

Héjjas István
INDIA ŐSI BÖLCSESSÉGE

Az indiai eredetű vallások filozófiája és létszemlélete



INOK Kft. 2006



Héjjas István

INDIA ŐSI BÖLCSESSÉGE

Az indiai eredetű vallások filozófiája és létszemlélete

INOK Kft. Budapest, 2005

© Dr. Héjjas István. Bp., 2005

Az illusztrációk kizárólag a dekorációt szolgálják.

Felelős kiadó: INOK Kft. ügyvezetője
Tervezőszerkesztő: Szabó Mihály
Műszaki szerkesztő: Flier István
Készült az OLITON Nyomdában
1104 Bp. Kada u. 149.
ISBN 963 9625 19 1

TARTALOM

ELŐSZÓ	7
--------------	---

A HINDU BÖLCSELET KIALAKULÁSA

A védák és a védikus korszak	11
Az ősi India szellemi élete	14
A darsanák	16
A buddhizmus	20

VÉDIKUS BÖLCSELETEK

DARSANÁK	27
NYÁJA BÖLCSELET	28
A nyája fő kategóriái	29
A) Alapkategóriák	30
B) A következtetés kategóriái	38
C) A vitatkozás kategóriái	41
VAISÉSIKA BÖLCSELET	43
A vaisésika fő kategóriái	43
Szubsztanciák	45
Minőségek	47
Egyéb kategóriák	49
SZÁMKHJA BÖLCSELET	51
Purusa és prakriti	51
A számkhja huszonöt fő tétele	54
I. Prakriti	55
II. Vikára	59
III. Purusa	60
A kategóriák huszonnégy fő csoportja	61
A) Tattva	61
B) Bhava	61
A megszabadulás útja	70

JÓGA BÖLCSELET	74
A jóga célja és lényege.....	74
A tudat megfegyvelmezése.....	76
A szellemi elmélyedés.....	78
A jóga nyolc fokozata	84
A különleges képességek és a megszabadulás.....	89
VÉDÁNTA BÖLCSELET	92
A végső egység.....	92
A teremtett világ	94
Tudás és megszabadulás.....	100
MÍMÁMSZÁ BÖLCSELET	103
A kétféle tudás	103
A tudás forrásai.....	105
A karmikus kötelességek.....	107

BUDDHIZMUS

BUDDHISTA BÖLCSELET	111
A BUDDHIZMUS TANÍTÁSÁNAK ALAPELVEI	111
A Négy Nemes Igazság.....	112
A Nemes Nyolckrétű Ösvény	114
A Független Keletkezés	118
A személyiség.....	122
Szamszára és Nirvána	125
Az erkölcsi alapelvek.....	127
A tudat pozitív átalakítása	129
A szellemi fejlődést segítő tényezők.....	131
Az Öt Mentális Képesség.....	131
A Hét Megvilágosodási Tényező.....	132
A négy brahmavihára meditáció	133
Az Öt Akadály és a Tíz Bilincs.....	134
A szellemi fejlődés Öt Akadály.....	134
Buddha a Tíz Bilincsről.....	135
A nézetek hálój.....	137
A Brahmadszála-Szuttában szerepelő 62-féle nézet.....	138
A létesülés gyökere	143
A megvilágosodás útja	148

Az éberség megalapozása.....	151
I. A test feletti szemlélődés módszerei	151
II. Az érzések szemlélése.....	152
III. A tudat szemlélése	152
IV. A tudattárgyak és az azokban feltáruló szellemi igazságok feletti szemlélődés	153
Megértés és koncentrálttság	155
A BUDDHISTA KÖZÖSSÉG SZÉTVÁLÁSA.....	157
A BUDDHISTA BÖLCSELET FILOZÓFIAI DOKTRÍNÁI.....	159
THÉRAVÁDA.....	160
Az erkölcsi megtisztulás	161
A tudat uralása	164
A Megszabadító Bölcsesség kifejlesztése	168
1) A megértés világi szintű megtisztítása	170
2) Megszabadulás a kétségektől	171
3) Az út és nem-út megkülönböztetésének tisztasága	172
4) Az előrehaladott tudás tisztasága	173
5) A belátás és megértés világfeletti szintű megtisztítása.....	175
MAHÁJÁNA.....	177
A Bódhiszattva eszmény	180
Mádhjamika	182
Jógácsára	185
VADZSRAJÁNA	189
ZEN	195

FÜGGELÉK

SZANSZKRIT ÉS PÁLI SZÓJEGYZÉK	199
IRODALOM	208
A védikus filozófiákhoz	208
A buddhista bölcsülethez.....	209
TÉRKÉPEK	211

ELŐSZÓ

E könyv azokkal az ősi vallási bölcseletekkel foglalkozik, amelyek Kr. e. az I. és Kr. u. az I. évezred folyamán Indiában alakultak ki, majd a világ más részein is elterjedtek, tovább fejlődtek, átalakultak, és különféle irányzatokra ágaztak el.

1994-ben jelent meg az Orientpress Könyvkiadónál az e témával foglalkozó *Ókori Indiai Bölcselet* című első könyvem. A jelen könyv ennek átdolgozott és kibővített változata. Az átdolgozás során kiegészítettem a *buddhizmusról* szóló részt a *théraváda* és *mahájána* irányzatok bölcseleti rendszereivel, a magyar nyelv kiejtési szabályainak megfelelően fonetikusán átírtam a szanszkrit és páli nyelvű szavakat és kifejezéseket, a szövegben található néhány hibát kijavítottam, kibővítettem az irodalomjegyzéket és függelékként csatoltam egy szanszkrit és páli szöveget is.

A könyv megírásához az irodalomjegyzékben feltüntetett forrásműveken kívül felhasználtam annak a négyszemeszternyi előadás-sorozatnak a saját kézzel írott jegyzeteit is, amelyet dr. Pressing Lajos tanár úr tartott a Kőrösi Csoma Sándor Buddhológiai Intézet Jóga Tagozatán 1988. februártól 1990. januárig.

A hindu és európai gondolkodásmód különbözősége miatt az indiai filozófiai rendszerekben szereplő kulcsfontosságú fogalmak az európai nyelvekre szó szerint nem mindig fordíthatók le. Ezek értelmezése gyakran csak körülírással lehetséges, amit az is nehezít, hogy e szavak és kifejezések jelentése a szövegkörnyezettől függően is eltérő lehet. Ezért minden lényeges fogalom esetén az eredeti szanszkrit, vagy páli nyelvű megnevezés is szerepel a fogalmak értelmének körülírás jellegű definiálásával.

Budapest, 2005. szeptember

A szerző

A HINDU BÖLCSELET KIALAKULÁSA

A VÉDÁK ÉS A VÉDIKUS KORSZAK

A *Védák*, vagyis a hindu vallás szanszkrit nyelvű ősi szakrális iratai az emberiség eddig ismert legrégebb szövegei. Koruk bizonytalan. Maga a *véda* szó, eredeti jelentését tekintve, a látás, meglátás, belátás szavakkal rokonítható. Az elnevezés arra utal, hogy az az igazság, amiről a *védikus* kinyilatkoztatás szól, megfelelő bölcsesség birtokában intellektuális úton is belátható.

A *Védákat* kezdetben ún. mnemonikus irodalom formájában adták tovább az egymást követő nemzedékek, vagyis szószerint megtanulták, és utódaikat is megtanították rá. Szövegét Kr. e. az I. évezredben kezdték leírni, mert a *bráhmin* papok szerint az emberiség várható szellemi hanyatlása során elvész az emberek képessége hosszú szövegek megtanulására.

Kr. e. a II. évezred során északról fokozatosan *árja* (szanszkrit szó, az indoeurópai nyelvcsalád hindu és iráni ágához tartozó) törzsek nyomultak be a mai India területére, és Kr. e. 1000 körül már a Gangesz körüli alföldeket is meghódították, legigazva az ott élő őslakosságot. A *Védákat* az *árják* hozták magukkal, amelyek szövege sokkal ősbib, mint az *árja* irodalom.

A *Védák* legkorábban lejegyzett alapszövegei *szúktákat*, *mantrákat* és *bráhmanákat* tartalmaznak.

A *szúkta* az istenek dicsőítésére szolgáló himnusz.

A *mantra* rövid mondás, amely általában a tudatra különleges hatást kifejtő egy, vagy több alaphangból, vagy szótagból és a hatás jellegére utaló szuggesztív szavakból, valamint a memorizálást és a koncentrációt elősegítő kiegészítő szövegrészből tevődik össze.

A *mantra* szó eredeti jelentése: az elme (*manasz*) megszabadtítása. Magyarra a *mantrát* jobb híján olykor a varázsigé kifejezéssel szokták fordítani.

A *brahmana* verses formájú papi szöveg, amely szavalható, vagy énekelhető.

A hagyományos *védikus* rítus során olvasztott vaját öntötték az áldozati tűzbe. A szertartáshoz négy pap kellett. Az egyik a *Rig-Véda* himnuszeit szavalta, a másik a *Száma-Véda* áldozati énekeit énekelte, a harmadik a *Jadzsur-Véda* mantráit ismételte, a negyedik pedig felügyelte a szertartás szabályszerű lefolyását. A papi tudást úgy is nevezték, hogy hármass tudás, ami a három *Véda* ismeretét jelentette. Később lejegyezték egy negyedik *Védát* is, amelynek neve *Atharva-Véda* volt, s amelyet a

Mágusok Védájának is neveztek. A *brahmanák* az idők során olyan szövegrészekkel bővültek, amelyek a szertartáshoz fűzött magyarázatokat is tartalmaztak.

Kr. e. a VIII. sz. körül kezdtek írásban megjelenni az első *áranjakák*, azaz erdei remeték számára szolgáló elmélkedések, valamint az *upanisadok*. Az *upanisad* szó szerinti jelentése mellé ülés, mivel a mester a tanítvány mellé ülve, annak fülébe súgta a tanítást. Ezek tartalma mély filozófiai mondanivalót hordozó titkos tanítás volt. A *szúkták*, *mantrák*, *brahmanák* és *upanisadok* együtt alkotják a *Védák* azon részét, amelynek összefoglaló neve *sabda*, azaz hallott kinyilatkoztatás. A *Védákat* emellett kiegészíti egy második — elismerten ember alkotta — rész is, amelynek neve *szmríti*, azaz emlékezet, vagy hagyomány, s ez lényegében a kinyilatkoztatás értelmezése.

A *szmríti* részei a *szútrák*, *kárikák* és a *Védákhoz* kapcsolódó kommentárirodalom. A *szútra* szó szerinti jelentése: vezérfonal. Ez olyan szöveg, amely rendkívül tömören és pontosan, gyakran a modern jogszabályokra emlékeztető alapossgal és szabatossgal közli valamely tanítás lényegét. A *káriká* ehhez képest oldottabb, és többnyire verses formájú.

A *Védák* tanítása fontos befolyást gyakorolt India társadalmi és szellemi életére. Az árja hódítás eredményeként az árja származásúak privilégiumokra tettek szert az őslakosokkal szemben. Ennek alapján alakult ki Indiában az ún. kasztrendszer. A kaszt, eredetileg caste valójában a XVI. századbeli portugál tengerészektől származó elnevezés. Hindu megnevezései: *varna* (szín), *dzsáti* (születés, vagy rokonság), *kula* (család), *gotra* (fajta, törzs), *pravara* (leszármazás). A sokféle *varna* (kaszt) a következő fő csoportokra tagolható:

- 1) *bráhman*, vagy *bráhmin*: papok, tudósok, szellemi foglalkozásúak;
- 2) *ksatrija*: katonák, hivatalnokok és állami-politikai tisztségviselők;
- 3) *vaisja*, vagy *vis*: földművelők, iparosok és kereskedők;
- 4) *súdra*: szolgák, cselédek;
- 5) *párja*, *parajan*, vagy *aszprisja*: sehova nem tartozó kaszton kívüliek, vagyis az ún. ötödik rend (*panycsáma*).

A társadalmi életet az árja születésű *bráhminok*, *ksatriják* és *vaisják* alkották. Ők voltak az ún. kétszer születettek, mivel családjukban *védikus* oktatást és beavatást kaptak és a férfiak számára életpályájukon kötelező volt végigjárni a három, illetve *bráhminok* esetében a négy ún. *ásramát*, azaz életszakaszt:

- 1) *Brahmacsárin* fokozat: tanulás és az életre való szellemi felkészülés, ifjúkor;
- 2) *Grihasztha* fokozat: családalapítás, a hozzátartozókról való gondoskodás, a családi vagyon kezelése, megóvása és gyarapítása, férfikor;
- 3) *Vánaprasztha* fokozat: a lemondás, az anyagi dolgoktól való elfordulás és szellemi elmélyedés, illetve elmélkedés szakasza, amely akkor veszi kezdetét, amikor a legidősebb fiú utód családot alapít, és ezzel belép a *grihasztha* fokozatba;

4) *Szamnjászín* fokozat: az erdei vándorszerzetesség, illetve aszkétaság élet-szakasza, vagyis a családtól való végleges elszakadás korszaka, amely azonban csak a *bráhmínok* számára volt kötelező.

Európában sokan úgy gondolják, hogy a kasztrendszer valamiféle indiai specialitás. Pedig kasztrendszer Európában is létezett, hiszen a középkorban a papok, nemesek, jobbágyok és polgárok szigorú elkülönültségben éltek. Itt azonban a kiváltságosok számára időskorban nem volt kötelező az anyagi javakról való lemondás és a világi élettől való visszavonulás.



AZ ŐSI INDIA SZELLEMI ÉLETE

A *bráhmanák* és *upanisadok* utalásaiból az a benyomásunk alakul ki, hogy Indiában mindig filozofikus gondolkodású nép élt. Filozófiájukat elsősorban a saját kortársaiknak szánták, de törődtek azzal is, hogy az igazán fontos gondolatokat megőrizték és továbbadják a következő generációknak. Míg Európában a filozófiai irányzatok konkrét személyekhez kötődnek, addig Indiában a filozófiai rendszerek megalkotói-ról alig tudunk valamit. A hindu bölcsek ugyanis filozófiai alkotásaikat nem személyes érdemnek tekintették, hanem úgy érezték, hogy egy öröktől fogva létező magasabb tudást közvetítenek.

A hindu filozófia kibontakozását az is elősegíthette, hogy a kedvező földrajzi és éghajlati adottságok miatt a létért folyó küzdelem nem volt nagyon heves, s ezért nagyobb teret kaphatott az elmélkedő szellemi beállítódás. Sok ember elmélkedhetett rendszeresen olyan kérdéseken, hogy kik vagyunk, honnan jöttünk, miért vagyunk a világon, merre tartunk stb. Bölceleettel nemcsak a filozófusok, szerzetesek és erdei remeték foglalkoztak, hanem aktív politikusok, katonák és uralkodók is. A *Brihadáranjaka-Upanisad* III/1–8. fejezeteiben található egy történet, amely szerint *Dzsánaka* király, *Vidéha* tartomány uralkodója összehívta *Kuru*- és *Panycsála-föld* papjait és szellemi vetélkedőt rendezett, amelynek során ezer tehenet ígért annak, aki a legbölcsebb választ adja a föltett kérdésekre.

Megaszthénész leírása szerint Nagy Sándor indiai hadjárata idején az indiai városok körül erdei filozófus remeték tanyáztak, akik a szabadban aludtak, levelekkel és nyers gyümölcsökkel táplálkoztak és fakéregből készült egyszerű ruhát viseltek. Idejüket főleg bölceleti vitákkal töltötték. Rendkívül türelmesek, megértők és jóindulatúak voltak. Nem ismerték az ellenségeskedést, habár nézeteik gyökeresen eltérőek voltak és ezeket vitáik során rendszeresen ütköztették. Királyok és hadvezérek is felkeresték őket, és a tanácsukat kérték. Ehhez hasonló információkat találunk számos korabeli kínai utazó beszámolójában is.

India szellemi életének fontos jellegzetessége az európai ember számára szokatlan ideológiai tolerancia. A hinduk úgy tartották, hogy a valóság paradox jellegű és békésen megférnek benne az egymást logikailag kizárni látszó ellentmondások. Ami ugyanis egy bizonyos nézőpontból ellentmondás, az egy magasabb nézőpontból szemlélve már egységben oldódik fel. Így az egymásnak ellentmondó kijelentések ugyanazon végső valóság különböző aspektusokból felfedezhető megnyilvánulásait írják le, s éppen ezzel segítik elő a valóság mélyebb megismerését, ami csak az által érhető el, ha minél több irányból közelítve járjuk körül a dolgokat.

A toleranciát elősegítő további fontos tényező volt, hogy a hindu bölcsek nem azt tanították elsősorban, hogy mi az igazság és milyen a valóság, hanem inkább azt a módszert és szellemi utat igyekeztek megmutatni, amelyen keresztül az

ember eljuthat a valóság tapasztalásához. Márpedig ha a valóság egy, attól még a hozzá vezető út akár ezerféle lehet.

Az ősi hindu bölcséleti irányzatok egymással kölcsönhatásban alakultak ki Kr. e. a VIII–I. század közötti időszakban. E korszakon belül is kiemelten fontosnak tekinthető Kr. e. a VI–III. század, amikor a *buddhizmus* megjelenése és tanításának szóbeli, majd később írásbeli megfogalmazása komoly hatást gyakorolt valamennyi egyéb irányzatra, miközben maga is bőségesen merített a *védikus* szellemi irányzatokból.

Kr. e. az I. évezred során írásban rögzített *upanisadok* és a különböző bölcséleti iskolák kölcsönösen hivatkoznak egymásra.

Az egyes hindu bölcséleti irányzatok között lényeges választóvonal, hogy egyesek elismerik a *Védák* abszolút csalhatatlanságát és kinyilatkoztatás-jellegét, míg mások kétségbe vonják azt.

A *Védák* csalhatatlanságára épülő irányzatokat nevezik ortodox *védikus* bölcséleti rendszereknek. Ezek szanszkrit neve *darsana*. Hat *darsana* van: a *nyája*, a *vaisésika*, a *számkhja*, a *jóga*, a *védánta* és a *mímámszá*.

A nem ortodox irányzatok között egyetlen igazán fontos létezik és ez a *buddhizmus*.

Érdeemes még megemlíteni a *buddhizmushoz* sok tekintetben hasonló *dzsainizmust*, valamint az ősi hindu materialista irányzatot, a *Brihaszpati-féle loká-jatika bölcséletet*, amely szerint semmi más nem létezik, csak az, ami az érzékszerveinkkel felfogható. A hindu gondolkodás számára azonban a materializmus teljességgel idegen volt és nem tudták elfogadni, hogy értelmes ember ilyesmit komolyan vehet. A hagyomány úgy tartja, hogy *Brihaszpati* az istenek kedvéért cselekedett, amikor a *Védák* szavainak kiforgatásával és szándékos félremagyarázásával a hamis tudást tanította a gonosz démonok számára, azzal a céllal, hogy azok az üdvösséget az anyagi élvezetekben keressék, és ezzel előidézzék a saját pusztulásukat.



A DARSANÁK

A hallott kinyilatkoztatás (*srúti*) tévedhetetlenségét és csalhatatlanságát elismerő ortodox *védikus* bölceletek, az ún. *darsanák* tanításuk igazolására elsősorban a következő *upanisadok* kijelentéseire támaszkodnak:

1) öt korai *upanisadra*:

- a *Rig-Védához* tartozó *Aitaréja-Upanisad*;
- a *Rig-Védához* tartozó *Kausítaki-Upanisad*;
- a *Száma-Védához* tartozó *Cshándógja-Upanisad*;
- a *Jadzsur-Védához* tartozó *Brihadáranjaka-Upanisad*;
- a *Jadzsur-Védához* tartozó *Taittiríja-Upanisad*;

2) hat ún. klasszikus *upanisadra*:

- a *Jadzsur-Védához* tartozó *Ísá-Upanisad*;
- a *Jadzsur-Védához* tartozó *Mahá-Nárájana-Upanisad*;
- az *Atharva-Védához* tartozó *Mundaka-Upanisad*;
- a *Jadzsur-Védához* tartozó *Svetásvatara-Upanisad*;
- a *Jadzsur-Védához* tartozó *Káthaka-Upanisad*, más néven *Katha-Upanisad*;
- a *Száma-Védához* tartozó *Kéna-Upanisad*, más néven *Talavakára-Upanisad*;

3) három kései *upanisadra*:

- az *Atharva-Védához* tartozó *Prasna-Upanisad*;
- az *Atharva-Védához* tartozó *Mándúkja-Upanisad*;
- a *Jadzsur-Védához* tartozó *Maitrí-Upanisad*, más néven *Maitrájana-Upanisad*;

Több szerző a klasszikus *upanisadok* közé sorolja, és ezzel a *srúti* részének tekintti az egyik *Védához* sem kapcsolható *Bhagavad-Gítá* szövegét is, amelyet Kr. e., vagy Kr. u. az I. század körül jegyeztek le, és amely a *Mahábhárata* eposz része. A *Bhagavad-Gítában* *Krisna* Isten fejt ki tanítását *Arzsuna* lovag számára a *jóga* lényegéről, eközben azonban a *védikus* tanítás csaknem minden fontos kérdését érinti.

A hat *darsana* tanításának megfogalmazása egy-egy *szútra* formájában történt. Ezek szerzőiről a nevükön kívül alig tudunk valamit. A *szútrák* szövegének egy része elveszett, így számos kérdés tisztázása csak más művek utalásai alapján lehetséges. A tanítás lényegét egyébként is nehéz lenne csupán a *szútrák* alapján megismerni, hiszen az csak a tanítás rendkívül tömör, szinte tartalomjegyzékszerű összefoglalása, mintegy emlékeztetőül a tanítómester számára, hogy mi az a tudás, amit át kell adnia a tanítványoknak. Mivel az egyes *darsanák* hosszú szellemi fejlődési folyamat eredményeként jöttek létre, annak sincs döntő jelentősége, hogy azokat kik és mikor fektették le írásos formában.

Az egyes *darsanák* alapművei:

- 1) *Nyája-Szútra*, szerzője *Gótama*. Max Müller szerint *Gótama* Kr. e. a VI., vagy az V. században élt;
- 2) *Vaisésika-Szútra*, szerzője *Kanáda* valószínűleg *Gótama* kortársa volt. Max Müller szerint a jelenleg ismert *szútra* szöveg Kr. u. a VI—VIII. század körül lett leírva, tehát nem feltétlenül egyezik meg az eredeti változattal;
- 3) *Számkhja-Szútra*, szerzője *Kapila*, aki feltehetően Kr. e. a VII—VI. század környékén élt. A *szútra* eredeti szövege elveszett. A jelenleg ismert változat Kr. u. a XIII—XIV. század körüli időből származik, így nem tekinthető teljesen autentikusnak. Ismeretes még Kr. u. a IV., vagy VI. századból származó 69 versszakos *Számkhja-Káriká*, amelynek szerzője *Ísvara-Krisna*, kommentátora pedig *Gaudapáda*. Létezik még egy további, kideríthetetlen korú szöveg is, amelynek címe *Tattva-Szamásza*. Max Müller lehetségesnek tartja, hogy ez a szöveg az eredeti *Számkhja-Szútra*;
- 4) *Jóga-Szútra* szerzője *Patanydzsali*, aki feltehetően Kr. e. a IV. században élt. A *szútra* jelenleg ismert szövege azonban kb. Kr. u. az I. századból származik. A *jóga-bölcsélet* további alapvető forrásmunkája Kr. e., vagy Kr. u. az I. században leírt *Bhagavad-Gítá*, valamint a *Jóga-Szútra Vjásza*-féle kommentárja;
- 5) *Védánta*, azaz a *Véda* vége, vagyis annak végső mondanivalója, más megnevezéssel *Sáriraka-Mímámszá*, vagy *Uttara-Mímámszá* sok kommentátor szerint a *védikus* bölcsélet csúcspontját jelenti. A *szútra* címe *Védánta-Szútra*, más néven *Brahma-Szútra*. Szerzője *Bádarájana*, aki valószínűleg Kr. e. az V. században élt. A *szútra* eredeti szövege elveszett. Az első két kommentár szerzője *Bódhájana* és *Upavarsa*, de ezek szövege is elveszett, fennmaradt viszont *Samkara* és *Rámánudzsa* kommentárja;
- 6) *Mímámszá*, pontosabban *Púrva-Mímámszá*, más néven *Karma-Mímámszá Szútrájának* szerzője *Dzsaiminí*, aki valószínűleg Kr. e. a III. században fogalmazta meg, vagy írta le e művet.

Bár a hat *darsana* mindegyike ugyanazon kinyilatkoztatásra hivatkozva vallja ortodoxnak önmagát, s ismeri el ilyenek a másik ötöt is, mégis a bennük kifejtett tanítások számos kérdésben egymásnak ellentmondani látszanak. Ez abból adódik, hogy az *upanisadokban* található kijelentések többféle módon értelmezhetők. Sőt, minden jel arra mutat, hogy ezek a kijelentések szándékosan úgy vannak megszerkesztve, és a bennük szereplő többértelmű szanszkrit szavak úgy vannak megválasztva, hogy nyilvánvaló legyen a többféle értelmezhetőség. A hindu felfogás szerint ugyanis az egymásnak logikailag ellentmondó kijelentések egyidejűleg igazak lehetnek attól függően, hogy a valóságot milyen irányból közelítjük meg és azt milyen aspektusból vesszük szemügyre. A *darsanák* tanítása ezért nem ellentmond egymásnak, hanem inkább kiegészíti egymást.

Természetesen létezik néhány olyan alapvető tézis, amellyel mindegyik irányzat egyetért, amelyet mindegyik elfogad, és alapvető igazságnak ismer el:

- 1) az a tanítás, amely szerint az ember végső szellemi lényegisége örökkévaló és elpusztíthatatlan, vagyis mindannyiunkban létezik egy magasabb rendű én (ún. *átman*, vagy *purusa*), amely túléli a fizikai test halálát, és újraszületések sorozatán keresztül, ismételten visszakerül a teremtett anyagi világba;
- 2) az a felismerés, amely szerint a teremtett anyagi világban mindenfajta létezés (*bhava*) szükségszerűen szenvedéssel jár. Tökéletes világban azonban szenvedés nem létezhetne, hiszen például a fájdalom mindig valami tökéletlenség, vagy rendellenesség következménye. Ezt fejezi ki a szenvedésre használt szanszkrit szó, a *duhkha*. A *kha* szótó eredetileg a kocsikerék agyának tengelyfuratát jelentette. Ha a furat pontosan középpűt van, akkor a kerék egyenletesen forog és a szekér nem dökög. Ez az állapot az ún. *szukha*, vagyis kiegyensúlyozottság, harmónia, boldogság, üdvözültség. Ha azonban a *kha* nem a centrumban van, úgy létrejön a *duhkha* vagyis a kiegyensúlyozatlanság, a rendellenes járás, dökögés, súrlódás és az ezzel járó szenvedés.
- 3) az a tanítás, amely szerint a teremtett létben (*bhava*) tapasztalható szenvedés nem valamiféle isteni büntetés eredménye, hanem annak oka kizárólag önmagunkban van. Ezt az ok-okozati mechanizmust fejezi ki a *karma* törvénye. A *karma* szó jelentése: tett, tevékenység, cselekvés. Azokról a tetteinkről van itt szó, amelyek eredménye visszahat ránk, és arra késztet bennünket, hogy újraszületések sorozatán keresztül újra meg újra visszakerüljünk a létforogtagba, amelynek a neve *szamszára*;
- 4) az a tanítás, amely szerint létezik egy magasabb rendű, megtisztult létforma is, az ún. *szat*, amely mentes a szenvedésektől, minthogy a fájdalom csak az anyagi testet érintheti. Ezért a szellem megszabadulhat a szenvedéstől, amennyiben képes végleg elkülönülni a teremtett materiális világtól;
- 5) az a tanítás, amely szerint a *karmikus* cselekvések és ezen keresztül a szenvedés végső oka a saját tudatlanságunk. Ennek megfelelően a szenvedésből kivezető út a tudáson keresztül vezet. A megszabadító magasabb tudás (*dnyána*) segítségével felszámolható a tudatlanság, pontosabban a hamis tudás (*avidjá*), vagyis a dolgok természetének félreismerése. Ugyanezen az úton szüntethetők meg az ezzel együtt járó *karmikus* hatású tudati szennyezések, mint pl. a mohóság, gyűlölet stb. A *dnyána* segítségével korrigálható a rendellenesség és kiegyensúlyozatlanság, s a *duhkhát* felváltja a *szukha*, a harmónia, az üdvözülés és a tökéletes szellemi szabadság állapota.

Tehát, a *darsanák* szerint a szenvedéssel járó létforogtagból a tudáson keresztül vezet a kivezető ösvény. E magasabb rendű tudás birtokában képesek leszünk megismerni a dolgok felszíne mögött a valóságot, azt, hogy az érzékszervi úton tapasztalható jelenségek csak látszólagosak, s csak így érhetjük el a szabadulást.

Az ortodox *védikus darsanák* legalapvetőbb célja éppen az, hogy eljuttassák a tan követőjét, vagyis a tanítványt a megszabadító magasabb rendű tudáshoz. Ezt a magasabb tudást azonban pusztán a *szútrák* elolvasásával és elméleti megértéssel megszerezni éppen úgy nem lehet, mint ahogyan nem lehet könyvből elméleti úton megtanulni azt, hogy hogyan kell hegedülni, úszni, repülőgépet vezetni, vagy kioperálni a vakbelet. A magasabb tudás megszerzése a tanítvány részéről önfeláldozó lemondást, erkölcsi megtisztulást és sok-sok gyakorlást igényel egy beavatott tanítómester irányítása mellett. A cél az, hogy a tanítvány a saját személyes tapasztalásával élje át a magasabb tudás birtoklását. A *szútrákban* lefektetett tanítás ugyanis elsősorban nem arról szól, hogy milyen a végső valóság, hanem arról, hogy milyen módon lehet annak személyes megismeréséhez eljutni.

A *szútrákban* azért természetesen találunk utalásokat a végső valóság milyenségére vonatkozóan is. Ezek azonban gyakran csak hasonlatok és körülírások, amelyek célja felkészíteni a tanítványt a majdani tapasztalatokra.

A hat *darsana* tehát hatféle utat jelöl ki a magasabb tudás megszerzése irányába. Elvileg ezek bármelyikén el lehet jutni a végső valóság tapasztalati megismeréséhez. A kiindulási pontok azonban eltérőek. Ennek szemléltetésére dr. Pressing Lajos hasonlatát érdemes idézni, amely az említett kocsikerék-hasonlat erre az esetre alkalmazott változata. Képzeljük el, hogy egy hatalmas kocsikeréken foglalunk helyet. Ha a peremén helyezkedünk el, akkor állandóan forgunk, s közben fel-le zötykölődünk. Egy idő után felismerjük, hogy sok kellemetlenségtől szabadulhatnánk meg, ha valamelyik küllő mentén elkezdenénk a középpont felé mászni. S valóban, ha sikerül oda elérkeznünk, akkor ettől kezdve nyugodt, kiegyensúlyozott, harmonikus egyensúlyi helyzetben találjuk magunkat. A hasonlatot a hat *darsanára* alkalmazva a következő képet vázolhatjuk fel:

- 1) a *nyája* és a *vaisésika* bölcsélet a kocsikerék pereméről szemléli a dolgokat, és innen indítja útnak a tanítványt. Innen nézve a létforgatag (*szamszára*) a megszokott realitás és nyilvánvaló annak sokfélesége és szenvedés-jellege. Ez a teremtett világ jelenségeinek szintje. Ha azonban figyelünk, észrevehetjük, hogy létezik egy középpont, amely felé törekedni érdemes;
- 2) a *számkhja* és a *jóga* bölcsélet nézőpontja valahol a küllő közepe táján van, fele úton a perem és a középpont között. Innen nézve még jól látszik a perem, de kezd kivehető lenni a cél is. Ez a jelenségek mögötti mélystruktúra, a teremtő princípiumok megismerésének szintje. Innen nézve a valóság dualisztikus, vagyis jellemzője a kettősség;
- 3) a *védánta* és a *mímámszá* a középpontból szemléli a dolgokat. Innen nézve minden irányban ugyanaz látszik, a valóság tökéletes egységet alkot, jellege monisztikus, azaz *advaita*, vagyis kettősség nélküli.

