféle elnevezéssel illették. Leggyakrabban aurának nevezik, de étertestről is szoktak beszélni. Akármilyen az elnevezés, és bármi is az egyes fogalmak között a különbség, az alapgondolat mindig ugyanaz: az aura és az étertest az egésszel köti össze az embert, az ember lelkét, tulajdonképpeni lényegét hordozza, és a testet fénysugárként övezi, amit bizonyos személyek látni is képesek.

Ezt az ezoterikus elméletet több ízben próbálták eszközökkel bizonyítani. Carl Ludwig Freiherr von Reichenbach (1788-1869) vegyész és természetfilozófus azt állította, hogy sikerült kimutatnia egy éterhez hasonló energia létezését, nemcsak élőlények, de fémek és kristályok esetében is. "Ód"-nak nevezte el ezt az energiát. Ma már számos ezoterikus vallja az ódikus erő létezését.

A legérdekesebb ezzel kapcsolatos téziseket két amerikai tudós Rupert Sheldrake és Harold S. Burr képviseli. Sheldrake, aki biokémikus és sejtbiológus, úgy véli, hogy az élőlények fejlődését "morfogenetikus" mezők irányítják, Burr, a Yale-Egyetem orvosprofesszora pedig ún. L-mezőket (L=live) igyekszik kimutatni és láthatóvá tenni. Speciális, magasfrekvenciájú fényképtechnikával ez már az orosz Kirlian házaspárnak a harmincas évek végén sikerült. A Kirlian-fotográfia az egyes testrészek, például egy kéz vagy egy láb körül aurához hasonló sugárzást mutat, amely a kísérleti személy egészségi állapota szerint változik. Szerves anyagoknál, például egy levél esetében is látható a sugárkoszorú. Nagy feltűnést keltett az a felfedezés, hogy az aura teljességében látható akkor is, ha a levél egy része vagy a kéz egyik ujjja hiányzik. Ez esetleg arra utal, hogy az asztrál – vagy étertest az elsődleges, s a fizikai test ennek csupán látható, külső oldala.

Ha mindez igaz, akkor a szellemgyógyítás nem egyéb, mint a gyógyító hatása az asztrál – vagy étertestre. A gyógyító ilyenkor csatornaként működik, rajta keresztül a beteg új életerővel töltődik föl, és étertestének tevékenysége reaktiválódik. De hogyan magyarázható a pszichosebészet? Ez esetben megnyitják, majd visszazárják a testet, nagyon is anyagi természetű dolgokat – például tumort – távolítanak el belőle. A szakemberek itt is azt feltételezik, hogy a pszichosebészek elsősorban az étertestre gyakorolnak hatást. Mivel testünknek ez a tulajdonképpeni szubsztanciája irányítja a fizikai részt, könnyen elképzelhető valamiféle mágikus kapcsolat a gyógyító és a finomtestű kvintesszencia között.

Homeopátia és akupunktúra -az étertest stimulálása

Hasonló módon működhet másik két rejtélyes gyógymód, a homeopátia és az akupunktúra is. A homeopátia abból indul ki, hogy szubsztanciák, amelyek az egészséges embernél bizonyos tüneteket hívnak elő, betegeknél képesek ugyanazokat a szimptomákat gyógyítani.

Dr. Sámuel Hahnemann (1755-1843) lipcsei orvos, a homeopátia atyja, aki ezt az alapelvet fölállította, kimutatta azt is, hogy ezeket a szereket nem erős koncentrációban, hanem ellenkezőleg, nagyfokú hígításban kell alkalmazni, mert ezáltal hatásuk nemhogy csökken, hanem éppenséggel nő. Az ilyen hígítást – a szakemberek potenseknek nevezik őket –, mikor a gyógyszerben az eredeti szubsztancia molekulái már egyáltalán nem, vagy csak igen csekély mértékben vannak jelen. Min alapul tehát a szer hatása?

Magyarázható-e azzal, hogy a homeopátia a beteg egész személyiségét figyelembe veszi, és a megfelelő gyógyszerek kiválasztása olykor igénybe veszi az ingát is? Nem rejtélyes-e mégis, hogy éppen az erősen hígított szerek fejtik ki a nagyobb hatást?

Hasonló a helyzet az akupunktúrával is. Itt a test meghatározott pontjaiba tűket szúrnak, és ezáltal érik el a gyógyulást. Ma már senki nem vitatja az eljárás hatékonyságát. Egy ismert amerikai szívspecialista kínai útját követően olyan műtétekről számolt be, melyeket akupunktúras érzéstelenítéssel hajtottak végre. Beszámolt például egy kínai sebészről, aki tuberkulózisban szenvedett, és kizárólag akupunktúras érzéstelenítés mellett távolították el az egyik tüdőlebenyét.

“Ott tátongott a felnyitott mellkas. Láttam, hogyan ver a beteg szíve, aki egyébként az egész műtét alatt összefüggően beszélt. A beavatkozás félénél tarthattak, amikor a páciens közölte, hogy éhes. Az operációt végző orvos ekkor szünetet rendelt el, a beteg pedig kis üvegtálcában gyümölcsöt kapott.” Ósrégi kínai tanítás szerint a “qi”, életerő áramlik az úgynevezett “testmeridiánokon” keresztül. Ezek olyan vonalak, amelyek számos akupunktúravonallal állnak kapcsolatban a bőrön keresztül. Ha ezeket a pontokat a hajszálvékony tűk segítségével stimuláljuk, elmúlik a betegség, illetve megszűnik a fájdalom.

A kínaiak eme hivatkozása a “qi”-re, az életenergiára megadhatná a választ az alternatív gyógymódok (homeopátia, akupunktúra) hatásmechanizmusára. Talán az akupunktúra sem közvetlenül a fizikai testre, hanem az étertestre hat, hasonló lehet a helyzet a homeopátia esetében is. Valószínűleg itt is az étertesttel áll fenn kapcsolat, és ennek a finomanyagú szerkezetnek inkább a nagyfokú hígítás felel meg. Információ-átadásról, nem pedig biokémiai befolyásról lehet szó. Mindenesetre – a szellemgyógyításhoz hasonlóan – itt is az látszik fontosnak, hogy helyreállítódják a beteg kapcsolata az eleven energiamezőhöz és a kozmikus Egészhez.

Bach virágterápiája -növények a testnek és a léleknek

A növényeket ősidők óta használják betegségek gyógyítására. Régen az emberek ösztönösen meg tudták különböztetni a gyógynövényt a haszontalantól, sőt a károstól. Ez az ösztön az állatoknál még ma is működik. Minden kutya tulajdonos látta már, hogy a kutya, ha beteg, bizonyos füveket keres magának.

Ám a vegyi készítmények elterjedése egyre jobban háttérbe szorította a gyógynövények hatásának ősi tudását. Csak napjainkban fedezzük fel újra, hogy ha csöndben is, de azért tovább folyt a kutatás, és az utóbbi évtizedekben a gyógynövények új alkalmazási területeire bukkantak.

1944-ben Edward Bach angol orvos sikeres londoni magánpraxisát adta föl, hogy minden erejét a virágokkal történő gyógyításnak szentelhesse. Ebből alakult ki a Bach-féle virágterápia, amely ma széles körben elterjedt. Bachnak homeopataként az volt a véleménye, hogy az orvosnak a beteg egész személyiségéből kell kiindulnia:

“Ne a betegséget kezeld, hanem a beteget” – hangoztatta. Az egyén, nézete szerint, egy nagyobb, kozmikus energiamező része, amelyben meghatározott feladata van. Testi betegség akkor lép föl, ha zavar támad feladat és a tényleges élettevékenység között. A betegség figyelmeztetés, föl akar rázni bennünket, és adott körülmények között fontos lépésre sarkall fejlődésünkben.

A testi tüneteknél is fontosabb azonban az őket megelőző illetve kísérő lelki állapot. Bach szerint a betegség lelki síkon “bizonyos negatív gondolkodási struktúrák megmerevedése. A gyógyítás lényegében tehát a lélek terápiája. Ehhez Bach harmincnyelc vadon növő virágot használt, amelyekből vizes bázison ugyanennyi esszenciát állított elő. Ezek mindegyikét egy meghatározott lelki alapálláshoz párosította. Így például pesszimista hangulatra az őszi tárnicsot ajánlotta, míg bizonyos félelmek ellen a cseresznyeszilva virágát. Az esszenciát be kell venni, akár a gyógyszert.

Természetesen itt is fölmerül a kérdés: mi a hatásmechanizmus titka? Talán a virágkivonatok is hasonlóan működnek, mint a növényekből nyert éteri olajok, amelyeket a kínai gyógyászatban régóta ismert “aromaterápia” használ?

Philippe Mailhebiau francia aromaszakértő, a gyógy mód egyik legavatottabb ismerője, aki Toulouse közelében ezoterikus szabályok szerint állít elő éteri olajokat, úgy véli, hogy a növényi esszenciák hidat képeznek a finomtest világához. Az éteri olaj a növény “lelke”, legbenső alkotóeleme. Ezért nem állíthatók elő ezek a növényi esszenciák mesterséges úton.

Elképzelhető tehát, hogy – az akupunktúrához és a homeopátiás szerekhez hasonlóan – itt is az éterestire kifejtett hatásról van szó – vagyis, megint csak nem-anyagi síkkal van dolgunk.

Transzperszonális pszichológia – gyógyítás megváltozott tudatállapotok révén

Egy japán tusrajz a zen-buddhizmus ősi hasonlatát ábrázolja, az ökör és a pásztor történetét. A pásztor mocsaras vidéken, áthatolhatatlan bozótban keresi az ökrét. Végül rábukkan, befogja, nagy fáradsággal igába hajtja és a hátára pattanva a kunyhójához indul vele. Ott azután meditációba mélyed, minden elcsendesedik körülötte és a pásztor “visszatér eredetéhez”. – “Üldögél derűs csendben és magányban, és nem vágyik a világ dolgaira.” Megfeledkezik az ökörről is. De azután újra kimegy a világba, csak hogy egész lénye megváltozott: “Csupasz mellett, mezítláb indul a vásárra. Testét por fedi, az arca sáros, de hatalmas mosoly ömlik el rajta. Nincs varázslat, nincs csoda, és lám, szempillantás alatt virágot fakaszt az elszáradt fákon.

A hasonlat az éretté válás és a kibontakozás buddhista útját szimbolizálja. Az elveszett ökör az ember belső lényege, amelyet az önmegismerés fáradságos folyamatában kell felfedeznie. Mennyi nehézséget kell legyőznünk, míg végre “igába hajtjuk” saját lelkünket! Ha azonban sikerül, akkor meditációnkban elérjük azt a pontot, ahol újra összekapcsolódhatunk létünk gyökerével. Most már nyugodtan visszatérhetünk a “vásárba”. Testünket por fedi, hiszen nagy küzdelem áll mögöttünk. De új életerő tölti meg bensőnket, mert újra egyek vagyunk eredetünkkel.

Számos pszichológusnak és pszichoterapeutának föltűnt már, hogy a buddhizmus, de a misztika és az ezoterika is gyakran ugyanolyan célokat követ, mint a nyugati pszichoterápia. Lelkileg egészséges csak az lehet, aki mert szembenézni tudattalanjával, aki megtalálta “ökrét” és igába hajtotta. De ezzel még koránt sincs vége a küzdelemnek. A tökéletes egészséghez hozzátartozik a transzcendenciával való kapcsolat. Ezt is nem egy neves nyugati pszichoterapeuta felismerte már.

CG. Jung archetípusai

Jung (1875-1961), a híres svájci pszichológus, a mélylélektan atyja Sigmund Freud (1856-1939) bécsi ideggyógyásznak, a modern lélekgyógyászat megalapítójának egykori “trónörököse” volt, akitől átvette a pszichoanalitikus módszert: ez a tudatalatti gondos vizsgálatával az elfelejtett, elfojtott képzeteket tudatosítja, és ezáltal ér el gyógyulást. A lélekgyógyítás

tehát Jung számára is azzal kezdődik, hogy az egyén szembesül elfojtott, általában kellemetlen lelki élményeivel.