A BUDDHIZMUS

A *buddhizmusról* sokkal részletesebb adatok állnak rendelkezésre, mint a *darsanákról*. A történelmi *Buddha* életrajzából is sok minden ismeretes. Tudjuk, hogy valamikor Kr. e. 564 és 557 között született az északkelet-indiai *Kapilavasztu* melletti *Lumbini Ligetben*. Apja, *Szuddhódana* a sákja nemzetség királya volt. Az ifjú trónörökös herceg neve: *Sziddhártha Gautama*. *Sziddhártha* herceg körülbelül 29 éves korában elhagyta családját, lemondott a hatalomról és gazdagságról és a vándor szerzetesi életet választotta. Ezt a döntést hosszas meditáció és egy különös élmény előzte meg, amely egyes források szerint meditációs látomás, más források szerint valóságban megtörtént esemény volt. Az élmény során *Sziddhártha* herceg egy csaknem magatehetetlen öregemberrel, egy súlyos beteggel, majd egy halottat vivő menettel találkozott, és ezek tudatosították benne az öregség, a betegség és a halál elkerülhetlenségét és ezen keresztül a földi élet szenvedés-természetét. Ezt követően egy vándorszerzetes jött vele szemben, aki elmondta, azért választotta az otthontalanságot, hogy megkeresse a szenvedésekből kivezető ösvényt, vagyis a megváltáshoz vezető utat.

Miután távozott otthonából, *Sziddhártha Gautama számkhja*, majd *jóga* tanulmányokat folytatott. Végül egy három hétig tartó *jóga-szamádhi* gyakorlat után — amelynek során egy hétig folyamatosan *szamádhi* (mély meditáció) állapotban volt — ételt vett magához és megállapította, hogy a túlzásba vitt önkínzó aszkézis nem megfelelő út a megváltáshoz. Csalódott szerzetes társai elfordultak tőle. *Sziddhártha Uruvéla* ment, és körülbelül egy évvel később a *Bódhi* fa alatti meditáció során elérte a tökéletes megvilágosodást. Ettől kezdve nevezték *Buddhának*. A következő évben *Váránaszíba* (a mai Benáreszbe) ment, felkereste volt *jóga*-szerzetes társait, és ötfőnyi hallgatóság előtt megtartotta a nevezetes *Benáreszi Beszédet*, megforgatva ezzel a *Dharma* (vagyis a Tan) kerekét (*Dharmacsakra*). *Buddhát* ettől kezdve gyakran nevezték *sákjamuninak*, ami annyit jelent, mint a *sákja* nemzetség bölcse.

Ezután *Buddha* követőiből megalakult az első *szangha*, vagyis a szerzetesek közössége. Kezdetben vándor aszkétaként éltek, később azonban *Magadhában* *Bimbiszára* király nekik ajándékozta a tulajdonában lévő Bambuszligetet és itt kolostort (*vihára*) építtetett a számukra. Később több helyen is létesültek kolostorok.

Buddha bejárta egész Indiát, mindenhol tanításokat adott és rendszeresen meglátogatta a kolostorokat. Földi élete végén 80, vagy 84 éves korában, Kr. e. 480 — 477 körül halt meg, vagyis távozott a végleges *nirvánába*, azaz a *parinirvánába*, amikor egy *Kuszinára*, vagy *Kiszinára* nevű helység közelében vándorolt.

Távozása után követői több zsinatot tartottak, amelyek fő témája a tanítás szöveggyűjteményeinek kanonizálása volt. Az első zsinatot közvetlenül a *Buddha* távozása után hívták össze *Rádzsagrahaban*. Itt azonban nem sikerült a munkát befejezni és végső megegyezésre jutni. A második zsinatot *Vaisáliban* (páliul *Vészáli*) hívták össze körülbelül száz évvel később. Itt sem sikerült megegyezni, sőt az egyház kettévált az ún. *hínájána* és *mahájána* irányzatokra. A harmadik zsinatot Kr. e. 250 körül *Asóka* király szervezte *Pátaliputrában*. Itt öntötték vég-ső formába a *Páli Kánont*, amelynek szövegét kezdetben csak szóban adták tovább, s csak Kr. u. az I. században fektették írásba. Mint ennek a neve is mutatja, ez a szöveggyűjtemény a szanszkriothoz közel álló páli nyelven készült, mivel *Buddha* ezen a nyelven fogalmazta meg előadásait. A *Páli Kánont* később több nyelvre, így szanszkritra is lefordították.

A harmadik zsinatot még további három követte: Kr. u. 70 körül *Dzsalam-dharában*; 1871-ben *Mandalayban*; 1954—56-ban *Rangoonban*.

Ezeket a zsinatokat azonban az öregek tanításához szigorúan ragaszkodó, *hínájána* szellemű ortodox *théraváda* irányzat nem ismerte el azok túlzottan „liberális” *mahájána* beállítottsága miatt. Az 1871-es *Burmai Zsinat* egyébként arról nevezetes, hogy a *Páli Kánon* szövegét itt $9 \times 9 \times 9 = 729$ darab fehér márványlapra vésték fel. Mivel a *buddhista* tan, azaz a *Dharma* eredeti megfogalmazása a *Páli Kánonban* olvasható, ennek autentikus jellegét valamennyi *buddhista* irányzat elismeri.

A *Páli Kánon* szanszkrit neve *Tripitaka*, páli nyelven *Tipitaka*. Jelentése Három Kosár, azaz három szöveggyűjtemény:

- I.) *Vinaja-Pitaka*, vagyis a (szerzetesi) Fegyelem Kosara;
- II.) *Szutta-Pitaka*, azaz a Tanítóbeszédék Kosara;
- III.) *Abhidhamma-Pitaka*, a Magasabb Tanítás, más szóval a *buddhista* Bölcsélet Kosara.

A *buddhista* tanítás megfogalmazása szempontjából ezek közül a *Szutta-Pitaka* tekinthető a legfontosabbnak. Ez *Buddha* beszédeinek öt gyűjteményét tartalmazza a tanítványok visszaemlékezése alapján:

- 1) *Dígá-Nikája*, vagyis Hosszú Gyűjtemény, amely 34 darab *szuttából* áll;
- 2) *Maddzsshima-Nikája*, azaz Középső Gyűjtemény, amely 152 darab rövid *szuttát* tartalmaz;
- 3) *Khuddaka-Nikája*, vagyis Rövid Gyűjtemény, 15 darab *szuttával*;
- 4) *Anguttara-Nikája*, Utánsoroltak Gyűjteménye, 2363 darab rövid *szuttával*;
- 5) *Szamjutta-Nikája*, Összefüggések Gyűjteménye, 2889 darab rövid *szuttával*.

A *Páli Kánonban* lefektetett tanítás legteljesebb ismertetése Kr. u. a IV—V. század környékén élt *Bhadantácsarija Buddhaghósa* művében található, amelynek címe *Viszuddhimagga*, azaz a Megtisztulás Ösvénye. E könyv a mai napig a *théraváda* irányzat alapművének számít.

A *buddhista bölcelet* és a *védikus darsanák* célja azonos: a megszabadulás. Bár egymásnak logikailag ellentmondani látszanak, ugyanazon cél felé vezető, de eltérően megfogalmazott szellemi utakat jelentenek. A végső valóságról szóló ellentmondó kijelentések inkább csak a megközelítési módok és nézőpontok különbözőségéből adódnak. Az azonban kétségtelen, hogy a *buddhisták* és a *védántát* hirdető *bráhmin papok* között a történelem során számos vita és konfliktus adódott és a nézeteltérések még ezer év elteltével sem csillapodtak.

A *buddhisták* és a *bráhminok* nézetkülönbségeinek több oka volt. Szerepet játszott az, hogy *Buddha*, bár *ksatrija* családból származott, mégis tanítómesterként lépett fel, holott ez korábban a *bráhmin* kaszt privilégiuma volt. Azonkívül *Buddha* a *Szanghába* (szerzetesi közösségbe) történő felvételnél nem vette figyelembe a jelölt származását és ezzel de facto elutasította a kasztrendszeret. Ráadásul *Buddha* kétségbe vonta a *védikus* kinyilatkoztatás tévedhetetlenségét és híveinek azt tanította, hogy minden tanítás helyességéről személyesen győződjenek meg, s ne fogadjanak el pusztán a tekintély kedvéért egyetlen kijelentést sem, még akkor sem, ha az egy szent könyvből, vagy egy tökéletesen megvilágosodott *Buddhától* származik.

Bölceleti szempontból ezeknél fontosabbak *Buddhának* azon tanításai, amelyek az én-nélküliségre (szanszkritul *anátma*, páliul *anattá*) és az ürességre (*śūnyatá*) vonatkoznak, s amelyek a *buddhizmus* és a *védánta* hívei közötti filozófiai vitákban az első számú ütközőpontot jelentették.

A *védikus* bölceletekben ugyanis kulcsfontosságú szerepet játszik egy bizonyos örök, halhatatlan és változatlan Lélek, egyfajta felsőbbrendű Én (*átman*, illetve *purusa*). Ez az, amit ki kell szabadítani a létforgatagból.

Buddha azonban azt tanította, hogy nincsen bennünk semmiféle maradandó személyiség. Az, amit én-nek, vagy személyiségnek tekintünk, nem más, mint változékony és mulandó összetett képződmény, amelynek komponensei a tudatban jelenlévő különféle szennyeződések.

Buddha szerint ugyanis a megszabaduláshoz vezető úton az én-t nem megerősíteni és „önmegvalósítani” kell, hanem eltávolítani az útból, vagyis feladni, feloldani, megszüntetni és teljesen felszámolni, mivel éppen az énként koncipiált személyiség a szellemi fejlődés legnagyobb akadálya.

Buddha tanítása szerint az egész teremtett világ (amit végső soron mi magunk teremtünk magunk köré tudatunk aktivitása által) a nemlétből (mint potencialitásból) a létbe felbukkanó és oda visszasüllyedő lételemek, ún. *dharmák* sorozata. (Az azonos alakú *Dharma* szót, amely erkölcsi törvényt, illetve tanítást jelent, megkülönböztetésül nagy kezdőbetűvel írjuk). Ha egy *dharma* felbukkan, ezzel kiváltja egy következő *dharma* felbukkanását, miközben önmaga megszűnik, elenyészik, illetve visszasüllyed a nemlét állapotába. Olyan ez, mint a víz felszínén haladó hullám, amely bár továbbmozogni látszik, mégis a hullámot alkotó vízrészecskék körmozgást végezve a helyükön maradnak. Így a folyóban a hullámok a vízfolyással szemben is haladhatnak. Ilyen *dharmák* (páli nyelven: *dhammák*) sorozatából tevődik össze testünk

és lelkünk és az én-központú személyiség is, amelyet tudatlanságunkban változatlanak és maradandónak hiszünk. Egy másik hasonlat szerint a személyiség nem más, mint rendellenes helyi örvénylés az egyébként csodálatosan tiszta, nyugodt és áttetsző tudatban.

Mivel egyik *dharma* okozza a másikat, ez pedig tovább a harmadikat, a stabilnak látszó jelenségek mögött mindig valamilyen önmagába visszatérő, zárt körfolyamat húzódik meg. A valóság természetesen bonyolultabb, mivel ott minden oknak több következménye és minden következménynek több oka is van. Más szavakkal: minden *dharma* előidézésében több *dharma* együttes hatása érvényesül és minden *dharma* több soron következő *dharma* létrehozásában is szerephez jut.

Úgy is mondhatjuk, hogy a teremtett világban a jelenségek kölcsönösen okozzák egymást és nincs mögöttük semmiféle végső ok. A jelenségek ezért lényegileg üresek, illetve az ürességből hívják elő egymást. Ez az üresség (*súnjátá*) azonban nem azonos a semmivel. Inkább a mindennel lehetne azonos, mivel benne rejlik minden létezés potenciális lehetősége és hatalmas teremtő erővel rendelkezik, hiszen minden létező ebből származik. Még azt a kijelentést is meg lehet kockáztatni, hogy a *buddhista súnjátá* fogalom a végső lényegét tekintve a *védikus Brahmannel* analóg.

Az üresség-tan (*súnja-váda*) filozófiai részleteit *Buddha* egyik későbbi követője, a *mahájána* beállítottságú *Nágárdzsuna* dolgozta ki és fektette le a *Mádhjamika* bölcsletről írott alapvető műveiben, Kr. u. a II. században.

A *bráhminok* a felsőbbrendű Én létezésének tagadását is tartalmazó *anátmá* (én-nélküliség) tanítást főként azzal az érveléssel utasították el, hogy ha nem létezne *átman*, vagy *purusa*, akkor nem érvényesülhetne a *karma* törvénye sem, hiszen a cselekedetek gyümölcsei nem tudnának kire visszahatni. *Buddha* azonban rámutatott arra, hogy az *anátmá* tanítás nem áll ellentmondásban a *karma* törvényével. A *karma* ugyanis nem úgy működik, hogy cselekvéseinkkel megindítunk a külvilágban valamiféle visszaható folyamatot, hanem sokkal inkább úgy, hogy a *karmikus* cselekvések a tudat állapotát változtatják meg. A tudatban lezajló *dharma* hullám viszi magával a *karmikus* tényezőket is, mint ahogyan a víz hulláma is magával viszi mindazokat az alaktorzulásokat, amelyek a korábbi akadályokkal való ütközések során alakultak ki benne, annak ellenére, hogy a későbbi víz hullámot alkotó részecskék között már egyetlen atom sem azonos azokkal, amelyek a torzulás kialakulásakor alkották a hullámot.

Meg kell azonban említeni, hogy a személyiség feloldására és megszüntetésére irányuló törekvés a *védikus* irányzatokban is fontos szerephez jutott. Azt, amit a köznapi értelemben én-nek, vagy személyiségnek nevezünk (*ahamkára*, illetve *aszmitá*), a *számkhja*, a *jóga* és a *védánta* szerint is fel kell áldozni és meg kell szüntetni. Ez ugyanis nem azonos az *átmannel*, illetve a *purusával*. Ez utóbbiak tapasztalására a világi ember egyáltalán nem is képes.

Sákyamuni Buddha felszámolta a saját én-jét és önmagáról egyes szám harmadik személyben beszélt, így nevezte magát: *Tathágata*. Ez több értelmű kifejezés,

amelynek egyik értelmezése: Aki így jött és ment. Említést kell még tenni a *nirvána* (páliul *nibbána*) fogalmáról is, amelyet a *buddhizmus* ellenfelei gyakran teljes szellemi megsemmisülésként értelmeznek, és emiatt a *buddhizmust* nihilizmussal vádolják. A félreértések és félremagyarázások egyik oka az, hogy maga a *nirvána* szó kialvást, kioltódást, ellobbanást jelent, mégpedig az olyasfajta tudati szennyeződések kialvását és megszűnését, mint amilyen a mohóság, gyűlölet és hamistudat. A *buddhista* tanítás szerint csak ezektől megszabadulva léphetünk be a nirvánába, amely azonban nem valamiféle hely, amely valahol van, hanem inkább szellemi állapot, pontosabban a szenvedésektől és kötöttségektől mentes tökéletes éberség és szellemi szabadság állapota.

A *buddhizmuson* belül az idők folyamán számos irányzat alakult ki. Ezeket két fő csoportba lehet sorolni:

- 1) a *hínájána* (kis szekér, vagy keskeny ösvény) elsősorban a magányos, vagy szerzetesi közösségben élő aszkéta útja, aki a megvilágosodás elérésével szeretne minél előbb kilépni a *szamszárából* és belépni a *nirvánába*. Ideálja az *arahat*, vagyis a világtól elvonultan élő szent remete;
- 2) a *mahájána* (nagy kocsi, vagy széles út) a világban benne élő és másokon segítő önfeláldozó emberek útja. Ideálja a *Bódhiszattva*, aki elérte azt a szellemi fejlettséget, hogy megvilágosodottá válva bármikor elhagyhassa a szenvedésekkel járó létforgatagot, de ezt mindaddig nem teszi, amíg a többi szenvedő lényt is hozzá nem segítette a megszabaduláshoz.



**VÉDIKUS
BÖLCSELETEK
(darsanák)**

DARSANÁK

Indiában Kr. e. az I. évezred során hat olyan bölcselet alakult ki, amelyek a *Védák* szövegeit csalhatatlan kinyilatkoztatásnak tekintették. Ezek megnevezése: *darsana*. Maga a *darsana* szó olyasmiket jelent, mint pl.: megnézés, megvizsgálás, megmutatás, megtudás, megfigyelés, észlelés, megértés stb. Egy-egy *darsana* tehát a *Védák* szövegének egy-egy lehetséges értelmezését jelenti. Bár ezen értelmezések között logikai ellentmondások vannak, a hindu bölcsek úgy tartották, hogy az ellentmondás látszólagos, mivel az csupán az egyes *darsanák* különféle nézőpontjaiból ered. A végső valóság ugyanis szavakban nem fejezhető ki, az csak megvilágosodott tudatállapotban tapasztalható. Ami szavakban elmondható, az csupán a valóság körülírása, egyfajta leegyszerűsített modellje. Ezért, ha a valóság egy is, azért még a modelljei különbözőek lehetnek.

Az egyes *darsanák*:

- 1) *nyája*;
- 2) *vaisésika*;
- 3) *számkhja*;
- 4) *jóga*;
- 5) *védánta*;
- 6) *mímámszá*.

Ezek filozófiai mondanivalóját a következő fejezetekben részletezzük.



NYÁJA BÖLCSELET

A *nyája* és a *vaisésika* skolasztikus bölcselet. Témájuk: az, amit és ahogyan tudni lehet a külső és a belső világról, vagyis hogy mit lehet a világból észlelni, mi-ből, hogyan és mire lehet következtetni, melyek az észlelés és a következtetés lehetőségei és korlátai.

A *nyája* szó eredeti jelentése: logika. Az azonban, amit a *nyája* tanít, valójában több mint logika. Célja a *karmikus* kötelekek hálójából való végleges kiszabadulás. *Gótama*, a *Nyája-Szútra* szerzője így határozza meg a *nyája* tanulmányozásának célját: *nihsréjasza*, vagyis az, aminél nincsen jobb. Ez más szóval az üdvözülést és megszabadulást jelenti, a félelem megszüntetését és a vágnélküliséget, aminek érdekében le kell mondani mindenről, még a *karmikus* jutalomról is. Sőt az üdvözülés érdekében végül még magát az üdvözülés iránti vágyat is fel kell számolni, mert minden vágy újabb kötelekeket, bilincseket létesít és ezért akadálya a megszabadulásnak. Ez utóbbi a tudás segítségével érhető el. A tudás itt a *nyája* tizenhat fő tételének, illetve témájának: az ún. 16 *padárthának* a tudását jelenti.

Hangsúlyozni kell, hogy a hindu bölcseleti rendszerekben tudáson nem pusztán a racionális, elméleti tudást kell érteni, hanem az intuitív bölcsességgel felfogott, átélt és tökéletesen magunkévá tett tudásról van szó. A különbség annyi, mintha valaki csak elméletileg tudna zongorázni, vagy pedig gyakorlatilag is tud. Az elméleti ember csupán annyit tud, hogy a kottán feltüntetett hangjegyekhez melyik billentyű tartozik. A gyakorlati tudás birtokában viszont az ember képes úgy eljárni egy zeneművet, hogy azzal magával tudja ragadni a hallgatóságot.

A *nyája* csak keveset mond arról a tudásról, amelyet az üdvözüléshez meg kell szerezni. Ehelyett inkább a tudás megszerzésének módját kívánja megmutatni.

Bár a *nyája* a hat *darsana* egyike, önmagában is teljes szellemi útnak tekintették, amelynek a végigjárásával el lehet jutni a teljes megszabaduláshoz. Felfogható azonban a *nyája* úgy is, mint előtanulmány a magasabb bölcseleti rendszerekhez. Hogy ki minek tekinti, azt a tanítvány mentalitása és szellemi fejlettsége dönti el.



A NYÁJA FŐ KATEGÓRIÁI (PADÁRTHÁI)

A *padārtha* szó szerinti értelme „a szó jelentése” (*pada-artha*), gyakorlatilag olyasmiket jelent, mint pl. kategória, témakör, tárgy, tétel. A *pada-artha* kifejezés mögött az a mélyebb filozófiai elgondolás húzódik meg, hogy nem létezhet gondolat szó nélkül. A tudás tárgya is csak úgy létezhet, ha megnevezzük.

A) Alap kategóriák:

- 1) *pramána* = a helyes megismerés útjai, módjai, eszközei, forrásai;
- 2) *praméja* = a helyes megismerés tárgyai, témái, objektumai.

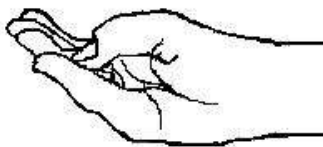
B) A logikai megismerés kategóriái:

- 3) *szamsaja* = kétség, kétely;
- 4) *prajódzsana* = célkitűzés, szándék;
- 5) *dristánta* = példázat, példa, precedens;
- 6) *sziddhánta* = elfogadott állítás, tézis, premissza, axióma;
- 7) *avajava* = logikai művelet-elem, szillogizmus;
- 8) *tarka* = megfontolás, kutatás, vizsgálat;
- 9) *nirnaja* = végkövetkeztetés, konklúzió, döntés, a kétely megszüntetése.

C) A vitatkozó érvelés kategóriái:

- 10) *váda* = vita, érvelés;
- 11) *dzsalpa* = álláspontok ütköztetése;
- 12) *vitandá* = akadémikuskodás;
- 13) *hétvábhásza* = téves állítás, hibás érvelés;
- 14) *cshala* = mellébeszélés, szócsavarás;
- 15) *dzsáti* = hibás analógia;
- 16) *nigrahaszthána* = megalapozatlan érvelés.

Maga a *Nyája-Szútra* öt könyvből áll, s elméleti megtanulása, ami azonban nem azonos a valódi tudás megszerzésével *Mádhava* szerint tíz napot igényel. Ennek megfelelően mindegyik könyv két részből áll. Az első könyv *Gótama* bölcséleti rendszerének a körvonalát adja meg, a további négy könyv pedig a részletek kifejtésére szolgál. Ezek közül a II. és a III. könyv a tudás forrásaival, a IV. könyv a megismerés tárgyaival, az utolsó, az V. könyv az érvelés és vitatkozás kategóriáival foglalkozik.



A) ALAPKATEGÓRIÁK

1) A tudás forrásai (pramána)

Valamennyi hindu bölcséleti irányzatban alapvető fontosságú kérdés, hogyan és milyen forrásból szerezhetünk megbízható tudást. Aprólékos gondossággal elemezték, hogy milyen módon juthatunk ismeretek birtokába, mennyire megbízhatóak az ismeretek, milyen lehetőségekkel és korlátokkal rendelkezünk a tudás megszerzésére és hitelességének igazolására. A bölcséleti rendszereket ismertető *szútrák* fontos jellegzetessége, hogy azokban a jogszabályokra emlékeztető precizitással tisztázva van minden lényeges fogalom jelentése, definíciója.

A *nyája* első *padárthája* a *pramána*, vagyis az ismeretek szerzésének forrásai/eszközei. A *nyája* szerint négyféle *pramána* van:

- a) *pratjaksza* = személyes tapasztalás;
- b) *anumána* = következtetés;
- c) *upamána* = összehasonlítás, analógiára épülő következtetés;
- d) *sabda* = „szó”, illetve „hang”, ami itt a *védikus* kinyilatkoztatást jelenti.

Lévén a *nyája* ortodox *védikus* irányzat, azt lehetne várni, hogy a *sabdát* illeti meg az első hely. *Gótama* mégis az utolsó helyre sorolta. Emögött az a mély meggyőződés húzódhat meg, hogy amit a *védikus* kinyilatkoztatás állít, az azonos azzal, amit tapasztalás és következtetés útján is megtudhatunk.

PRATJAKSA

Személyes tapasztalás. E megismerési forrással óvatosságnak kell lennünk, mert akár a külvilágot figyeljük, akár a belső megismerési folyamatokat, mindkét esetben ki lehetünk téve félrevezető érzécsalódásoknak. Közismert, hogy ha váratlan esemény, mondjuk baleset történik, a tanuk általában annyiféleképpen emlékeznek a történetekre, ahányan vannak. Mindezek ellenére *Gótama* szerint a tapasztalatok realitása nem tagadható és azokat mindaddig el lehet fogadni, amíg nem kerülnek egymással ellentmondásba.

Maga az érzékszervi észlelés az érzékszerv és az érzékelt objektum kontaktusából ered. Emellett azonban kontaktus jön létre az érzékszerv és az értelem (*manasz*), továbbá az értelem és a lélek (*átman*) között is. Észlelési élmény azonban létrejöhet valóságos észlelés nélkül is, illetve megfordítva, lehetséges valóságos észlelés annak tudatos tudomásul vétele nélkül. Utóbbira példa, ha valaki annyira belemerül a zene élvezetébe, hogy nem veszi észre maga körül a tárgyakat.

Gótama szerint az észlelés és annak felfogása között bizonyos idő telik el, mivel egyszerre csak egyetlen észlelést vagyunk képesek felfogni. Ha például tüvel átdöfünk egy sok lapból álló kéziratköteget, és úgy látszik, hogy mindez

egyetlen pillanat alatt játszódott le, azért mégis biztosak lehetünk abban, hogy az egyes lapok átszúrása egymás után következett be.

Gótama arra is felhívja a figyelmet, hogy az észlelés nem választható el teljesen a hozzá kapcsolódó következtetési mozzanattól. Így például ha egy tárgynak csak egy részletét látjuk, akkor is felismerjük az egész tárgyat, mert azt képzeletben kiegészítjük a hiányzó részletekkel. Ez az önkéntelen következtetési mozzanat azonban hibák, és téves észlelések forrásául szolgálhat.

ANUMÁNA

A következtetés olyan szellemi tevékenység, amelyet észlelés előz meg. A következtetés háromféle lehet:

- *púrvavat*;
- *sésavat*;
- *számánjátó-drista*.

A *púrvavat* típusú *anumána* olyan következtetés, amelynél egy jelenleg megfigyelt jelenségből egy múltbeli jelenségre, vagy egy következményből az azt előidéző okra következtetünk. Ha pl. azt látjuk, hogy a folyó árad, abból következtethetünk arra, hogy korábban eső volt.

A *sésavat* típusú *anumána* olyan következtetés, amelynél a jelenből a jövőre, vagy az okból a következményre következtetünk. *Gótama* itt azt a példát hozza fel, hogy ha látjuk, hogy a hangyák cipelik tojásaikat és halljuk a pávakakast rikkolni, akkor tudhatjuk, hogy rövidesen esőre számíthatunk.

A *számánjátó-drista* típusú *anumána* az a fajta következtetés, amelynél az egymással együtt létező dolgok egyik tagjának jelenlétéből következtetünk a másik, illetve a többi tagra. Az együttlétezés alapján pl. egy süket ember következtethet a hang jelenlétére, ha látja, hogy valaki veri a dobot.

Gótama rámutat arra, hogy a következtetésnek korlátai vannak. Egy következtetés korrektsége (logikai helyessége) és igazsága nem jár mindig együtt. A következtetés igazsága a logikai korrektségen kívül még egyéb feltételektől (ún. *upádhiktól*) is függhet. Előfordulhat pl., hogy a folyó valamilyen más ok miatt árad, vagy hogy a pávakakas más ok miatt rikkolozik. A korrekt következtetés akkor lesz egyszersmind igaz is, ha a következtetésben szereplő tényezők között szoros kapcsolat, ún. *vjápti*, azaz áthatás áll fenn. Ebben az esetben a dolog és a dolog jele összetartozik, és a jelből valóban következtetni lehet a dologra. *Gótama* azt a példát említi, hogy a tűz jele a füst, mert ahol füst van, ott tűz is van, ahol azonban tűz van, ott nem szükségszerű, hogy füst is legyen. A füstből lehet a tűzre következtetni, a tűzből azonban nem lehet a füstre következtetni.

Az áthatás, vagy *vjápti* két tényezőt tartalmaz. Az egyik a *linga*, vagyis a jel, ami át van hatva. A jelen példában ez a füst. A másik a *lingin*, vagyis a jel viselője az,

ami a jelet áthatja. A jelen példában ez a tűz. Egy másik példa szerint a tengervíz és a sós íz között is *vjápti* van, mivel a tengervizet mindig áthatja a sós íz.

A következtetés igazsága attól is függ, hogy a *linga* és a *lingin* közötti kapcsolat abszolút, vagy kondicionált. A kondíció, vagyis a következtetés igazságának feltétele az ún. *upádhi*. Ha például a tűzből akarnánk következtetni a füstre, akkor ez a kapcsolat már kondicionált és nem abszolút. Az ilyen irányú következtetés igazságának feltétele, vagyis az *upádhi* itt az, hogy az égő fa nyirkos legyen, mivel a száraz fából rakott tűz nem okoz füstöt.

Ha van egy igazoltan helytálló *vjápti*, akkor annak alapján helyes és igaz következtetést tehetünk. Ha azt látjuk, hogy egy hegy füstöl, akkor tudhatjuk, hogy a hegyben tűz van, vagyis pl. hogy a hegy vulkán. De vajon biztosak lehetünk-e abban, hogy a tűz és a füst közötti kapcsolat igazán *vjápti*? Hiszen legfeljebb azt állíthatjuk, hogy az eddigi megfigyelések szerint még soha nem tapasztaltunk füstöt tűz nélkül. Ez azonban csak annyit jelent, hogy ahol füst van, ott tűz is szokott lenni. Azonban hogy ez kivétel nélkül minden egyes esetben mindig így volt és a jövőben is mindig így lesz, az sem nem bizonyítható, sem nem cáfolható.

UPAMÁNA

Ez olyan következtetés, amely a dolgok hasonlósága, valamint a közöttük fennálló analógia alapján történik. A *vaisésika* bölcelet szerint az *upamána* csupán az *anumána* egyik lehetséges változata. *Gótama* azonban ezt a fajta következtetést annyira fontosnak tartotta, hogy önálló ismeretszerzési forrásként kezelte.

A *Nyája-Szútrában* az a példa található, hogy ha tudjuk, hogy a *gavaja* nevű indiai állat nagyon hasonlít a tehénre és látunk egy állatot, amelyről meg tudjuk állapítani, hogy nem tehén, de mégis nagyon hasonlít rá, akkor tudhatjuk, hogy *gavajával* van dolgunk.

A *nyája* rendszer kommentárirodalma alapján az is nyilvánvaló, hogy az eltérő természetű, de analóg viselkedésű jelenségeknél az analógia felismerése útján levonható minden következtetés az *upamána* gyűjtőfogalom körébe tartozik. Ha pl. egy tudományos laboratóriumban egy áramlástani, vagy szilárdságtani problémát dielektrikumban létrehozott elektromos erőtér segítségével modelleznek (ezeket a jelenségeket azonos típusú egyenletek írják le) és ebből vonnak le következtetéseket, akkor a *nyája* bölcelet terminológiáját követve ez a fajta következtetés is *upamána*.

Hangsúlyozni kell azonban az *upamána* típusú következtetés korlátait is. Az analóg jelenségek, bármennyire is hasonlítanak egymásra, mégsem azonosak. Nem lehet pontosan megmondani, milyen mértékű hasonlóság szükséges ahhoz, hogy az *upamána* ne csak logikailag korrekt, hanem igaz is legyen.

SABDA

Ez olyan szó, azaz kinyilatkoztatás, amely megbízható forrásból származik és ezért megérdemli, hogy higgyünk neki. A *védikus* kinyilatkoztatás isteni eredetű, öröktől létezik és csalhatatlan. A *Védák* emberi szerzői, az ősi bölcsék (*risik*) a *Védákat* nem alkották, hanem csak felfogták és továbbadták. *Gótama* azonban kétségbe vonja, hogy maga a hang (*sabda*), mint füllel érzékelhető jelenség örök, mivel ennek keletkezését és megszűnését is tapasztalhatjuk. *Gótama* szerint nem maga a hang örök, hanem a *Védák* mondanivalója, amelynek örökkévalósága a tradíció töretlen folytonosságát jelenti.

Felmerülhet természetesen a kérdés, hogy ha a *Védákat* évezredekken keresztül élőszóval adták tovább az egymást követő generációk, nem léphettek-e fel torzulások, félreértések, amelyek miatt az eredetileg csalhatatlan kinyilatkoztatás autentikus jellege mégis kétségbe vonható. *Gótama* ennek ellenére állítja a *Védák* csalhatatlanságát, ami a gyakorlatban azt jelenti, hogy ha valaki olyan tapasztaláshoz, vagy következtetéshez jut, ami a *védikus* kinyilatkoztatással ellentézik, érdemes felülvizsgálnia, nem csúszott-e hiba a tapasztalásába, vagy a következtetésébe. A *sabda* tehát nem helyettesíti a személyes tapasztalást és következtetést (vagyis a saját szellemi erőfeszítést), hanem elősegíti azt azzal, hogy visszajelzést és útmutatást ad a tanítványnak.



2) A tudás tárgyai (praméja)

A *nyája* bölcelet második *padárthája* a *praméja*. Ez mindazokat a dolgokat, jelenségeket, képződményeket stb. jelenti, amelyeket a teremtett világban a tudás segítségével meg lehet ismerni. Más szóval ide sorolandó mindaz az ismeret, ami a négyféle *pramána* segítségével megszerezhető.

A *védikus* bölcelet célja az, hogy a létforogtagban hánykolódó embert a tudás segítségével elvezesse a megszabaduláshoz. Ezért a *praméja* elsősorban azokra az ismeretekre és megismerhető dolgokra vonatkozik, amelyek ezzel a célkitűzéssel összefüggenek.

A *praméjakat* két fő csoportba lehet sorolni. Az elsőbe az okok, a másodikba a következmények tartoznak.

Ok típusú praméják:

- a) *átman* = lélek, szellem, önvaló;
- b) *buddhi* = megértés, értelem;
- c) *manasz* = elme, ész és érzékelés;
- d) *ártha* = a tárgyak kategóriái és alkotóelemei;
- e) *indrija* = cselekvő és érzékelő szervek;
- f) *saríra* = test.

A következmény típusú praméják:

- a) *dósa* = tévedés;
- b) *pravritti* = cselekvés;
- c) *prétyabháva* = újraszületés;
- d) *phala* = gyümölcs;
- e) *duhkha* = szenvedés;
- f) *apavarga* = megszabadulás.

E kifejezések több hindu bölceleti irányzatban szerepet játszanak, azonban az egyes fogalmak tartalma és értelmezése nem teljesen azonos.

ÁTMAN

A szó eredeti jelentése: ember. Itt szellemet, vagy lelket jelent, vagyis azt, ami az emberből a fizikai test pusztulása után is megmarad. Az *átman* térben és időben kezdet és vég nélküli, vagyis örökkévaló, határtalan. Az *átman* az, aki hordozza és viseli a *karmikus* cselekvések eredményeit. Az *átman* az, aki a tudást birtokolja. *Gótama* szerint az igazi tudás kizárólag az *átmanhoz* tartozik, nem pedig az érzékekhez, vagy azok tárgyaihoz. A tudás azonban, bár az örökkévaló *átmanhoz* tartozik, maga nem örökkévaló és előbb-utóbb szétfoszlik, mint minden egyéb aktivitás.

BUDDHI

Jelentése értelem, megértés, intellektus. Az *átman*, amikor ismereteket szerez, csak azt szemlélheti, ami benne van a tudatban. Ahhoz, hogy a tudatban lévő jelenséget az *átman* észlelje, kell valami, ami azt megvilágítja. Ez a fény a *buddhi*, vagyis az értelem világossága, más szóval maga a megértés. A *buddhi* az *átman* produktuma és nem örök, mivel ki van téve megszűnésnek és újrameletkezésnek.

MANASZ

Ész, elme, érzékelő és tapasztaló tudat, amely nem tévesztendő össze a megértéssel. A *manasz* kapuőrként gondoskodik arról, hogy egyszerre csak egyetlen képzet merüljön fel a tudatban, vagyis hogy az érzéki észlelések tömege ne árasztassa el egyszerre a tudatot. A határtalan és végtelen *átmannal* szemben a *manasz* végtelenül kicsi, pontosabban *anu* vagyis atomi, parányi méretű. Az *átman* a tudó, a *manasz* pedig az eszköz a tudás megszerzéséhez. A *manasz* nemcsak az érzékelő, hanem a cselekvő szerveket is működteti. Így az *átman* a *manasz* segítségével cselekszik.

A *manasz* egyik legfontosabb funkciója a figyelem, amely mindig megelőzi a tudást. A *manasz* teszi lehetővé a figyelem egyetlen dologra történő irányítását és összpontosítását, ami nélkül semmilyen tudás sem volna megszerzhető. A *manasz* feladata az is, hogy az érzést észleléssé, az utóbbit pedig képzetté transzformálja. A *manasz* tehát az érzésekből képzeteket konstruál. Amit az *átman* szemlél, az végső soron tehát a *manasz* produktuma. A *manasz* mégis az *átman* eszköze. Egyfelől kapcsolatban van az *átmannal*, másfelől kapcsolatban van az *indrijákkal*, az érzékelő és cselekvő szervekkel is, mintegy közvetítő szervként működik az *átman* és az *indriják* között. Az *átmannal* összekapcsolódott örökkévaló *manasz* is részt vesz a *karmikus* következmények hordozásában.

ÁRTHA

Ez a megjelölés azokra a tényezőkre vonatkozik, amelyek a világot, mégpedig elsősorban a külvilágot és a saját testünket alkotják. Az *árthák* lényegében az ötféle őselemből képződött érzékelési tárgyakat és érzékminőségeket foglalják magukban:

- *prithivi* = föld; szilárd halmazállapotú, tömör, tehetetlen anyag, tömeg; érzékelési minősége a szag;
- *ápasz* = víz; folyékony, változó alakú, formaalkotó anyag; érzékelési minősége az íz;
- *tédzsasz* = tűz; fény, láthatóság, hő, sugárzás, energia; érzékelési minősége a szín és a forma;
- *váju* = szél; levegő, mozgás, gőz és gáznemű anyagok; érzékelési minősége a tapintás;

- *ákása* = éter; vákuum, mező, a láthatatlan erőterek hordozója, szubtilis anyag; érzékelési minősége a hang.

INDRIJA

Jelentése szerv, képesség. Ide tartoznak az érzékszerveink, amelyek segítségével észlelni tudjuk a szagokat, ízeket, a fényt és formát, az érintést és a hangot. És ide tartoznak azok a szerveink is, amelyek segítségével mozogni, tenni, cselekedni tudunk. Az *indriják* és az *átman* különbözőségével a *Nyája-Szútra* harmadik könyve foglalkozik. A tanulatlan világi ember ugyanis hajlamos arra, hogy önmagát a saját szerveivel és képességeivel összetéve, illetve azonosítsa. *Gótama* rámutat arra, hogy az *indriják* csak kiszolgálják az *átmant*, de nem azonosak vele.

SARÍRA

Test, vagyis az ember anyagi, fizikai teste, amely a cselekvések és érzetek színhelye. A test is olyan dolog, amelyről azt hihetjük, hogy azonos önmagunkkal. *Saríra* és *átman* azonban különbözőek. Ha azonosak volnának, úgy az *átman* a testtel együtt elpusztulna, és ezzel mentesülne a *karmikus* következményektől. Ez pedig azt jelentené, hogy a világban következmény nélküli okok létezhetnének, ami *Gótama* szerint logikai képtelenség.

DÓSA

Hiba, tévedés. A *dósa* mögött álló tényező az ún. *mithjádnyána*. A *mithjádnyána* az a tudatállapot, amelyben félreismerjük és félreértelmezzük a valóságot és emiatt tévedéseket, hibákat követünk el és a tévedéseinkhez, vagyis a *dósákhoz* görcsösen és mindenáron ragaszkodunk.

PRAVRITTI

Cselekvés, cselekvő aktivitás. A test, és a megértés erőfeszítése a *manaszon* keresztül. A *pravritti* mögötti hajtóerő elsősorban a *dósa*, vagyis a tévedés, amelynek hatására tévesen azt hisszük, hogy az aktív cselekvés kivezethet bennünket a szenvedések világából.

PRÉTJABHÁVA

Újraszületés, lét, amely a jelenlegi életből való távozás után következik. Ez azért szükségszerű, mert nélküle nem működhetne a *karma* törvénye, ami azt jelentené, hogy a világban létezhetnek olyan okok, amelyeknek nincs következménye. A *karmikus* cselekvések indítéka a *pravritti*, így közvetve ez az oka a *prétjabhávának* is.

PHALA

Gyümölcs, vagyis a *karmikus* tettek következményei és az ezzel járó öröm és fájdalom tudomásul vétele és átélése. Ahogy a fa is képes gyümölcsöt érlelni, akkor is, ha már jó ideje nem öntözik, a korábbi élet is mindig létrehozza *karmikus* következményeit, akkor is, ha már elmúlt. A *phala* nem jöhetne létre a *prétjabháva* nélkül.

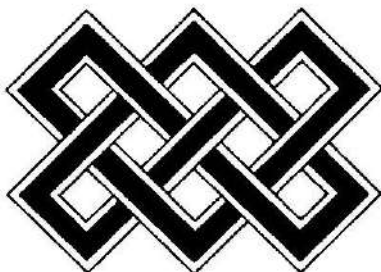
DUHKHA

Fájdalom és szenvedés, amely főleg lelki természetű. Fő jellemzője az aggodalom, amely akkor is fellép, ha örömben van részünk, mert mindig attól félünk, hogy ami jó az elmúlik, és utána rosszabb következik. Az öröm magában hordozza a fájdalmat is és mindkét érzés végső soron szenvedés természetű. A *duhkha* következményként levezethető a *phalából*.

APAVARGA

Tökéletes és végleges megszabadulás a fájdalomtól és örömtől, illetve a szenvedés minden tényezőjétől. Mivel a szenvedés végső soron a valóság téves értelmezéséből (*mithjádnyánából*) vezethető le, az *apavarga* lényegében a hamis tudat eltávolítását, megszüntetését és teljes felszámolását jelenti. Ennek következménye olyan megtisztult, üdvözült, felszabadult és felülemelkedett tudatállapot, amely nem áll többé az öröm és fájdalom befolyása és az újraszületés kényszere alatt.

A *nyája* ezen a ponton analógiát mutat a függő keletkezés láncolatáról szóló *buddhista* tanítással, mivel a hamis tudás és a szenvedés között a *nyája* szerint is oksági kapcsolat van. A megszabaduláshoz a hamis tudást kell felszámolni. Ez azonban csak úgy lehetséges, ha először felszámoljuk a vágy és az ellenszenv forrását, ami nem más, mint a személyes én (ego).



B) A KÖVETKEZTETÉS KATEGÓRIÁI

A *nyája* logikai úton történő megismerés és ismeretszerzés kategóriái:

- 3) *szamsaja* = kétely;
- 4) *prajódzsana* = célkitűzés;
- 5) *drisánta* = példázat;
- 6) *sziddhánta* = alaptézis;
- 7) *avajava* = logikai művelet, levezetés;
- 8) *tarka* = vizsgálat;
- 9) *nirnaja* = döntés.

SZAMSAJA

Kétely, kételkedés, ami főleg abból ered, hogy a világban egymásnak ellentmondani látszó jelenségek tapasztalhatók. Ennek fő oka, hogy a teremtett világ alapvetően paradox és belső ellentmondásokat hordoz. Emiatt attól függően látjuk ilyennek, vagy amolyannak a világot, hogy milyen nézőpontból közelítjük azt meg. Így például egy távolban álldogáló embert oszlopnak nézhetünk, vagy viszont. A kételkedési hajlam oda vezethet, hogy a valóságot tükröző tapasztalást és kinyilatkoztatást is fenntartással fogadjuk.

PRAJÓDZSANA

Célkitűzés, szándék, indíték. Az a hajtóerő, ami arra inspirálhat bennünket, hogy a végére járjunk a dolgoknak és megismerjük a valóságot.

DRISÁNTA

Példa, hasonló eset, példázat, aminek a mintájára, analógiájára következtetéseket vonhatunk le.

SZIDDHÁNTA

Elfogadott igazság, bebizonyított tétel, elv, tan, doktrína, alaptétel, axióma, vagyis olyan kijelentés, amelyet premisszaként fogadunk el egy logikai következtetés megalapozásához. Azt azonban, hogy mi fogadható el igazi *sziddhántaként*, rendkívül óvatosan kell kezelni, mert a hibás premisszából formálisan helyes, de a valóságnak nem megfelelő következtetésre juthatunk. A *sziddhánta* négyféle lehet attól függően, hogy azt egy, vagy több tanrendszer is elfogadja-e, illetve hogy igazolt bizonyosság-e, vagy csupán valószínű feltételezés.

AVAJAVA

Logikai művelet, szillogizmus. Az e címszó alatt szereplő logikai műveletek lényegében azonosak az arisztotelészi görög logikában, illetve a modern Boole-algebrában alkalmazott logikai műveletekkel. Max Müller határozottan állítja, hogy a *nyája* logikai rendszere régebbi, mint a görög, nem zárható ki azonban a hinduk és a görögök közötti kapcsolat és kölcsönhatás.

A *nyája* logika szerint pusztán formális logikai műveletekkel átfogalmazhatjuk ugyan más kifejezési formába az ismereteinket, valóban új tudáshoz azonban csak úgy juthatunk, ha a következtetések sorozatában megjelenik egy, vagy több olyan **A**-ból következik **B** típusú művelet, amelynek igazsága önmagában pusztán formális logikai műveletekkel nem igazolható. Ilyenkor az **A**-ból következik **B** kijelentés megalapozottsága kizárólag a már említett *vjápti* lehet. Ez azt jelenti, hogy **B** áthatja, átítatja **A**-t, vagyis ha **A** valahol megjelenik, úgy az csak a **B** által átítatott formában lehetséges. Így azután **A**-ból mindig következik **B**, de **B**-ből nem feltétlenül következik **A**.

Hangsúlyozni kell, hogy az *anumána* és az *avajava* nem azonos fogalmak és nem szabad ezeket összetéveszteni. Az előbbi maga a következtetés, mint ismerretforrás, az utóbbi pedig ennek egy-egy műveleti eleme.

A *nyája* különbséget tesz háromlépéses és ötlépéses következtetés, vagy más szóval levezetés között. Az elsőt akkor alkalmazzuk, ha önmagunk jutunk valamilyen következtetésre, a másodikat pedig akkor, ha más valakit akarunk rávezetni valamilyen felismerésre. Példa az elsőre:

- | | |
|---|-----------------------------|
| a) A hegy füstöl. | <i>Paksa</i> = premissza. |
| b) Ahol füst van, ott tűz is van. | <i>Vjápti</i> = áthatás. |
| c) Tehát a hegyben tűz van, vagyis az vulkán. | <i>Anumiti</i> = konklúzió. |

A következtetés második tagja a *vjápti*, amely pusztán logikai úton nem igazolható. Ezért ha másvalakit szeretnénk rávezetni ugyanerre a következtetésre, akkor be kell iktatnunk még további két lépést, aminek során a *vjápti* fennállását precedensre való hivatkozással valószínűsítjük. Így kapjuk az öttagú következtetést, amelyre példa az alábbi:

- | | |
|--|---|
| a) A hegyben tűz van. Miért? | <i>Pratidnyá</i> = a következtetés közlése. |
| b) Mert füstöl. | <i>Hétu</i> = érv. |
| c) Emlékezz, a tűzhely is füstöl, tehát <i>vjápti</i> áll fenn tűz és füst között. | <i>Nidarsana</i> = precedens. |
| d) Látod, a hegy is füstöl. | <i>Upanaja</i> = a precedens alkalmazása. |
| e) Tehát a hegyben is tűz van. | <i>Nigamana</i> = konklúzió |

Más kérdés persze, hogy a *nidarsana* (precedens) mennyire alapozza meg a *vjáptit*. Ahhoz, hogy a *vjápti* egyre inkább megalapozottnak legyen tekinthető, egyre több azt alátámasztó *nidarsana* szükséges. A teljes, száz százalékgig bizonyos megalapozás azonban általában nem érhető el. Ez arra is rávilágít, hogy

nem elegendő valamit elméletileg tudni, hanem szükség van minél nagyobb számú, azt megerősítő személyes tapasztalásra is.

Itt ismerhető fel az európai és a hindu gondolkodásmód közötti egyik fontos eltérés. Európai felfogás szerint egy következtetéssel kapott megállapítás, vagy igaz, vagy hamis. Úgy is mondhatjuk, hogy igazságának a valószínűsége vagy 100%, vagy 0%. A hindu felfogás szerint egy kijelentés igazságának valószínűsége általában valahol 1% és 99% között van.

TARKA

Okfejtés, megvitatás, a tudatban lejátszódó meggyőződési művelet, amelynek során az ember először megpróbálja cáfolni a kapott következtetést, kétségbe vonja és vizsgálat alá veszi a *vjápti* alkalmasságát, feltételezi a következtetés ellenkezőjét, de végül belátja, hogy az ellentétes értelmű következtetés helytelen, mert ellentmondáshoz vezet. Például valaki látja a füstöt a hegy felett, de nem látja a tüzet. Végül kisebb-nagyobb vívódás után belátja, hogy ha a hegyben nem lenne tűz, akkor nem lehetne füst sem felette.

NIRNAJA

Végkövetkeztetés, végső meggyőződés, a kétség megszüntetése, döntés, amely a következtetés sikertelen cáfolati kísérlete alapján alakul ki a tanítványban. A *nirnaja* a feltétel nélküli meggyőződés állapotának az elérése, amikor az ember úgy látja, hogy minden lehetséges ellenérv megcáfolható, tehát a kialakított álláspont helyes és megalapozott.



C) A VITATKOZÁS KATEGÓRIÁI

A hinduknál a hittérítés és ideológiai propaganda csaknem ismeretlen volt. Nem törekedtek arra, hogy álláspontjuk helyességéről minél több embert meggyőzzenek. Úgy tartották, egy álláspont megalapozottsága független attól, hányan hisznek benne. Ennek ellenére előfordultak éles bölcséleti viták, amelyek során a szemben álló felek nem teljesen tisztességes érvelési módszerekre is hajlamosak voltak. *Gótama* fontosnak tartotta a tanítványait felkészíteni ilyesfajta vitahelyzetekre is, rámutatván, hogy melyek a tisztességes vitatkozás szabályai és melyek azok a nem teljesen „fair play” módszerek, amelyekre az ellenfelek részéről esetleg számítani lehet. A vitatkozás során következő kategóriái a vita során alkalmazott érvelések különböző fokozatait, illetve változatait mutatják be a tisztességestől az egyre kevésbé tisztességes módszerek felé haladva. A vitatkozási, érvelési, retorikai *padárthák* a következők:

- 10) *váda* = érvelés, megvitatás;
- 11) *dzsarpa* = álláspontok ütköztetése;
- 12) *vitandá* = akadékoskodás, civódás;
- 13) *hétvábhásza* = hibás érvelés;
- 14) *cshala* = szócsavarás;
- 15) *dzsáti* = félrevezető általánosítás;
- 16) *nigrahaszthána* = félreértés, meg nem értés, elcsúszás.

VÁDA

Dialógus, vita. Érvek és ellenérvek ütköztetése higgadt, korrekt, tisztességes módon, amelynek során a felek jóhiszeműek, félrevezetni egymást nem akarják, de szeretnék a vitapartnerrel elvezetni arra a felismerésre, amelyhez önmaguk már eljutottak.

DZSALPA

Álláspontok ütköztetése alkuszerű kompromisszum-kereséssel, amelynek során kisebb csúsztatások, szofisztikus álokoskodások, lesre futtatások és rászédések már előfordulhatnak, a felekben azonban megvan a megegyezési készség.

VITANDÁ

Akadékoskodás, kritizálás, amelynél a támadónak nincs saját álláspontja. Ez tulajdonképpen a *dzsarpa* azon változata, amelynél az ellenvetéseket felhozó fél már meg sem próbál megalapozni egy ellentétes konstruktív véleményt, hanem egyedüli célja az, hogy a másik félnek se lehessen igaza.

HÉTVÁBHÁSZA

Tévedés, téves állítás, téves állásponthez való görcsös ragaszkodás és az ennek érdekében alkalmazott hibás, megtévesztő érvelés.

A hibás érvelésnek öt alapváltozata van attól függően, hogy a vitában felhozott érv pontatlan, önellentmondó, hiányos, nem bizonyított, vagy elkésett.

CSHALA

Csalás, csúrés-csavarás, mellébeszélés, köntörfalazás, szócséplés, szavak értelmének szándékos kiforgatása. Az a módszer, amikor az ellenfélnek konstruktív elképzelése nincs, de nem akarván a vitában vesztesnek látszani, időhúzó obstrukciós taktikához folyamodik.

A szócsavarás háromféle lehet, nevezetesen: valamely szó értelmének a félremagyarázása, túlzott általánosítása, vagy átvitt értelmének a vitatása.

DZSÁTI

Hibás analógiára épülő félrevezető általánosítás, amely a kategóriák összevesztésére épül. *Gótama* a következő példát említi erre:

Ez az ember nem utazhat, mert lázas beteg. Állítás.

De utazhat, mert katona. Ellenérv.

A lázas betegek nem utazhatnak, a katonáknak viszont mindig készen kell állniuk az útra. Az állítás helyessége azon múlik, hogy a szóban forgó személy más kategóriába kerül.

A *dzsáti* szó eredeti jelentése: születés, pontosabban újraszületés, amelynek során az embernek megváltozik a hovatartozása, más nemhez, fajhoz, családhoz, nemzetséghez, társadalmi osztályhoz stb. fog tartozni.

NIGRAHASZTHÁNA

Nem odaillő, megalapozatlan érvelés szándékos csúsztatásokkal. Az a módszer, amellyel egy okos, ravasz és körmönfont előadó az orránál fogva vezeti a hallgatóságot. A csúsztatás 22 féle változatára a *Nyája-Szútra* V. könyv második részében található példák.

A *nyája* rendszer kategóriáinak számos alosztálya ismeretes. Ezek azonban a *nyája* bölcsélet alapvető mondanivalóját nem érintik, így ezeket nem részletezzük.



VAISÉSIKA BÖLCSELET

A VAISÉSIKA FŐ KATEGÓRIÁI

A *vaisésika* bölcselet feltételezi a *nyája* előzetes ismeretét. A *Vaisésika-Szútra* szerzője, *Kanáda* feltehetően *Gótama* kortársa volt. A két irányzat szemléletmódja és módszertana nagyon hasonló, olyannyira, hogy a *nyája* és a *vaisésika* a Kr. utáni évszázadok során fokozatosan összeolvadt és közös bölcseleti iskolaként működött tovább. Maga a *szútra* tíz könyvből áll, amelyek együttesen 370 aforizmát tartalmaznak.

A *vaisésika* megkülönböztető jellegzetessége a *nyája* rendszerhez képest az, hogy a logikai szemléletű megközelítési mód helyett inkább ismeretelméleti beállítottságú. Elsősorban nem azzal foglalkozik, hogy milyen módon szerezhettünk tudást, hanem inkább azzal, hogy a tudás, amit megszerezhetünk, mire vonatkozik. A *nyája* terminológiájával azt mondhatnánk, hogy a *nyáját* inkább a *pramánák*, míg a *vaisésikát* főleg a *praméják* érdeklik.

Kanáda szerint minden, amit megismerhetünk, besorolható a *vaisésika* hat fő kategóriájának (*padártha*) valamelyikébe. Ezek tételesen a következők:

- 1) *dravja* = szubsztancia;
- 2) *guna* = minőség;
- 3) *karma* = mozgás, működés;
- 4) *számánja* = általános, fajta-jelleg;
- 5) *visésa* = specifikus, egyedi jelleg;
- 6) *szamavája* = szétválaszthatatlanság, összetartozás.

A gyakorlatban a *vaisésika* rendszerben egy további kategóriát is használtak, nevezetesen:

7) *abháva* = nemlét,

továbbá szerepelt még ennek ellentettje is:

7/A) *avinábháva* = az, ami nem tud nem létezni, azaz nemlét nélküli.

A *vaisésika* egyes követői kétségbe vonták a fenti 7. és 7/A. kategóriák létjogosultságát, viszont további két tételt szerepeltettek, nevezetesen:

7) *sakti* = potencia, lehetőség, erő, hatalom;

8) *sádrisja* = hasonlóság, analógia.

Kanáda szerint a *padárthákról* szerzhető ismeretek forrása elsősorban a tapasztalás és a következtetés. *Kanáda* elismeri a *védikus* kinyilatkoztatás csálthatatlanságát is, bár a *sabdát* nem tekinti önálló ismeretforrás kategóriának, mivel csak azt a tudást lehet kinyilatkoztatni, amely már megelőzően is létezett. A *Vaisésika-Sásztra* X/2:9 szerint „Ki lett nyilvánítva, hogy a *Véda* csálthatatlan, mert Ő nyilatkoztatta

ki.” Az Ő itt *Ísvarat*, a teremtő Istent jelenti. *Kanáda* kétségbe vonja az analógiás következtetés (*upamána*), mint önálló ismeretszerzési kategória létjogosultságát is, mivel az szerinte csupán az *anumána* egyik változata.

Kanáda bölcséleti rendszerének további jellegzetessége az *anu*, vagyis az atom fogalma, amely bár a *nyájában* is említésre kerül (*Nyája-Szútra* IV/2:4—25), ott nem kerül részletes kifejtésre. *Kanáda* szerint (az anyagi világban) léteznie kell egy legkisebb dolognak, amely kizárja minden további vizsgálat lehetőségét. Szerinte az atom önmagában örök, az atomokból összetevődő képződmények azonban nem örökkévalóak. *Kanáda* szerint van szimpla atom és dupla atom, ezek azonban önmagukban nem láthatók, illetve tapasztalhatók. Az észlelhetőség feltétele legalább három darab dupla atom összekapcsolódása. Az éter (*ákása*) az atom belsejében is jelen van, mert annyira finom és szubtilis, hogy jelenlétével nem foglalja el más dolgok helyét.

Az atom (*anu*) kérdésében a *nyája* és a *vaisésika* álláspontja ellentétes a többi hindu irányzat felfogásával, amelyek szerint feloszthatjuk ugyan a dolgokat atomokra, ekkor azonban előbb-utóbb kiderül, hogy azok még tovább is oszthatók. Másfelől viszont a *nyája* és a *vaisésika* szemléleti szintjén nem feltétlenül baj, ha a tanítvány úgy fogja fel a dolgokat, hogy az anyagi világban az *anu* a végső valóság, a szellemi világban pedig az *átman*, amely utóbbi cselekvő is és szenvedő is egyszerre, mert ez is egy olyan alapállás, amelyről el lehet indulni a magasabb tudás megszerzéséhez vezető úton.



SZUBSZTANCIÁK

A *vaisésika* szerint az érzékszervi úton tapasztalt világ a valóságnak csupán a felszíne. A tapasztalt dolgok mögött kilencféle őstényező, vagy szubsztancia, szanszkrit nevén *dravja* húzódik meg. Ezeket közvetlenül nem tapasztaljuk. Amit tapasztalunk, az nem más, mint a *dravjából* összetevődő jelenségek, amelyek létezése átmeneti, ideiglenes. A *dravják* előbb-utóbb ismét különválnak, s más konfigurációkban kombinálódva újabb jelenségeket hoznak létre.

PRITHIVÍ

Föld-elem, tömeg, tömör, szilárd és tehetetlen anyag. Jellegzetessége a sötétség, súlyosság, nehézség, tompaság, passzivitás. A föld-elem tulajdonsága, hogy a szaglásra, ízelelésre, látásra és tapintásra egyaránt hatást képes gyakorolni. Ugyanakkor ez az egyetlen olyan *dravja*, amely a szaglásra hatással van, vagyis amelynek a jelenléte szaglás útján észlelhető. Ezért minden olyan dolog, aminek szaga, illata van, föld-elemet tartalmaz.

ÁPASZ

Víz-elem, folyékonyság, nedvesség, formaalkotó képesség. A víz-elem jelenlétét háromféle érzékszervünk képes észlelni, nevezetesen: az ízelelés, a látás és a tapintás.

TÉDZSASZ

Tűz-elem, hő, fény, sugárzó energia, láthatóság. A tűz-elem kétféle érzékelési képességre hat, nevezetesen: a látásra és a tapintásra.

VÁJU

Szél-elem, mozgás, levegő, gáznemű anyag, áramló energia. A szél-elem jelenléte kizárólag tapintás útján észlelhető.

A fenti négy *dravja* egyaránt lehet örökkévaló, vagy nem örökkévaló attól függően, hogy atomok (*anu*), avagy összetett anyagi képződmények formájában léteznek-e. A nem örökkévaló képződmények háromfélék lehetnek:

- szervesetlen képződmények;
- szerves (élő) képződmények;
- érzékelő szervek.

Az atomi formában létező örökkévaló szubsztanciák szüntelenül mozognak. Az atomokat mozgásba hozó impulzus Istentől származik.

A mindennapi életben tapasztalt föld, víz, tűz és levegő nem szubsztanciák, hanem *dravjából* összetett képződmények, ezért nem azonosak a föld-, víz-,

tűz- és szél-elemmel, amely utóbbiak tisztán, önmagukban a teremtett világban nem is fordulnak elő.

A további öt *dravja* abszolút értelemben is örökkévaló:

ÁKÁSA

Éter, a teret kitöltő szubtilis szubsztancia, amely mindenütt jelen van, így az atomok belsejében is. Észlelésének egyetlen módja a hallás. Itt azonban nem a levegő rezgéseinek a hallásáról van szó, mert ezen az úton csak a fizikai hangokat, illetve a szótagokat halljuk. A szavak értelmét az éter közvetíti. Az értelmetlen zajokat a levegő rezgésein keresztül tapintással észleljük, az értelem azonban, amit felfogunk, az éter-elem segítségével jut el a tudatunkba.

KÁLA

Idő. Örök szubsztancia, amelynek jelei: az elsőbbség, utánkövetkezés, egyidejűség, lassúság és gyorsaság. Az idő maga egy, örök és végtelen, felosztható azonban múltra, jelenre és jövőre.

DIS

Tér. Létének bizonyítéka, hogy a dolgok közel, vagy távol lehetnek egymástól. A tér is egy, örök és végtelen.

MANASZ

A szervek irányítója, elme. Az érzékelő és cselekvő szervek csupán öntudatlan készülékek. Ahhoz, hogy az *átman* ezeket használni tudja, kell léteznie valakinek, vagy valaminek, aki/ami e szerveket kezeli és irányítja, mint karmester a zenekart. Ez a karmester a *manasz* amely közvetítő szerepet tölt be az *átman* és az *indriják* (szervek) között.

ÁTMAN

Lélek, az ember elpusztíthatatlan szellemi lényegisége, a *karmikus* következmények hordozója.



MINŐSÉGEK

A *dravják* minőségekkel, azaz *gunákkal* rendelkeznek. Nem létezik *dravja guna* nélkül, mint ahogy nem létezik *guna dravja* nélkül sem. A világban tapasztalt képződmények minőségi jellemzői az azokat alkotó *dravják gunáiból* tevődnek össze, s így tulajdonképpen a *gunák* teszik tapasztalhatóvá a *dravjákat*. A *guna* szó itt nem ugyanazt jelenti, mint a *számkhja* bölcséletben definiált három *guna*, vagy minőségi összetevő. Bár a *vaisésika* mind a kétféle *guna* fogalom létjogosultságát elismeri, itt a *guna* nem minőségi összetevőt, hanem minőségi jellemzőt jelent.