A személyiségünk fonákoldalával való találkozás azonban *Cihik* a kezdete a tudattalanba tett felfedező útnak. Jungnak föltűnt, hogy páciensei tudatalattijukban nemcsak elfojtott ösztönökre, megtagadott személyiségrészekre és komplexumokra bukkannak, hanem – főleg álmaikban – olyan mitikus, mese – és mondaalakokra, régi ezoterikus szimbólumokra vagy képzetekre is, amilyenek például az alkímiában szerepet játszottak. Jungot különösen lenyűgözte, hogy teljesen tanulatlan emberek is felszínre hoztak ilyen motívumokat, pedig korábban feltehetően sohasem hallottak róluk. Mivel magyarázható, hogy a lélek olyan képzeteket produkál, amelyeket a tudat soha el nem sajátíthatott, következésképpen el sem fojthatott?

A választ Jung a "kollektív tudattalan" és az "archetípus" azóta híressé vált elméletével adta meg. A kollektív tudattalan messze túlmegy a személyes tudattalan freudi koncepcióján: nem a gyermekkori elfojtások tárháza, hanem minden ember közös, elfelejtett képeit és rejtett ismereteit, az emberiség kollektív tapasztalatait őrzi. Általa minden embertársunkkal összeköttetésben és – a tudattalan síkján – rokonságban vagyunk.

Az emberi lélek eme mélyrétege mármost igen jellegzetes módon nyilvánul meg: különleges nyelvezete értelmezésre szorul. Ez a mítoszok és a szimbólumok kifejezési formája, Jung az "archetípusok" (ösképek) világáról beszél. Ha egy napon például mandaláról (köralakú szimbólummal) vagy egy öreg bölcsről álmodunk, aki kristályt tart a kezében, akkor biztosak lehetünk benne, hogy archetípusokkal van dolgunk, amelyek a teljességhez, az önmegvalósításhoz vezető utunkról vallanak. Mert bár ezek az ősi kollektív szimbólumok az emberiség közös tapasztalatainak részét képezik, egyidejűleg egészen személyes üzeneteket is hordozhatnak, és az egyén számára iránymutatók lehetnek. Az álmainkban megjelenő archetípus gyakran célt ad meg, feladatot jelöl ki. Jung szerint ugyanis az ember önmegvalósításra (Índividuációra) teremtett lény: a tudattalan nyelve a magasabbrendű én megnyilvánulása, az élet célja pedig a tökéletessé válás. Ez a gondolat összeköti Jungot az ezoterikus, misztikus hagyományokkal. Keleti vallások, de nyugati ezoterikusok is alacsonyabb- és magasabbrendű énről beszélnek. Az alacsonyabbrendű vagy a hamis én – így is nevezik –, gyakran csak nárcisztikus nagyzási mániánk leple, díszlet, amit mások kedvéért alakítunk ki. Ezt az ént le kell győzni, hogy a valódi én előtérbe léphessen. A valódi én – az archetípusok jelképeinek nyelven a király, a próféta, a hős, a bölcsök köve, mandala vagy kereszt – ama érett, kiteljesedett személyiség, aki megtalálta lényének centrumát. Ez persze csak eszmény inkább, semmint

bármikor elérhető valóság: a jin és jang egysége (hogyan a kínai hagyomány szerint szóljunk), átman és brahman összeolvadása (indiai szóhasználattal élve), feloldódásunk a Buddha-természetben (a buddhizmus kifejezésével) jelenlegi életünkben nem valósítható meg maradéktalanul.

Stanislaw Gróf és a tudattalan kozmosza

San Franciscótól délre egy meredek partszakaszon helyezkedik el az Esalen Intézet. Az alternatív pszichológia Mekkája és a new age-mozgalom központja, a hatvanas években alakult meg a haladó diákmozgalmakból. Megalapítói (Michael Murphy és Richárd Price) a szükségesnek tartott társadalmi változás és az egyén belső fejlődése közötti viszony kutatását tűzték célul. Az alapítókhoz hamarosan olyan ismert pszichológusok csatlakoztak, mint Ábrahám Maslow és Fritz Perls, valamint Aldous Huxley, az író – mindhárman az ún. humanisztikus pszichológia, illetve a "Humán Potential Movement", az emberi képességek kibontakoztatását támogató mozgalom hívei. Az így létrejött kísérleti központban egy helyen találkozott az összes elképzelhető pszichológiai technika. A hatvanas-hetvenes években Esalen a csoportdinamika fellegvára volt. Az ún. encounterek (a csoport rendkívül intenzív együttléte) alkalmával katartikus folyamatokat indítottak el, hogy feltörjék a résztvevők intellektuális és szociális pánccélját. Fritz Perls, a "Gestalt terápia" atyja adta meg ehhez a híres mottót: "Veszítsétek el az eszeteket, térjétek inkább magatokhoz!" Esalenben ma a testi technikák állnak előtérben, mint az aikido nevű japán harci művészet vagy a rolfing kötőszövetek mély, szerkezeti masszázsa, a spirituális módszerek közül a zazen és nem utolsósorban a "holotróp terápia", amely az ún. transzperszonális pszichológiához sorolható.

A holotróp terápia – ahogyan a fogalom is utal rá, a személyiség egészét szem előtt tartó módszer – bizonyos tekintetben a sámánizmusra emlékeztet, de emlékeztet C. G. Jung pszichoterápiájára is. Kidolgozása Stanislaw Gróf nevéhez kapcsolódik, aki 1931-ben született Prágában, ott végezte orvosi tanulmányait, majd pszichoanalitikus képesítést szerzett. Gróf már 1954-ben használt LSD-t az önmagán végzett kísérletekhez és a betegek kezelésére. 1967-től az Egyesült Államokban folytatta tevékenységét – itt is LSD alkalmazásával kutatta az ellenőrzött droghasználat hatásait alkoholistákon és rákban szenvedőkön. Később a drogok helyett intenzív lélegzéstechnikát használt hasonló sikerrel.

Tapasztalatait holotróp terápiával Gróf számos könyvben és tanulmányban ismertette. Írásai a tudattalan gazdag panorámájára nyitnak ablakot; senki előtt nem világított be ilyen mélyen a tudattalan óceánjának

legvégső zugába is.

Gróf beszámol a víziók egymásutánjáról, amellyel a tudattalan vándora találkozik repülése során a végtelen űrön át. Fokról fokra, szféráról szférára egyre fantasztikusabb "díszlet" tárul föl, amelyben az ezoterikus és mitikus hagyományok alakjai és képei jelennek meg. Alábbi rövid összefoglalásunk azt mondja el, mit élnek át egy holotróp terápiás ülés résztvevői.

Zenével és célirányos testgyakorlatokkal összekötött intenzív légzésgyakorlatok után megkezdődik az utazás a tudattalanba, amelynek egyik része a születési élmény megisméltése. Ez a "perinatális tapasztalat" az anyaméh biztosította oltalom tökéletes, mindent betöltő érzésével kezdődik. Ám ez a harmónia nem tart örökké: mintha tölcseren vagy örvényen rántanák át az embert, szörnyek, sárkányok, pokolbéli figurák várnak rá. Megkezdődik a harc. Düh, szadista izgalom, szexuális orgiasztika jellemzi ezt a fázist. Fekete misék, a véres Káli istennő képe, nemi erőszak, felnégyelés után végül a teljes megsemmisülés minden felülkerekedő tapasztalata következik: az én halála.

Az alacsonyabbrendű én darabokra hull. Semmi sem marad a hajdani személyiségből. Gróf így írja le saját élményét:

..Egy óriási láb súlyát éreztem, amint ízekre tapos, és undo-Hio kutyapiszokként ken szét a földön – a kozmosz legalján".

Az én halálát azonban az újjászületés követi. A tudattalan úrhajósa most a "transzperszonális tapasztalatok" szférájába hatol tovább. Míg a születés folyamatának képi újraélése és az én-halál letaglózó élménye drámaian negatív események, addig transzperszonális tapasztalatok során olyan új harmóniába merülünk alá, amely messze meghaladja az anyával kapcsolatos óceáni egységérzetet.

A tér és idő korlátai megszűnnek. Utunk a kozmosz csúcsain és szakadékain át vezet, történelmen, természetesen és mitológián át. Mindent "belülről" élünk meg, mintha az utazó maga volna a megélt élmény. Így lehetünk részesei korábbi inkarnációk tapasztalatainak, a lelki utazó néha egy növényvel vagy állattal azonosul, vagy más univerzumokban találja magát, találkozik lakóival vagy éppen istenségeivel és egyesül velük. Ám legjelentősebb és legmagasabbrendű élmény a kozmikus tudat tapasztalata. Gróf így írja le:

"Az ember úgy érzi, hogy elérte a viszonylagos valóságok mögött rejlő abszolút valóságot, és szemtől szemben áll minden lét legmagasabb és legvégső princípiumával. Az anyag, az idő és a tér illúziója, a szubjektív valóságok végtelen száma teljes mértékben transzcendálódott, és végérvényesen visszavezetődött a tudatnak erre az egy formájára, amely forrása és közös nevezője. Határtalan, kiolthatatlan és leírhatatlan élmény ez –

magya a Lét. Hétköznapi nyelvünk egész szimbólumrendszere nevetségesen alkalmatlannak tűnik ennek a minőségnek a közvetítésére."

Amit Gróf leír, minden kétséget kizáróan misztikus élmény, és az általa ábrázolt szimbólumvilág szoros kapcsolatot mutat a sámánok beavatásával vagy a misztikusok tapasztalataival. Az is kitűnik, mennyire elűt Gróf pszichológiájában a vallásos vagy a spirituális mozzanat a keresztény vallás tárgyilagos dogmáitól. Amit az emberek ma keresnek, a transzcendencia élménye – és ez Grófnál nagyon is lehetséges. De mire jó egy ilyen nehéz terápia? Milyen gyógyulási eredményeket képes túlmutatni? És mik a következményei?

A holotróp terápia egyike a "legradikálisabb" pszichológiai módszereknek. A tudattalan gyökeréig hatol és maradéktalanul lerombolja korlátait. A gyógyulás is éppen ilyen radikális. A terapeuták állítása szerint néhány holotróp kezelés évekig tartó hagyományos pszichoterápiát helyettesíthet. Ám az eljárás ma már elsősorban nem betegek kezelésére szolgál, Stanislav Gróf véleménye szerint ma mindannyian egy egészséget felőrlő civilizációban élünk, és így emberi képességeinknek csak igen csekély részét fejlesztettük ki. Alapelve, hogy nem fejlődhet egészségesen az, aki nem teremt kapcsolatot a spirituális tartományokkal. A transzcendencia iránti vágyat, kapcsolódásunkat valós eredetünkhöz Gróf éppolyan alapvetőnek, sőt fontosabbnak tartja, mint például a szexuális szükségletek kielégítését.

Dürckheim és a transzcendencia élménye

A holotróp terápia e ponton különösen egybevágh Karlfried Gróf Dürckheim (1896-1988) iniciációs (beavatási) terápiájával, aki a Fekete-erdő déli részén, Todtmoos-Rüttében alapította meg világszerte ismert terápiás központját. A hajdani pszichológiaprofesszor több évet élt Japánban, és a zenbuddhizmus hatása alatt fejlesztette ki saját filozófiai és terápiás eszméit. Mária Hippius pszichológussal együtt már a negyvenes évek végén megkezdte őket átültetni a gyakorlatba. Mivel az ember "kettős eredetű": evilági és túlvilági, a cél az, hogy megtaláljuk azt az "egyéni módot", "ahogyan a transzcendencia jelen van bennünk, és bennünk, általunk megnyilvánulni kíván." Nem vagyunk képesek megfelelően integrálódni a világba, és ez szenvedést okoz (a legtöbb hagyományos pszichoterápia ezzel foglalkozik); de szenvedés forrása Dürckheim szerint az is, hogy "nem tudunk kellően egyek lenni saját transzcendens énünkkel". A gyógyulás Stanislav Gróf és Dürckheim számára tehát ugyanazt jelenti: "ép"-nek lenni átfogó értelemben, beleértve az ember transzperszonális és spirituális valóságát is, amellyel az individuum voltaképpen azonos.

Visszakapcsolódásunkat saját transzcendens lényünkhöz Purckheim szerint is a katarzisanak és az újjászületésnek kell megelőznie. Fájdalom nélkül, anélkül, amit a misztikusok halálnak és pusztulásnak neveznek, nincsen gyógyulás. Az iniciációs terápiában Junghoz és Stanislav Grófhoz hasonlóan az egyén először az "árnyékával" konfrontálódik – így nevezte Jung lelkünk elfojtott, meg- és letagadott részeit. Csak aki az árnyékot befogadta, éli meg az átalakulás folyamatát, amely összeköti őt transzcendens lényével.

Az iniciációs terápia különféle módszerekkel dolgozik, így például az "irányított rajzolással". A vizsgált személy egy üres lap előtt ül és csukott szemmel, intuitív és spontán módon lerajzolja, amit ösztöne sugall. Ha sikerül magáról megfeledkeznie, önkéntelenül is saját belső világa jelenik meg a papíron: feszültségek és konfliktusok, szimbólumok és archetípusok – megannyi értelmezési lehetőség, megannyi lehetőség egy új én-kép kialakítására.

Másik módszer a "perszonális testmunka": Dürckheim különbséget tesz aközött a test között, ami "a miénk" és aközött, ami "vagyunk". Előbbinél "az egészségről, a teljesítőképeségről van szó. Ebben a testünkben tiltakozunk minden betegség, minden fájdalom és kiváltképp a halál ellen. Ennek gyógyítása alapvetően az orvos feladata. Az a test, aki vagyok, olyan mértékben van rendben, amennyire kifejezem és megjelenítem, megvalósítom vagy elhibázom magam benne. A test, aki vagyok, olyan mértékben van rendben, amennyire benne és általa áttetsző vagyok lényem számára."

A perszonális testmunka tehát annak tudatát célozza, hogy fizikai részeinken keresztül közvetlen kapcsolatban vagyunk a kozmikus egésszel, a "lényeg"-gel. Ebben a "finomtest" is szerepet játszik, az aura. Az iniciációs terápia fölfogása szerint ugyanis az ember testi valósága nincsen behatárolva a test külső körvonalai által, hanem messze túlhalad ezeken a korlátokon.

Az iniciációs terápia középpontját azonban a zazen meditáció alkotja. Dürckheim 24 évesen élte meg szatori élményét, ahogy a buddhisták a megvilágosodást nevezik.

"A függöny szétszakadt, én pedig fölbredtem, és megtapasztaltam azt". Egész életének célja az volt, hogy segítsen embertársainak igazi lényük felismerésében és megtapasztalásában, amelynek eredete a látható világon kívül rejlik.

Veszélyek és tévutak

Egy állítólagos szellemgyógyász évtizedek óta árul egy műszert, amellyel állítása szerint több mint ötven különböző betegséget lehet gyógyítani. Egy 40 centiméter hosszú, sodort fémhuzalról van szó, amit a háton vagy a mellen

kell viselni.

Az újságok sok ehhez hasonló "csudálatos" gyógyító szerkentyűt hirdetnek, rendszerint nem csekély összegért. A müncheni evangélikus "Vallási és világnézeti munkaközösség" tanulmánya ebből azt a következtetést vonja le, hogy a szellemgyógyászok "sarlatánok és bűnözők". A tanulmányírók szilárd nézete, hogy a szellemgyógyítók nem tudnak valós eredményeket fölmutatni, csupán manipulálják a hiszékeny embereket.

Kevesebb volna az ilyen kategorikus ítélet, ha nem folyna valóban annyi szélhámoskodás állítólagos szellemi gyógyerőkkel.

De hogyan különböztethetjük meg az igazi szellemgyógyítót a sarlatántól? Elvégre e téren nem osztogatnak diplomát vagy doktori címet. Megszívlelendő az elhunyt holland parapszichológus professzor, W.H.C. Tenhaeff tanácsa, aki munkatársaival az utrechti egyetemen évtizedekig kutatta a gyógyítás ilyen formáit. Meggyőződése volt, hogy számos szellemgyógyító eredményes munkát végez, de óvott a veszélyektől is:

"Úgy véljük, hogy szellemgyógyítás csak úgy vállalható felelősséggel, ha a beteg orvosi felügyelet alatt áll. Az egyik ok erre, hogy a szellemgyógyítás eredményeként a beteg igen gyakran úgy érzi, fájdalmai csökkennek, sőt teljesen meg is szűnnek. Így esetleg gyógyultnak tekinti magát, miközben a kór terjed tovább.

Dr. Lawrence Le Shan, a szellemgyógyászat amerikai szakértője a következő három alapszabályt javasolja a szellemgyógyítók komolyságának ellenőrzésére:

"Először: ne higgyen annak, aki azonnali sikert ígér... Másodszor: ha a gyógyító hajlandó kezelni Önt orvosi felügyelet nélkül is, akkor veszélyes sarlatánnal van dolga... Harmadszor: ne higgyen az olyan gyógyítónak, amelyik pénzt kér."

A harmadik szabály eléggé meglepő egy olyan világban, ahol a pénzbeli ellenszolgáltatás nélkül végzett munka már-már balgaságnak számít. Talán kicsit szigorú is így a megfogalmazás. Mindenesetre a honorárium nagysága egyértelműen bizonyítéka annak, kivel is állunk szemben. Aki ingyen kezel, bizonyára nagyon komolyan gondolja, amit csinál. És persze kevésbé van kitéve annak a veszélynek, hogy a törvénnyel ütközik, ugyanis a törvény szerint pénz ellenében csak képzett orvosok és gyógyítók végezhetnek terápiát.

A szellemi gyógyítóenergiák érzékeny, finom erők. Óvakodnunk kell attól, hogy túl sokat várjunk tőlük. A szellem sok mindenre képes, de nem mindenre. Az Egyesült Államokban létezik a következő, megítélésem szerint erősen túlzó irányzat: képviselői azt állítják, elég csupán a pozitív beállítódás, és problémáink nagy része már meg is oldódott. – A "pozitív gondolkodás", a

kozmiikummal való belső kapcsolat megrendíthetetlen egészséget, boldogságot és gazdagságot biztosít. A gondolat fő hirdetője az 1981-ben elhunyt Dr. Joseph Murphy. Murphy átütő sikere – könyvei milliós példányszámban kelnek el – bizonyítja, mennyire mélyen gyökerezik bennünk az a kívánság, hogy összes problémánkat megoldó egyetemes receptet kapjunk. Tény, hogy a pozitív, optimista beállítódás vagy a vidám természet kedvező adottság a siker és egészség elérésére. Ennek ellenére igaza van az ismert ezoterikus írónak, Paul Bruntonnak is:

Ha a tökéletes egészség a szellemiség mértéke volna, akkor bizony be kellene látnunk, hogy a kereszténység történetének számos nagy szentje eleve szóba sem jöhetne szentként. Keleten is egész sor példát ismerünk olyan bölcsekre, mint Például Ramarkrishna és Maharshi, akik korántsem bírtak kiváló egészséggel, mégis kitűntek rendkívüli szellemiségükkel." Mind a két említett bölcs rákban halt meg. A betegség és a szenvedés is fontos mozzanatai az életnek: ne gondoljuk, hogy csupán pozitív "beállítódással" száműzhetők a világból.

Még a pszichoterápiás gyógyító eljárások esetében sem szabad túl nagy elvárásokkal lennünk. Éppen a spirituális terápiák között jelenik meg egyre több új irányzat, melyeknek hatékonyságáról a szakember sem igen mondhat bizonyosat. A pszichoterápia egyik-másik formájával kapcsolatban tapasztalt kiábrándulás sokakat arra indított, hogy egyre újabb módszerekkel kísérletezzenek és pszichocsoportról pszichocsoportra vándoroljanak. Vannak, akik az Erhard Seminar Training-re (EST, ma Forum) esküsznek, mások a "Scientology"-szekta dianetika-terápiájára. A "pszichopiac" két nagy intézményéről van szó, melyeknek ígéretei éppolyan szépek, amilyen nagy a nyereségük.

Jellemző annak a fiatal nőnek a beszámolója, aki egy buszmegállóban az Erhard Seminar Training egyik képviselőjébe botlott, és a következő párbeszéd zajlott le közöttük:

– Keres valamit? – Tessék?... – Úgy értem, keresi-e a megvilágosodást? – Azt hiszem, mindenki keres valami ilyet. – Nos, akkor Ön épp a megfelelő emberrel találkozott! Tudok egy biztos megoldást, melynek segítségével néhány nap alatt megvilágosodhat!

Amit az "Erhard Seminar Training" pár napos kurzusa ígér, az egy komoly terápiánál, a Jung-féle analízis esetében például néhány évig tart, pedig a célt sem tűzik olyan magasra, és a bevált terápiák veszélyt sem rejtenek annyit magukban. A holotróp terápia lehetséges veszélyeiről Stanislav Gróf így nyilatkozik:

“Általában nincs probléma, ha a kezeléseket gondosan megtervezik, és csak olyan személyeknél alkalmazzák, akik érzelmileg viszonylag

kiegyensúlyozottak. Fontos az is, hogy tapasztalt terapeuta vezetésével folyják a munka... Minél súlyosabb a klinikai eset, annál több elővigyázatosság és támogatás szükséges."

A holotróp terápia az egyént szembesíti nyomasztó problémával, és időnként teljes kontrollvesztéshez vezethet – ilyen kúra után feltétlen szükség van egy jó terapeuta tapasztalataira. Ahogy Jung-féle pszichoterápiát is csak az végezhetne, aki a Jung-intézetek valamelyikében (Zürichben vagy Stuttgartban) kapott képzést, úgy más terapeuták végzettségéről is ajánlatos volna tájékozódni, ha már egyszer rájuk bízunk magunkat. És ezzel nem a címekre vagy rangokra gondolunk. De az joggal elvárható, hogy az illető hosszú éves tapasztalatokkal rendelkezzen az alkalmazni kívánt módszer területén. Fontos tényezője a pszichoterapeuta kvalitásainak az ún. "tananalízis". Ennek során a leendő lélekgyógyász éveken át tartó elemzés során szembesül saját személyiségével. Aki másokat akar gyógyítani, annak előbb önmagával kell tisztában lennie.

Túlvilág, halál és újjászületés

A filozófusok és teológusok régi megállapítása, hogy a halál meghatározó jelentőségű az élet szempontjából: a halál rádöbrent az élet lényegére és jelentőségére. Megóv attól, hogy túl fontos szerepet szánjunk önmagunknak. A külvilágról a bensőnkre irányítja a figyelmet: az élet célja nem a hatalom, a dicsőség és a gazdagság, hanem a lelki-szellemi kiteljesedés és a szeretet erejének növekedése.

A késő középkorban igen népszerűek voltak azok a könyvek, amelyek az "ars moriendi"-t, a meghalás művészetét tanították. Az akkoriak valóban művészetnek tekintették a meghalást, és meggyőződésük volt, hogy nélküle az igaz élet sem lehetséges. A modern filozófusok is hasonlóképpen gondolkodnak. Martin Heidegger, a nagy egzisztencialista így írt erről: "Csak ha megértjük, hogy létünk lényegileg és szükségszerűen halálra rendeltett lét, ha tudunk fölülemelkedni a jelentéktelen hétköznapi életben, csak ekkor leszünk önmagunk és leszünk valóban szabadok."

Sajnos környezetünk nemigen segít hozzá, hogy megtanuljuk a halál és vele együtt az élet igazi művészetét. A betegeket a haldoklókat a klinikákra hagyjuk. Az intenzív osztályok higiénikus, modern eszközök és elektronika által felügyelt halála szöges ellentétben van a régi szokásokkal. Falun általában elfogadott volt, hogy az elhunyt három nap, három éjjel ravatalozva feküdt a "tisztaszobában", miközben az egész falu osztozott a gyászban, és felváltva imádkoztak a nyitott koporsónál. A mai klinikák "fehér halála" gyakran a legfontosabbat tagadja meg a haldoklótól, amire pedig nagyon is

szüksége volna: valakinek a támogató, együttérző jelenlétét. Gyakran annyi is elég, hogy megfogjuk a kezét és pár vigasztaló szót szóljunk. Mert az "eszméletlen" haldokló is pontosan ért minden szót.

Halálkutatás meghalni jó

Ha a halál tagadásának és elutasításának korában élünk is, lassacskán mégis csak utat tör egy újfajta halálszemlélet, amely nem is annyira a teológiából és a filozófiából fakad, sokkal inkább a tudományból. Aki a halált az élet alapvető kérdéseként teszi fel magának, az elképesztő, rendkívül szuggesztív kutatási eredményekre bukkan, amelyeknek igazi jelentősége még nem hatolt be a köztudatba. E kutatási ágat thanatológiának nevezzük (eredete a görög thanatosz, "halál" jelentésű szó).