A VAISÉSIKA GUNÁI

- 1) *gandha* = szag, kizárólag a föld-elem (*prithivi*) tulajdonsága;
- 2) *rasza* = íz, a föld-elem és a víz-elem (*ápasz*) tulajdonsága;
- 3) *rúpa* = forma, szín. a föld-elem, a víz-elem és a tűz-elem (*tédzsasz*) sajátosága;
- 4) *szparsa* = érinthetőség, tapintás útján való érzékelhetőség. a föld-elem, víz-elem, tűz-elem és szél-elem (*váju*) tulajdonsága;
- 5) *sabda* = hang, az értelmes tudást közvetítő hang kizárólag az éter-elemhez (*ákása*) tartozik;
- 6) *számkhja* = számosság, mennyiség;
- 7) *parimána* = méret, kiterjedés, nagyság, nagyságrend;
- 8) *prithaktva* = egyediség;
- 9) *szamjoga* = kapcsolat, egyesítés;
- 10) *vijóga* = függetlenség, különbözés, szétválás, szétválasztás;
- 11) *paratva* = prioritás, elsőbbség, közelség;
- 12) *aparatva* = utána következés, későbbiség, távolság;
- 13) *buddhi* = értelem, gondolkodási képesség, érthetőség;
- 14) *szukha* = öröm;
- 15) *dukkha* = szenvedés;
- 16) *iccshá* = vágykeltés, kíváncsiság, vonzás, csábító jelleg;
- 17) *dvésa* = ellenszenvesség, taszító, undorító jelleg;
- 18) *prajatna* = akarat, mozgósító jelleg, erőfeszítésre serkentés; az a tulajdonság, amelynek alapján az ember az illető dolgot elérendő célul tűzi ki és elérése érdekében mozgósítja erőforrásait;
- 19) *dharma* = erkölcsösség, tisztaság, a törvénnyel összhangban levés, erény.
- 20) *adharma* = erkölcstelenség, törvénytelenesség;
- 21) *szamszkára* = összetettség, bonyolultság, képesség, tendencia;

- 22) *gurutva* = nehézkesség, súlyosság, tehetetlenség;
23) *sznéha* = nedvesség, folyékonyság, képlékenység;
24) *bhávana* = fantázia, képzelet, szemlélődés. Ez a *guna* kizárólag az *átman* tulajdonsága;
25) *adrista* = láthatatlanság, megnyilvánulatlanság, a tapasztalhatóság hiánya, manifesztáció nélküli rejtett potencialitás jelleg.



EGYÉB KATEGÓRIÁK

A *vaisésika* szerint minden, amiről tudhatunk, minden, ami megismerhető és megnevezhető, az vagy szubsztancia (*dravja*), vagy minőség (*guna*), vagy működés (*karma*), vagy általános jelleg (*számánja*), vagy specifikus jelleg (*visésa*), vagy összetartozás (*szamavája*), vagy pedig nemlét (*abháva*).

A szubsztanciákból (*dravjából*) összetevődött képződményekkel kapcsolatos további alapkategóriák (*padárthák*):

KARMA

Működés, mozgás, változás, cselekvés. Ennek változatai:

- *utksépana* = emelkedés, emelés, felfelé mozgás, fejlődés, haladás, kibontakozás, evolúció;
- *avaksépana* = süllyedés, süllyesztés, hanyatlás, leépülés, visszafejlődés, degenerálódás;
- *ákunycsana* = összehúzódás, kristályosodás, lecsapódás, megfagyás, megszilárdulás, megmerevedés, besűrűsödés;
- *praszarana* = kiterjedés, szétáradás, szétterjedés, kitágulás, felhígulás, felolvadás, elpárolgás;
- *gamana* = térbeli helyváltoztatás, fizikai mozgás, elmozdulás, járás, utazás.

SZÁMÁNJA

Génusz, nem, nemzetség, faj, fajta, közösség, általános fogalom. Az, ami egy csoport minden tagjában közös. Így például minden egyes tehénben van valami tehénség és éppen ez az a bizonyos *számánja*. A *számánja* örökkévaló és benne lakozik a szubsztanciában, a minőségben és a cselekvésben is. A legmagasabb szintű *számánja* a *szat*, vagyis a puszta létezés. Ez differenciálódik a különféle korlátozó feltételeken (*upádhi*) keresztül, s így adódnak az alacsonyabb rendű génuszok.

VISÉSA

Specifikus jelleg, az, ami a fajtán belül megkülönbözteti az egyedet, például az egyik tehenet a másiktól. A *visésa* teszi lehetővé az individualitás elkülönülését a többi dologtól. A *visésa* öröktől fogva létezik és valamennyi szubsztanciában benne lakozik.

SZAMAVÁJA

Szétválaszthatatlanság, inherencia. A dolgok között fennálló olyan szoros, intim kapcsolat, amelynek alapján azok kölcsönösen feltételezik egymás létezését. *Szamavája* áll fenn például a következő fogalom párok között:

- rész és egész;
- ok és okozat;
- *dravja* és *guna*;
- *karma* és *guna*;
- *számánja* és *visésa*;
- lét és nemlét;
- apa és fiú;
- szó és gondolat;
- jó és rossz stb.

A *szamavája* azonban nem tévesztendő össze a *szamjógával*. Ez utóbbi csupán ideiglenes és feltételekhez kötött kapcsolatot jelent, míg a *szamavája* örökké fennáll.

ABHÁVA

Nemlét, a lét ellentéte. Nem manifesztálódott potencialitás, valaminek a hiánya, vagy távolléte. Az *abháva* típusai:

- *prágabháva* = megelőző, korábbi nemlét, például a szövet nemléte, mielőtt megszótták volna;
- *dhvamsza* = későbbi, rákövetkező nemlét, például a korsó nemléte, miután összetört;
- *atjantábháva* = abszolút nemlét, a létezés lehetetlensége, például meddő asszony fia;
- *anjonjábháva* = kölcsönös nemlét, amikor egy dolog jelenléte kizár egy másikat és viszont; így például a víz nem lehet egyidejűleg jég is és viszont;
- *szamszargábháva* = a kapcsolat hiánya, amikor két dolog között sem *szama-vája*, sem *szamjóga* nem áll fenn.

Az *abháva* kategória rávilágít a hindu gondolkodásmódnak arra a jellegzetességére, hogy a nemlét nem más, mint a dolgok egy lehetséges állapota.



SZÁMKHJA BÖLCSELET

PURUSA ÉS PRAKRITI

A fogalmakat kategóriákba csoportosító, *padárthákba* rendszerező irányzatok legmagasabb szintjét a *számkhja* képviseli. Maga a *számkhja* szó olyasfajta jelentésekkel rendelkezik, mint számolás, összeszámlálás, számbavétel.

Amint azt már említettük, *Kapila* eredeti műve, a *Számkhja-Szútra* elveszett, illetve a jelenleg hozzáférhető, hasonló címet viselő mű hitelessége kétséges. Max Müller szerint a *számkhja* bölcselet leghitelesebb műve a rendkívül tömör szerkezetű *Tattva-Szamásza* és az sem zárható ki, hogy ez azonos *Kapila* eredeti *szútrájával*. A *számkhja* kategóriák ismertetésénél ezt az utóbbi művet vesszük alapul.

A *számkhja* rendszerben nem szerepel sokféle önálló szubsztancia. A *számkhja* dualista bölcselet. Eltérően azonban az Európában megszokott dualista filozófiáktól, itt nem az anyag és a szellem, illetve a test és a lélek dualizmusáról van szó. A *számkhja* dualizmusában mind a két alaptényező, vagyis a dualizmus mindkét tagja szellemi természetű.

Az egyik tényező, az ún. *purusa* a passzív, permanens, változatlan, szemlélődő szellem, amely hasonló szerepet tölt be a *számkhjában*, mint a *nyája* és a *vaisésika* rendszerben az *átman*, azzal az eltéréssel, hogy a *purusa* sohasem cselekszik.

A másik tényező az ún. *prakriti* az aktív, cselekvő, immanens, a világ dolgai-ba belemerülő, sőt azokat teremtő szellemisség, amely létrehozza mindazokat a jelenségeket, amelyeket a *purusa* látni szeretne.

A *purusa* tulajdonsága a sokaság, míg a *prakritié* az egység, legalábbis őseredeti állapotában. A *prakriti* azáltal hozza létre a *purusa* által látni kívánt jelenségek sokszínűségét és sokrétűségét, hogy részekre tagolja és ezzel megsokszorozza önmagát.

A *purusa* kezdet és vég nélküli, nem teremtett és ezért nem is elpusztítható, szubtilis és minőség nélküli. A *purusa* nem természeti erő. Mentés minden cselekvő aktivitástól, ezért szeplőtelen, vagyis jó és rossz tettek nem tapadnak hozzá és a *karmikus* következmények sincsenek reá hatással.

Sok *purusa* van, mivel minden élőlényhez egy-egy külön *purusa* tartozik. A *purusa* csak szemlélni tud, e tekintetben azonban potenciális lehetőségei korlátlanok. Mindent észlelhet, amire ráirányítja a figyelmét. Bárhová elérhet, bárhol jelen lehet, bármekkorára kiterjedhet, hiszen eredeti dimenziója végtelen. Azonban minden, amit a *purusa* láthat, csupán a *prakriti* produktuma, színjátéka. Ebbe a csalóka színjátékba a *purusa* annyira belemerül és belefeledkezik, hogy együtt szenved, és együtt örül a történésekkel, s a *karmikus* következményeket olyannyira átéli, mintha azok ténylegesen vele történének meg.

A *purusában* nincsenek meg a jó, rossz, szép stb. kvalitások, hanem maga minőség nélküli. A *purusa* soha nem cselekszik semmit, mert amit látni szeretne, azt a *prakriti* cselekszi helyette és számára.

A *purusa* szó eredeti jelentése: ember, szellem, lélek. A *purusa* abszolút szabad individuális szellemiség, aki azonban annyira belefeledkezik a *prakriti* játékába, hogy elfeledkezik a saját szabadságáról. Olyan ez, mint amikor valaki a televíziót nézi és szidja a rossz műsort, mégsem képes azonban kikapcsolni a készüléket és elfordulni a látványtól.

Amit a *purusa* szemlél és egyáltalán valaha is szemlélhet, az mind-mind a *prakriti* színjátéka. A *prakriti* hozza létre a külvilág jelenségeit, a saját testünket, sőt a saját értelmünket, gondolatainkat, személyiségünket, emlékeinket stb. is.

A *prakriti* összetett szó, amelynek tagjai: *pra* = elő és *kriti* = teremtő. A *prakriti* a minden lehetőséget magában hordozó teremtő potencialitás, amely eredetileg öntudatlan, s csak akkor ébred öntudatra, ha a *purusa* nézi és látja. A *prakriti* önmaga kibontakoztatásával egyszerre teremt meg a szubjektív és objektív világot, vagyis az érzékszerveket, az érzékelhető objektumokat és az érzékelési folyamatot is. A *buddhi* nem más, mint az intelligencia felgyulladás a *prakritiben*. Ez az az esemény, amit az ószövetségi Szentírás így jellemez: „Legyen világosság, s lőn”; vagy a *Cshándógja-Upanisad* VI/2:3 szerint: „Hadd sokszorozzam meg önmagam és legyek az Alkotó”.

A *buddhi* szó jelentése felébredés. A felébredés a *prakriti* önmegszorozásának első lépése, amelyet a szubjektív és az objektív különválasztása követ. Ezáltal teremtődik meg az ún. *ahamkára* vagyis én-képző, s jön létre az énség-érzet potenciális lehetősége. A *prakriti* azonban a teremtő aktivitást csak azért fejt ki, mert a *purusa* azt látni kívánja. A *Számkhja-Káriká* 59—62. szerint a *prakriti* teljesen önzetlenül játszik a *purusának*, mint egy táncosnő a színpadon, és abbahagyja a táncot, ha az már nem figyel oda. Egyetlen *purusa* sincs odaláncolva és arra kötelezve, hogy a *prakriti* játékát figyelje. A *prakriti* azonban mégis örökké játszik, mert mindig akad *purusa*, aki figyeli.

A *purusa* nem rab, de nem is szabad mindaddig, amíg a *prakriti* előadásába belefeledkezvén azt valóságnak hiszi, és azzal önmagát azonosítja. A *purusa* a létforgatagban egyáltalán nem is vándorol. Kizárólag a *prakriti* az, aki a különböző *purusák* számára produkálja az újraszületések körforgásának élményét, eljátszva számukra az örömet és a szenvedést, a *karmikus* következményeket, a korlátozottságot és végül a megszabadulást.

A megszabadulás a *számkhja* szerint is csak a hamis tudás, az *avidjá* teljes felszámolása útján lehetséges. Amíg hiszünk a saját fizikai természetünkben és az anyagi világ realitásában, addig az *avidjá* (hamis tudás) rabjai maradunk és szenvedünk, mert a *prakriti* színjátéka olyannyira következetes, hogy a *karmikus* következményeket is élethűen előadja. Ha azonban felismerjük, hogy a *prakriti* az, aki he-

lyettünk cselekszik, aki öl és aki megöletik, aki örül és aki szenved, vagyis ha a *purusa* megkülönbözteti magát attól, ami nem önmaga, akkor a varázslat (*májá*) szertefoszlik és bekövetkezik a megszabadulás.

A megszabadulás útja tehát az, hogy a *purusa*, mint önvaló elhatárolja magát attól, ami nem ő. A kulcsmondat tehát így hangzik: „Az nem Te vagy!” Ismerd föl, hogy a külvilág nem te vagy, hogy a vagyonod, a családi házad, az autód, a ruhád nem te vagy, hogy a kezed, lábad, tested nem te vagy, hogy az érzéseid, a gondolataid, az indulataid, a vágyaid, az emlékeid mind-mind nem te vagy!

Ez az a pont, ahol a *számkhja* tanítása homlokegyenest ellenkezni látszik a *védántáéval*, amelynek tanítását a „*Tat tvam aszi*” mondás fejezi ki, vagyis hogy „Az Te vagy!” Az ellentmondás azonban csak a nézőpontok különbözőségéből fakad. A *védánta* szerint ugyanis a *purusa* és a *prakriti* nem két különálló dolog, hanem ugyanazon szellemiség két eltérő megnyilvánulási formája, amelyek mintegy a teremtés külső és belső aspektusát jelenítik meg. A *védánta* terminológiájában a *purusa* megfelelője az *átman*, a *prakritié* pedig *brahman*, s a feladat ezek végső lényegi egységének a felismerése. A *védánta* szerint így a *purusa* sokfélesége is látványos; *Samkara* megfogalmazása szerint: „Egyetlen Nap sugároz, ami azonban a világoceán minden egyes hullámán külön-külön visszatükröződik.”



A SZÁMKHJA HUSZONÖT FŐ TÉTELE

A *Tattva-Szamásza* kerettörténettel kezdődik. Eszerint egy *bráhmín*, aki átélte a háromféle szenvedést (ld. később), menedékért folyamodott *Risi Kapilához*, a nagy tanítómesterhez, kifejezve kívánságát, hogy a tanítványa szeretne lenni. Az illető ezeket a kérdéseket tette fel a mesternek: „Nagytiszteletű Uram, mi az, ami itt a földön a legnagyobb? Mi az igazság? Mit tegyek, hogy megmeneküljek?” *Kapila* válasza így kezdődött: „Elmondom hát néked a *számkhja* huszonöt fő tételét” és következett a huszonöt *tattva* ismertetése.

A *tattva* szó jelentése: olyanság, lényegiség, a mindenség lényegét meghatározó és teremtő princípium. A huszonöt *tattva* három csoportba sorolható:

- I. a nyolcféle *prakriti*, vagyis aktív teremtő szellemiség;
- II. a tizenhatféle *vikára*, vagyis módosulat;
- III. az egy *purusa*, vagyis passzív szemlélő szellemiség.



I. PRAKRITI

A nyolcféle *prakriti* nem más, mint az egyetlen *prakriti* kibontakozásának nyolc különböző fázisa:

I./1) AVJAKTA

Ez a *prakriti* eredeti, egységes ősállapota. Az *avjakta* az ősok, az ősergia, a meg nem nyilvánult, az őskáosz, amely telítve van energiával és maga a teremtő potencialitás. Az *avjakta* semleges, kifejeletlen, nem észlelhető, nincs eleje, közepe és vége, nem áll részekből. Az *avjakta* nem teremtett, örökkévaló és elpusztíthatatlan, egylényegű és minőségek nélküli. Az *avjakta* magában hordja minden dolog lehetőségét. Az *avjakta* az, ahol a dolgok a nemlét állapotában szunynyadnak, amikor éppen nem léteznek. Az *avjakta* fogalmának a körülírására az alábbi szinonimák használatosak:

- *praszúta* = teremtő;
- *apraszúta* = nem teremtett;
- *pradhána* = fő, lényegi, principiális;
- *brahman* = teremtő szellemiség (személytelen, semleges nemű alakjában);
- *pura* = lakóhely;
- *dhruva* = változatlan;
- *aksara* = elpusztíthatatlan;
- *ksétra* = mező;
- *tamasz* = sötétség.

I./2) BUDDHI

Az univerzális értelem világossága. Ez az a lépés, ahol a *prakriti* öntudatra ébred és intelligenssé válik. Ez az értelem azonban még nem individualizálódott, hanem kozmikus szintű. A *buddhi* felébredése nem más, mint a *prakriti* felébredése, vagyis az a képessége, hogy a tudatban megjelenő dolgokat észrevegye, hiszen van már, ami azokat megvilágítja és ez maga a *buddhi*. Sőt Max Müller értelmezése szerint éppen a *buddhi* az, amely képes a tudatban képzeteket elhelyezni. Nem véletlen az sem, hogy a *buddhi* a 2) sorszámot viseli. A *buddhival* jelenik meg ugyanis a *prakritiben* a kettősség: aki lát és ami látható, mivel a tudó és a tudás egymást kölcsönösen feltételezik. Ez a kettősség maga a természet, amely nem létezhet úgy, hogy ne lenne benne tudat, de úgy sem, hogy csak tudatból áll.

A *buddhi* fogalmának körülírásához használt szinonimák:

- *adhjvaszája* = fölismerés;
- *manasz* = elme;
- *mati* = gondolat;
- *mahat* = nagy, nagyság, hatalom;

- *Brahmá* = teremtő Isten (személyes, hímnemű alak);
- *khjáti* = megkülönböztetés;
- *pradnyá* = bölcsesség, tudás, gnózis;
- *srúti* = megvilágító kinyilatkoztatás;
- *szmríti* = emlékezet, éberség;
- *dhriti* = rendíthetlenség;
- *pradnyánaszantati* = a gondolatok folyamatossága;
- *dhi* = elmélyedés.

A *buddhi* mint intellektus individuális szinten nyolcféle formában manifesztálódhat. Ezekből négy *szattvikus* négy pedig *tamaszikus* természetű (a *szattva*, *tamasz* és *radzsasz* fogalmát ld. később).

A négy *szattvikus* megnyilvánulás a következő:

- 1) *dharma* = igazság, törvény, rend, erény, emelkedés, szellemi fejlődés;
 - 2) *dnyána* = tudás, haladás a megszabadulás felé;
 - 3) *vairágja* = szenvedélymentesség, a vágy és a gyűlölet leküzdése, felül-emelkedettség, feloldódás;
 - 4) *aisvarja* = természetfölötti erők birtoklása, isteni hatalom, akadálytalanság.
- A négyféle *tamaszikus* jellegű megnyilvánulás lényegében a fentiek ellentéte:
- 1) *adharma* = bűn, törvénytelenesség, az igazság tagadása, szellemi hanyatlás;
 - 2) *adnyána* = nemtudás, tudatlanság, hamis tudás, hamis tudat, rabsághoz és szenvedéshez vezető tudati aktivitás;
 - 3) *avairágja* = szenvedélyesség, külső hatásoktól való érzelmi függés, a vágy és gyűlölet iránti kiszolgáltatottság, bezárkózás és szellemi megmerevedés;
 - 4) *anaishvarja* = erőtlenség, gátoltság, szellemi fejlődésre való képtelenség.

I./3) AHAMKÁRA

Szubjektivitás. Szó szerinti jelentése: én-képző. Az *ahamkára*hoz a hármas szám tartozik, mivel itt már három tényező van jelen:

- 1) a tudó;
- 2) a tudott;
- 3) maga a tudás.

A *purusa* a *buddhiban*, ha az nem teljesen tiszta, egy harmadik dolog tükröződését is szemléli, amivel tévesen önmagát azonosítja. Ezáltal jön létre az *abhimána*, vagyis az a hit, hogy „én hallok, én látok, én élvezek, én szenvedek, én vagyok az úr, én vagyok valaki” stb., továbbá az a téves hit, hogy a vágyak, érzések, kétségek, félelmek, észleletek és hasonlók „énreám vonatkoznak”. Valójában ezek kizárólag a *prakritire* vonatkoznak. Ez az a pont, ahol a *purusa* önmagát összetéveszti a *prakritivel*. Innen indul el a tudatlanság, az *avidjá* egyre fokozódó spirálja.

Az *ahamkára* egyrészt kozmikus hatalom, másrészt az individuális gondolkodás működési mechanizmusa. Az *ahamkára* az, ami különbséget tesz én és nem-én, szubjektum és objektum között és ezzel az egoitást megtestesíti. Maga az *ahamkára* ugyan csupán az ego-t produkálja, ezzel azonban automatikusan létrejön a non-ego fogalma is és a világ szubjektívra és objektívra, én-re és másra osztódik ketté.

Individuális szinten az *ahamkára* ötféle módosulata nyilvánul meg:

- 1) *vaikárika* = módosító, *szattvikus*, jócselekedeteket elősegítő;
- 2) *taidzsasza* = tüzes, világító, *radzsaszikus*, szenvedélyes, gonosz cselekedeteket elősegítő;
- 3) *bhútádi* = tartalmi, *tamaszikus*, a föld-elemhez kötődő, tudattalan és rejtett cselekvéseket elősegítő;
- 4) *szánumána* = következtetéstől függő, illetve következtetésen alapuló, a *karmikus* következményeket öntudatlanul és ösztönösen tekintetbe vevő, a szándékolatlan, akaratlan, spontán jótetteket elősegítő;
- 5) *niranumána* = következtetéstől független, a szándéktalanul ártó rossz tettek elősegítője.

I./4—8) AZ ÖT TANMÁTRA

A *tanmátra* összetett szó, amelynek tagjai: *tan* = az és *mátra* = csak. Szó szerinti jelentése tehát „csak-az”, de mondhatnánk így is: „csak-az-ság”. Az öt *tanmátra* jelenti azon potencialitások megteremtődését, amelyek lehetővé teszik, hogy érzetek és érzékszervek létezhesenek. Az öt *tanmátra*:

I./4) *SABDA* = a hang tiszta lényegisége;

I./5) *SZPARSA* = a tapinthatóság tiszta lényegisége;

I./6) *RÚPA* = a látható formák tiszta lényegisége;

I./7) *RASZA* = az íz tiszta lényegisége;

I./8) *GANDHA* = a szag tiszta lényegisége.

Vegyük példaként a I./4) *sabda* tételt. Ez a hang tiszta lényegisége, amely minden hangban azonos. Ha minden hangból elvonnánk azt, ami őket egymástól megkülönbözteti, akkor ami maradna, az volna a *sabda*, vagyis a hang esszenciája. A *sabda* a hang létezésének és észlelhetőségének potenciális lehetősége, mert nem létezhet hang annak érzékelési lehetősége nélkül. A potenciális lehetőség megelőzi a hangot, éppen úgy, mint ahogy a fenyőfa is már kifejlődését megelőzően potenciálisan benne van a fenyőmagban, amiből majdan kikel és fává terebélyesedik. A *sabda* a hang és a hallás potencialitását egyszerre hordozza, ám annak konkrét manifesztációja nélkül. Ugyanígy pl. a I./6) *rúpa* jelenti a színnek és formák esszenciáját, vagyis azt, ami minden láthatóban azonos.

A tanmátrák fogalmának körülírásához használt néhány szinonima:

— *avisésa* = differenciálatlan;

— *mahábhúta* = őselem;

- *prakriti* = teremtő szellemiség;
- *abhógja* = nem tapasztalható;
- *anu* = atomi, elemi;
- *asánta* = nem élvezhető;
- *aghóra* = nem félelmetes;
- *amúdha* = nem buta.

A *tanmátrák* létrehozásával megteremtődik a lehetőség, hogy a szubjektum az objektumot észlelje.

A fenti nyolcféle *prakriti* változat képezi az aktív szellemiség teremtő erejét, amiből minden létező kibontakozik, kifejlődik. Az alább következő tizenhatféle *vikára* a *prakriti* következménye.



II. VIKÁRA

A szó jelentése: módosulat, teremtettség, kibontakozás, kifejelettség, amely az ötféle *tanmátra*, mint potencialitás alapján kibontható szubjektív és objektív tényezőket foglalja magában. A tizenhat *vikára* a következő:

A) A tizenegyféle szerv, vagy indrija univerzális szintű potencialitása

Ötféle buddhindrija, vagyis érzékelő szerv:

- II./9) *SRÓTRA* = hallás;
- II./10) *TVACS* = tapintás;
- II./11) *CSAKSUSZ* = látás;
- II./12) *RASZANA* = ízlelés;
- II./13) *GHRÁNA* = szaglás;

Az ötféle karméndrija, vagyis cselekvő szerv, illetve képesség:

- II./14) *VÁCS* = beszéd;
- II./15) *PÁNI* = kéz;
- II./16) *PÁDA* = láb;
- II./17) *PÁJU* = ürítés szerve és képessége;
- II./18) *UPASZTHA* = nemzőszerv, illetve képesség.

Továbbá a tizenegyedik szerv:

- II./19) *MANASZ* = elme, az értelmi megismerés belső szerve, a *buddhindriják* és *karméndriják* irányítója, az észlelések értelmezője, a tudat kapu őre.

B) Ötféle őselem (*mahábhúta*)

- II./20) *PRITHIVI* = föld-elem, amelynek kvalitásai a hang, tapintás, szín, íz és szag;
- II./21) *ÁPASZ* = víz-elem, kvalitásai a hang, tapintás, szín és íz;
- II./22) *TÉDZSASZ* = tűz-elem, hő, fény és sugárzó energia, kvalitásai a hang, tapintás, szín és látható forma;
- II./23) *VÁJU* = szél-elem, kvalitásai a hang és a tapintás;
- II./24) *ÁKÁSA* = éter, kvalitása a hang, pontosabban a hallható értelem.

III. PURUSA

A *purusa* a passzív, szemlélő szellem. Sorszáma lehet akár 25 akár 0 attól függően, hogy a meditáció során honnan közelítjük meg. A *purusa* a *prakriti* kiegészítő párja, mintegy a belső lényegiség a külső valósággal szemben. A *purusa* az észlelő, a szemlélő, a látó és a látnok, míg a *prakriti* a cselekvő, aki a *purusa* óhajait végrehajtja. Viszonyuk hasonló ahhoz, mint amikor egy vak és egy béna társul, hogy eljussanak valahová. A vak a hátára veszi a bénát és mivel a béna látja az utat, irányítani tudja a vakot, hogy az merre menjen.

A *purusa*, bár eredeti természeténél fogva abszolút szabad, az *avidjá* vagyis a tudatlanság miatt mégis belefeledkezik a *prakriti* cselekvéseinek a szemlélésébe, érzelmileg átéli, élvezi és elszenvedi mindazt, amit a *prakriti* tesz, sőt azt hiszi, hogy ő maga az, aki valóságos fizikai testben tartózkodván cselekszik, örül és szenved.

A teremtés oka a *purusa* és a *prakriti* ideiglenes egyesülése, vagyis a *purusa* belefeledkezése a *prakriti*be. Ha a *purusa* elfordul a *prakrititől*, akkor szertefoszlik a varázslat és a *purusa* megszabadul. A megszabadulás főleg az illúziótól való megszabadulást jelenti, ami eddig megakadályozta a *purusát* abban a felismerésben, hogy mindig is szabad volt és tulajdonképpen nincs is mitől megszabadulni.



A KATEGÓRIÁK HUSZONNÉGY FŐ CSOPORTJA

A *tattvák* három fő csoportján kívül a *számkhja* kategóriái közé tartozik még az ún. *bhavák* további huszonegy fő csoportja. A *bhava* szó jelentése: teremtettség, tapasztalhatóság, feltételektől függő, kondicionált és ezért múlandó létezés. Az individuális létezés potenciális feltételeit a *tattvák* határozzák meg. Az individuális létezés ténylegesen tapasztalható megjelenése viszont a *bhava* kategóriák alapján érthető meg.

A *számkhja* teljes kategóriarendszere:

A) TATTVA

- I. A nyolcféle *PRAKRITI*, vagyis az *avjakta*, *buddhi*, *ahamkára*, és öt *tanmátra*.
- II. A tizenhat *VIKÁRA*: öt *buddhindrija*, öt *karméndrija*, *manasz* és öt *mahábhúta*.
- III. *PURUSA*.

B) BHAVA

- IV. *TRAIGUNJA*, vagyis a három *guna*.
- V. *SZANYCSARA*, vagyis fejlődés.
- VI. *PRATISZANYCSARA*, vagyis visszafejlődés, lebomlás.
- VII. *ADHJÁTMA*, tizenháromféle szubjektivitás.
- VIII. *ADHIBHÚTA*, tizenháromféle objektivitás.
- IX. *ADHIDAIVATA*, tizenháromféle istenség.
- X. *ABHIBUDDHI*, az *indriják* ötféle tudatosítása.
- XI. *KARMAJÓNI*, az ötféle tevékenységforrás.
- XII. *VÁJU*, öt alapvető szél, vagy energiaáramlat.
- XIII. *KARMÁTMAN*, a cselekvő én ötféle manifesztációja.
- XIV. *AVIDJÁ*, az öt fő csoportba sorolható, összesen 62 féle tudatlanság.
- XV. *ASAKTI*, erőtlenség, amely 28 féle lehet.
- XVI. *TUSTI*, elégedettség, amely kilencféle.
- XVII. *SZIDDHI*, tökéletesség, amelynek nyolc alosztálya van.
- XVIII. *MÚLIKÁRTHA*, a tízféle gyökértény.
- XIX. *ANUGRAHASZARGA*, az ötféle jóindulatú teremtés.
- XX. *BHÚTASZARGA*, a tizennégyféle anyagi létforma teremtése.
- XXI. *BANDHA*, a kötelékek három fajtája.
- XXII. *MÓKSA*, a háromrétű megszabadulás.
- XXIII. *PRAMÁNA*, a háromfajta ismeretforrás.
- XXIV. *DUHKHA*, a háromfajta szenvedés.

Az egyes *bhava* kategóriák értelmezése a következő:

IV. TRAIGUNJA

Ez a három *guna*, azaz minőségi összetevő, szál, fonal, amiből az egész valóság szövődik:

- 1) *szattva* = világosság, tisztaság, szellemiség, könnyedség;
- 2) *radzsasz* = energia, mozgás, szenvedély;
- 3) *tamasz* = anyag, súlyosság, sötétség, tehetetlenség.

Ezek oly módon alkotják a természetet, mint összefolyó patakok a folyót. A világban a harmónia feltétele a három *guna* optimális egyensúlya. Ha ez felbomul, akkor megszűnik a boldogság, a *szukha* és azt a kiegyensúlyozatlanság, a szenvedés, vagyis a *dukhha* váltja fel.

A három *guna*, mint potencialitás már a *prakriti avjakta* állapotában is jelen volt, sőt éppen azzal kezdődött meg a *prakriti* önmegsokszorozása és kibontakozása, hogy ezek egyensúlya a *purusa* hatására megbomlott. Amikor a kozmikus intelligencia, a *buddhi* megszületett, alighanem az első jelenség, amit az értelem fényével megvilágított, maga az egyensúlyvesztés állapota, a *dukhha*, vagyis a szenvedés potencialitása lehetett.

V. SZANYCSARA

Fejlődés, haladás, kibontakozás, evolúció. Ez a fogalom elsősorban nem a szellemi megvilágosodás és megszabadulás felé való haladást jelenti, hanem sokkal inkább azt a fejlődést, amelynek során a *prakriti* az *avjakta* állapotból kiindulva differenciálódik. A *szancsara* inkább negatív, mint pozitív fogalom. A hinduk — ellentétben az európai gondolkodókkal — nem hittek egy állandó pozitív irányú fejlődésben. Számukra a világ változása mindig a fejlődés és hanyatlás ciklikus váltakozását jelentette, amelynek során világok keletkeznek, majd elpusztulnak és újrakeletkeznek. A *szancsara* értelme: eltávolodás az egység ősállapotától, amelynek során a sok *purusa* belebonyolódik a szenvedésteli létforgatagba.

VI. PRATISZANYCSARA

Ez a *szanycsara* ellentéte, vagyis visszafejlődés, lebomlás, a jelenségek világának feloldódása, tendencia az eredeti egységes ősállapothoz való visszatérésre.

VII. ADHJÁTMA

Szubjektivitás, amely tizenháromféle individuális szintű tényezőt jelent, nevezetesen:

- 1) *buddhi* = itt: egyéni megismerő értelem;
- 2) *ahamkára* = én-képző, a szubjektív és objektív, az ego és a más között különbséget tevő értelmi tényező;

- 3) *manasz* = felfogó, értelmező, az érzetektől tudattartalmakat konstruáló, az érzékelő és cselekvő szerveket uraló értelmi tényező;
- 4) *srótra* = fül, hallás;
- 5) *tvacs* = tapintás, bőr;
- 6) *csaksusz* = látás, szem;
- 7) *raszana* = ízlelés, nyelv;
- 8) *ghrána* = szaglás, orr;
- 9) *vács* = beszéd, száj;
- 10) *páni* = kéz;
- 11) *páda* = láb;
- 12) *páju* = ürités szervei;
- 13) *upasztha* = nemzőszerv.

VIII. ADHIBHÚTA

Objektivitás, amely ugyancsak tizenháromféle, mivel minden egyes szubjektív tényezőhöz egy-egy objektumtípus párosítható:

- 1) minden, ami megérthető;
- 2) minden, ami más, mint mi magunk;
- 3) minden, ami felfogható, megismerhető;
- 4) minden, ami hallható;
- 5) minden, ami tapintható;
- 6) minden, ami látható;
- 7) minden, ami ízlelhető;
- 8) minden, ami szagolható;
- 9) minden, ami kimondható;
- 10) minden, ami megfogható;
- 11) minden, ami [be]járható;
- 12) minden, ami üríthető;
- 13) minden, ami élvezhető.

IX. ADHIDAIVATA

A tizenhárom szubjektív-objektív párhoz egy-egy istenség is hozzátartozik, akik a vonatkozó kapcsolatnak megfelelő természeti erők urai és megszemélyesítői:

- 1) *Brahmá* (hímnemű alak), Teremtő, az istenek ura, aki az értelem világosságát birtokolja;
- 2) *Rudra*, Viharisten, akinek későbbi neve: *Síva*, pusztító és újratemtő;
- 3) *Csandra*, Holdisten;
- 4) *Ákása*, Téristen, a *sabdát* közvetítő közeg ura;
- 5) *Váju*, Szélisten;
- 6) *Áditja*, Napisten;

- 7) *Varuna*, Égisten (Uránosz);
- 8) *Prithiví*, Földisten;
- 9) *Agni*, Tűzisten;
- 10) *Indra*, Mennydörgésisten;
- 11) *Visnu*, a világ fenntartója;
- 12) *Mitra*, a béke istene
- 13) *Pradzsápati*, a jelenlegi univerzum teremtője, nemzője.

X. ABHIBUDDHI

Az *indriják*, vagyis az érzékelő és cselekvő szervek és képességek tudatosításának és a *manasz* által konstruált tudattartalmak tudomásul vételének, felfogásának és megértésének ötféle formája:

- 1) *vjavaszája* = megtudás, értelmi megragadás, a tudás bizonyossága;
- 2) *abhimána* = önhietség, önteltség, én-hit, éntudat, az *ahamkára* működésének megnyilvánulása, amelynek hatására a tudattartalmak meghatározott halmazát a *purusa* én-nek tekinti és azzal tévesen önmagát azonosítja, illetve összetéveszti;
- 3) *iccshá* = tárgyra irányuló vágy, ami arra készlet, hogy valamilyen dolgot — amire tulajdonképpen a legtöbbször nincs is semmi szükségünk — igyekezzünk a magunk számára megszerezni;
- 4) *kartavjátá* = működésre irányuló vágy, elhatározás valamilyen cselekvés, vagy tevékenység végrehajtására;
- 5) *krijá* = maga a tényleges fizikai cselekvés.

XI. KARMAJÓNI

A cselekvés motivációi, a tettek ötrétű forrása:

- 1) *dhriti* = energia, tetterő, céltudatosság, cselekvési vágy;
- 2) *sraddhá* = hit, hűség, bizalom, a *védikus* tanításhoz való ragaszkodás;
- 3) *szukha* = áldás, üdvözülés, boldogság;
- 4) *avividisá* = óvatlanság, nemtörődömség, elmerülés az anyagi világ élvezetében;
- 5) *vividisá* = tudásvágy, indíttatás a megszabadító magasabb tudás megszerzésére.

XII. VÁJU

A finomanyagi testet átható és működésben tartó ötféle szél, illetve energiaáramlás, amelyek elnevezése és funkciói:

- 1) *prána* = a légzést működtető áramlat;
- 2) *apána* = a testi kiválasztási funkciókat működtető áramlat;
- 3) *szamána* = a táplálkozási folyamatokat működtető áramlat;

- 4) *udána* = a halálkor a finomanyagú test eltávozását lehetővé tevő áramlat;
- 5) *vjána* = a vérkeringést működtető áramlat.

XIII. KARMÁTMAN

A cselekvésben megmutatkozó szubjektum, vagyis a cselekvő én ötféle megnyilvánulási formája:

- 1) *vaikárika* = *szattvikus* megnyilvánulás, a szubjektivitás élménye az én-ben, módosító, jót cselekvő aktivitás;
- 2) *bhútádi* = objektivitás, tárgyszerűség. Ha önmagunkat figyeljük, a *bhútádi* révén az én-t mint valami tárgyat szemlélhetjük. Rejtetten cselekvő, leginkább a *manaszhoz* kapcsolódik;
- 3) *taidzsasza* = világító, amely a fentebbi kettőt kapcsolatba hozza egymással. A rossz cselekedetek mozgatója, az én és a más tudatosítója és ezáltal a vágyak és ellenszenvék előidézője;
- 4) *szánumána* = következtetéssel jellemezhető gondolkodási folyamatok. Jó és okos cselekvő aktivitás;
- 5) *niranumána* = Az énkép azon összetevője, amely nem kapcsolódik a gondolkodáshoz és következtetéshez.

XIV. AVIDJÁ

Tudatlanság, hamis tudat, a valóság félreismerése és ehhez a tévedéshez való makacs ragaszkodás. Az *avidjá* 62 rétű, ezek potenciális összetevői, illetve módosulatai azonban öt fő csoportba sorolhatók:

- 1) a nyolcféle *tamasz*, szellemi sötétség, amely abból áll, hogy önmagunkat tévesen az *avjaktával*, a *buddhival*, az *ahamkárával*, vagy az öt *tanmátra* valamelyikével azonosítjuk;
- 2) a nyolcféle *móha*, illúzió, amely a különféle természetfölötti képességek megszerzésével kapcsolatos téves és megalapozatlan elképzelésekből áll;
- 3) a tízféle *mahámóha*, nagy illúzió, amelynek lényege az a hit, hogy az öt *buddhindrija*, vagy az öt *karméndrija* valamelyikén keresztül el lehet jutni a megszabaduláshoz;
- 4) a tizennyolcféle *támiszra*, elvakultság, amely a szenvedést okozó nyolcféle természetfölötti erő és tízrétű érzéki világrend elleni vissza nem fogott gyűlöletből áll;
- 5) a tizennyolcféle *andhatámiszra*, vagyis legfőbb elvakultság, amely a halál közelében lép föl a tizennyolcféle emberi képesség elvesztése miatti kétségbeesésben. A *Tattva-Szamásza* azonban nem részletezi, hogy mi ez a tizennyolcféle legfőbb elvakultság.

XV. ASAKTI

Gyengeség, erőtlenség, amely 28 féle lehet és három csoportba sorolható:

- 1) a tizenegyféle szervi fogyatékoság, vagyis az öt *buddhindrija* az öt *karméndrija* és a *manasz* működési zavara. Ide tartozik például a sükettség, a vakosság, a bénaság, a gyengeelméjűség és hasonlók;
- 2) a kilencféle sikertelenség, illetve elégedetlenség (*atusti*), amely a XVI. tételben foglalt 9 *tusti* ellentéte, illetve hiánya;
- 3) a nyolcféle tökéletlenség, vagyis *asziddhi*, amely a XVII. tétel szerinti nyolc *sziddhi* ellentéte, illetve hiánya.

XVI. TUSTI

Elégedettség, vagy sikeresség, amely a *Tattva-Szamásza* szerint kilencféle lehet:

- 1) annak felismerése, hogy a *purusa* és *prakriti* nem azonosak;
- 2) annak felismerése, hogy a *purusa* és a *buddhi* nem azonosak;
- 3) annak felismerése, hogy az *ahamkára* és az ego nem azonosak;
- 4) annak felismerése, hogy a *tanmátrák* és a világ nem azonosak;
- 5) az érzéki tárgyak birtokbavételéről való lemondás;
- 6) az érzéki tárgyak megszerzéséről való lemondás;
- 7) lemondás az anyagi jólétről;
- 8) az élvezetek iránti szenvedélyek felszámolása;
- 9) annak felismerése, hogy az élvezeteinkkel más lényeknek szenvedést okozhatunk.

XVII. SZIDDHI

Tökéletesség, amely a *Tattva-Szamásza* szerint nyolcféle:

- 1) az egység és sokféleség megértése;
- 2) a szavak valódi értelmének a megértése;
- 3) a 25 *tattva* megértése;
- 4) a tudás iránti vágy;
- 5) más lényekkel kapcsolatban kölcsönösen örömet érezni;
- 6) más lényekkel kapcsolatban kölcsönösen örömet okozni;
- 7) készség arra, hogy másokat tanítsunk;
- 8) készség arra, hogy felismerjük a félrevezető tanítások helytelen voltát.

XVIII. MÚLIKÁRTHA

Gyökértény, alapigazság, amely tízféle, s amelyből négy a *prakritire*, három a *purusára*, a további három pedig kettejük viszonyára vonatkozik.

A *prakritire* vonatkozó alaptények:

- 1) *asztitva* = realitás, valóságosság;

- 2) *ékatva* = egység, ami azt jelenti, hogy csak egyetlen *prakriti* létezik (egyetlenség);
- 3) *arthavattva* = célirányosság, tárgyra irányultság, vagyis az a tény, hogy a *prakriti* működésében felismerhető egy célkitűzés elérésére irányuló szándékos tendencia;
- 4) *párárthja* = más-célúság, vagyis az a tény, hogy a *prakriti* célja nem önmaga, hanem a *purusa* kívánságainak teljesítése.

A *purusára* vonatkozó alaptények:

- 5) *anjanva* = másság, vagyis különbözés a *prakrititől*;
- 6) *akartritva* = passzivitás, vagyis a *purusa* nem cselekvő jellege;
- 7) *bahutva* = sokaság, az a tény, hogy sok *purusa* van.

A *purusa* és a *prakriti* kapcsolatára és viszonyára vonatkozó alaptények:

- 8) *szamjoga* = egyesülés, vagyis a *purusa* időleges belemerülése a *prakriti*be;
- 9) *vijoga* = szétválás, a *purusa* elszakadási lehetősége a *prakrititől*;
- 10) *sztihiti* = tartósság, vagyis az a tény, hogy bár a *purusa* és a *prakriti* egyesülése csak ideiglenes, ennek ellenére ez az állapot eléggé stabil és tartós ahhoz, hogy felszámolása csak jelentős szellemi erőfeszítés árán legyen lehetséges.

A fenti gyökértényekben feltűnő, hogy az *asztitva*, azaz reális létezés csak a *prakriti* vonatkozásában szerepel. A *purusára* vonatkozóan ilyen gyökértény nincs. Max Müller szerint ennek két oka lehetséges. Az egyik, hogy a hinduk számára a *purusa* (vagy *átman*) realitása magától értetődő volt és feleslegesnek látszott ennek külön tételes deklarálása. A másik ok az lehet, hogy az *asztitva* szó csak a teremtett — azaz *bhava* típusú — létezést jelentette, míg az öröktől való, nem teremtett, tisztán szellemi természetű létezésre más kifejezés (pl. a *szat* szó) szolgált.

XIX. ANUGRAHASZARGA

A tapasztalati világ teremtése, amely ötrétű. Ennek során hozza létre a *prakriti* a *purusa* kedvéért és gyönyörködtetésére az öt tanmátrából a világ objektumait, s teremti meg hozzá

- 1) a hangok észlelését;
- 2) a tapintható dolgokat;
- 3) a látható formákat és színeket;
- 4) az ízlelhető dolgokat;
- 5) a szagolható dolgokat.

XX. BHÚTASZARGA

Létformák teremtése. A teremtett lények tizennégy csoportja a következő:

- 1—4) démonok és szellemlények, amelyek neve *pisácsa*, *raksa*, *jaksa* és *gandharva*;

5—8) jóindulatú (*szattvikus*) istenek, nevezetesen *Indra, Pradzsápati, Brahmá* és *Szóma*;

9—13) lélekkel rendelkező (*tamaszikus*) élőlények öt csoportja: a házi állatok (tehéntől a bolháig), a repülő lények (madarak és bogarak), a vadállatok, hidegvérű csúszómászók (kígyók, kukacok), valamint a mozdulatlanok (növények).

14) Emberi (*radzsaszikus*) létforma megteremtése.

XXI. BANDHA

Tudati béklyó, vagy kötelék, amely háromrétű:

- 1) kötődés a nyolc *prakriti*hoz;
- 2) kötődés a tizenhat *vikára*hoz;
- 3) kötődés a *daksinák*hoz, vagyis vallási-ideológiai dogmákhoz, előítéletekhez, szokásokhoz és szertartásokhoz.

XXII. MÓKSA

Megszabadulás, amely ugyancsak háromrétű. Ez nem azt jelenti, hogy háromféle úton lehet megszabadulni, hanem azt, hogy a megszabadulás mindhárom összetevőjét, rétegét meg kell valósítani. A megszabadulás három összetevője a következő:

- 1) a megszabadító intuitív bölcsesség, az ún. *pradnyá* kifejlesztése a tudás növelése útján;
- 2) a szenvedélymentesség, azaz *vairágja* megvalósítása a vágy, a gyűlölet és a szenvedélyek elcsitítása útján;
- 3) az egyesülés felszámolása, vagyis a *purusa* és a *prakriti* különválasztása. Ennek eléréséhez a megkülönböztetés tudásának (*vivéka*) megszerzésére van szükség. A *purusa* elszakadásával, különválásával bekövetkezik a jelenségek világától való teljes eloldódás, s felszámolásra kerül minden, amit addig érdemnek, vagy érdemtelenységnek hittünk. A *purusa* visszanyeri teljes szabadságát és nem merül bele többé a *prakriti*be, hanem figyelmét önmaga felé fordítja.

XXIII. PRAMÁNA

A tudás háromfajta forrása. A számkhja is alapvető fontosságúnak tekinti annak tisztázását, hogy honnan tudjuk, amit tudunk, miért tekintjük azt igaznak, milyen módon és milyen forrásból szerezhetünk megbízható ismereteket:

- 1) *pratjaksza*, személyes tapasztalás;
- 2) *anumána*, következtetés, amely gyűjtőfogalomként magában foglalja a *nyájában* szereplő *upamánát*, vagyis az analógiás következtetést is;
- 3) *áptavacsana*, azaz megbízható személy hitelt érdemlő nyilatkozata. Ez tulajdonképpen a *védikus* kinyilatkoztatást jelenti. A *számkhja* nem foglalja alá a *Véda* természetfölötti eredete mellett, ennek ellenére megbízható ismeret.

retforrásnak tekinti azt. *Áptavacsanaként a számkhja* elsősorban a *Svétásvata*, *Maitrí* és *Katha-Upanisadokra* hivatkozik.

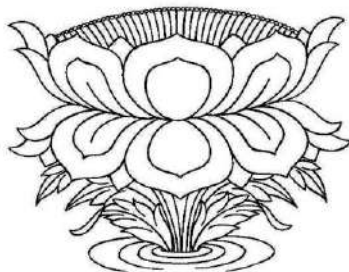
XXIV. DUHKHA

Szenvedés, bánat, fájdalom, szomorúság, amely a *prakriti* által produkált jelenségvilág szükséges és törvényszerű velejárója. Bár a *prakriti* a *purusa* kedvéért és gyönyörködtetésére adja elő csalóka színjátékát, a *purusa* ebbe egyre inkább belefeledkezik és belekapaszkodik. A belekapaszkodás tárgya akkor kelti a szilárdság benyomását, ha annak működése logikus és kiszámítható, vagyis ha abban az ok-okozat törvényszerűsége érvényesül. Azonban éppen az oksági törvény az, amely a *karmikus* láncolaton keresztül mindenféle teremtett létezést (*bhava*) szenvedéssé alakít át még akkor is, ha kezdetben minden szépnek és kellemesnek látszik. A *karmikus* következmények miatt fellépő szenvedés háromrétegű. Rétegei, vagy összetevői:

- 1) önmagunkból — a saját testünkől és tudatunkból — eredő szenvedés, amely fizikai fájdalmakból és lelki gyötrelmekből áll;
- 2) más lényektől eredő szenvedés, mint amilyen pl. vadállatok és rablók támadása;
- 3) az istenektől eredő szenvedés, amelynek közvetlen oka a természeti jelenségekben rejlik; például hideg, meleg, zivatar, földrengés, árvíz stb.

A szenvedésnek van pozitív oldala is. Ha egy igazi *bráhmint* ér fájdalom, akkor az meg akarja tudni a szenvedés okát, és a tudásszomj rávezeti őt a szabadulás ösvényére. A szenvedés alapvető oka és lényege az univerzumban jelenlévő tökéletlenség, vagy diszharmonia, ami végső soron a *prakriti* őseredeti, *avjakta* egységének a megbomlásából ered. Emiatt az emberi természetben is mindig van valami rossz, hibás, korlátozott. Maga a szenvedés sem más, mint a szabadság korlátozottsága. Ha megértjük a méltánytalannak tűnő szenvedés okait és felismerjük önmagunk korlátait, ezzel megtettük az első lépést a szabadulás felé.

A kategóriák XXIV. fő csoportjával fejeződik be a *Tattva-Szamásza*, amelynek ezt követő utolsó mondata így hangzik: „Itt végződik a nagy bölcs, *Kapila* tanítása.”



A MEGSZABADULÁS ÚTJA

Csak kevés feljegyzés maradt fenn arról, hogy *Kapila* tanítványai milyen gyakorlati lépéseken keresztül törekedtek a megszabadulás felé. Feltételezhető, hogy a *számkhja* gyakorlata legalább a következő fázisokat tartalmazta:

- 1) A *számkhja* kategóriák, ezen belül is különösen a *tattvák* megtanulása, kívülről történő bemagolása, hogy a tanítvány annak mindig birtokában legyen.
- 2) A kategóriák racionális ésszel történő megértése, amennyire ez lehetséges.
- 3) Elmélkedések, amelyek során intuitív felismerések születnek, és egyre nyilvánvalóbbá válik az egyes fogalmak tényleges jelentése.
- 4) Olyan gyakorlatok, amelyek során a tanítás személyes tapasztaláson alapuló mély meggyőződésé válik.

A történelmi *Buddha* megvilágosodását megelőzően legalább két éven keresztül *számkhja* tanítvány volt és egyes módszereket a *buddhizmus* átvett a *számkhjától*. Ezért az ősi *buddhista* irodalomban, így a *Páli Kánon* írásaiban és a *Viszuddhimaggában* is található a *számkhja* praxisára vonatkozó adatok. Eszerint a *számkhja* tanítványok életmódja hasonló volt a korai *buddhista* szerzetesekéhez. Meztláb vándoroltak Indiában, a délelőttöt főleg koldulással, a délutánt pedig bölceleti vitákkal és meditációval töltötték. Semmiféle vagyonuk nem lehetett. Élelmiszert csak annyit koldulhattak, ami az aznapi egyszeri étkezéshez szükséges volt. A kezdő tanítvány legfontosabb meditációs gyakorlata a tudat teljes lecsendesítése volt: az abban lévő örvénylések, filmszerűen pergő emlékek, fantáziák, gondolatok, vágyak ki-küszöbölése.

A következő szakaszban a tanítvány az egyes *tattvákat* tette kontempláció tárgyává, mégpedig hátulról visszafelé, vagyis a *mahábhútákkal* kezdve. Ezen belül is az első elmélkedési téma a legdurvább őselem, a *prithiví*, vagyis föld-elem volt. Ezzel kapcsolatban kapta a tanítvány az első beavatási fokozatot, amelynek során megtudta, hogy mindaz, amit a *prithiví*ről eddig tudott és amit erről a beavatatlan világi emberek tudni vélnek, az mind téves és megalapozatlan. A föld ugyanis nem az, aminek látszik. Ez utóbbi felismerést segítette elő a föld-*kaszina* gyakorlat.

A föld-*kaszina* egy korong alakú meditációs tárgy, amelyet a tanítvány szigorú előírások alapján maga készített agyagból. A föld-elemet szimbolizáló agyagkorongot középen átlyukasztották és az erdőben, csendes helyen faágra akasztották. A tanítvány dolga az volt, hogy szemlélje a föld-korongot, amely állandó változásban volt, hiszen a *kaszina* minden szélfuvallatra megmozdult, ráadásul a folyton változó fényviszonyok miatt is mindig más és más képet mutatott, nyilvánvalóvá téve annak állandótlan jellegét. A gyakorlat során a tanítványnak magától kellett felismernie az egységes *ős-prakriti* — vagyis az *avjakta* — valamint az evolúció során kibontakozott *vjakta*, vagyis a kibomlott teremtettség közötti lényeges különbséget. A gyakorlás hónapokon keresztül tarthatott, miközben a tanítvány a mestertől semmiféle út-

mutatást, vagy felvilágosítást nem kapott. Nem az volt a cél, hogy valaki elmagyarázza számára a dolgokat, hanem az, hogy magától jusson el az összefüggések felismeréséig.

A gyakorlatok egy későbbi fázisát képezte az őselemekből összetett képződmények feletti elmélkedés, amelynek egyik legfontosabb kezdeti lépése valószínűleg a temetői kontempláció lehetett.

Az ősi Indiában más volt a halotti szertartás, mint Európában. Tulajdonképpen a holttesteket egyáltalán nem is temették el, hanem csak kivitték őket a temetőbe és otthagyták feloszlani. A *sámkhja* tanítványok tízféle *aszubha* kontemplációt, vagyis a test undorító volta feletti szemlélődést végeztek:

- 1) a felpuffedt holttest szemlélése;
- 2) az elkékült holttest szemlélése;
- 3) a gennyesedő holttest szemlélése;
- 4) a férgek által rágott test szemlélése;
- 5) a szétesés előtt álló test szemlélése;
- 6) a szétrágott test szemlélése;
- 7) a darabokra széthullott test szemlélése;
- 8) a szétesésnek indult testrészek szemlélése;
- 9) a vértócsás holttest szemlélése;
- 10) a testből visszamaradt csontok szemlélése.

Az ősi India temetkezési helyein bármelyik *aszubha* kontemplációhoz könnyen lehetett példákat találni. A gyakorlat célja azonban nem az undor felkeltése, hanem inkább az undor leküzdése volt, vagyis a higgadt uralom megszerzése az undor felett. Ennek során a tanítvány tudatosította, hogy nem azonos a saját testével, vagyis hogy „Ez nem az enyém, ez nem én vagyok, ez nem azonos a saját lényegiségemmel.”

Ez volt az a pont, ahonnan kezdve a tanítvány megkezdte saját önvalójának elhatárolását a jelenségek világától, vagyis a *purusa* elkülönítését a *prakrititől*. Ennek során természetesen nemcsak a külvilágtól és a durva anyagi testtől kellett elhatárolódnia, hanem a szubtilisebb tudattartalmaktól is. A tudatban lévő különféle jelenségek, mint pl. vágyak, indulatok, emlékek, érzelmek azonban a *karma* működési mechanizmusa miatt folyamatosan újraképződnek. A tanítványnak ezért arra kellett törekednie, hogy életvitele során lehetőleg ne hozzon létre újabb *karmikus* indíttatásokat. Ez a feladat csaknem lehetetlen, hiszen a *prakriti* által teremtett anyagi jelenségek világában a pusztán létezés is folyton újabb *karmikus* tényezőket hoz létre. A tanítvány ezért arra törekedett, hogy legalább a negatív *karmikus* hatású rossz cselekedeteket kiküszöbölje. Ha már mindenképpen cselekednie kell, akkor kizárólag pozitív *karmikus* hatású, mások javát szolgáló tetteket hajtson végre, ezekért azonban ne várjon ellenszolgáltatást, sőt a *karmikus* jutalomról is tudatosan mondjon le, hiszen a pozitív *karmikus* hatások is erősítik a *prakriti*hez való kötődést.

Ez egyúttal a *számkhja* morális beállítódását is meghatározza. Bár a *számkhja* az egyéni megszabadulás útja, a megszabadulás érdekében kiemelt fontosságot kap az az erkölcsi követelmény, amely szerint tilos más élőlényeknek ártani, azokat szándékosan elpusztítani, vagy nekik szenvedést okozni.

A megszabaduláshoz vezető út végén a tanítvány a megszabadító magasabb tudás birtokába jut. Ez azt jelenti, hogy felismeri önmaga különböző voltát. A *purusa* nem téveszti össze többé magát sem a fizikai testtel, sem a *manasz* által konstruált tudati képződményekkel, sem az *ahamkárával*, sem a *buddhival*. Ezzel felszámolja az *avidját*, vagyis a hamis tudást és rájön arra, hogy az érzékelhető világot mi magunk teremtjük az érzéki benyomásokból a *manasz* segítségével, és mi magunk vagyunk azok, akikben a *szanycsara*, a kifejlődés lezajlik. Ezért a jelenségvilág lebontását, a *pratiszanycsarát* is önmagunkon belül kell végrehajtani.

Az *avidjá* felszámolásával létrejön az igazi tudás, a *vidjá*, s a *purusa* felismeri saját tévedését, vagyis azt, hogy az érzetektől kreált dolgokkal magát összetévesztette. Rájön arra, hogy ha a szellemi szemünket lecsukjuk, akkor a *prakriti* nem játszik többé és a világ megszűnik létezni. Ha a *purusa* felszabadul a *prakriti* igézete alól, akkor eléri a felülemelkedett és megvilágosodott tökéletes szellemi szabadság (*móksa*) állapotát. Fölismeri, hogy mindig is tökéletesen szabad volt, csak ennek nem volt tudatában. A megvilágosodott *purusa* egy ideig még tovább viseli az anyagi testet, mint valami elnyűtt ruhát, a világ dolgai és szenvedései azonban többé nem érintik. A durva fizikai test (*szthúla-saríra*) halálával a finomtest (*linga-saríra*) — a *karmikus* következmények hordozója — feloldódik a *prakritiben*. A *purusa* egyedül marad és ráismer önmagára.

A *Számkhja-Szútra* negyedik részében példabeszédek találhatók, amelyek a tanítás lényegét szemléltetik. Befejezésül ezekből mutatunk be néhány szemelvényt.

A király fiának esete: Egy elveszett gyermeket vadember nevel föl a fővárostól távoli erdőben. A fiú azt hiszi, hogy ő maga is vadember. Az egyik miniszter azonban kinyomozza az esetet és elmondja a fiúnak, hogy ő a király fia. Ettől kezdve a fiú királyfiként viselkedik. Ugyanígy a *bráhmin* gyermeke is fölismerheti önmaga valódi természetét.

Példázat az aranyrögről: Amint egy egészen kicsi aranyrögből is megtudhatunk mindent az aranyról, ugyanúgy Istenről tudva is megtudhatunk mindent a világról.

A *bráhmin*, aki *súdrák* között nevelkedik: Ha egy *bráhmint súdrák* nevelnek, úgy *súdrának* hiheti önmagát. Hasonlóan ha a *purusa* a *májá* (illúzió) fogságában van, azt képzelheti, hogy teste van.

A levágott kéz példázata: Ahogy a levágott kezet nem lehet többé visszargasztani, úgy a *prakrititől* való elkülönülés is örökre megszabadít.

A béka-asszony esete: Egy király az erdőben vadászat közben szép leánnyal találkozik és feleségül kéri. A leány hozzámegy, de kiköti, hogy soha ne enged-

jék őt vizet látni. Egyszer azonban az asszony vizet kér és a király ígéretéről megfélekezve hoz neki. Az asszony ekkor békává változik és eltűnik a tóban, mivel eredetileg a békakirály leánya volt. Ugyanígy tűnhet el az igaz tudás a feledékenység következtében.



JÓGA BÖLCSELET

A JÓGA CÉLJA ÉS LÉNYEGE

A *jóga* célja a *számkhja* bölcseletben kidolgozott elmélet gyakorlati megvalósítása. A *Bhagavad-Gítá* V/4) szerint nemcsak a tanult emberek, de még a gyermekek is képesek különbséget tenni a *számkhja* és a *jóga* között, akárcsak a szaktudás és a munka között.

A *jóga* ősi neve a hindu hagyományban *purátana*, amelyet *Krisna* tanított *Vivaszvatnak*, ez *Manunak*, utóbbi *Iksvákunak* és azután tőle tanulták a királyi bölcsek és adták tovább a tradíció útján. A módszer legfőbb útmutatója *Patanydzsali Jóga-Szútrája*, amely a *jóga* tanítását négy könyvben, összesen 195 aforizmába sűrítve adja elő.

A *jóga* szó a *judzs* igéből ered. Ez utóbbi jelentései: igába fog, hozzáerősít, összekapcsol, elkészít, működésbe hoz, végrehajt, teljesít, rögzít, odafordul, ráirányít, koncentrálni, birtokba vesz. A *jóga* szó néhány jelentése: leigázás, befogás, összetétel, elrendezés, erőfeszítés, összeillesztés, szorgalom, figyelem, fegyelem, szellemi elmélyedés.

A *Jóga-Szútra* I/2) verse így hangzik: „*Jógas-csitta-vritti-niródhah*”, vagyis: „A *jóga* a tudat tevékenységének és szétszórtságának a megfékezése”. A *niródhah* szó igen kemény megfékezési módot fejez ki, hiszen olyasmint jelent, mint pl. bezárás, leszorítás, fegyelmelés, elnyomás, elpusztítás, kiirtás, teljes és kizárólagos ellenőrzés. A *jóga* tehát a fegyelmetlenül csapongó tudat megfégyelmelése.

A *jóga* szó tehát elsősorban igát, leigázást jelent. Van azonban a szónak egy mellékjelentése is, nevezetesen: egyesítés, egyesülés, unió, és ez sok félreértésre ad lehetőséget. Éppen a félreértések elkerülése érdekében a *számkhja* és a *jóga* rendszerben az egyesítésre és egyesülésre nem a *jóga* hanem kizárólag a *szamjóga* szót használják. Nem teljesen megalapozott tehát az az érvelés, amely szerint a *jóga* célja valamiféle egyesülés, pl. az egyéni lélek és az Isten, vagy „világlélek” egyesítése lenne. Éppen ellenkezőleg! A *jóga* célja a különválasztás (*vijóga*), vagyis a *prakriti* és a *purusa* elkülönítése, vagy más néven az ún. *kaivalja*, ami nem más, mint a *prakriti*hez való kötődés teljes és végleges felszámolása.