Az új tudomány eredményei hihetetlenek, sőt illuzórikusnak tűnnek azok számára, akiknek a halál csak félelem és borzalom. "A halál pillanata összehasonlíthatatlanul szép és felszabadító élmény, amelyet félelem és megrázkódtatás nélkül élünk meg", mondja Elisabeth Kübler-Ross, a híres tanatólógus. A kérdésre, hogy ő fél-e a haláltól, így válaszol: "Nem, egyáltalán nem; örömmel készülök rá."

Kübler-Ross pszichiáter, aki több mint húsz éve dolgozik és tanít amerikai kórházakban és klinikákon, 1968-ban megjelent könyvével indította útjára a modern tanatólógiát. A könyv címe: "Beszélgetések haldoklókkal". Ezer és ezer órát töltött haldoklók ágya mellett, tapasztalatainak eredményét számos orvosi egyetemen, ápolónőképző iskolában és orvostovábbképző intézetben tanítják az Egyesült Államokban. De más orvosok és pszichológusok figyelme is ebbe az irányba fordítani. Egyre több átfogó tanulmány jelenik meg, és a kutatások fókuszában a "halálélmény" áll.

Nézzünk egy példát: 1964. szeptember 16-án az akkor 44 éves Stefan Jankovich építészmérnök Bellinzona (Svájc) közelében halad az autópályán. Egyszer csak egy teherautót pillant meg, ami egyenesen feléje száguld. Fölkiált, majd szinte kiröpül a kocsiból, és eszméletét veszítve terül el a földön. 18 helyen szenved törést.

Ami ezután következik, azt Jankovich "legszebb élményeként" írja le. Mennyei béke és soha nem tapasztalt harmónia tölti el, körülötte hangok és csodás színek. Megállapítja, hogy teljesen eszméleténél van, és körülbelül három méter magasságban lebeg a baleset helyszíne fölött, gyönyörű színekbe és hangokba burkolózva, miközben fehér, csodálatos fény lengi körül. Szinte vidáman szemléli, hogyan sürgölődnek körülötte a mentősök. Az orvos injekciót készít, két férfi leszedi róla a ruhát, a kövezen vértócsa terül szét. Majd az orvos hangja hallatszik: "Nincs mit tenni, meghalt." Ám Jankovich

számára, aki olyan eleven és élő, mint még soha, nincsen vége az eseményeknek. Fantasztikus, többdimenziós színházhoz hasonlóan pereg le előtte eddigi élete: vissza a balesettől egészen a születéséig. Rádöbben, hogy élete értelme a szeretet volt, és minden cselekedete ebben nyeri el értelmét.

Ekkor azonban valami szörnyű történik: "odalent" az úton újabb orvos jelenik meg, és az élettelen testbe adrenalin-injekciót fecskendez. Jankovichot egy erőszakos mozdulattal rántják vissza elgyötört testébe. Oda a harmónia és a béke, megkezdődik egy súlyosan sérült szenvedéstörténete.

A hiteles beszámoló sok lényeges elemét tartalmazza a halálélménynek, ahogyan számtalan egyéb beszámolóból is ismerjük. Elisabeth Kübler-Ross kutatásaihoz kapcsolódva Raymond Moody amerikai orvos 150 beteg halálközeli élményét értékelte és foglalta össze. Michael B. Sabom amerikai kardiológus 1981-ben tett közzé egy részletes tanulmányt. Vizsgálatai – akárcsak Kenneth Ring amerikai pszichológus professzor tanulmánya – kiemelten foglalkoznak azokkal a hatásokkal, amelyeket a halálélmény a beteg későbbi életére gyakorolt. Mert e hatások igen fontosak: eltűnik a halálfélelem és alapvetően megváltozik az életfelfogás.

A jelenség maga természetesen nem korunk fölfedezése. Régen is voltak ilyen élmények, és be is számoltak róluk. Valószínű azonban, hogy napjainkban egyre több az efféle tapasztalat, hiszen az orvostudomány fejlődésével több embert sikerül visszahozni az ún. "klinikai halálból", abból az állapotból, amikor a beteg már elveszíti az eszméletét, megszűnnek a reflexek, leáll a légzés és a szívműködés.

Egyre több ilyen tudósítás áll rendelkezésünkre, és fölöttébb érdekes megfigyelést tehetünk: a leírt élmények között nagy a hasonlóság. Míg a szellemi zavar és a kábítószerfogyasztás alatt keletkező hallucinációk kifejezetten egyedi jellegűek, alapvetően különböznek egymástól, addig a halálélmények tartalma állandóan ismétlődik. A legkülönbözőbb – keresztény, ateista, amerikai, indiai – embereknél ugyanazok az alapmotívumok lelhetők föl. Ez a csodálatos hasonlóság az élmények "valódiságának" egyik legfontosabb érve. Minden jel arra utal, hogy a halálközeli élmények nem "képzeltések", hanem valóban megélt tapasztalatok.

Az ismétlődő elemek a következő öt alapélmény köré csoportosulnak:

1. A fizikai testből való kilépés élménye, miközben az illető személy teljes öntudatánál van, néhány méterre a teste fölött lebeg, és onnan figyeli a "lenti" eseményeket. Ilyen élmények után sokan olyan eseményekről tudósítanak, amit máshonnan nem tudhatnak, például a saját testükön végzett műtét részleteiről. A parapszichológiában régóta ismertek ilyen élmények – és nem csupán a halálközelséggel kapcsolatosan; testen kívüli tapasztalatoknak is nevezik őket.

2. "Segítő" lények megjelenése: a haldokló halott rokonokkal, barátokkal, "fénylő alakokkal" találkozik.

3. Visszatekintés az elmúlt életre, és annak értékelése a szeretet szempontjából.

4. Csodálatos, izzó fény víziója, amely azonos a mindent feloldó harmónia és védettség érzetével.

5. Visszatérés a fizikai testbe, amit mindannyiszor csalódásként élnek meg – mint amikor félbeszakad egy csodálatos utazás, amely még korántsem érte el a célját.

Jikart Wiesenhütter pszichoterapeuta professzor tüdőinfarktus alatt élte át a maga halálközeli élményét; ő így ír:

Mindenki, aki valódi halálélményen esett át és újra magához tér, ezt legelőbb is elviselhetetlen beszűkülésnek érzi. A legtöbben úgy érzik, hogy csak álmodnak, mert a tudat-feletti állapotban sokkal nagyobb világosság volt bennük és körülöttük."

A halálélményeket persze többféle módon lehet magyarázni. Senki sem volt végérvényesen halott, aki ilyen élményről beszámol. Ronald K. Siegel amerikai gyógyszerész a fenti tapasztalatokat a központi idegrendszer bizonyos izgalmi állapotaira vezeti vissza: a haldokló szerinte a halál drámai folyamata elől hallucinációkba menekül. Más kutatók a sejtek oxigénhiányára utalnak vagy a vér magas széndioxid-tartalmára. Mindkettő válthat ki hallucinációkat.

Itt is ugyanazon probléma előtt állunk tehát, mint a többi határelmény, például a misztikus megvilágosodás vagy a holotróp terápia tapasztalatai esetében: csak "kívülről", tehát a hagyományos tudományos értelmezéssel nem dönthető el a halálközeli tapasztalatok "valódisága". "Belül"-ről nézve viszont egészen más a helyzet. Akinek már volt halál-látomása, szilárdan hisz a jelenség létezésében, és nevétségesen tartja, ha hallucinációkról beszélnek neki. Megszűnik a halálfélelme, élete alapvetően megváltozik.

És mégis léteznek tudományos érvek. Először is ott vannak a haldoklás alatti paranormális észlelések. Elisabeth Kübler-Ross olyan vakokkal végzett kísérletet, akik legalább tíz éve elvesztették látásukat, s a következő eredményre jutott: a haldoklás testen kívüli élménye alatt a vakok is hozzájutottak paranormális információkhoz. Beszámoltak például az őket újra-élesztők ruháinak fazonjáról, színéről, mintájáról, vagyis csupa olyan benyomásról, amelyek vakok számára normális körülmények között nem lehetségesek. Ám ennél is meggyőzőbb Elisabeth Kübler-Ross beszámolója a gyermekek halálélményéről. A gyermekek általában nagyon ragaszkodnak a szüleikhez. Ha a halálközeli látomások hallucinációk vagy vágyképek volnának, azt kellene föltételeznünk, hogy a halálélményben sokszor

megjelenő "segítő lény" a gyermekek esetében az anya vagy az apa. De hosszú évek vizsgálatai során egyszer sem volt úgy. Megjelennek ugyan túlvilági lények, ám sohasem a szülők. Akadtak azért kivételek: olyan szülők jöttek elő a gyermekek látomásaiban, akik már halottak voltak, még ha haláluk – egy baleset következtében például – csak pár perce állt is be.

A kutatási eredmények azt mutatják, hogy a haldoklók látomásai minden valószínűség szerint nem hallucinációk. Másfelől a halál utáni lét bizonyítékának sem tekinthetők. Mert a halál titkáról nem lehet lerántani a leplet, különösen nem a tudomány módszereivel. A vallások szerint a halál átalakulásélmény. Ahogy az anyaméhben és a születés folyamatában húsból és vérből való emberré válunk, úgy a második nagy transzformációt a halál hozza magával. Pál apostol a khorintosziaknak írt levelében a földbe helyezett mag példáját hozza elénk. Hogy fa vagy virág nőjön belőle, ahhoz a mag eredeti formájának el kell pusztulnia és át kell alakulnia. "De azt kérdezhetné valaki, hogyan támadnak föl a holtak? Milyen testtel jönnek majd elő? Oktalan! Amit elvetsz, nem kel életre, hacsak előbb meg nem hal. Amit vetsz, nem a növény, mely csak azután fejlődik, hanem a puszta mag, például a búzaszem..."

Spiritizmus és channeling -csatornák a túlvilágba

Míg a tanatológia az újraéledtek élményét gyűjti össze, addig a spiritizmus, amelyet követői gyakran ugyancsak tudományos módszernek tartanak, az emberi léleknek a végérvényes fizikai halál utáni állapotáról számol be.

A spiritizmus a régi népek őseik iránti tiszteletére vezethető vissza. A halottidézés technikájáról már az Ótestamentum beszámol, de a régi indiaiak, görögök, rómaiak és különösen a kínaiak szintén ismerték azt az elképzelést, hogy a holtak lelke a közelünkben tartózkodik és megidézhető. Braziliában a hajdani afrikai négek törzsi hagyományaiiba gyökerezett ősök tisztelete napjainkban is fennmaradt, és szorosan összefonódott a katolikus hittel. A több mint háromezer spiritiszta központ "Spiritiszta Föderáció" néven egyesült. A brazil spiritiszták gimnáziumokat, kórházakat, könyvtárakat és rádióállomásokat működtetnek.

A modern spiritizmus a 19. század közepe táján indult el hódító útján. Hydsville-ből, egy New York melletti kis faluból. A Fox farmercsaládot kísérteties, koppanásszerű zajok nyugtalanították. Lassanként sikerült egy kopogtató ábécét kialakítaniuk, és így közvetlen kapcsolatba léptek az elhunytakkal, akik e zörejek segítségével adták tudtul mondanivalójukat. A szellemidézők körbeülték az asztalt, megfogták egymás kezét, "láncot" alkottak, és úgy várták a szellemvilág üzeneteit, amelyek az asztal lábának

koppantásaiban nyilvánultak meg. Ez lett az ún. asztaltáncoltatás.

Az asztaltáncoltatás és a spiritizmus gyorsan elterjedt az egész világon. Már a múlt század végén neves tudósok foglalkoztak a jelenséggel. Nem egy közülük, mint például F. W. H. Myers (1843-1901) angol filozófus vagy Sir Olivér Lodge (1851-1940) fizikus és Nobel-díjas tudós meggyőződéses spiritiszta lett, ahogy Darwin munkatársa, Alfréd Russel Wallace (1823-1913) zoológus is. Richárd Hodgson jogász (1855-1905), aki először spiritiszta médiumok látványos leleplezésével szerzett magának hírnevet, nagy pálforduláson ment keresztül. Annyira hatottak rá a túlvilági híradások, hogy szinte lázasan várta saját halálát. Tőle származik a kijelentés: „I can hardly wait to die.” (Alig várom már, hogy meghaljak.)

Napjainkban a spiritiszta hullám újraeledésének lehetünk tanúi. Az Egyesült Államokban, de Európában is rendkívül elterjedt az ún. “channeling”. Médiumok a transz állapotában, televíziós show-műsorok milliós közönsége előtt, vagy nyilvános fellépéseken lépnek kapcsolatba a szellemvilággal. Jane Roberts (1929-1984) írónőnek egy Seth nevű szellemi lény diktálta világszerte bestsellerré lett könyveit. “Túlvilági kapcsolatai” videókazettán is megvásárolhatók. Hasonló sikereket ért el Shirley MacLaine színésznő is “Tánc a fényben” című könyvével, amelyet öt hét alatt mondtak neki tollba a túlvilágról. 1988 júniusában channeling-konresszust rendeztek a bajorországi Murnauban, melyek mottója így hangzott: “Csatorna a kozmoszba”. A résztvevők közül többen fémhuzalból készült piramist viseltek a fejükön, amely úgymond antennaként szolgált a túlvilági kapcsolatfeltételhez.

Sokan foglalkoztak ezen ideig ún. “magnetofonhang-kutatás”-sal is. Amióta Friedrich Jürgenson svéd filmproducer “Beszélgetés az elhunytakkal” című könyvében ismertette az eljárásmodot, nem egy spiritisztának sikerült elhalt rokona vagy ismerőse hangját magnószalagon rögzíteni. A videókorszak azonban már túlhaladta a módszert: Klaus Schreiber aacheni nyugdíjas éveken át készített videófelveteleket elhunyt rokonairól.

Könnyű volna merő fantazmagóriának minősíteni a spiritizmust és a channelinget, ha nem lenne olyan egyértelmű a kapcsolatuk a kimutatható paranormális jelenségekkel. A spiritiszta szeánszokon bárki tapasztalhatja, mennyire megváltozik a médium hangja, mimikája, mihelyt kapcsolatba kerül a túlvilági partnerrel. Általában olyan dolgokról beszél, amelyek normális körülmények között nem juthattak a tudomására. Ha a médium azt állítja, hogy az egyik jelenlévő elhunyt édesanyjával áll kapcsolatban, és ki is ejti azt a becenevet, amit az édesanya évtizedekkel azelőtt használt, akkor nyilvánvalóan nem lehet szó a médium fantáziálásáról.

A magnetofonszalagon rögzített hangok sem képzelgések. Valódiságukat

többek között igazolták a freiburgi egyetemhez tartozó "Pszichológiai és pszichohigiénés határterületek intézetének parapszichológusai is. A freiburgi tudósok csupán a magyarázatot nem fogadják el: ők a hangjelenségeket a tudattalan produktumának tartják.

A parapszichológusok gyakran eltérően értékelnek egyéb olyan bizonyítékokat is, amelyeket a spiritiszták túlvilági kapcsolataikról gyűjtöttek. Említsünk meg egy híres példát erre az eltérő állásfoglalásra: 1905-ben egy észak-karolinai Linnér James L. Chaffin két tanú által hitelesített végrendeletet készített, amelyben farnját négy fia közül a harmadikra hagyta. 1919 januárjában azonban új végrendeletet fogalmazott, ezúttal tanúk nélkül, de kézírással, ami a jogi érvényességet szavatolja. Ekkor úgy döntött, hogy vagyonát négy egyenlő részben osztja meg a fiai között. A végrendeletet a családi bibliába tette el, és 1921-ben meghalt anélkül, hogy bárkinek említést tett volna az új végrendeletről.

Négy évvel később James, a másodszületett fiú több ízben azt álmodta, hogy apja így szól hozzá:

– Végrendeletem megtalálod a régi kabátom zsebében. – A fiú megkereste az említett kabátot. Zsebében egy cédulára bukkant, amely a családi bibliában rejlő, jogilag érvényes végrendeletre utalt.

Spiritiszta szemszögből nézve az apa volt az, aki a fontos információt a túlvilágról szolgáltatva. De éppúgy lehetséges az is, hogy a fiú látnoki ereje révén értesült az értékes dokumentum lelőhelyéről. A látnoki képesség jelensége kísérletileg bizonyított, és az sem szokatlan, hogy az apák álmunkban megjelennek. Ám megint csak szokatlan a magyarázat: mert a látnoki képesség is ellentmond a materialista és mechanikus világfelfogásnak, és legalább annyira elgondolkoztató, akár a szellemek megjelenése.

Ennek ellenére szinte minden spiritiszta jelenség értelmezhető az emberi lélek paranormális képességeként is, túlvilági lények feltételezése nélkül. Az emberi lélek minden jel szerint részese egy téren és időn kívüli rejtett valóságnak. A transz állapotában a médium ezzel a "negyedik dimenzióval" kerül kapcsolatba. Ha feltételezzük, hogy e negyedik dimenzióban egy szuperkomputerhez hasonlóan minden elmúlt, jelenlegi és talán a jövőbeli információk is tárolva vannak, akkor elvileg lehetséges, hogy ebből a tudásanyagból az elhunytak segítségével bármely információt "lehívjuk", még akkor is, ha az elhunyt "szelleme" ebben nem vesz részt.

Ám eltekintve a szellemek valódiságának kérdéséről – mi az amit üzennek nekünk? Valahányszor szellemek, angyalok vagy "magasból" jövő hangok a transzban időző földi médiumnak gyakran több ezer oldalas kéziratokat "diktálnak", mindannyiszor arról hallhatunk, hogy megnyilatkozásainkról van szó, ám ezek az üzenetek korántsem egységesek. A svéd látnok, Emanuel

Swedenborg (1688-1722) tanai, a napjainkban újra szívesen olvasott stájerországi zenetanár, Jákob Lorber (1800-1864) művei vagy Allan Kardec (1804-1869) érzékfölötti forrásokból táplálkozó könyvei számos lényeges ponton különböznek egymástól.

Így például Swedenborg feltételezi a pokol létezését, ahol a gonoszok egymást gyötrik, míg "Seth", aki Jane Roberts által beszélt, azt hirdette, hogy nincsen pokol és a gonosz csak általunk konstruált "kivetítés". A régebbi spiritizista megnyilvánulásokban különösen sok korhoz kötött elemet fedezhetünk föl. Allan Kardec például a 19. század rasszizmusát és civilizációs büszkeségét képviseli. Véleménye szerint a "vadak" sokkal kevésbé jutottak előre a reinkarnációk sorában, mint a civilizáltak, és legföljebb az állatok szintjén állnak. A mai spiritiszták viszont épp az ellenkező nézetre hajlanak.

Mindeme disszonanciáktól eltekintve a spiritizmus alapvető üzenete egységes: az élet vizsga, a felemelkedés, a próbatétel és a megvilágosodás hierarchiája, itt és a túlvilágon egyaránt. A finomanyagú éter- vagy asztráltest a halál pillanatában elválik a fizikai testtől és egy magasabb létformában vagy egy másik fejlettebb csillagon folytatja a megvilágosodás útját. A spiritizmus gyakran beszél az újjászületésről.

Újjászületés - a karma és az élet kereke

Napjainkban kedvelt beszélgetési téma a reinkarnáció. – Az újjászületés sok mindenre magyarázatot ad – mondta egy nő ismerősöm, akinek becsülöm a megérzéseit és töprengő hajlamát. – Nemcsak saját életem értelméről ad felvilágosítást, hanem azt is jobban megértem, miért pontosan ezekkel az emberekkel kell kapcsolatba kerülnöm életem folyamán, gondolok itt például a férjemre vagy a gyermekeimre. Már, az előző életben is együtt voltunk, és maradtak föl nem dolgozott ügyeink.

Akár hiszünk a reinkarnációban, akár nem, a vele való foglalkozás régi hagyományokra tekint vissza. Nemcsak a hinduizmusban és buddhizmusban, de számos ezoterikus gondolkodónál is jelentős szerepet játszik. Sőt a korai kereszténységben is akadtak képviselői, akiknek tanait azonban a hatodik században az egyház elítélte.

A keleti vallások reinkarnációs tana abból indul ki, hogy minden élőlény a létkerékre, a "szanszára"-ra van láncolva. Szinte vég nélküli körforgásban ismétlődik születés, élet, halál és újjászületés. Az élet célja és értelme, hogy megszabaduljunk ebből a körforgásból. Ehhez jócselekedetek szükségesek és a szellemi megvilágosodás útjának követése, ami által jó „karmá”-kat gyűjtünk. A karma egyfajta "adósságszámla", amely az egyén halála után is

megmarad. Ezen a számlán összegződik életről életre a jó és rossz cselekedetek eredménye.

Az újjászületés gondolatát, ha más formában is, de megtaláljuk majdnem minden vallásban és szellemi tanításban. A lényeg az a belső átalakulás, amelyet a halál és az új életre való föltámadás idéz elő. Legfőbb jelképe a fönixmadár, amelyik újjászületve emelkedik ki a lángokból. Az eleusziszi misztériumok ezt az átalakulási folyamatot rituálé formájában mutatták be. Aki meg akarta ismerni az ezoterikus titkot, kanyargós földalatti folyosókon kellett végigmennie, ahol a legkülönbözőbb félelmeket kellett átélnie. Majd kiért a napvilágra, ahol tánccal és szent énekkel fogadták. Hasonlóan kapcsolódik össze a sámánok beavatása is a halálélménnyel, a pokoljárással és az újjászületéssel, de ugyancsak ide tartozik Isten halálának és feltámadásának régi, a kereszténységen messze túlmutató eszméje: "...szállá alá poklokra, harmadnapon halottaiból föltámad..." – mondja az evangéliumi hitvallás Jézus Krisztusról. A spirituális indíttatású terápiákban is központi szerepet játszik az "alvilági" halál, a megsemmisülés élménye és az újjászületés.

Az újjászületés tanához azonban mégis többnyire a karma és reinkarnáció keleti gondolatát kötjük. Figyelemre méltó, hogy ezt a tant újabban már tudományos kísérletek is alátámasztják. Első helyen említendők Jan Stevenson amerikai pszichiáter és parapszichológus ismert kutatásai. Stevenson az ötvenes évek végétől aprólékos gondossággal a korábbi életre való tudatos visszaemlékezés ezerhétszáz esetét gyűjtött össze – Indiában, Thaiföldön, Burmában, Ceylonban, Alaszka indiánok lakta részein, Braziliában, Törökországban, Kínában és Libanonban. Általában gyerekekről volt szó, akik mihelyt magtanultak beszélni, pontos adatokkal tudtak szolgálni előző életükről. Információiknak Stevenson a helyszínen utánajárt. Akadtak gyerekek, akik elvezették előző szüleikhez, és olyan részletekről számoltak be, amelyekről egyébként semmilyen módon nem szerezhettek tudomást. Mások olyan anyajegyekkel, sebhelyekkel, elváltozásokkal bírtak, amelyek állítólagos korábbi életükkel álltak ésszerű kapcsolatban. Az egyik indiai fiú nyakán egy anyajegy látszott, ami begyógyult hegre emlékeztetett. A fiú elmondta, hogy előző életében meggyilkolták. A gyilkosság körülményeiről szóló beszámolót felülvizsgálták és az állítás helyessége beigazolódott. További érvül szolgálhatnak a reinkarnáció javára a korábbi életekbe való "visszavezetések" eredményei. A terapeuta fölszólítja a hipnotizált személyt, hogy emlékezzék vissza elmúlt eseményekre. Ám nem áll meg a gyermekkoránál, hanem prenatalis állapotokról, az anyaméhben töltött időről, a fogantatás pillanatáról, majd a korábbi földi élet eseményeiről kérdezi az illetőt. Az ilyen "reinkarnációs terápia" célja az, hogy a beteg korábbi életeinek traumáit tudatosítsuk, és ezáltal szabadítsuk meg problémáitól.