Az európai irodalomban előforduló „egyesítés” típusú interpretáció egyik oka talán a *védántával* függ össze, amely irányzat a *számkhja* rendszer dualizmusával szemben monisztikus beállítottságú és az *Átman* és a *Brahman* egységét tanítja. Az egyesítés, mint célkitűzés azonban a *védánta* rendszerében sem szerepel, mivel ott éppen azt kell felismerni, hogy *Átman* és *Brahman* öröktől fogva azonosak, mindig is egyek voltak és ezért értelmetlen ezek egyesítésére törekedni.

Az európai orientalisták között találkozni olyan véleménnyel is, amely szerint a *jóga* és a *számkhja* egymásnak ellentmondó bölcséleti irányzat, hiszen a *jóga* Istenhívő, míg a *számkhja* ateista, sőt materialista jellegű. Ami a materializmus vádját illeti, ennek megalapozatlansága könnyen belátható. Valamennyi ortodox *védikus* iskola a világ végső lényegét kizárólag szellemi természetűnek tekinti és ezért az Európában meghonosodott nem éppen szerencsés terminológia szerint minden egyes *darsana*, tehát a *számkhja* is, kifejezetten „szubjektív idealista” beállítottságú. A *számkhja* tanítványok praxisát ismerve egyébként is nehezen volna hihető, hogy mint materialisták a világi örömtől elfordulva, önmegtartó aszkézissel igyekezzenek a szellemi megvilágosodás és üdvözülés elérésére.

Ami a teizmus-ateizmus kérdését illeti, kétségtelen, hogy az európai bölcséleti rendszerek esetében ez alapvető választóvonalat, mondhatni ideológiai lövészárkot jelent. Indiában azonban másfajta gondolkodásmód érvényesült. Itt valamennyi irányzat elismerte, hogy a végső valóság szellemi természetű, az azonban már másodrendű kérdésnek számított, hogy ez a végső szellemi lényegiség személyes teremtő Isten, személytelen kozmikus intelligencia, avagy valamilyen más, egyéb formában nyilvánul-e meg. A bölcséleti rendszerek elsősorban nem azt tanították, hogy milyen a valóság, hanem sokkal inkább azt, hogy hogyan lehet azt megismerni.

Ami a *jóga* hangsúlyozottan teista jellegét illeti, ebben a vonatkozásban leginkább a *Jóga-Szútra* I/23—24) versekre szokás hivatkozni, ahol *Patanydzsali* a megszabaduláshoz vezető egyik lehetséges útként említi az Isten (*Ísvara*) iránti odaadást (*pradhána*). *Ísvara* azonban itt nem világteremtő Isten, hanem *Ádi-purusa*, vagyis első és legmagasabb rendű *purusa*, akit soha nem érinthet semmiféle *karmikus* következmény. *Ísvara* különbözik a többi *purusától*, mert képes arra, hogy a többi *purusát* hozzásegítse a szabaduláshoz. *Ísvara* önmaga is végrehajtja a *prakritivel* való egyesülést és az attól való különválást, ám ezt nem tudatlanságból teszi, hanem a többi lény iránti szeretetből és könyörületességből, azért, hogy ily módon segíthesse őket a megszabadulásban. Ez azonban nem jelenti azt, hogy a többi lény mellőzheti a saját szellemi erőfeszítést. A szenvedés nem *Ísvara* büntetése, hanem *karmikus* következmény és a saját *karmájával* mindenkinek magának kell megbirkóznia.

Kapila nem vonta kétségbe a *jógik Ísvarára* vonatkozó meditatív tapasztalatait, azonban ezt nem tekintette olyan bizonyítéknak, amely kétséget kizáróan igazolná egy *Ádi-purusa* létezését. Másfelől *Patanydzsali* szerint is az *Ísvara* iránti odaadás csupán eszköz és nem cél. A végső cél a *purusa* megszabadulása.

A TUDAT MEGFEGYELMEZÉSE

Vizsgáljuk meg, mi is az a *csitta-vritti*, azaz tudati aktivitás, amit meg kell fékezni és le kell igázni. E kifejezésben a *csitta* magát a tudatot jelenti, vagyis a *manasz*, az *ahamkára* és a *buddhi* együttesét. A *csitta* szó a *csit* szótöből képződik, amely utóbbi jelentése: észlelni, figyelni, törődni, megérteni, megragadni, tudni, megtudni. A *csitta* tehát tudat a szó legáltalánosabb értelmében, magában foglalva a gondolkodás, képzelődés, emlékezés és értelem pszichikai képességeit. A *csitta* fegyelmezettségi szintje ötféle lehet:

- 1) *múdhá*, tompa, zavarodott, amelyben a *szattva* és a *tamasz* együttes hatása érvényesül;
- 2) *ksipta*, szétszórt, csapongó, amelyben mindhárom *guna* hatása egyszerre jelen van;
- 3) *viksipta*, izgatott, feszített, amelyben a *szattva* és a *radzsasz* együtt érvényesül;
- 4) *ékágra*, vagyis egyszempontú, koncentrált, amelyben a *szattva* vált uralkodóvá;
- 5) *niruddha*, lefogott, amelyben a *gunák* hatása már nem tud érvényesülni.

A *vritti* szó olyasmit jelent, mint működés, előfordulás, jelleg, állapot, tevékenység, funkció, hangulat, képződmény.

A *csitta-vritti* tehát egyszerre jelent tudattartalmat és tudati tevékenységet. A hindu gondolkodásmód szerint ezek nem különbözőek, hiszen statikus dolgok egyáltalán nem is létezhetnek: minden folytonosan mozog, működik. A tudattartalom nem más, mint a tudat aktív működése által létrehozott jelenség.

Kaczvinszky a *csitta-vritti* fogalmát így írja körül: „az elmében lezajló alakulások”.

A *Jóga-Szútra* szerint ötféle *csitta-vritti* ismeretes:

- a) *pramána* = helyes megismerés;
- b) *viparjaja* = téves megismerés, vagyis a fentebbi ellentéte;
- c) *vikalpa* = fantázia, képzelődés;
- d) *nidrá* = álom, alvás;
- e) *szmriti* = emlékezés.

A *csitta-vrittiket* elő lehet idézni szándékosan, de felmerülhetnek spontán módon is.

A *pramána*, vagyis a helyes és igaz megismerés a *jóga* szerint háromféle:

- 1.1) *pratjaksza*, azaz személyes tapasztalás;
- 1.2) *anumána*, vagyis következtetés;
- 1.3) *ágama*, vagyis *védikus* kinyilatkoztatás, amit más irányzatokban *sabdának* neveznek.

A *vikalpa*, vagyis a képzelődés üres, lényegiség nélküli és megalapozatlan tudattartalmak felmerülése, illetve képződése, amelyek az *indriják* (érzékelő és cselekvő szervek) közreműködése nélkül jönnek létre.

A *szmríti* vagyis az emlékezés a korábban tapasztalt dolgok ki nem alvása és el nem engedése.

A *viparjaja* és a *nidrá* Kaczvinszky értelmezése szerint összetett *vrittik*. Szerinte a *viparjaja* vagyis a téves megismerés a *pramána* és a *vikalpa* kombinációjából áll elő, amennyiben a helyes megismerést a hozzáadott üres képzelődés eltorzítja. A *nidrá* pedig a *vikalpa* és a *szmríti* kombinációja, amennyiben az alvás és álmodozás során a fantázia keveredik az emlékezéssel.

Hangsúlyozni kell, hogy a *vrittiket* nem a *csitta* tapasztalja, hanem maga a *purusa*. A *csitta* a *prakriti* terméke, amelynek hullámozásába beletekintve a *purusa* önmaga különféle tükröződéseit tapasztalja. Ahhoz, hogy a tükörben megpillanthassa a valódi önmagát, a hullámoknak el kell csitulnia. Ezért kell a *vrittiket* megfékezni, elnyomni és felszámolni. A *vrittik* megszüntetésének, vagyis a tudatműködések megfékezésének két alapvető módja van:

- 1) *Abhjásza*, aminek a jelentése: ismétlés, gyakorlás, fegyelem, szokás, tanulás. Ez fegyelmezett, elszánt és kitartó gyakorlást jelent, rendszeres szellemi erőfeszítést, amely az eredményeket fokról fokra megszilárdítja.
- 2) *Vairágja*, aminek a jelentése: vágnélküliség, szenvedélymentesség, elfordulás, a világi dolgok iránti közömbös felülemelkedettség, a mohó vágyak uralásának a képessége.

E két tényező egymást feltételezi. A szenvedélymentességet állandó, rendszeres gyakorlással lehet elmélyíteni és megszilárdítani, miközben ez maga a gyakorlás előfeltétele. A két tényező közül az *abhjásza* inkább eszköz, a *vairágja* pedig inkább cél. A *vairágja* megvalósítása azt jelenti, hogy az ember nem a vágyainak a rabszolgája. Más szóval: mivel a test pusztulásra van ítélve, a *purusa* pedig, akit a testhez csupán a *karma* köt, elpusztíthatatlan, el kell érni, hogy a *purusa* ne szolgálja, hanem ura legyen a testnek. A *vairágja* nemcsak a külső dolgok iránti testi vágy felszámolását jelenti. A belső, szellemi természetű célok iránti vágyat is meg kell szüntetni. A teljes megszabadulás érdekében még a megszabadulás iránti vágyat is teljesen ki kell küszöbölni.

ལྷ་མོ་དབྱངས་ཅན་མ།

A SZELLEMI ELMÉLYEDÉS

A tudat megfigyelmezése nyomán jöhet létre a szellemi elmélyedés, az ún. *szamádhi*, amely nem valamiféle önkívületi állapot, hanem az éber figyelem elfordítása a külvilágtól.

A *jógában* két alapvető szellemi elmélyedési szint ismeretes:

- 1) *szampradnyáta-szamádhi*;
- 2) *aszampradnyáta-szamádhi*.

1) SZAMPRADNYÁTA-SZAMÁDHI

A felszín mögötti valóságot megismerő elmélyedés. Ezen a szinten a következő tényezőket lehet tapasztalni:

- a meditációs tárgy megragadása;
- a meditációs tárgy megtartása;
- elragadtatott, üdvözült örömrészlet és;
- a létérzet megtisztult formája.

2) ASZAMPRADNYÁTA-SZAMÁDHI

A megismerésen túli elmélyedés, amely akkor állhat be, ha a *szampradnyáta-szamádhi* szintű egy pontú koncentráció során a meditációs tárgyat elejtjük és ezzel a megismerési folyamatot megszüntetjük. Az *aszampradnyáta-szamádhi* szinten mindenféle tudati aktivitás (*vritti*) kiküszöbölődik. Ezt az állapotot akarattal nem lehet előidézni, csak az akarat teljes megszüntetésével. Eléréséhez évekig, vagy évtizedekig tartó kitartó gyakorlással lehet eljutni abban a szerencsés esetben, ha más, többnyire *karmikus*an determinált kedvező feltételek is teljesülnek. Az *aszampradnyáta-szamádhi* azonban rövid pillanatokra mindenkinél előfordul. Ez a tudatállapot ugrásszerű megváltozásakor léphet fel, mint amilyen például az elalvás pillanata. A négy alapvető tudatállapot, amelyek közötti állapotváltozáskor az *aszampradnyáta-szamádhi* egy-egy pillanatra magától létrejöhet, a következő:

- *dzságrat* = ébrenléti állapot;
- *szvapna* = álommal kísért alvás;
- *szusupti* = álom nélküli alvás, azaz mélyalvás, vagy kóma;
- *turija* = a durva fizikai test halálát követő tudatállapot.

Patanydzsali szerint az univerzumban léteznek olyan (fizikai test nélküli) lények, akik számára *karmikus* adottságaik folytán az *aszampradnyáta-szamádhi*

természetes, megszokott és magától értetődő állapot. Az emberi létsíkon azonban az *aszampradnyáta-szamádhi* csak a következő *szampradnyáta* tényezőkön keresztül közelíthető meg:

- *sraddhá* = hit, bizalom, odaadás;
- *dháraná* = összpontosítás, koncentráció;
- *dhjána* = meditáció;
- *szamádhi* = elmélyedés;
- *pradnyá* = bölcsesség.

Patanydzsali az *aszampradnyáta-szamádhira* törekvő *jógi* három típusát említi attól függően, hogy a törekvés lágy, közepes, vagy erőteljes jellegű-e. E módzatok közelebbi mibenlétére vonatkozóan azonban a *Jóga-Szútra* nem közöl további adatokat, ezért feltételezhető, hogy az erre vonatkozó tanítást kizárólag személyes szóbeli közlés útján adták tovább.

Az *aszampradnyáta-szamádhi* elérésének további módja az *Ísvara* iránti *pranidhána*, amely utóbbi szó jelentése: odafordulás, odaadás, neki szentelődés, rögzülés, belépés, erőfeszítés, elmélyülés, odafigyelés. A *pranidhána* azt a törekvést fejezi ki, amellyel igyekszünk átélni az *Ísvara Ádi-purusa* tudatállapotát, és azzal azonosulni. *Ísvara* lényegét a *pranava* szó fejezi ki. Ez a szent *AUM* (általában *ÓM*-nak ejtett) szótag megnevezése. *Rajendralal Mitra* szerint az *AUM* szó megfelel az ősi héber *ÁMEN*-nek. Az *AUM* szótag ismételtetése megtisztítja a tudatot, közelebb visz *Ísvarához* és elősegíti a befelé fordulást, a *purusa* önmagára találását.

A meditációt csak tiszta tudatállapotban szabad gyakorolni, amikor a különböző akadályok, tudati zavarok és tisztátalanságok, amelyek neve *csitta-viksépa*, nem zavarják meg a meditációt. A kilencféle *csitta-viksépa* a következő:

- 1) testi, vagy lelki betegség, diszharmónia;
- 2) butaság, korlátoltság;
- 3) kétség, tétovaság, határozatlanság;
- 4) hanyagság, szórakozottság;
- 5) tunyaság, enerváltság;
- 6) élvezetvágy;
- 7) hamis tudás, téves fogalmak;
- 8) bizonytalanság, szkepticismus;
- 9) állhatatlanság, a kitartás hiánya.

Ha meditáció előtt a fenti tudati szennyeződések nem küszöböljük ki, negatív kísérőjelenségek léphetnek fel:

- 1) szenvedésérzés;
- 2) lehangoltság;
- 3) nyugtalanság és testi remegés;
- 4) légzési zavar.

Patanydzsali a zavaró tényezők kiküszöbölésére a *buddhisták* által is gyakorolt *brahmavihára* gyakorlatokat javasolja. A *brahmavihára* szó jelentése: isteni állapot, isteni ösvény, vagy út. Szó szerint fordítva: „az istenek lakóhelye”. A *brahmavihára* gyakorlat az alábbi négy tudatállapot megvalósítására irányul:

- 1) *maitrí*;
- 2) *karuná*;
- 3) *muditá*;
- 4) *upéksá*.

Ezek részletesebb magyarázata a következő:

MAITRÍ

Szó szerinti jelentése: szeretet. A *maitrí* olyan önzetlen szeretetet és jóindulatot jelent, amely nem akar a másik lénytől semmit, nem akarja őt birtokba venni, átnevelni, megjavítani, a saját képére átformálni, akarata ellenére mindenáron megsegíteni, megmenteni, megváltani abból az alapállásból, hogy „én jobban tudom, hogy mi a jó neked és azt rád is kényszerítem”. A *maitrí* azt jelenti, hogy a másikat elfogadjuk olyannak, amilyen, mégpedig a hibáival együtt.

A *maitrí* gyakorlását önmagunkon kell elkezdeni. Ez azt jelenti, hogy elképzeljük magunkat, mint külső személyt, akit kívülről szemlélünk, tudatosítjuk a jó és rossz tulajdonságait és igyekezzünk leküzdeni természetes ellenszenvünket, megpróbáljuk elfogadni és megszeretni. Ha ez nehézségbe ütközik, akkor először egy régebbi, például gyermekkori önmagunkkal próbálkozhatunk, fokozatosan közelítve a jelen felé.

A gyakorlat nem könnyű. Sok ember ilyenkor döbben rá, hogy tulajdonképpen mennyire utálja saját magát és hogy ezt az ellenszenvet vetíti ki azután a külső világra, ellenségként beállítva a többi lényt. Az önmagunkra irányított *maitrí* gyakorlat a *brahmavihára* első, de egyben kulcsfontosságú lépése, amelynek eredményes megoldása előtt a továbblépés lehetetlen. Ha hetekig, vagy hónapokig tartó gyakorlás után végre sikerül elfogadnunk önmagunkat, akkor lehet csak áttérni a következő lépésre.

A második lépésben a *maitrí* tárgya egy hozzánk közel álló, szeretett és tisztelt személy. Olyan személyt kell választani, aki iránt az érzéki vágy lehetősége nem merülhet föl, mert ellenkező esetben a *maitrí* egyik alapvető kritériuma, ti. az önzetlenség nem tud teljesülni. Arra is ügyelni kell, hogy ne olyan személyt válasszunk, aki már nem él. A tapasztalat szerint halott személyre irányuló *maitrí*-meditáció esetén zavaró tudattartalmak merülhetnek fel, amelyek kizöklentik az embert az elmélyedésből.

A harmadik lépésben a *maitrí* tárgya közömbös személy, a negyedikben pedig olyan személy, aki ellenszenves. Figyelemre méltó tapasztalat, hogy az ellenszegenken végzett *maitrí*-gyakorlat esetén gyakran az ellenséges viszony tényleges

megszűnése is bekövetkezik. Beiktatható még egy ötödik lépés is, amelynek során a *maitrí* érzését fokozatosan kiterjesztjük az univerzumban létező összes élőlényre.

KARUNÁ

Jelentése: együtt érző részvét. Itt nem érzélgős sajnálkozásról van szó. A *karuná* mások szenvedésének őszinte átélése, amellyel együtt jár az a készség, hogy megértsük a szenvedő személy helyzetét és készek legyünk rajta ellenszolgáltatás nélkül segíteni. Nagyon lényeges szempont, hogy csak olyan segítségről lehet szó, amire a szenvedő személy valóban igényt tart! Az is fontos, hogy a segítségért cserébe fel se merülhessen bármiféle ellenszolgáltatás lehetősége, vagy elvárása. Még arról a sikerélményről is le kell mondani, amit annak tudata jelent, hogy »milyen jó ember is vagyok én, milyen segítőkész vagyok«. Hangsúlyozni kell, hogy ez meditációs gyakorlat, tehát nem a fizikai valóságban végrehajtott segítségről van szó, hanem az ehhez tartozó tudatállapot megjelenítéséről és átéléséről. Az eredményes *karuná* meditációnak feltétele azonban, hogy a valóságos mindennapi életben is folyton bennünk legyen a mások iránti együttérzés és segítőkészség. A *karuná*-gyakorlatot is célszerű az előzőhöz hasonlóan négy, vagy öt fázisban végezni, első lépésként olyan lényt választva, akinek szenvedése nagyon heves és nyilvánvaló.

MUDITÁ

Jelentése: együttörülés. Az a tudati beállítódás, amely mellett őszintén örülni tudunk mások sikerének. A *muditá* fő célja az irigység, mint tudati szennyeződés kiküszöbölése. A *muditá* az, amikor őszintén örülni tudunk annak, hogy egy sportversenyt az ellenfelünk nyert meg, mert ő volt a jobb, vagy annak, hogy egy tehetséges kollégánk fizetésemelést kapott. A *muditá* nagyon nehezen megvalósítható tudatállapot, különösen a mai, hangsúlyozottan versenyszellemű világban. Az előzőekhez hasonlóan ezt a gyakorlatot is négy, vagy öt fázisban végezzük.

UPÉKSÁ

Jelentése: felülemelkedettség. Részint a saját földi sorsunk és szenvedésünk iránti rendíthetetlen közömbösségről van szó, részint a más lényekkel kapcsolatos semleges, érdek és részrehajlás nélküli attitűdről. Az *upéksá* gyakorlatok teszik képessé a *jógit* arra, hogy felszámolja a saját halálfélelmét, és el tudja viselni bármiféle megpróbáltatást.

A *brahmavihára* gyakorlatok célja nem önző. A *jógit* meg vannak győződve arról, hogy az ennek során kifejlesztett tudatállapotok szétsugárzódnak a többi *purusa* felé és segítenek abban, hogy kevesebb szenvedés legyen a világban.

A tudat megtisztításának további módszerei a következők:

- 1) légzésszabályozás;
- 2) egyetlen tárgyra történő figyelem-összpontosítás;
- 3) a figyelt tárgy elejtése és ezzel a *purusa* figyelmének önmagára irányítása;
- 4) a szenvedélymentességre és a vágyott dolgokhoz való kötődés megszüntetésére történő összpontosítás;
- 5) az alvás és álom állapotának tudatosítása (álom-*jóga*);
- 6) bármely egyéb tudattartalom figyelése.

A tudat megtisztítását követi a tényleges meditáció, amelynek két fő szintjét már említettük.

Az első szint a felszín mögötti valóságot megismerő meditáció, vagy *szampradnyáta-szamádhi* amelynek a *prakriti* bármely megnyilvánulása a tárgya lehet, vagyis minden olyan témára kiterjedhet, ahol léteznek olyan fogalmak, mint kicsi és nagy, tér és idő stb. Nem szabad azonban olyan meditációs témát választani, amely vágyaink tárgya lehetne. A felszín mögötti valóságot megismerő meditációnak (*szampradnyáta-szamádhi*) négy típusa van:

- 1) *szavitarka szamádhi*;
- 2) *nirvitarka szamádhi*;
- 3) *szavicsára szamádhi*;
- 4) *nirvicsára szamádhi*.

1) *Szavitarka szamádhi*

A *vitarka* szó megközelítő jelentése: feltevés, találgatás, elképzelés. A *szavitarka* szó jelentése: elképzeléssel, fogalommal rendelkező. A *szavitarka* fokozaton a dolgok másmilyennek mutatkoznak, mint hétköznapi tudatállapotban. A mögöttes valóság részlegesen feltárul, ám még megmarad a szubjektum és objektum külön létezése és a dolgok valóságosnak tűnő jellege.

2) *Nirvitarka szamádhi*

Vitarka nélküli elmélyedés. A tudat itt elveszíti szubjektivitását, az énség-érzet megszűnik és a tudatban csak a tárgy megismerése van jelen. A tárgy teljesen kiüresedik, és eredeti lényegiségét mutatja. A *nirvitarka szamádhi* jellegzetessége a magas fokú belső éberség és a nagymértékben kitisztult tudat.

3) *Szavicsára szamádhi*

4) *Nirvicsára szamádhi*

Ezek a *szavitarka* és *nirvitarka* típusok analógiái azzal az eltéréssel, hogy a meditációs tárgy finom, szubtilis. Szubtilis tárgynak ebben az esetben a *számkhja*

bölcséletben szereplő első 24 „olyanság” (*tattva*) tekintendő, a saját *purusa* azonban már nem! Maga a *purusa* egyébként nem is szubtilis tárgy, mert ennek természete sem szubtilis, sem pedig nem-szubtilis. Mivel teljesen különbözik a teremtő szellemiségtől (*prakriti*), reá ezt a fogalmat nem is lehet alkalmazni. Minden egyéb, fel nem sorolt meditációs téma vagyis mindaz, ami az öt érzék és az elme (*manasz*) segítségével észlelhető, még a gondolatok is, a durva tárgyak kategóriájába tartozik, s így legfeljebb csak a *szavitarka*, vagy *nirvitarka* típusú meditációnak lehet a témája. A saját *purusa* viszont kizárólag az *aszampradnyáta-szamádhi* „tárgya”, már amennyiben a „tárgy” megjelölés még egyáltalán megengedhető.

A *szampradnyáta-szamádhi* másik megnevezése: *szabídzsa-szamádhi*. A *bídzsa* szó jelentése: mag, csíra. Így *szabídzsa* annyit jelent, mint maggal rendelkező. Ez arra utal, hogy az elmélyedésnek itt még van tárgya, s így a *purusa* még mindig valami mást szemlél és nem önmagába mélyed.

A megismerésen túli elmélyedés (*aszampradnyáta-szamádhi*) másik neve viszont *nirbídzsa-szamádhi*, azaz mag nélküli elmélyedés, amennyiben ebben az esetben a *purusa* elfordul a *prakrititől* és felismeri önmagát. Ennek az elérését nem lehet siettetni. Gyakorolni csupán a *szampradnyáta-szamádhit* lehet, s meg kell várni, amíg a gyümölcs, vagyis az *aszampradnyáta-szamádhi* magától beérik.

Az *aszampradnyáta-szamádhi* beálltakor a meditációs tárgy szerkezete szinte elpárolog, elolvad és felszívódik a *prakritibe*. Ilyenkor nem beszélhetünk többé megismerésről, mivel nincs többé tárgy, amire megismerés irányulhatna. A *purusa* ebben az állapotban önmagában van. (A *jóga* szóhasználatában „tárgy” csak olyasmi lehet, ami más, mint a *purusa*).



A JÓGA NYOLC FOKOZATA

A jóga végső célja a *purusa* megszabadítása a *prakrititől* való elkülönülés útján. Ennek érdekében fel kell számolni a *prakriti*hez láncoló tudati tényezőket, az ún. *klésákat*. Ezek a következők:

- 1) *avidjá*, vagyis tudatlanság, hamis tudás, a valóság félreismerése és félremagyarázása;
- 2) *aszmitá*, szubjektivitás, én-érzet, az ego uralma a *purusa* felett;
- 3) *rága*, vágy, szenvedély, sóvárgás, mohóság;
- 4) *dvésa*, taszítódás, ellenszenv, gyűlölet;
- 5) *abhinivésa*, kötődés, vonzalom, ragaszkodás a *prakriti* által teremtett jelenségvilághoz.

A *klésák* felszámolása érdekében a jóga három fő módszert alkalmaz:

- 1) *tapasz*, vagyis önmegtagadás, az ego-ról való lemondás, az *ahamkára* által létrehozott személyiség feladása;
- 2) *szvádhjája*, azaz önnevelés, amelynek során önmagunkat átalakítva hasonlóvá igyekszünk válni valamilyen példaképhez;
- 3) *pranidhána*, vagyis az *Ísvara* iránti odaadás, neki szentelődés, törekvés az *Ísvara* tudatállapot személyes tapasztalására.

A *klésák* felszámolása történhet erőszakos, vagy szelíd módszerrel. Az erőszakos módszer a vonatkozó tudati tényező, illetve zavaró tudattartalom erőszakos elfojtását, elnyomását jelenti. A szelíd módszer alkalmazásakor a zavaró tudattartalmat mint valami tőlünk független tárgyat vesszük szemügyre, s érzelmentes megfigyelés tárgyává tesszük, aminek következtében az elveszíti érzelmi töltését és elnyugszik.

Ha sikerülne valamennyi *klésa* végleges és teljes felszámolása, akkor ezzel el is érnénk a megszabadulást. A feladat azonban nagyon nehéz. Ezért a jóga ezt nyolc fokozaton keresztül kívánja megvalósítani. A nyolc fokozat nem csupán azt jelenti, hogy ezeket egymás után rendre meg kell valósítani, hanem azt is, hogy valamennyi fokozatot párhuzamosan és rendszeresen gyakorolni kell. A gyakorlás az első két fokozattal veszi kezdetét, majd ehhez adódnak hozzá rendre az újabb fokozatok, míg végül mind a nyolcat párhuzamosan gyakoroljuk. A nyolc fokozat a következő:

- 1) *jama* = erkölcsi tilalmak;
- 2) *nijama* = erkölcsi kötelességek;
- 3) *ászana* = sajátos testhelyzetek;
- 4) *pránájáma* = légzésszabályozás;
- 5) *pratyáhára* = a tudat visszavonása a külvilágról;
- 6) *dháraná* = koncentráció, szellemi összpontosítás;

7) *dhjana* = szellemi elmélyedés, meditáció;

8) *szamadhi* = a szellemi elmélyedés olyan szintje, amelyben az észlelés alanyának és tárgyának egysége tapasztalható.

Az utolsó három fokozat együttes neve: *szamjama*, aminek a jelentése ugyancsak önkontroll, elmélyedés, meditáció, azonban az előzőeknél általánosabb értelemben.

JAMA

Az öt *jama*, vagyis a *jóga* ötféle erkölcsi tilalma:

- *ahimszá* = nem ártás. Nemcsak a jógának, hanem valamennyi *darsánának* és a *buddhizmusnak* is a legalapvetőbb erkölcsi követelménye az, hogy ne pusztítsunk el más lényeket és ne okozzunk nekik semmiféle szenvedést;
- *szatja* = a hazugság kerülése, vagyis őszinteség és igazmondás. A *jógi* általában nem sokat beszél, s ha mégis szól, akkor ügyel arra, nehogy valótlanságot mondjon, különösen, ha ezzel ártana valakinek;
- *asztéja* = a lopás kerülése, mások javainak el nem tulajdonítása. Ez a tilalom azt fejezi ki, hogy soha, semmilyen körülmények között ne vegyük el azt, amit nem önként adtak oda;
- *brahmacsarja* = A paráználkodás kerülése, vagyis erkölcsi tisztaság. E tilalom gyakorlati értelemben egészen a teljes önmegtartóztatásig terjedhet attól függően, hogy a tanítvány a *jóga* melyik irányzatát követi;
- *aparigraha* = a vagyonhoz, tulajdonhoz való ragaszkodás tilalma. Az egyéni tulajdonhoz való görcsös ragaszkodás hátráltatja a szellemi fejlődést és akadály a megszabadulás elérésének. Hangsúlyozni kell, hogy nem maga a gazdagság az akadály, hanem a gazdagsághoz való kötődés, vonzódás és ragaszkodás.

Az öt *jama* gyakorlati megvalósításához naponta elmélkedés tárgyává kell tenni e szabályokat, s ennek során fel kell idéznünk, hogy hol sértettük meg valamelyik követelményt. Az erkölcsi követelményekbe ütköző gondolatok felbukkanása esetén meg kell kísérelnünk teljes szemlélettel azok ellenkezőjét átélni. Aki valamelyik *jamát* a gyakorlatban is, tudata teljes mélységéig megvalósította, és sikerült az azzal ellentétes gondolati impulzusoknak még a felbukkanását is felszámolnia, az tapasztalhatja ennek gyümölcsseit. *Patanydzsali* tanítása szerint például megszűnik minden ellenségeskedés annak jelenlétében, akiben megszilárdul az *ahimszá* elve, s közvetlenül megismeri a lét keletkezésének okát az, aki megvalósította az *aparigrahát*.

NIJAMA

Az öt *nijama*, vagyis erkölcsi követelmény:

- *saucsa* = tisztaság. Ez nem más, mint idegenkedés a testi létezésről és más testekkel való érintkezéstől, s vonzódás a magasabb rendű szellemi lét iránt.

Ez a szattvikus tényező túlsúlyba kerülését jelenti a tudatban, aminek a hatása: fokozott harmónia, koncentráltóság és az érzékek feletti uralom;

- *szamtósa* = meglegedettség, a sorsunk elfogadása. Eredménye: derű és boldogság;
- *tapasz* = aszkézis, önmegtagadás, ami hozzásegít a tisztátalanságok megszüntetéséhez és bizonyos különleges képességek kialakulásához;
- *szvadhjája* = önnevelés, önfejlesztés, amelynek során igyekszünk hasonlóvá válni a példaképül választott személyhez;
- *pranidhána* = *Ísvara* iránti önfeláldozó odaadás, aminek a segítségével elérhetjük a *szamádhi* állapotát.

ÁSZANA

A szó jelentése: »testhelyzet«. A hindu mitológia szerint *Síva* isten nyolcvannégyezer testhelyzetet próbált ki, hogy kiválassza közülük azokat a biztonságos és kényelmes pozíciókat, amelyek a *jógik* számára megfelelőek. Az európai ember a *jógik* által gyakorolt *ászanákat* általában nem tartja kényelmes helyzetnek. Hogy a testhelyzet kényelmes voltát megértsük, elvégezhetünk egy kísérletet. Helyezkedjünk el egy puha fotelben minél kényelmesebben és próbáljunk a kiválasztott helyzetben 30-40 percig mozdulatlanul maradni. Rövidesen tapasztalni fogjuk, hogy a helyzetünk valójában kényelmetlen.