Mióta az ötvenes években angol és amerikai pszichológusok fölfedezték ezt a módszert, nagyon sok anyag gyűlt össze. A legérdekesebb talán Helen S. Wambach amerikai klinikai pszichológus tanulmánya, aki a "visszavezetettek" sokszor nagyon is konkrét kijelentéseit statisztikai módszerek segítségével vizsgálta meg történelmi hitelességük szempontjából. Wambach arra az eredményre jutott, hogy "a reinkarnáció elmélete...nagyon is használható hipotézis." Stanislav Gróf is beszámol hasonló reinkarnációs élményekről, amelyeknek megvizsgáltatta valóságát. A terápiás ülésen egyik páciense egy parti sziklára épített erődítmény víziójáról számolt be. Spanyol katonákat látott, jómaga pedig papként jelent meg, aki bizonyos kezdőbetűkkel ellátott pecsétgyűrűt viselt. Majd egy csata következett, melynek során őt karddal átszúrták, és lehajították az erődítmény faláról. Mivel tehetséges festő volt, látomásait megfestette. A páciens később hirtelen sugallat hatására Írországba utazott nyaralni, ahol egy partfölötti sziklán sánccal övezett romokra bukkant. A látvány pontosan megfelelt a hipnózisban látottaknak és az általa festett képnek. A festő könyvtári kutatásokba fogott, és teljesen világossá váltak előtte a történetek: a spanyolok a 16. században elfoglalták az ír erődítményt. Harc tört ki, amelyben az angolok kíméletlenül lemészárolták ellenségeiket és a sáncon át a mélybe hajították őket. A spanyol katonákkal együtt lelte halálát egy pap is. Nevének kezdőbetűi megegyeztek a látomásban megpillantott pecsétgyűrű iniciáléival.

Veszélyek és tévutak

Melyek a halállal és túlvilággal való foglalkozás veszélyei? Modern társadalmunk elutasítja a halált, ezzel méginkább az üdv belső útjaira kényszerít bennünket, és méginkább a felszín felé fordítja figyelmünket. Másfelől viszont fönnáll a veszély, hogy úgy bánjunk a halállal és a túlvilággal, mintha lényegében csak az evilágnak volna egy másik oldala. Voltaképpen ez is a halál elutasítása, és eredményeképp mintegy félvállról vesszük emberi létünk sarkallatos alapélményét. A spiritiszták és a channeling hívei gyakran úgy beszélnek a túlvilágról, mint a leghétköznapiabb ügyekről. Ezzel szemben a nagy teológusok, misztikusok és filozófusok, különösen a keletiek állandóan azt hangsúlyozzák, hogy a túlvilágról nem lehet beszélni, legalábbis nem úgy, mint itteni világunkról. D. T. Suzuki a híres japán zenmester többször is kifejtette, hogy az emberi nyelv teljesen alkalmatlan a túlvilág kifejezésére. Véleménye szerint azok, akik erről a két világról egyforma módon beszélnek, elzárják magukat a valódi spirituális tapasztalatok elől. Azonkívül bagatellizálnak valamit, ami a legkevésbé sem "bagatell", a halál és a meghalás az élet mély és alapvető megrázkódtatásai közé tartozik.

Ez a már-már "materialista" szemlélet egészen nyilvánvalóvá válik a magnetofonhang-kutatók esetében, akik szervezetbe tömörültek. Közülük sokan úgy képzelik el a túlvilágot, mint az evilági lét egyszerű folytatását. Ráadásul azt hiszik, hogy elméletük tudományosan bizonyítható, ami spirituális jelenségeknél mindig vitatható kiindulópont. Elnökük, Fidelio Köberle azt állítja, hogy a túlvilág "épp olyan, mint az itteni", az élet odaát "majdnem ugyanolyan, mint nálunk."

"Én a halált egy amerikai kivándorláshoz hasonlítanám. mondja. Bár mások a viszonyok, de annyira nem idegenek, hogy ne tudnánk eligazodni." – "Mindig azt hangoztattam: a holtak is csak emberek – ami azt jelenti: a halállal nem leszünk sem jobbak, sem bölcsőbbek, de még csak intelligensebbek vagy képzetesebbek sem..."

A channeling hívei között is létezik ez a különös spirituális materializmus. Az 1988-as év murnauai a "Csatorna a kozmoszba" elnevezésű channeling kongresszuson, nagy feltűnést keltett a "Space Brotherhood", a "világűrszövetség". Szerintük a túlvilágiak a szomszédos galaxisokon laknak, és onnan küldenek utasításokat, miként rendezhetők a földi gondok és problémák.

Hasonló, naiv politikai reményekkel vegyített elképzeléseket képviselnek egyéb csoportosulások is. Ezekben egyfelől túlteng a világjavító szándék, másfelől hajlamosak ölbe tett kézzel várni a jószerencsét, mondván: majd a túlvilági hatalmak elintézik a dolgokat! Máskor meg naiv mágikus eszközöktől remélik a csodát. A világűrszövetség például abban a hitben van, hogy három, a Föld különböző részén elásott kristály képes volna "energetikai" úton meggyógyítani bolygónkat.

Olykor a reinkarnációs tant is kissé naiv, és igazában nem túl spirituális módon képviselik: amikor nagyon egyszerűen szeretnénk megmagyarázni, miért vannak olyan óriási különbségek ezen a világon, miért él valaki bőségben és gazdagságban, míg mások éheznek, miért tehetséges és sikeres az egyik, míg a másik semmihez sem ért és tönkremegy, megint mások miért bölcsék és jutnak el belátásokig, míg egyesek már fiatal korukban bűnözővé válnak és börtönben végzik.

Pusztá ésszel felfoghatatlan, miként engedhet meg egy jóságos Isten ilyen kiáltó ellentéteket. Nem az volna-e igazságos, hogy mindenki egyforma eséllyel induljon? A reinkarnációs tan válasza: aki előző életében rossz karmát gyűjtött, annak szenvednie kell, aki pozitívan cselekedett, az jelen életében élvezheti ennek gyümölcsét. De fölvetődik a kérdés, vajon nemcsak reményeink és vágyaink tükröződése-e ez_a magyarázat? Vajon nem arról van-e szó itt is, hogy emberi kategóriákkal kívánjuk megfejteni a túlvilág és a halál titkait? Nem lehetséges-e, hogy Istennek olyan terve van velünk, amit

most még nem értünk, hanem majd csak halálunk után?

Érdekes módon a reinkarnációs gondolat bizonyos értelemben ellentmond a kegyelem keresztény tanának. Jézus éppen-hogy a bűnösök felé fordult. Ha hittek, akkor Jézus – a zsidó ortodoxia főhíborodására – a társadalom megvetettjeitől, a vámosoktól és az utcalányoktól sem vonta meg irgalmát. Nem kérte számon, hogy jó kannákat gyűjtöttek-e.

Még valamire fontos rávilágítani a reinkarnációs tan kapcsán. Nyugaton – furamód – sokszor pozitív képzetek kötődnek a reinkarnációhoz, pedig Keleten az újjászületés valóságos büntetés! Keleten az a legfőbb cél, hogy ne szülessünk újra, hogy áttörjük a szamszárát, az egymást követő étek láncolatát. A szamszára jelképét a kereket a keleti ábrázolásokon egy démon tartja a karmai között. A buddhisták törekvése e nirvána, a hinduké a moksa vagy mukti, – mindkettő túlvilági létállapot. A mai napig előfordul, hogy hívő hinduk a körmenetben Shiva isten harci szekereének kerekei elé vetik magukat. A szekér hatalmas kerekei a szamszárát jelképezik; akit szétzúznak, megszabadul az élet és halál körforgásától.

De amikor a reinkarnáció tana elért Nyugatra, vigasztaló elméletté vált: tovább fogunk élni, s ez a fő! A halállal nem változik meg semmi lényeges! Ám valóban egyfajta "amerikai kivándorlás" volna csak a halál, ahogy Köberle, a túlvilági hangok kutatója vallja – vagy pedig kirándulás egy új földi életbe?

New Age -Új ember, új világ

Fritjof Capra, a New Age legismertebb gondolkodója szerint a világ válságban van, méghozzá "olyan méretű intellektuális, erkölcsi és szellemi válságban, amelynek mélysége nem hasonlítható egyik történelmi koréhoz sem." Az új szellemi irányzat felfogása szerint ennek oka nem annyira gazdasági, politikai vagy szociális, sokkal inkább az ember fonák gondolkodásából ered.

A transzperszonális pszichológusok egyik amerikai munkacsoportja odáig megy, hogy a normálisnak tartott hétköznapi tudatot egyenesen pszichotikusnak nevezi: "A nyugati pszichológia a pszichózist olyan redukált tudatállapotként definiálja, amelyben a valóságot torz formában látjuk, és nem vagyunk képesek ezt a torzulást fölismerni. Misztikus szögből nézve normális állapotunk a pszichózis fogalmának összes kritériumát kimeríti. A legmagasabb tudatszint perspektívájából minden személyes tudatállapot kimeríti a pszichózis kritériumait, mert önmagában véve mindenki szükségszerűen korlátozott és csak viszonylagosan létező."

Normális állapotunk pszichotikus, tehát beteg és illuzórikus. Az

egybecseng a "Maya" indiai tanításával, mely szerint a világ csak felszínes illúzió. A valóság a léleknek az Egésszel való egyesülésében rejlik. Ám a fenti idézet utolsó mondata arra utal, hogy minden külön tudatállapot pszichotikus. Tehát sem az aszkéta, aki hátat fordít a világnak, sem a mágus, aki teljesen elveszíti ép emberi értelmét, nem állíthatja magáról, hogy megvilágosult. Csak az ember számára lehetséges összes tudatállapot felel meg az Egésznek, és vezet az ún. "integrált tudat"-hoz, ahogy egy mai filozófus, Jean Gebser nevezi. Ennek birtokában az életet új módon élhetjük meg és új módon alakíthatjuk. Milyen emberkép felel meg ennek az integrált tudatállapotnak? A döntő az, hogy megtapasztaljuk beépülésünket a kozmikus Egészbe. Az idevezető utakat könyvünkben már bemutattuk. A misztikus befelé fordulás, az ezoterikus, paranormális élmények vagy a transzperszonális pszichológia módszerei mind lehetőségek arra, hogy kijussunk "pszichotikus" normálállapotunkból. A New Age-mozgalom kedvenc fogalmai ezzel kapcsolatosan a "transzformáció" és az "evolúció". A transzformáció a személyiségnek az az átváltozása, átalakulása, amelynek során önmagát mint a Kozmosz szerves részét tapasztalja meg. De ez a személyes átalakulás utal arra a kozmikus fejlődésre is, amely napjainkban rajzolódik ki. Sokan hisznek az új tudatrobbanásban, amely az emberiséget történelmi fejlődésében egy magasabb szintre emeli.

A Föld pályáján a csillagképeken áthaladva minden 2100 évben új jegybe kerül. Napjainkban ér át a Vízöntő jegybe, s ez – ha hihetünk a New Age hirdetőinek – harmóniához, békéhez és megértéshez vezet majd.

A Vízöntő-korszak embere új ember lesz: nem tekinti magát többé elszigetelt anyagdarabkának, hanem ráébred, hogy a kozmikus őanyag szerveződési formája, és ezzel a világmindenség komplex kifejeződése. Az ily módon egésszé, teljessé vált ember tudatában lesz minden erejének. Képes lesz gondolkodni és érezni, elemezni és lelkével megtapasztalni, értelemmel és megérzéssel fog rendelkezni, tehát igazán kreatív lény lesz.

Az agy kutatás kiderítette, hogy alapvetően csak a bal agyféltekénket használjuk, amely a racionális és intellektuális műveletekért felelős. A teljes ember azonban a jobb agyféltekéjét is aktiválni fogja: ez az intuíció, a szív, az érzések és a misztikus tapasztalatok letéteményese. Ehhez a teljességhez hozzátartozik továbbá a jin és a jang, a női és a férfi elv egységére való törekvés. Ezzel együtt kultúránk is megváltozik majd, amely eddig a férfi elvnek biztosított elsőbbséget.

Az új teljességnek hatása lesz a politikára is. "Előbb vagy utóbb mindenkinek, aki a személyiség átalakításával foglalkozik, társadalmi cselekvésbe kell fognia" – írja Marilyn Ferguson teljes átalakulást követelő felhívásában, amely a New Age-mozgalom egyfajta manifesztuma lett.

“Szelíd összeesküvés”-t hirdet meg mindazok között, akik már érzik magukban az új szellemiséget. Ez az összeesküvés nélküli az erőszakot; Gandhi alapelve, a szátiagraha vezérli: az igazság hatalma. Ha a hangsúly az erőszaknélküliségen van, és a szátiagraha az eljövendő kor elve, “akkor a nőké a jövő”. Akkor azok az értékek, amelyeket hagyományosan a nőknek tulajdonítanak, mint az együttérzés, együttműködés, türelem nagyon is szükségesek lesznek az új éra születésénél. Ebben a New Age-mozgalom számos képviselője egyetért.