A teremtett világban mindenféle létezési forma alapvetően szenvedés jellegű. Ez vonatkozik a testhelyzetekre is. Minél tovább maradunk ugyanabban a pozícióban, annál inkább érezni fogjuk az illető helyzethez tapadó szenvedést. Hogy ezt elkerüljük, folytonosan izgunk-mozgunk, állandóan újabb és újabb helyzeteket veszünk fel. A *jóga ászanák* jellegzetessége, hogy ezek szenvedés-jellege az átlagosnál mérsékeltebb, vagyis ezekben a helyzetekben — amennyiben valaki megtanulja és begyakorolja azokat — viszonylag tartósan lehet mozdulatlanul időzni, ami kedvező feltételt teremt a szellemi elmélyedéshez.

Egy-egy *ászana* gyakorlat három lépésből áll:

- a végrehajtandó gyakorlat képzeletbeli elvégzése;
- a gyakorlat végrehajtása, amennyire erőltetés nélkül lehetséges;
- a végrehajtott gyakorlat felidézése, az átélt tapasztalatok tudatosítása.

Az *ászanák* végrehajtása során mindenfajta erőlködést kerülni kell. Ha azonban a fenti három lépést rendszeresen gyakoroljuk, azt fogjuk tapasztalni, hogy a gyakorlat szinte magától tökéletesedik, és amire kezdetben képtelenek voltunk, azt egyre könnyebben meg tudjuk valósítani. Úgy is mondhatnánk, hogy a lehetséges és lehetetlen közötti határ kis lépésekben fokról fokra eltolódik, és ez is megerősíti a tanítványt abbéli meggyőződésében, hogy a kitűzött végső cél vagyis a megszabadulás is idővel elérhetővé válik.

Az *ászana* gyakorlatok közvetlen célja a testi és szellemi ellazultság, oldottság állapotának elérése. Ez alapozza meg a további fokozatokat.

PRÁNÁJÁMA

A légzés szabályozása. A lélegzés az a testi funkció, amely öntudatlanul is működik, de tudatosan is befolyásolható. Ezért különösen alkalmas lehet arra, hogy ezen keresztül kiterjesszük uralmunkat az öntudatlan testi működésekre. A *pránájama* azonban több mint a test feletti uralom eszköze. A lélegzéssel nemcsak levegőt szívunk be és fújunk ki, hanem befolyásoljuk a szubtilis testhez tartozó erőközpontokat, illetve örvényléseket, az ún. csakrákat. A *pránájama* legfontosabb célja azonban a tudati szennyeződések és zavaró tényezők kitisztítása, vagyis a meditációra való felkészülés.

PRATJÁHÁRA

Az érzékek és a tudat visszavonása a külvilágról a figyelem befelé fordítása révén, továbbá az *indriják* (érzékelő és cselekvő szervek) feletti uralom megszerzése. Az egyes érzékeknek a külvilágtól való elfordítása öt lépésben történik, amelyek során rendre megszüntetjük a szaglás, ízlelés, látás, tapintás és hallás külvilághoz való kapcsolódását. Ez a gyakorlatban a test egy-egy alkalmas pontjára irányuló, kitartó figyelem-összpontosítással történik. Így például a szaglás uralásához az orrhegyre, a látás feletti uralom megszerzéséhez a szájpadrás tetőpontjára, a tapintás ellenőrzéséhez pedig a nyelv belsejére történik a figyelem koncentrációja. A *pratjáhára* gyakorlatok során az érintett érzékszerveknél különféle észlelési élmények tapasztalása léphet fel. Az ezekhez való kötődést, illetve ismételt előidézésükre való törekvést azonban kerülni kell, mivel a gyakorlat célja nem élmények szerzése, hanem a következő fokozat, vagyis a szellemi koncentráció előkészítése.

DHÁRANÁ

Koncentráció, szellemi összpontosítás. Ez már tulajdonképpen az általánosabb értelemben vett meditáció, vagyis a *samjama* első fokozata, amelyben a tudatnak olyan mértékű fegyelme valósul meg, hogy a figyelem tartósan egyetlen érzelmileg közömbös dologra irányul, miközben az egyéb zavaró tudattartalmak, indíttatások (*szanszkárák*) fokozatosan elcsillapodnak. A kiválasztott meditációs tárgyat felülemelkedett egykedvűséggel, semleges attitűddel kell szemlélni.

DHJÁNA

Szubtilis megismerő elmélyedés, meditáció. Ez a *samjama* második fokozata. Elsajátításához tanítómester személyes útmutatása szükséges.

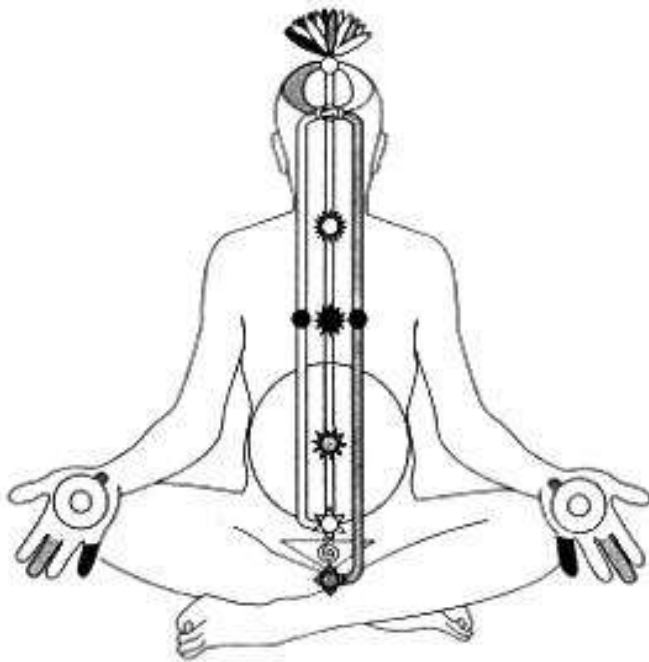
SZAMÁDHI

A megismerő típusú meditáció legfelső szintje, amelynek jellemzője az *ékágratá* vagyis a teljesen egy pontú tudatállapot. Ilyenkor az egyetlen célpont kivételével valamennyi zavaró tudattartalom (*szanszkára*) kiküszöbölésre kerül.

A meditáció tárgya mindhárom *szamjama* fokozaton azonos, vagyis e három szint ugyanazon meditáció különböző elmélyültségi fokozatait képviseli. Feltételezhető, hogy ebben a csoportosításban *szamádhí* alatt *Patanydzsali* kifejezetten csak a *szampradnyáta-szamádhí*t érti, mivel a *Jóga Szútra* III/8) verse szerint mind a három *szamjama szabídzsa* jellegű. A *nirbídzsa* jellegű *aszampradnyáta* szint olyan gyümölcs, amely előbb-utóbb magától bekövetkezhet ugyan, szándékosan elérni azonban nem lehet. Így ezt a megtervezhető gyakorlatok közé sem lehet besorolni.

A magasabb fokozatok gyakorlása során mindig gyakorolni kell a megelőző fokozatokat is. Vagyis az a gyakorlatsor, amelynek során a *jógi* esetleg eljut a *szamádhí* állapotába, a következő lépésekből áll:

Elmélkedés, kontempláció az öt *jama* és az öt *nijama* felett, önvizsgálattal. Ezután *ászana* és *pránájáma* gyakorlatok következnek, majd a *pratjáhára* fokozatot követően áttérés a *szamjama* első fokozatára, a *dháranára*. Hogy innen a *jógi* mennyire jut tovább, az már nem jósolható meg. Hangsúlyozni kell azonban, hogy nincs semmiféle teljesítmény-kényszer. Éppen ellenkezőleg! Minden erőszakos akarás csak akadály lehet. Az *aszampradnyáta* szintet az fogja valaha is elérni, aki tökéletesen felszámolja magában még azt a vágyat is, hogy az *aszampradnyáta szamádhí*t elérje.



A KÜLÖNLEGES KÉPESSÉGEK ÉS A MEGSZABADULÁS

Egy hindu legenda szerint egy barlanglakó remete előtt megjelent egy istenség és megkérdezte, milyen eredményeket ért el húszévi kitartó és fáradhatatlan önsanyargató aszkézis után. A remete nem akarván szégyenben maradni, azt felelte: „Minden valósággá válik, amire rá gondolok!” „Úgy legyen!” válaszolta az istenség és eltűnt. A remete nagy szerencsének tartván az ajándékba kapott képességet, kényelmes bútorokat, terített asztalt, finom ételeket képzelt maga elé és ezek ott is teremttek. Ezután jóllakottan leheveredett és a mennyezetet nézegetve eszébe jutott, mi lenne, ha az leszakadna. A következő pillanatban a barlang összeomlott és halálra sújtotta a derék aszkétát. A tanulság: ne akarjon valaki mindenható lenni, ha arra sem képes, hogy megfegyelmezze a saját gondolatait.

Patanydzsali szerint aszkézissel és a *jóga* magasabb fokozatainak gyakorlásával különleges képességek (*sziddhik*) is kifejleszthetők. Pontosabban: az emberben potenciálisan meglévő képességek megnyilvánulása előtt álló akadályok eltávolíthatók. Ilyen képességek például a múlt és a jövő ismerete, a nem emberi lények beszédének megértése, előző életek ismerete, más lények tudatának megismerése, emberfeletti erő birtoklása, rejtett és távoli dolgok megismerése, a világegyetem megismerése, a test működésének megismerése, az éhség és szomjúság megszüntetése, az élettelen tárgyak feletti uralom képessége stb.

Patanydzsali óva inti a tanítványt attól, hogy szándékosan ilyen képességekre törekedjen, vagy ilyen képességek spontán kialakulása esetén öröm, büszkeség, kötődés és ragaszkodás alakuljon ki benne, mert ez a végső cél elérésének az akadályává válna. A cél nem az, hogy uralkodjunk a *prakriti* által létrehozott jelenségvilágon, hanem az, hogy attól megszabaduljunk.

A megszabadulás a *jóga* szerint is a tudás segítségével lehetséges, hiszen a kötődés oka a nem-tudás, illetve a hamis tudás. Ezt fejezi ki az *aszmitá* kifejezés, aminek a jelentése: énség-érzet, éntudat, szubjektivitás, ami azonban nem azonos az *ahamkárával*. *Aszmi* azt jelenti: vagyok, az *aszmitá* pedig nem más, mint az összetévesztése annak, ami vagyok és annak, ami nem vagyok.

Az *aszmitá* ellentéte a megkülönböztetés, vagyis a *vivéka*, ami nélkül nem lehetséges a tökéletes szellemi elkülönülés és szabadság, amely utóbbi neve a jógában *kaivalja*. A *prakrititől* való elkülönülés állapotában a *purusa* meditációjának tárgya önmaga és ezzel a *prakritihez* való minden kötődés teljesen megszűnik. A *kaivalja* állapotába eljutott *jógi* cselekedetei *karmikus* szempontból már közömbösek és nem hoznak létre új következményeket.

A megszabaduláshoz vezető út utolsó szakaszában feltárul a teremtett világ valódi természete, jelenszűrűsége és lényegi belső üressége. Ennek során a dolgok először megmutatják összetevőiket (a *dharmákat*), majd az ezeket alkotó

három minőségi összetevő (*guna*) jelenléte válik nyilvánvalóvá. Végül az is feloldódik, szertefoszlik és megszűnik létezni. A *purusa* önmagában marad, és önmagát szemléli.

Az idők folyamán a *jóga* több változata alakult ki, amelyekben ugyanazt a célt eltérő módszerekkel igyekeztek megközelíteni. Néhány fontosabb irányzat:

Karma-jóga

A tudat megtisztítását pozitív karmikus hatású tettekkel igyekszik elérni úgy, hogy a gyakorló a cselekedeteket felülemelkedett közömbösséggel végzi és annak jutalmáról tudatosan lemond.

Mantra-jóga

A tudat megtisztítása és az elmélyedés elérése mantrák ismételtetésével történik.

Tantrikus jóga

A gyakorló különféle istenségeket imaginál, illetve vizualizál, majd tudatosítja ennek jelenség mivoltát, a jelenséget szétesztatja, és ez által jut el a dolgok alapvető üresség-jellegének tapasztalati felismeréséhez.

Csakra-jóga

A teremtő erők tudatosítására és uralására törekszik a szubtilis testben lévő erőközpontok, illetve energia-örvénylések (*csakrák*) befolyásolása útján. Az energia-vezetékekkel (*nádi*) összekötött *csakrákról* szóló *brahminista* tanítás még a hat önálló *darsana* kialakulását megelőző időkből származik. Eszerint a hét *csakra*, ezek helye, szimbóluma és a velük kapcsolatban álló létformák:

SZAHASZRÁRA-CSAKRA

Helye: a fejtető felett. Szimbóluma: ezerlevelű lótosz. Kapcsolódó létforma: *Brahman* világa.

ÁDNYÁ-CSAKRA

Helye: a két szemöldök között. Szimbóluma: kétlevelű lótosz. Kapcsolódó létforma: az istenségek világa.

VISUDDHI-CSAKRA

Helye: a gerincoszlop előtt a nyak magasságában. Szimbóluma: tizenhat levelű lótosz. Kapcsolódó létforma: a titánok világa.

ANÁHATA-CSAKRA

Helye: a gerincoszlopon a szív magasságában. Szimbóluma: tizenkét levelű lótusz. Kapcsolódó létforma: az emberek világa.

MANIPÚRA-CSAKRA

Helye: a gerincoszlop előtt a köldök magasságában. Szimbóluma: tízlevelű lótusz. Kapcsolódó létforma: az állatvilág.

SZVÁDHISTHÁNA-CSAKRA

Helye: a gerincoszlop alsó vége felett kétujjnyival. Szimbóluma: hatlevelű lótusz. Kapcsolódó létforma: a nyughatatlan lelkek (*préták*) világa.

MÚLÁDHÁRA-CSAKRA

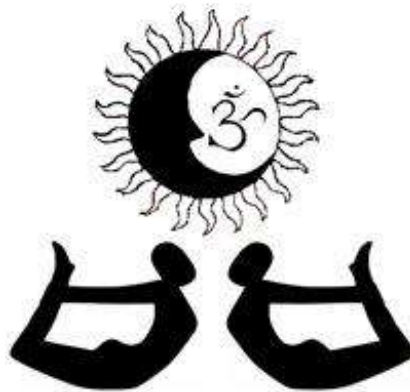
Helye: a gerincoszlop alsó végénél. Szimbóluma: négylevelű lótusz. Kapcsolódó létforma: a poklok világa.

* * *

A hét *csakrát* egy függőleges központi *nádi* az ún. *szusumná* köti össze; mellette kanyarog két további fő *nádi*, nevezetesen az *idá* és a *pingalá*, amelyek a *szusumnát* a *csakráknál* keresztezik. A szubtilis (finomanyagi) testben ezen kívül még több ezer mellék-*nádi* található.

A *csakrákat* és *nádikat* manipuláló *jóga* módszereket azonban óvatosan kell kezelni, mert ezeknél félrevezető fantáziák léphetnek fel és számos egyéb veszéllyel is járhatnak.

Végezetül ismételten fel kell hívni a figyelmet arra, hogy a *jóga* célja a létforgatagból való végleges kiszabadulás a *purusának* a *prakrititől* való elkülönítése útján.



VÉDÁNTA BÖLCSELET

A VÉGSŐ EGYSÉG

A védánta monisztikus beállítottságú bölcselet, legalábbis a Samkara féle kommentár szerinti értelmezésben, amely *advaita* azaz kettősség nélküli védántáról szól. A védánta szó jelentése: a Veda vége azaz végső lényege, végső mondanivalója. A védánta másik elnevezése: *uttara-mímámszá*, vagyis a *mímámszá* legfelsőbb szintje. A *mímámszá* jelentése pedig: vizsgálat, vagyis szellemi törekvés, amely a végső valóság megismerését célozza. Ezt fejezi ki az 555 aforizma terjedelmű *Védánta-Szútra* első verse is, amelynek értelem szerinti fordítása: „Felmerül a kívánság *brahmant* megismerni.” A végső valóság, amelyet végül is meg kell ismerni, nem más, mint maga *brahman*.

Ha a védánta lényegét a *számkhja* kifejezéseivel akarnánk megfogalmazni, akkor ezt a következő két kijelentésben lehetne összefoglalni:

- 1) Nincs sok *purusa*, hanem csak egy, azonban az soknak mutatkozik.
- 2) *Purusa* és *prakriti* nem két különböző dolog, hanem csupán ugyanannak a végső szellemiségnek két különböző megnyilvánulása.

A védánta azonban más terminológiát használ. Nem beszél sem *purusáról*, sem pedig *prakritiről*. A két kulcsfogalom itt az *átman* és a *brahman*. Az *átman* lényegében a *purusa* szinonimája, vagyis az egyéni lélek, amelyet így is neveznek: *dzsívátman*. Az *átmannak* azonban van egy kozmikus szintű, univerzális megjelenése is. Ez a *paramátman*, amely azonos *brahmannel*. A *brahman* szó semleges nemű és nem azonos a személyes teremtő istennel, akinek a neve a hímnemű *Brahmá*. A valóság végső lényege az, hogy a *dzsívátman* és a *paramátman* illetve az *átman* és *brahman* egy és ugyanaz, csupán az *avidjá*, vagyis a hamis tudat miatt különbözőnek látszanak.

A védánta mondanivalójának lényegét Max Müller szerint így is megfogalmazhatjuk: „*Brahman* a valóság, a világ nem valódi, a lélek maga *brahman*, semmi más.”

A védánta lényegének példabeszédszerű kifejtését találjuk a *Cshándógja-Upanisad* VI. fejezetében, ahol egy *Svétakétu* nevű ifjúnak magyarázza el atyja, *Uddálaka Áruni* a tanítást. E tanítás refrénszerűen visszatérő mondata így hangzik:

„*Tat tvam aszi Svétakétu*” vagyis: „Az te vagy, [fiam] *Svétakétu*.”

Más szóval: Te, mint *átman* ismerd föl, hogy azonos vagy *brahmannel* és ezen keresztül mindennel és mindenkivel.

Áruni oktatása szerint kezdetben csak a Létező volt, mégpedig a kettősség nélküli Egy, aki azt gondolta: „Legyek több, szaporodjam!” Ezzel megkezdődött a terem-

tés. A létrejött világ azonban nem valódi. A felszíni jelenségek mögött továbbra is ott van a végső egység. A világ hamisságát igazolja annak megsemmisíthetősége is. Az ideiglenes, átmeneti, feltételektől függő létezés nem igazi létezés.

Áruni egyik példabeszéde szerint, ha a méhek mézet készítenek, egyetlen csepp méz sem mondhatja magáról, hogy „én ennek, vagy amannak a virágnak a nektárja vagyok”. Egy másik példabeszéd szerint a víz a folyókon és tengereken keresztül körforgást végez. A tengerben azonban egyetlen csepp sem állíthatja, hogy „én ennek, vagy annak a folyónak a vize vagyok”.

Áruni a tanítás során így szólt fiához: „Hozz egy fűgét a fáról, *Svétakétu!*” „Tessék, itt van” mondta a fiú. „Törd fel!” szólt az apa. „Mit látsz?” A fiú válasza: „Sok magot.” „Morzsold szét az egyiket és nézd meg, hogy most mit látsz!” szólt az újabb atyai utasítás. „Semmit” volt a válasz. „Ez a semmi a lényeg, amiből a nagy fa keletkezett, ez a valóság, a lélek, a világ lényege és ez te vagy, fiam *Svétakétu!*” fejezdött be a lecke.

Egy másik alkalommal *Áruni* arra utasította a fiút, tegyen egy darab sót egy tál vízbe. Másnap reggel pedig így szólt: „Hozd vissza azt a darab sót!” „Nem találom” volt a fiú válasza. „Most ízleld meg a vizet a felszínen, középen és az edény alján! Milyen?” kérdezte az apa. „Mindenütt sós” válaszolta a fiú. „Ez az a sósság, amely mindenben benne van és mindennek a lényegét képezi” mondta *Áruni* „és ez te vagy, *Svétakétu!*”.

A *Brihadáranjaka-Upanisad* II. fejezetében található hasonlatok szerint a világ és a sokféle lény úgy származik *brahman*ból, mint a kipattanó szikrák a tűzből, vagy mint a pókháló a pók által kibocsátott szálból, vagy mint a haj az ember fejéből, így a végső lényegük azonos.



A TEREMTETT VILÁG

A sokrétű és színes jelenségekből álló világ teremtés útján jött (és jön) létre. A Rig-Véda X/129:2 verse szerint „Az az Egy önmagát teremtette és semmi más nem létezik azóta sem.”

Minthogy „az az Egy” két szinten jelenik meg, egyszer, mint *brahman* és egyszer, mint *átman*, a teremtés is kétszintű kell, hogy legyen:

- 1) *Brahmanhoz* tartozik a külső, látható világ teremtése, amelynek jellemzője a forma, a fény és a láthatóság.
- 2) *Átmanhoz* tartozik a belső világ teremtése, amely létrehozza a külső világot szemlélni képes tudatosságot. A belső világ jellegzetessége nem a fény, hanem inkább a hang.

A két világ egymás tükörképe, így a teremtés külső aspektusa bizonyos szempontból analógiája a *prakriti* tevékenységének, a belső aspektus pedig a *purusa* passzív elvárásainak.

Bár a teremtésnek van külső és belső, fény- és hang-típusú megnyilvánulása, a *védikus* tanítás szerint mégis minden teremtés alapvetően hangok által történik. *Brahman*, amikor teremt, kimondja a dolgok valódi nevét és ezzel létrehozza azokat a rezgéseket, amelyek nyomán a név formává válik és valóságosan létezni kezd, vagyis „az Ige testet ölt”.

Dr. Haug szerint a *brahman* szó eredeti jelentése: ima, fohász. A *brih* szótó jelentése: növekszik, gyarapszik, erőre kap. Szinonimája a *vrih* szótó, amely még ezt is jelenti: elárad, szétterjed. Roth professzor szerint *brahman* azt az akaratot jelenti, amely az egyetlen személytelen Istenből kiárad és szertesugárzik. Deussen szerint *brahman* az az ima, amely az akaratot a saját én fölé emeli. *Brahman Brihaszpatit*, vagyis a Beszéd Urát is jelenti. A *brahman* jelenti ugyanakkor magát a kiejtett szót is. *Brahman* az az ősök, amelyből hang formájában kirobban, kipattan, kiárad az abszolút teremtő erő, amely a világot létrehozza. *Brahman* tehát tulajdonképpen maga a Teremtő Ige.

A teremtő hang az őshang differenciálódása útján jön létre. A hang egységes ősi formája, amely potenciálisan magában hordoz minden lehetséges hangot, nem más, mint maga a csend. A megsokszorozódás első szakaszában a hang szubtilis formája, illetve potencialitása jön létre. Ez a *sámkhja* szerinti *tanmátra* szintnek feleltethető meg. A következő, második fokozat a dolgokat létrehozó név, amely kimondja, megfogalmazza az ideát, s az ezáltal formává válik. Ez az a hang, amely megnevezi a dolgok génuszát, archetípusát, őslényegét. Amikor ez a hang azt mondja: tehén, akkor nem egy konkrét, individuális tehenet nevez meg, hanem azt, ami minden tehénben közös. Ezzel létrejön a tehén fogalma, s ezen keresztül teremtődnek meg és öltenek formát az egyes konkrét tehenek is.

Az ezt követő harmadik differenciálódási fokozat során a hangból konkrét jelentésű szavak, fogalmak képződnek. Ezek hordozzák a kinyilatkoztatást. Ez utóbbi maga a *Véda*, amely *brahman* egyik megnyilvánulási formája, s ezért csalhatatlan tudás-forrás.

A teremtett világ azonban nem valóságos, habár a hamis tudás, az *avidjá* hatása alatt annak látszik.

Brahman teremtő hatalma, a *sakti* lényegében illúzió-teremtő, vagyis varázsló, *májá*. Olyan ez, mint a bűvész hatalma a közönség felett. A külső teremtés tulajdonképpen *brahman* megfélekedése önmagáról. Ehhez azonban szüksége van közönségre is. Ezt biztosítja az *átman* elkülönülése *brahmantól*, vagyis az *átman* megfélekedése önmagáról, ami nem más, mint a teremtés belső aspektusa. E két tényező együttes fellépését és kapcsolódását biztosítja az *avidjá*, amely kozmikus és individuális szinten egyaránt jelen van és a lényegét tekintve nem más, mint az illúzió valóságként történő elfogadása. Amíg az *avidjá* állapot tart, addig a személytelen *brahman* (semleges alak) átalakul személyes teremtő Istenné, akinek a neve *Brahmá* (hímnemű alak).

Az *avidjá* általános megszűnésekor *Brahmá* ismét visszaalakul *brahmanná*. Ez azt a ki nem mondott állítást is magában foglalja, hogy a teljes megszabadulás kizárólag abban az esetben lehetséges, ha valamennyi *átman* (*dzsívátman*) megszabadul. Egyéni, elkülönült üdvözülés valójában nem is létezik.

Bár a teremtett világ jelenség jellegű, az mégis valóság annak számára, aki az *avidjá* hatása alatt áll, mint ahogyan a bennünket fenyegető álombéli tigris is valóság mindaddig, amíg fel nem ébredünk. A realitás benyomását keltő teremtett világ rendelkezik a hihetőség alapvető kellékeivel, vagyis van szerkezete, felépítése és működése, s eléggé konzekvens, vagyis bizonyos korlátok között többé-kevésbé kiszámítható. Ez azt jelenti, hogy a teremtett világban ok-okozati összefüggések érvényesülnek. Ennek legfontosabb megnyilvánulása a *karma* törvénye, ami az individuális *dzsívátman* számára az újraszületések körforgását hozza létre. *Karmikus* következményként az ember akár az istenek világába is felemelkedhet, ám csak korlátozott időtartamra, hiszen a világekorszak (*kalpa*) végén még maga *Brahmá* is visszaalakul *brahmanná* és feloszlatja a teremtett világot.

Max Müller szerint a *védikus* írások egyik lehetséges értelmezése az, hogy maga az *avidjá* is *karmikus* következmény, hiszen az a helyes tudás (*vidjá*) által megszüntethető. Létezése tehát feltételekhez kötött, átmeneti, kondicionált.

A *karmikus* eredetű létkörforgást az *avidjá* hatása alatt álló *dzsívátman* vándorlásnak érzi, amelynek során a durva fizikai test (*szthúla-saríra*) pusztulása után az *átman* járműként (*ásraja*) használva a szubtilis testet (*szüksma-saríra*) halad újabb születés felé. Itt tulajdonképpen arról van szó, hogy a *dzsívátmant* körülveszik és elborítják a *májá* által előidézett létfeltételek, az úgynevezett *upádhi*:

- 1) *Mukhjaprána*, életerő, amely az ötféle szélből, vagyis az életenergia ötféle áramlásából tevődik össze. Ezek: *prána*, *apána*, *vjána*, *szamána* és *udána* (vö. *számkhja* XII. kategóriacsoport)
 - 2) *Manasz*, vagyis elme: az észlelés és reagálás központi szerve, amely működteti a cselekvő szerveket, értelmezi és irányítja az érzékelő szervek működését.
 - 3) *Indrija*, más néven *déhéndrija*, vagyis a tízféle szerv, illetve képesség: az öt érzékelő (*buddhindrija*) és öt cselekvő (*karméndrija*) szerv (vö. *számkhja* II/9—18) tételek).
 - 4) *Saríra*, vagy *szthúla-saríra*, azaz maga a fizikai test.
 - 5) *Artha*, vagyis környezet, külvilág, az *indriják* tárgyai.
- A szubtilis testet (*szúksma-saríra*) az első három *upádhi* alkotja.

Egy másik védikus modell szerint az *átmant* öt burok, úgynevezett *kósa* veszi körül:

- 1) A gyönyörtest (*ánandamajakósa*), a tiszta létérzet üdvözültség-tudata.
- 2) A kettősségtudat (*vidnyánamajakósa*), amely elválasztja és megkülönbözteti az *átmant* és a *brahmant* és ezzel az *átmanból dzsívátmant* formál.
- 3) Az értelemtest (*manómajakósa*), amely a tudatműködési és pszichológiai funkciókat hordozza.
- 4) A lélegzetttest (*pránamajakósa*), az elemi életenergiák burka.
- 5) Tápláléktest (*annamajakósa*), amely megfelel a durva fizikai testnek. Ez a halállal elpusztul, és az újraszületéskor újraképződik.

Az ember a létforgatagban négyféle tudatállapotban lehet:

- 1) *Dzságrat*. Éber állapot, amikor az *átman* a *manasz* és az *indriják* közvetítésével ismeri meg a jelenségeket.
- 2) *Szvapna*. Álomállapot, amikor az *indriják* passzívak, az *átman* pedig a *manasz* segítségével vándorol a testben, és emlékekből álmokat alkot.
- 3) *Szusupti*. Köztes tudatállapot, amely főleg az álom nélküli mély alvásra jellemző. Ilyenkor az *átman* elkülönül a *manasztól* és az *indrijáktól*. Míg ez utóbbiak felszívódnak a *mukhjapránában* (ld. fentebb), az *átman* a szív környéki *anáhata-csakrában* azonosul a *brahmannel*.
- 4) *Turija*. A negyedik tudatállapot. Ez az *átman* test nélküli állapota, amely a halál után, vagy a tudatállapotok egymásba történő átváltásának pillanatában áll fenn.

A *Cshándógja-Upanisad* V. fejezete szerint a halált követően az *átman* és a szubtilis test az *udána* (ld. fentebb) energiájával, hajtóerejével távozik a durva fizikai testből és folytatja vándorlását. Ötféle lehetőség áll nyitva előtte:

- 1) A magasabb tudást nélkülöző egyszerű világi ember esetén, ha a *karmikus* adósság nem túl súlyos, az *átman* és a szubtilis test a halál alkalmával a fizikai test valamennyi nyílásán és pórusán keresztül szinte kifolyik és visszakerül a földi létforgatagba.

Ez a leggyakoribb eset. Ha azonban a koncentrációs szint és az elért tudás magasabb fokú, akkor az *átman* és a szubtilis test a fejtetőn keresztül lép ki és nem a földi létsíkon halad tovább. Ennek változatai:

- 2) A céltudatosan gonosz emberek a poklok világába jutnak, amelynek neve *samjamanam*, vagyis *Jama* (sátán) otthona. Ide sem könnyű eljutni, mivel ehhez nagyon komoly bűnöket kell megvalósítani.
- 3) Ha valaki pozitív irányban fejt ki jelentős szellemi teljesítményt, s ezzel koncentrált tudatot hoz létre, és érdemdús *karmát* valósít meg, akkor az ősök útját járja, amelynek neve *pitrijána*. Ez azt jelenti, hogy a halál küszöbét teljes tudatossággal lépi át és mennyei létszférába kerül, ahonnan érdemei kiemelése után visszatér a létforgatagba. *Samkara* szerint ez az a minimum, ami egy *bráhmin* paptól elvárható.
- 4) A *dévajána*, vagyis »isteni út« azoknak jut osztályrészül, akik már legalább a tudás alacsonyabb szintjét elérték, karmájuk erősen pozitív és magas szintű tudati koncentrálttságot valósítanak meg. Az ilyen személyek az istenek világába emelkednek és ott is maradnak a teremtési ciklus, vagyis a világkorszak (*kalpa*) végéig.
- 5) *Dzsívanmukti*, vagyis végleges megszabadulás, kilépés a karmikus körforgásból és belépés az öröklétbe. Ez annak útja, aki a *védánta* tanítását követve már életében megszabadul, elnyeri a tökéletes magasabb tudást, felismeri önmaga valódi azonosságát, és a *karmáját* teljesen felszámolja.