Az új társadalom megvalósításának politikai eszközét Marilyn Ferguson a “háló-eszmében” véli fölfedezni. Az új spiritualizmusnak gyakran a szemére vetik, hogy a politikus, és semmittevésel próbálja a társadalmi változást előidézni. Ezért Hans A. Pestalozzi svájci publicista nem “szelíd összeesküvés”-ről, hanem “szelíd elhülyülés”-ről beszél: “Ugyan mit használ a megváltozott tudatállapot, ha a struktúrák nem engedik, hogy másként viselkedjem?” – kérdezi.

Marilyn Ferguson nagyon is lehetségesnek tartja a struktúrák megváltoztatását. Korunk hatalomra és nyereségre törő, bürokratikus és centralisztikus mammut szervezeteivel a háló-rendszert kívánja szembeállítani, amelynek kialakulása már most is nyomon követhető. E “háló” spontán képződő csoportoknak az egész világra kiterjedő szövetéke, amely képes program nélkül, csupán a közös szellemiség alapján együttműködni. Ferguson lényegében az alternatív mozgalmakról beszél a szó legtágabb értelmében: az önszervező csoportokra gondol, az alternatív projektekre, az ökológiai kommunákra, a meditációs központokra. Ezekben a csoportokban nincsenek vezetők, meghirdetett ideológiák, nincs alárendeltség vagy központi irányítás. A hálónak a szellemiség adja meg a közös nevezőjét. És ez a szellemiség világszerte sokhelyütt föllelhető, Európában, Amerikában és Ausztráliában is. Ferguson tehát szeretné megváltoztatni a fennálló politikai struktúrákat, a hatalomra és pénzre épülő társadalommal a szellemiség áthatotta hálórendszert állítja szembe, amelynek elterjedése nagy változást hozna a felépítményben és a gazdaságban egyaránt. Fergusonhoz hasonlóan számos New Age-követő véli úgy, hogy az átalakult emberek egy „kritikus mennyisége” már elegendő volna ahhoz, hogy a meglévő rendszert megdöntse. A spiritualizmus fertőző, mondják. A szátiagraha, az igazság hatalma végül azokat is meg fogja győzni, akik még vonakodnak. Végül következzen az a gondolat, amely ma mindenkit meg kell, hogy győzzön: ha az emberiségnek nem sikerül a Földet ökológiai egységként felfognia és ennek a felismerésnek a jegyében cselekednie, akkor nemigen számíthatunk tartós túlélésre. Az embernek fel kell hagynia a természet kizsákmányolásával. Ideig-óráig felhasználhatjuk önző céljainkra, de azután csak pusztulás és

rombolás marad utánuk. A Föld szellemi élőlény, és az ember ennek az eleven egységnek tagja, testének egy része.

Honnan máshonnan származhat ez a meggyőződés, ha nem a spirituális szemléletből? Csak ha túljutunk ember és természet merev szétválasztásán – amitt a minden természetességtől megfosztott ember, amott a szabad prédának tekintett, a Föld – csak akkor menekülhetünk meg. Csak ha megszűnik emberek és népek merev szembenállása, akkor köszönt be a béke, csak akkor száműzhető az önpusztító atomháború veszélye. Ide az út csakis a spirituális transzformáción át vezethet. Péter Russel, a New Age képviselője így fogalmaz: – Lényem legmélyebb rétegében ugyanabból a lényegből való vagyok, mint te vagy ti, egy vagyok az Egyésszel. Mindnyájan ugyanabból a lényegből vagyunk, és én ezt érzem igazi önmagamnak."

Az új spiritualizmus egységelve megmutatja tehát az egyetlen járható utat, amely még perspektívát nyújthat a jövőnknek. Nem kevés amit követel, és sokan nem mernek még hinni benne. De van-e más kiút?

Függelék

Köszönet

Könyvem nem születhetett volna meg egy sereg hasznos információ és tanács nélkül. Moritz Rukieknek külön köszönöm támogatását és bátorítását. Thomas Kreihének a kézirat figyelmes átolvasásáért tartozom hálával. Dr. Hildegard Milbert építő kritikájával ösztönzött mondanivalóm árnyaltabb kifejezésére. Madlen Behrens, Werner Dörge, Almuth Haller, Irene von Kienle, Uta Wiedey és Lissia Neeliplakal megannyi beszélgetés során látott el kellő ösztönzéssel. A freiburgi "Pszichológiai és Pszichohigiénés Határtudományok Intézet"-et ugyancsak köszönet illeti együttműködési készségéért.

Irodalom

1. Parapszichológia

A témakörben ajánljuk *Hans Bender* aktuális könyvecskéjét, melynek címe: "Umgang mit dem Okkultén" (Aurum, 2. kiadás, 1986). Bender foglalkozik az "okkult hullámmal", valamint azzal a kérdéssel, hogy túléljük-e a halált, és mi a reinkarnációs tan lényege. – A parapszichológia egészéről, az érzék feletti érzékelésről (extraszenzorális tapasztalatokról), a parafizikális jelenségekről, a prekognicióról ad áttekintést *Milán Ryzl*, a terület neves ismerője "Parapsychologie" (Knaur, 1983) című könyvében. *Harald Wiesendanger* nemrég megjelent "Die Jagd nach dem Psi" (Aurum, 1989) című könyvében a paranormalishoz vezető utakat és tevéteket, valamint a

paranormális lehetőségeit és veszélyeit világítja meg. Aki saját paranormális képességeit szeretné fejleszteni, annak a következő könyvet ajánljuk: *S. Ostrander* IL. *Schroeder*: "Psi-Training. Das umfassende Handbuch mit praktischen Anleitungen zur Aktivierung des eigenen PSI-Potentials" (Heyne, 1987). – A parapszichológia eredményeinek hatásáról az új világnézetre – az új fizikával való összefüggésben – *Arthur Koestler* könyvében olvashatunk, melynek címe: *Die Wurzeln des Zufalls* (Suhrkamp, 1974).

2. Misztika

Aki a nagy misztikusok életéről szeretne többet tudni, olvassa el *G. Ruhbach* IL *Sudbrack* (szerk.): "Große Mystiker" (Beck, 1984.) című könyvét. Könnyen érhető stílusban nyújt áttekintést a misztikáról *Josef Sudbrack*: "Mystik" című műve (Quell, 1988). A nyugati és a keleti szellemiség összefüggéseire *D. T. Suzuki* a híres zen-mester mutat rá: "Der östliche und der westliche Weg. Essays über christliche und buddhistische Mystik" (Ullstein). Ebben a témában jelentős *Bedé Griffiths* bencés szerszetes könyve is: "Rückkehr zur Mitte. Das uemeinsame östlicher und westlicher Spiritualität." (Kösel)

Értő és átfogó tájékoztatást ad a keleti vallásokról *Heinrich Aimmer* indológus: "Philosophie und Religion Indiens" (Suhrkamp, 1976.) A bölcsesség hindu útját *Sri Ramana Maharshi* guru művein keresztül tapasztalhatjuk meg, amelyeket *Arthur Osborne* állított össze és adott ki: "Ramana Maharshi. Seine Lehren" (Hugendubel, 1983.) A buddhista utat mutatják be *Tarhang Tulki* kifejezetten nyugati olvasók számára írt könyvei: "Psychische Energie und inneres Gleichgewicht" (Aurum, 1981) és "Raum, Zeit und Erkenntnis" (Scherz 1983).

Az iszlám misztikába két hangsúlyozottan személyes és önéletrajzi jellegű könyv nyit utat. *Reshad Feild*: "Ich ging den Weg des Derwischs" (Fischer, 7. Aufl. 1986) és *Irina Tweedie*: "Wie Phoenix aus der Asche. Mein Abenteuer auf dem Weg der Sufis – dem Pfad der Liebe" (Rohwolt, 1984).

A sámánizmus klasszikusaként tartják számon *Mircea Eliade* neves vallástudós írását: *Schamanismus und archaische Eksta-setechnik* (Suhrkamp, 1975). Egy másik, rövid bevezető jellegű mű: *Elmar Gruber*: "Traum, Trance, Tod. Aus der geheimnisvollen Welt der Schamanen, Einführung und Erfahrungsbericht" (Herder, 1985). *Carlos Castanédának*, Don Jüan indián sámán tanítványának legfontosabb könyve: "Die Lehren des Don Jüan. Ein Yaqui-Weg des Wissens." (Fischer 20. Aufl. 1988).

A kábítószeres misztika témakörében érdemes elolvasni *Áldom Huxley* híres művét: "Die Pforten der Wahrnehmung. Himmel und Hölle, Erfahrungen

mit Drogén" (Piper, 12. Aufl. 1986). Huxley szemléletesen írja le saját, drogok előidézte misztikus tapasztalatait, amelyeket érdekes megjegyzésekkel fűszerez.

A kezdő meditálók alapműve: *L. SchwábischIM. Siems: „Selbstentfaltung durch Meditation. Eine praktische Anlei-tung”* (Rowohlt, 1987). Áttekintő, gyakorlati útmutatókat közöl *Patricia Carrington* „Das große Buch der Meditation" (Heyne, 1988). *Jürg Wunderli* svájci orvos személyes élményeket fogalmaz meg: „Schritte nach innen. Meine Erfahrun-gen mit Meditation" (Herder, 1985). *Haris Waldenfels* teológiaprofesszor könyvét is szeretném az olvasó figyelmébe ajánlani: „An der Grenze des Denkbaren. Meditation – Ost und West" (Kösel, 1988). Testre irányított gyógymeditációt nyújt a „Finde dich selbst durch die Meditation" (Kösel, 1984) szerzője, a belga *Hetty Draayer*. A keresztény kontempláció gyakorlatába vezet be *Alphonse és Rachel Goettmann*: „Meditieren im Atem Gottes. Eine Einübung für Christen" (Herder, 1989) c. könyve.

Nagyon népszerűek *Kareen Zebroff* jogakönyvei, pl.a „Yoga für Jeden" (Falken, Neuaufl. 1987). A jóga lényegébe és módszerébe ad betekintést *Shri Yukteswar*: „Die heilige Wissenschaft" (Scherz, 1984). Sikerkönyv lett *Paramahansa Yogananda* impozáns műve: „Autobiographie eines Yogi" (Scherz, 12. Aufl. 1986). *Paul Brunton* az indiai jógikkal kapcsolatos tapasztalatait írja le: „Von Yogis, Magiern und Fakiren. Begegnungen in Indien" (Knaur). A zen-buddhizmus témájában ajánljuk *Hugó M. Enomiya-Lassalle* keresztény zen-mester írásait: „Zen und christliche Spiritualität" (Kösel, 1987), „Zen-Unterweisung" (Kösel, 1988.), és „Kraft aus dem Schweigen. Einübung in die Zen-Meditation" (Herder, 1988). A zen-irodalom klasszikusa: *Philip Kapleau*: „Die drei Pfeiler des Zen" (Scherz, 1979). *Shunryu Suzuki Roshi*: „Zen-Geist, Anfänger-Geist" (Theseus, 3. Aufl. 1982.), valamint „Zen in der Kunst des Bogenschießens" (Scherz, 21. Aufl. 1983.). Utóbbi a könyvünkben is említett német filozófiaprofesszor, *Eugen Herrigel* alkotása.

A jelen spiritualitásának főleg kritikus aspektusait világítja meg a „Világnézeti kérdések evangélikus központjének a vezetője, *Reinhard Hümmel*: „Gurus in Ost und West. Hinter-gründe – Erfahrungen-Kriterien" (Gütersloher Verlagshaus, 1987). Azon keresztények számára, akik spirituális fejlődésre vágnak, de emiatt belső konfliktusba kerültek az egyházi hitükkel, *Siegfried Rudolf Dunde* izgalmas könyvét ajánljuk: „Neue Spiritualität. Selbsterfahrung des religiösen Wandels" (Fischer, 1986).

3. Ezoterikus praktikák

Bibliográfia jellegű felölelése az egész területnek *Bruno Martin* könyve: "Handbuch der spirituellen Wege" (Rohwolt, 1986). Az ezoterikus könyvpiac összes publikációját tartalmazza az "Esoterik Almanach", kiadója *Jens Dittmar*. Az ezoterikus praktikák pszichológiai tartalmát *Jürgen vom Scheidt* taglalja szakszerűen: "Anworten aus dem Unbewußten. Erfahrungen mit I-Ging, Tarot und anderen esoterischen Praktiken" (Herder, 1986). Az ezoterikus "iparág" több mint tízezer címét tartalmazza a következő kiadány: "Spirituelles Adressbuch für den deutschsprachigen Raum" (Páram, 1987).

A modern mágus szempontját világítja meg *W. E. Butler*: "Die hohe Schule der Magie. Praktische Anleitung zur Aus-bildung und Nutzung supranormaler Fähigkeiten" (Bauer, 3. Aufl. 1987). Sokat nyerhetünk belőle, ha megfelelő kritikával tanulmányozzuk e könyvet. Szintén érdekes olvasmány *Lutz Müller* pszichoterapeuta és parapszichológus műve: "Magie. Tiefenpsychologischer Zugang zu den Geheimwissenschaften" (Kreuz, 1989). A modern természettudományos felismerések kvázi-mágikus aspektusait foglalja össze: "Das holo-graphische Weltbild. Wissenschaft und Forschung auf dem Weg zu einem ganzheitlichen Weltverständnis – Erkenntnisse der Avantgarde der Naturwissenschaftler. A könyvet *Ken Wilber* állította össze. (Scherz, 1988).

Edward F. Edinger műve "Der Weg der Seele. Der Psychotherapeutische Prozeß im Spiegel der Alchemie" (Kösel, 1990).

Az asztrológia témakörében felhívjuk a figyelmet *Fritz Riemann*: "Lebenshilfe Astrologie" (Pfeiffer, 9. Aufl. 1986) c. könyvére. A tarot értelmezési lehetőségeibe vezet be *Hans-Dieter Leuenberger*: "Schule des Tarot" 1-3. (Bauer) a Ji Csing tanulmányozásához alapvető *Richard Wilhelm* klasszikus fordítása: "Buch der Wandlungen" (Diederich, 1986).

Számos kiadást ért meg *Kari Spiesberger* könyve: "Der erfolgreiche Pendelpraktiker" (Bauer, 14. Aufl. 1987.), akárcsak *Heinrich Jürgens*: "Die Wünschelrute und ihr Gebrauch" Bauer, 9. Aufl. 1987).

A tenyérjövés témakörében *Ursula von Mangoldt* az egyik legjobb szakértő: "Schicksal in der Hand" (Knaur 1982).

Zev ben Shimon Halevi: "Lebendige Kabbalah. Anleitung und Übungen zur praktischen Arbeit im Alltag" (Kösel, 1989.) című írása az önkibontakozás modern útját vázolja a kabala segítségével. A drágakőgyógyászatba ad bevezetést *Daya Sarai Chocron*: "Heilen mit Edelsteinen" (Hugendubel, 1984). Aki erről részletesebb információkat akar nyerni, olvassa el *Ra Bonowitz*: "Der Kosmos der Kristalle" (Kösel, 1987) című könyvét.

A tűzönjárás témájában *Kürt E. Schweighardt* "Feuerlaufen" című munkáját ajánljuk (Péter Erd, 1987).

Az új boszorkánykultusz körében *Starhawk* könyveit említjük meg. Ő

egyébként két boszorkányszervezet alapítója és a "Gemeinschaft der Göttin" (USA) papnője: "Der Hexenkult als Urreligion der großen Göttin. Magische Übungen, Rituale und Anregungen" (Bauer, 3. Aufl. 1987), valamint a magyar *Zsuzsanna E. Budapest* (az USA-ban az új boszorkányok legismertebb képviselője) "Herrin der Dunkelheit, Königin des Lichts" (Bauer, 1987.) Kifejezettek nőknek ajánljuk *Hallie Iglehart* kézikönyvét: "Weibliche Spiritualität. Traumarbeit, Meditationen und Rituale" (Kösel, 1988).

4. Gyógyítás a szellem erejével

Érdekes olvasmány a témakörben *Kari Schnelting* (szerk.): "Geistige Heilung. Dokumentation einer Sendereihe des ZDF" (Aurum, 1986). A pszichosebészeti mértéktartó összegzése *Alfréd Stelter* kémia-fizika professzor könyve: "PSI-Heilung Parapsychologie und Medizin" (Knaur). A szellemi gyógyítással kapcsolatban sokat tárgyalt "morfogenetikus mezőkről", amelyek az ezoterikus éteri testtel vannak kapcsolatban, ír *Rupert Sheldrake*: "Das schöpferische Universum. Die Theorie des morphogenetischen Feldes" (Goldmann, 1987).

A homeopátiáról ad felvilágosítást *E.A. Maury*: "Homöopathie von A bis Z für die Familie" (Hippokrates, 2. Aufl.

1985). Nagyon ajánljuk a görög *Georges Vithoulkas* könyvét: "Medizin der Zukunft. Homöopathie" (Wenderoth, 1979) és *f.R. Worsley* bevezetése az akupunktúrába: "Was ist Akupunktur?" (Plejaden, 1986).

A Bach-virágterápia egyik legjobb ismerője *Mechtild Scheffer*: "Bach-Blütentherapie. Theorie und Praxis" (Hugen-dubel, 12. Aufl. 1988).

CG. Jung filozófiájának rövid és érthető összefoglalását adja *Péter O'Connor*: "Innere Welten. CG. Jung verstehen -selbst verstehen" (Rowolt, 1988). Az alaposabb tájékozódást szolgálja *Gerhard Wehr*: "CG. Jung in Selbstzeugnissen und Bilddokumenten" (Rowolt, 1985). A transzperszonális pszichológiába nyújtanak bevezetést a következő művek: *Ken Wilber*: "Wege zum Selbst. Östliche und westliche Ansätze zu persönlichem Wachstum" (Kösel, 4. Aufl. 1988). Ken Wilber ma a legjelentősebb New Age-filozófus. A transzperszonális pszichológia gyakorlati szempontjait *Frances Vaughan* könyve veszi sorra – amely önállóan végezhető gyakorlatokat is tartalmaz – : "Die Reise zur Ganzheit. Psychotherapie und spirituelle Suche" (Kösel, 1990). Elméleti jellegű a következő gyűjteményes kötet: "Psychologie in der Wende. Grundlagen, Methoden und Ziele der transpersonalen Psychologie des Neuen Bewusstseins", szerkesztői: *Roger N. Walsh és Frances Vaughan* (Rowolt, 1987). Gróf holotróp terápiájáról legjobban *Stanislav Gróf*: "Das Abenteuer der Selbstentdeckung. Heilung durch veränderte Bewusstseinszustände. Ein

Leitfaden" c. könyvéből tájékozódhatunk (Kösel, 1987). Az iniciációs terápia vonatkozásában *Karlfried Gráf von Dürckheim* könyvét ajánljuk: "Vom doppelten Ursprung des Menschen" (Herder 10. Aufl. 1987). Kaphatók a szerző szuggesztív hangkazettái is, valamint *Gerhard Wehr* életrajzi írása Dürckheimről: "Karlfried Gráf Dürckheim. Ein Leben im Zeichen der Wandlung" (Kösel, 1988). A könyv megrajzolja a nemesi származású író szokatlan útját aki útkeresők ezreinek lett kísérőjévé.

5. Túlvilág, halál és újjászületés

A tanatológiáról *Milán Ryzl* ad áttekintést: "Der Tod und was danach kommt. Das Weiterleben aus der Sicht der Parapsychologie" (Goldmann, 3. Aufl. 1986). Két, személyes tapasztalatok alapján írott könyv: *Eckhart Wiesenhütter*: "Blick nach drüben. Selbsterfahrung im Sterben" (Gütersloher Verlagshaus, 4. Aufl. 1977) és *Elisabeth Kübler-Ross*: "Über den Tod und das Leben danach" (Silberschnur, 4. Aufl. 1985). Rendkívül érdekes olvasmány az "Interviews mit Sterbenden" (Gütersloher Verlagshaus, 14. Aufl. 1987), ami a tanatológiának is indítást adott. Saját élményét írja meg *Stefan von Jankovich* is: "Ich war klinisch tot. Der Tod – mein schönstes Erlebnis" (Drei Eichen, 2. Aufl. 1985). Érzékletes áttekintést ad a tanatológiáról *Stanislav és Christina Gróf*: "Jenseits des Todes. An den Torén des Bewußtseins." (Kösel, 2. Aufl. 1986) c. könyve, gazdag képanyaggal illusztrálva. *Raymond A. Moody* a legismertebb halálkutató. Harmadik könyvének címe: "Das Licht von Drüben. Neue Fragen und Antworten" (Rowolt, 1989). Akit a halálélmények tudományos-orvosi szempontja érdekel, annak *Michael B. Sabom* kardiológus alapos tanulmányát ajánljuk: "Erinnerungen an den Tod. Eine medizinische Untersuchung" (Goldmann, 1987), A halálközeli tapasztalatnak az életre gyakorolt hatásaival foglalkozik *Kenneth Ring* amerikai pszichológia professzor: "Den Tod erfahren – das Leben gewinnen. Erkenntnisse und Erfahrungen von Menschen, die an der Schwelle zum Tod gestanden und überlebt haben" (Bastei-Lübbe, 1988).

Rövid bevezető a spiritizmusba *Hans Kals*: "Kontakt mit Verstorbenen. Erfahrungen – Vermutungen – Beweise" (Herder, 1987). A spiritizmus elkötelezettje *Werner Schiebel* fizikaprofesszor: "Der Tod, die Brücke zu neuem Leben. Beweise für ein persönliches Fortleben nach dem Tod. Der Bericht des Physikers" (Die Silberschnur 1988). A channeling-ről írott átfogó tanulmány: *Jon Klimo* könyve: "Channeling. Der Empfang von Informationen aus paranormalen Quellen" (Bauer 1988). Szinte regényszerű *Friederich Jürgenson* élmé-

nyeinek izgalmas megfogalmazása: "Sprechfunk mit Verstorbenen"

(Goldmann, 1987).

A reinkarnáció témájához ajánljuk *Uwe Topper* művét: "Die Wiedergeburt. Das Wissen der Völker" (Rowolt, 1988). Kísérlet az újjászületés tanának tudományos bizonyítására *Helen Wambach* könyve: "Lében vor dem Lében" (Heyne 1988) és *Ian Stevenson*: "Reinkarnation Der Mensch im Wandel von Tod und Wiedergeburt" (Aurum, 1986).

New Age

Az új szellemi irányzat legfontosabb bestsellere *Fritjof Capra*: "Wendezeit, Baustein für ein neues Weltbild" (Knaur, 1988). Hasonlóan fontos *Marilyn Ferguson* könyve: "Die sanfte Verschwörung. Persönliche und gesellschaftliche Transforma-tion im Zeitalter des Wassermanns" (Knaur). Ha valaki tudni akarja, hogyan győzhető le a válság spirituális szemszögből, annak *Ferguson* könyvét javasoljuk. A válság leküzdésének módjával *Stanislav Gróf* is foglalkozik: "Die Chance der Menschheit. BewuBtseinsentwicklung – der Ausweg aus der globalen Krise" (Kösel, 1988). Ebben a gyűjtőkötetben olyan neves személyiségek publikálnak, mint *Elisabeth Kübler-Ross*, *Kenneth Ring*, *Dávid Steindl-Rast*.

Alapmű a New Age-hez *Ken Wilber* két könyve: "Halbzeit der Evolution" (Goldmann, 1988) és "Die drei Augen der Erkenntnis" (Kösel, 1988). A New Age-mozgalom keletkezését és kiterjedését *Günter Myrell*, *Walther Schmandt* és *Jürgen Voigt* mutatja be: "Neues Denken – alté Geister, new Age ün-ter der Lupe" (a ZDF tv-sorozat nyomán, (Falken, 1987). A csoportosulások címét és az irodalmi adatok áttekintését adja: *Dániel Sillescu*: "Das New Age Buch. BewuBt-seinswandel in Wirtschaft, Politik, Erziehung, Psychologie, Physik, Biologie, Medizin, Grenzwissenschaften, Philosophie, Musik und Kunst" (Sillescu 2. Aufl. 1987). A New Age-perspektíva összegeyzetethetőségét a kereszténységgel mutatja meg *Günther Schiwy*: "Der Geist des neuen Zeitalters. New Age-Spiritualität und Christentum" (Kösel, 1987).