Az előbbi fejtegetések alapja a *Samkara-féle* kommentár. A *Védánta-Szútra* eredeti szövege elveszett, így annak csak egyes részleteit ismerjük a különféle kommentárok hivatkozásaiból. A *Samkara-féle* értelmezés mellett létezik egy másik interpretáció is, amelyet *Rámánudzsa* kommentárja tartalmaz. A *Samkara-féle* monisztikus, kettősség nélküli, azaz *advaita* kommentár elsősorban a beavatott bölcsék és papok számára készült, *Rámánudzsa* kommentárja pedig inkább a szélesebb közönséghez szól. *Rámánudzsa* értelmezési módja nem monisztikus, ezért is nevezik *visista-advaita* (*visistádvaita*), azaz fenntartással kettősség nélküli rendszernek.

Rámánudzsa szerint bár a *brahman* és az *átman* lényege azonos, ezek mégis különbözőek. *Brahman* a legfelsőbb valóság, amely mindenható, mindentudó, telve van könyörülettel és szeretettel. Az egyéni lélek, bár a *brahman* része, egyszersmind önálló realitás. *Rámánudzsa* szerint ezenkívül a *brahman*nak vannak tulajdonságai, amit *Samkara* tagad. Ugyanis ha azt mondjuk, hogy a *brahman* szép, akkor ezzel egyben azt is állítanánk, hogy ami viszont nem szép, az nem *brahman*. Márpedig *Samkara* szerint minden, ami csak létezik, vagy valaha is potenciálisan létezhet, az mind-mind *brahman*. *Rámánudzsa* szerint a *brahman* attribútumai:

- 1) *csit* = éberség, tudatosság;
- 2) *acsit* = öntudatlanság;
- 3) *Ísvara* = személyes teremtő Isten.

Az első kettő alkotja a *brahman* testét, míg a harmadik a *brahman* lelkét. Ebben a megközelítésben *Ísvara* további ekvivalens megnevezései: *Brahmá* (hímnemű), *Visnu*, *Vaszudéva* és *Bhagavat*, alapvető tulajdonságai, vagy *gunái* pedig:

- 1) *dnyána* = tudás;
- 2) *sakti* = hatalom, energia, teremtőerő;
- 3) *bala* = erő, szilárdság, akarat;
- 4) *aisvarja* = tökéletesség;
- 5) *vírja* = hősiesség;
- 6) *tédzsasz* = sugárzás, hő, tűz, fény.

Rámánudzsa szerint tehát a *brahman* nem *nirguna*, nem minőség nélküli, hanem intelligens, hatalmas, könyörületes stb. Itt jegyezzük meg, hogy *Samkara* felfogásában e tulajdonságok nem *gunák*, mivel a *brahman* maga az intelligencia, hatalom, könyörületesség stb. *Rámánudzsa* szerint az egyéni lélek is különböző komponensekből, úgynevezett rétegekből áll, amelyek a kibontakozás sorrendjében a következők:

- 1) *Brahmanból* származik az ún. *samkarsana*, amely az egyéni lélek (*dzsívátman*) magja.
- 2) A *samkarsanából* bontakozik ki a *pradjumna*, vagyis az elme, más néven a *manasz*.
- 3) A *pradjumnából* bontakozik ki az énképző, amelyet itt *aniruddhának* neveznek és az ego-val azonosnak tekintik.

Rámánudzsa a *brahman* és az *átman* közötti különbséget főleg abban látja, hogy az *átmant* a *brahman* részének tekinti. Vagyis szerinte a *brahman* teljesen magában foglalja az *átmant*, fordítva azonban ez nem igaz. *Brahman* szerinte birtokolja az egész anyagi világot és az egyéni lelkeket is és úgy cselekszik, mint ezek belső irányítója. A *dzsívátmanok* individuális értelemben is folytonosan léteznek, létük során azonban a teremtés különböző fázisain mennek keresztül. E fázisok:

- 1) *Avjakta* = a világ rejtett, kibomlatlan, lappangó potencialitás jellegű állapota, amelynek más elnevezése: *avjákrita*.
- 2) *Vjakta* = a világ kifejlett, manifeszt állapota.

Az előbbi *avjákrita* állapot ismételtelen előáll minden egyes világkorszak (*kalpa*) végén, amikor az egyéni lelkek és elkülönült dolgok átmenetileg elveszítik független jellegüket. Ezt követi azután mindig a *brahman* akaratából egy új kibontakozás, amikor a lények *karmájuknak* megfelelően ismét kiáramlanak a *brahmanból*. A világ tehát nem csupán az *avidjá* eredménye, hanem egyben a *brahman* akaratának a testet öltése és *Ísvara* sem pusztán jelenség, hanem a *brahman* aktív megjelenési formája.

Max Müller szerint *Rámánudzsa* ezzel az interpretációval visszaadta a tömegeknek a személyes lelket, ami egyedül csak az övék és azt a személyes Istent, akihez

imádkozni lehet. Így azután nem kell többé olyan zavarba ejtő kijelentéseket elfogadniuk, mint pl. hogy „Én nem vagyok”, „én nem én vagyok”, „én azonos vagyok *brahmannal*” és így tovább.

Bár minden jel arra mutat, hogy sem *Samkara*, sem pedig *Rámánudzsa* interpretációja nincs ellentmondásban a *Védánta-Szútra* eredeti szövegével, mégis fel kell ismerni, hogy *Rámánudzsa* kommentárja elsősorban a bölcséleti kérdésekben tájékozatlan tömegek számára készült. Ezért a további fejtegetések során elsősorban *Samkara* kommentárját tekintjük irányadónak.



TUDÁS ÉS MEGSZABADULÁS

A létforgatagból való végleges megszabadulás a *védánta* szerint is a tudás segítségével lehetséges. A tudásnak azonban legalább két szintje van. Az egyik az *apara-vidjá*, vagyis alacsonyabb tudás, ami megtanulható. Ide tartozik a köznapi tudományos ismeretekeken kívül a valóság mélyebb, rejtett összefüggéseinek ismerete is. A másik a magasabb rendű, felsőbb tudás, amelynek a neve *para-vidjá*. Ez nem más, mint a végső valóságot kifejező „*tat tvam aszi*” felismerése és személyes megtapasztalása. Ez az a tudásszint, amelynél nyilvánvalóvá válik a szubjektív és objektív végső azonossága és az, hogy az ember kezdettől magában hordozza a *brahman* természetét, vagyis az isteni szellemiséget, sőt a végső lényegét tekintve azonos azzal.

A magasabb tudás megszerzéséhez szét kell oszlatni az *avidját*, vagyis azt a hamis tudatot, amely a megkülönböztető illúzió elfogadását eredményezi. Ehhez fel kell ismerni a világ egységes jellegét és azt, hogy az illúziók elfogadása mögött vágyak és szenvedélyek állnak, amelyeket az *avidjával* párhuzamosan ugyancsak fel kell számolni.

A *Katha-Upanisad* II. fejezete szerint a jó és a kellemes két különböző dolog. A bölcs az előbbit, az ostoba pedig az utóbbit választja. A bölcs fölismeri, hogy ha el akarjuk kerülni a halált, akkor először a születést kell elkerülni. Az újabb születés elkerülése viszont csak a magasabb tudás és bölcsesség birtokában lehetséges. A tudás és bölcsesség tárgya pedig a végső egység, vagyis maga a *brahman*.

A *Taittirija-Upanisad* III/1 így fogalmaz: „Azt, amiből a lények születnek, ami által élnek, amibe a haláluk után visszatérnek, azt próbáld megismerni, mert az *brahman*. A *brahman* azonban nem ismerhető meg úgy, mint az egyéb dolgok, vagyis hogy pl. ez, vagy az *brahman*, hanem csak negatív fogalmakkal írható körül, vagyis hogy „nem ez és nem az”, hiszen bármely jelenségszerű tulajdonságot állítani a *brahmanról* ugyanolyan hiba volna, mint kéknak írni le a színtelen és láthatatlan kozmikus étert.

A magasabb tudáshoz vezető úton először át kell menni az alacsonyabb tudás fokozatain. A *védánta*ban ezért különleges fontosságot nyer annak tisztázása, hogy milyen forrásból és milyen módon lehet megbízható ismeretekhez jutni. A három *pramána*, vagyis tudásforrás a *védánta* szerint a következő:

SABDA

Védikus kinyilatkoztatás. A *sabda* a legfontosabb tudásforrás és a legfőbb bizonyíték arra nézve, hogy a *brahman* az egyetlen realitás és a látható világ sokrétűsége csupán azon tudatlanság eredménye, amelyet a *védánta* fel akar számolni. A *sabda* csalhatatlanságát a *védánta* annyira magától értetődőnek tekintette, hogy nem is foglalkoztak ennek bizonyításával.

ANUMÁNA

Helyes és megalapozott következtetés. Három fő változata:

- 1) *upamána*, vagyis hasonlóság, analógia alapján történő következtetés.
- 2) *arthápatti*, vagyis előzetes feltevésre, illetve lényegi kapcsolatra (*vyápti*) épülő következtetés. Például abból, hogy füst van, következtetjük, hogy tűz van.
- 3) *abháva*, azaz a nemlét, illetve valaminek a hiánya, távolléte alapján történő következtetés. Például abból, hogy nincs tűz, következtetünk arra, hogy füst sincs.

A helyes és megalapozott következtetések eredményei a *Védákhoz* kapcsolódó *szmriti* (értelmezés, tradíció) szövegekben, főleg az *upanisadok*ban található meg.

PRATJAKSA

Személyes tapasztalásból eredő megismerés. Ennek három szakasza a következő:

- 1) az érzék és a tárgy érintkezése;
- 2) az érzék és a *manasz* egyesülése;
- 3) a *manasz* és az *átman* egyesülése.

A *pratjaksa* lehet *szavikalpa*, vagy *nirvikalpa*. A *szavikalpa* típusú észlelésbe képzelődés és spekuláció (*vikalpa*) vegyül, vagyis a *manasz* meghamisítja, át-konstruálja az észlelést. A *nirvikalpa* típusú észlelésnél ez a torzítás nem lép fel. Az utóbbi esetben a szavakba és fogalmakba át nem alakuló közvetlen észlelésről van szó. *Samkara* azt a példát hozza fel, hogy ha az erdőben álmunkból felébredve tigrist látunk, töprengés és okoskodás nélkül azonnal futásnak eredünk. A mindennapi életben a *nirvikalpa* típusú észlelés ritka. Sokkal tipikusabb a *szavikalpa* változat, amelynél az észlelést különféle előítéletek, vágyak, ábrándok stb. torzíthatják el. Ezért a *védántában* a *pratjaksa* jelentősége meglehetősen háttérbe szorul.

* * *

A *pramánák* segítségével lehet eljutni az ok-okozati kapcsolatok helyes megértéséhez is. E kérdésben a *védánta* tanítása eltér a *számkhja-jóga* rendszertől. Utóbbiak szerint ugyanis minden létező dolog korábbi dolgok átalakulásaként jön létre a *prakriti* kibontakozásának fázisai szerint. Ezért ezt a tanítást *parináma-vádának*, vagyis átalakulás-tannak is nevezik, amit mai szóhasználattal evolúció-elméletként lehetne meghatározni. A *védánta* oksági elmélete ezzel szemben a *vivarta-váda*, vagyis illúzió-elmélet, amely szerint a dolgoknak nincs tényleges, önálló létük, s ezért a tapasztalható világ alapvetően illúziókból áll. A *védánta* az európai felfogással ellentétben inkább a szubjektívet tekinti reálisnak és az objektívet valótlanak.

A *számkhja*, a *jóga* és a *védánta* is egyetért azonban a „*kárja-karana-abhédá*” elvvel, amely azt mondja ki, hogy ok és okozat nem különbözik egymástól, vagyis ezek ugyanannak a dolognak a megnyilvánulásai. Ezen elv szerint az okozat eleve

benne rejlik az okban, mint ahogyan a gőz is benne rejlik a vízben, ám ahhoz, hogy manifesztálódjon, a vizet fel kell melegíteni. A példában a gőz anyagi oka a víz, mint potencialitás, míg a melegítés a kiváltó ok, amely a potencialitást felszabadítja. Végző lényegüket tekintve azonban a kétféle ok és a belőlük származó okozat nem különbözik. Ezért a *brahman* és a belőle kiáradó jelenségvilág is azonos. Ebben a jelenségvilágban azonban az *avidjá* miatt az ok (*brahman*) soha nem tapasztalható a maga valódi, eredeti természetében. Csak az okozatokat látjuk, amelyek hol manifesztálódnak, hol pedig visszatérnek meg nem nyilvánult, lappangó állapotukba. Ezt tapasztaljuk úgy, hogy a dolgok belépnek a létbe (megszületnek), majd pedig kilépnek onnan a nemlétebe (elpusztulnak).

Samkara szerint azonban az *avidjá* állapotában lévő szemlélő számára a világ mindezek ellenére gyakorlatilag valóság. Ha például az ember a sötétben rálép egy kötélrészre, azt hiheti róla, hogy kígyó. Ha ettől megijed, a szívéhez kap és meghal, akkor az ő számára az tényleg kígyó volt. A *brahman* és a világ viszonya a kötél és a kígyó viszonyához hasonló. A *brahman* a világ materiális oka, az *avidjá* pedig a kiváltó ok, amely azonos azzal, ami miatt a kötelet kígyónak hitte valaki.

Az *avidjá* voltaképpen kreatív nemtudás, vagyis teremtő hatalom (*sakti*). Ez az a kreativitás, amelytől az egyéni én és a külvilág valóságosnak és egymástól különbözőnek látszik, s amely miatt a világban egyfelől megjelennek a nevek és a formák (*náma-rúpa*), másfelől az ember önmagát különféle hozzá tartozó dolgokkal például a testével, gondolataival, érzéseivel azonosítja.

A *védánta* célja a végző megszabadulás. Aki ezt az utat teljesen végigjárja, az életében elérheti a tökéletes megszabadulást (*dzsivanmukti*), felismerve azonoságát a *brahmannal*. A megszabadulás (*móksa*, vagy *mukti*) csak a magasabb tudás (*para-vidjá*) segítségével lehetséges. Ez utóbbi megszerzésének azonban előfeltétele az erkölcsi megtisztulás, a tudati szennyeződések kiküszöbölése, a vágyak és szenvedélyek teljes és végleges felszámolása. Aki eléri a felsőbb tudást, az felülemelkedik minden megkülönböztetésen, vagyis a jó és gonosz ellentétén is és így felette áll a morálnak (lásd pl. *Mundaka-Upanisad* II/2:8).

A teljes megvilágosodás és megszabadulás állapotában teljesen eltűnik az *avidjá* és az *átman* azzá válik, aki mindig is volt: tökéletesen szabad szellemi lényé, aki azonos a *brahmannal*. Aki életében megszabadult, azon az anyagi test, illetve a burkolatok (*upádhik*, illetve *kósák*) már csak törött bilinesként lógnak, s a halandó, durva fizikai test pusztulása után teljesen felszámolódnak. A szubtilis test megszűnésével az *átman* véglegesen kiszabadul a létforgatagból.

MÍMÁMSZÁ BÖLCSELET

A KÉTFÉLE TUDÁS

A *mímámszá* szó eredeti jelentése: vizsgálat, megvitatás. Így nevezték azt az eljárást, amelynek során kétértelműnek látszó szövegeket kritikailag elemeztek és igyekeztek megállapítani, hogy egy bizonyos értelmezés nem ellenkezik-e az eredeti szöveg szellemével. Az eredeti szöveg, amiről itt szó van, nem más, mint a *Véda*, vagyis a kinyilatkoztatás.

A *Véda* azonban a megszabaduláshoz vezető tudás mindkét fokozatát tartalmazza. Az alacsonyabb tudás, vagyis az *apara-vidjá* a *Védák* úgynevezett *karmakánda* részében található. Ez főleg papi himnuszokból, *brahmanákból* áll. A magasabb tudás, vagy *para-vidjá* pedig a *Védák* úgynevezett *dnjánakánda* részében van lefektetve. Ez utóbbin főleg az *upanisadokat* szokás érteni. A *mímámszá* tárgya az alacsonyabb tudás, a *vedántáé* pedig a magasabb tudás. Így tehát mind a *mímámszá*, mind pedig a *védánta mímámszá* alapon áll, és ugyanazon tudás két fokozatát képezik. Ezt az is alátámasztja, hogy a két *szútra* szerzője, *Bádarájana* és *Dzsaimini* kölcsönösen hivatkoznak egymásra. A jelző nélküli *mímámszát* gyakran így is nevezik: *púrva-mímámszá* vagyis az első, azaz korábbi *mímámszá*, míg a *védánta* másik elnevezése: *uttara-mímámszá* azaz a felsőbb *mímámszá*.

A hagyomány szerint a *védánta* tanulmányozása előtt a *mímámszát* kell tanulmányozni. A *mímámszá* megértéséhez azonban célszerű ismerni a *védánta* fogalmait.

Hangsúlyozni kell, hogy a hindu bölcseletben a hétköznapi boldoguláshoz szükséges technikai és mesterségbeli tudást, beleértve a természettudományos ismereteket is, nem sorolták a *dnjána*, illetve *vidjá* szavakkal megjelölhető tudáshoz. Ilyen értelemben az *apara-vidjá* is magasabb szintű tudást jelent az anyagi világban hasznosítható praktikus tudományokhoz képest.

Amint azt már említettük, a *Védánta-Szútra* első mondata ez: „Felmerül a kívánság *brahmant* megismerni.” Ezzel szemben *Dzsaimini szútrája*, vagyis a *Mímámszá-Szútra* így kezdődik: „Felmerül a kívánság a *dharmát* megismerni.” A *dharmá* itt kötelességet jelent, mégpedig szakrális kötelességet. Azt a kötelességet, amelyet mint cselekvést el kell végezni ahhoz, hogy birtokába jussunk az *apara-vidjának* és idővel képesek legyünk a *védánta* által tanított szellemi útra lépni. Mivel a *mímámszá* főleg a kötelező cselekvésekkel foglalkozik, gyakran *karma-mímámszának* is nevezik.

Az alacsonyabb szintű tudás tehát nem azt tanítja, hogyan ismerhetjük meg a *brahmant*, hanem azt, hogy hogyan kell őt imádni a jelenségszerű állapotában, mint teremtő Istent. Ez az imádat (*upászaná*) mindazokra kötelező, akik még nem érték el a magasabb tudást. Ez teszi ugyanis lehetővé a lassú, de biztos haladást a magasabb tudás fokozatos eléréséhez. Ez utóbbi birtokában lehet azután majd eljutni a megszabaduláshoz.

Hangsúlyozni kell, hogy a tudás mindkét szintje *srúti*, vagyis kinyilatkoztatás. Aki azonban eljutott a magasabb tudásig, annak számára *Samkara* szerint az egész *Véda* immár haszontalan és felesleges.

A tudás két szintjéhez a *brahman* két megnyilvánulási formája tartozik. Max Müller egyenesen két *brahmanról* beszél. Az egyik a minőségekkel felruházott *szaguna-brahman*, aki kreatív, aktív és teremtő hatalommal (*sakti*) rendelkezik. Az alacsonyabb tudás szintjén, vagyis még az *avidjá* részleges hatása alatt álló *dzsívátman* számára ez az az Isten, aki őt teremtette. A magasabb tudás aspektusából tapasztalható *nirguna-brahman* ezzel szemben változatlan és nem írható le semmiféle jellemző tulajdonsággal, hiszen létező is és nemlétező is egyszerre.



A TUDÁS FORRÁSAI

Mivel az *apara-vidjá* is tudás, a *mímámszában* is fontos kérdésnek számított, hogyan lehet megbízható módon tudáshoz jutni. *Dzsaimini* szerint nyolcféle *pramána*, azaz tudásforrás létezik:

1) SABDA

Autentikus forrásból származó közlés, vagyis a csalhatatlan *védikus* kinyilatkoztatás.

2) PRATJAKSA

Saját tapasztalás, amelyen itt főleg érzékszervi észlelést kell érteni.

3) ANUMÁNA

Egy szoros kapcsolat (*vyápti*) közvetlenül nem tapasztalt elemének kikövetkeztetése a kapcsolat tapasztalható eleme alapján (pl. „füst van, tehát tűz is van”).

4) UPAMÁNA

Összehasonlítás, viszonyítás, hasonlóság, illetve analógia alapján történő ismeretszerzés.

5) AITIHA

Tradíció, hagyomány. Olyan ismeretforrás, amely bár nem kinyilatkoztatás, de a bölcsek ősidők óta igaznak tartják és ezért mi is elfogadjuk.

6) ARTHÁPATTI

Előfeltevés. Ilyenkor nem magát az ismeret tárgyát képező dolgot észleljük, hanem azt, amiből az kifejlődik. Például ha a földműves gabonát vet, joggal feltételezhetjük, hogy az ki fog majd kelni.

7) SZAMBHAVA

Együtt járás, valószínűség. Ha például sűrű felhőket látunk az égen, valószínű, hogy eső lesz.

8) ABHÁVA

Nemlét. Olyan ismeretszerzés, amely valaminek a hiányára, vagy távollétére épül. Ilyen például a következő: „Ha *Dévadatta* nincs bent a házban, akkor bizonyosan odakint van.”

* * *

A *karmikus* kötelességek vonatkozásában azonban a fentiek közül elsősorban a *sabda* tekinthető irányadónak, a többi hét *pramána Dzsaimini* szerint csak másodrendű fontosságú. Ezért a *bráhmin* fiataloknak a *Védák* kijelölt részeit kívülről meg kellett tanulniuk. Ez úgy történt, hogy minden nap újabb és újabb verseket tanítottak meg számukra, a szövegek valódi értelmét azonban csak akkor árulták el nekik, amikor azt már kívülről tudták.

A *védikus* szövegek ismételtetését abban az esetben is kedvező hatásúnak tartották, ha annak értelmét az ember nem ismeri. Ezt a gyakorlatot még azt követően is folytatták, amikor az írásbeliség már általánossá vált, hiszen maga az Írás mondja: „*Védó-dhjetavjah*” vagyis: „A *Védát* meg kell tanulni”.



A KARMIKUS KÖTELESSÉGEK

A *mímámszá* fő témája a *karmikus*, szakrális kötelességek, vagyis az isteneknek szóló áldozatok módszertani előírásai. A *bráhmin* papok számára minden egyes naphoz tartozott valamilyen áldozati tevékenység, úgyhogy az áldozatok rendjét naptár helyett is használták. Egyes több részből álló szertartások hosszú ideig, akár évekig is eltartottak.

A szertartások az alacsonyabb tudás (*apara-vidjá*) megvalósítását szolgálták. A *bráhmin* papoktól elvárt kötelesség magában foglalta azt is, hogy újra meg újra ki kellett mondani a *brahman*ból kiáramlott istenségek neveit, s ezzel ismételten meg kellett őket teremteni. Úgy tartották, hogy ellenkező esetben ezek az istenségek elveszíthetik a létalapjukat és ezzel az általuk teremtett világ is kihullhat a teremtettségéből. A teremtett világ az által létezik, hogy a tudat azt meg- „világ”-ítja. A világban azonban végső soron egyetlen tudat van és ez teremti az isteneket is. A *bráhmin* pap, amikor mantrákat ismételve újratemti az isteneket, a *brahman* nevében jár el, hiszen kicsiben megismétli a világ szavak által történő teremtését, amelyben maga a *brahman* volt a teremtő Ige.

A *Mahábhárata* XII/8534. verse így fogalmazza ezt meg: „Ő, aki önmaga által létezik, bocsátotta ki az Igét, amely örök, kezdet és vég nélküli, az Isteni Szót, amelyből kifejlődött a világ.”

A különböző *védikus* irányzatok között vita folyt arról, hogy a végrehajtott rítusok mágikus hatása tulajdonképpen minek is tulajdonítható. *Dzsaiminí* szerint ilyenkor nem történik isteni beavatkozás, hanem az eredmény közvetlenül a végrehajtott cselekvések következménye. *Bádarájana* szerint viszont ilyen esetekben közvetlenül *Brahmá* cselekszik.

Az elmondottak alapján vitatható lehet, hogy a *mímámszát* szabad-e egyáltalán filozófiának, vagy bölcsületnek nevezni, hiszen nem a világ megmagyarázását tűzi ki céljául. Ráadásul amit a *mímámszá* által javasolt rítusokban végeznek, az racionális ésszel értelmetlennek tűnhet. A bölcsület mibenlétéről azonban eltérő a kelet és a nyugat felfogása. Európai értelemben a *mímámszá* nem bölcsület, indiai értelmezésben viszont a hat alapvető *védikus* bölcsületi rendszer egyike.

कृति

BUDDHIZMUS

BUDDHISTA BÖLCSELET

A BUDDHIZMUS TANÍTÁSÁNAK ALAPELVEI (DHARMA)

A *Dharma* szó jelentése: tan, törvény, erkölcs, rend, igazság. Amikor a *Dharma* szót ebben az értelemben használjuk, nagy kezdőbetűvel írjuk azért, hogy ne tévesszük össze a kisbetűs dharmával, amely a lételem, illetve elemi eseménykomponens megjelölése.

Sákyamuni Buddha a *Dharma* első megfogalmazását a híres Benáreszi Beszédben fejtette ki, és ezzel hozta mozgásba a Tan Kerekét, a *Dharma-Csakrát*. A *buddhista* tanítás (szanszkrit: *Dharma*, páli: *Dhamma*) legalapvetőbb tételei:

- 1) a Négy Nemes Igazság;
- 2) a Nemes Nyolcas Ösvény;
- 3) a Fügő Keletkezés;
- 4) az Én-telenség.



A NÉGY NEMES IGAZSÁG

A Négy Nemes Igazságról (páli: *Csattári Arija Szaccsáni*) szóló tanítás a *buddhizmus* kiinduló pontja és legfontosabb axiomatikus alapgondolata.

Az *Első Nemes Igazság* a szenvedés (szanszkrit: *duhkha*, páli: *dukkha*) igazsága, amely szerint a teremtett világban való bármiféle létezés szükségszerűen szenvedéssel jár. Még ha királynak, vagy milliomosnak is születik valaki, s gazdagon, fiatalon és egészségesen élvezi az életet, akkor is előbb-utóbb tapasztalni kényszerül a lét szenvedés jellegét.

Szenvedés már maga a megszületés is, amely olyan borzasztó fájdalommal, félelemmel, szorongással és megrázkódtatással jár, hogy hónapokig, vagy akár évekig tarthat, amíg ezt a súlyos traumát az újszülött valamennyire kiheveri. Szenvedés továbbá az öregedés folyamata, a betegség, a haldoklás és a meghalás is. Szenvedést érzünk, ha a vágyaink nem teljesülnek. Szenvedünk akkor is, ha nem tudunk szabadulni kellemetlen eseményektől, ha össze vagyunk zárva visszataszító személyekkel, vagy dolgokkal, és akkor is, ha elválni kényszerülünk számunkra kedves dolgoktól és személyektől.

A *buddhista* tanítás szerint a szenvedésnek három szintje van. Az első szinten attól szenvedünk, hogy fizikai fájdalmat érzünk, fázunk, éhezünk, vagy rosszullét fog el. A második szint a lelki szenvedések szintje, amelynél a vágyaink és illúzióink ütköznek össze a valósággal és emiatt szorongást, kiábrándultságot, vagy csüggedést érzünk. A harmadik szinten filozófiai-bölcseleti értelemben éljük át a szenvedés valóságát, amikor belátjuk, hogy a szenvedés a világban mindig mindenütt szükségszerűen és elkerülhetetlenül jelen van. A megvilágosodás felé haladó ember a szenvedés felfogásában lépésről lépésre a harmadik fokozat felé halad.

Buddha a szenvedés lényegét abban fejezi ki, hogy a szenvedés voltaképpen azonos a kötődések öt csoportjával, azzal az öt tényezővel, amiből összetevődik az a valami, amit a saját Énünknek, személyiségünknek hiszünk. Ezen öt tényezőről a későbbiekben lesz szó.

A *Második Nemes Igazság* a szenvedés eredetének igazsága, amely szerint a szenvedéseink oka a sóvárgó vágyakozás, amelynek tárgya lehet az örök élet, a megsemmisülés, az érzéki élvezet, a hatalom, a birtoklás, vagy bármi egyéb. Vagyis éppen azzal idézzük elő a szenvedéseket, hogy vágyakozunk a szenvedélyeink kielégítésére, a sikerre, a gazdagságra, az örök életre, vagy akár a végleges megsemmisülésre. Ez azt is jelenti, hogy a szenvedés oka önmagunkban van. A szenvedéshez vezető *karmánkat* ugyanis éppen a vágyainkkal hozzuk létre.

A *karma* szó jelentése: cselekvés, tett. Azokról a cselekvéseinkről van szó, amelyek későbbi következményeként szenvedést kényszerülünk átélni. Az ember a szenvedéshez vezető cselekvéseinek túlnyomó részét azonban általában nem szán-

dékos gonoszságból és rosszindulatból, hanem sokkal inkább tudatlanságból követi el. Emiatt az ember, bár esetleg jót akar, azt tapasztalja, hogy a dolgok mégsem úgy történnek, ahogyan szeretné.

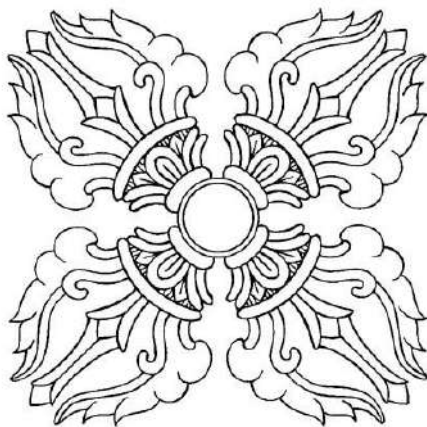
A vágyaink és szenvedélyeink ugyanis szoros kapcsolatban állanak a tudatlansággal, pontosabban a hamis tudattal (szanszkrit: *avidjá*, páli: *avidzsá*), amelynek hatása alatt összetévesztjük az illúzióinkat a valósággal. Vágy és hamis tudat ezért kölcsönösen erősíti egymást és a Fügő Keletkezési Láncolaton keresztül fenntartja a létforgatagban a szenvedés jellegű létezés folyton ismétlődő állapotát.

A szenvedés kérdésével kapcsolatos alapvető fontosságú felismerés tehát az, hogy a teremtett materiális lét keretei között, vagyis a létforgatagban a szenvedés teljes és végleges kiküszöbölése, megszüntetése lehetetlen. Erre csak akkor van mód, ha ki lehet lépni a létforgatagból, vagyis meg lehet szüntetni, szét lehet szakítani a Fügő Keletkezés (ld. később) láncolatát.

A *Harmadik Nemes Igazság* a szenvedés megszüntetésének igazsága. Eszerint a szenvedést csak úgy lehet megszüntetni, ha sikerül felszámolni a vágyainkat és szenvedélyeinket. Ehhez viszont fel kell számolni a vágyakat fenntartó teljes Fügő Keletkezési Láncolatot, vagyis a hamis tudatot, a kötődést, a *karmikus* létesülést és az újraszületést, s ekkor van csak lehetőség arra, hogy megszűnjön a halál, a pusztulás és kétségbeesés, vagyis a szenvedés.

A szenvedés megszüntetéséhez tehát fel kell számolni a vágyat, olyannyira, hogy a megszabadulás érdekében végül még a megszabadulás iránti vágyat is ki kell oltani. Hasonló ez ahhoz, mint amikor valaki görcsös igyekezettel próbál elaludni, de nem tud. Amikor feladja igyekezetét, magától elalszik.

A *Negyedik Nemes Igazság* a szenvedés megszüntetéséhez vezető út igazsága. Ez megadja a receptet a vágyak felszámolására és ezzel a szenvedés kiküszöbölésére. Ez pedig nem más, mint a Nemes Nyolckrétű Ösvény, más szóval: Nyolcas út.



A NEMES NYOLCRÉTŰ ÖSVÉNY

A Nemes Nyolcrétű Ösvény *Buddha* útmutatása arra vonatkozóan, hogy hogyan lehet a gyakorlatban végigjárni a megszabaduláshoz vezető utat.

A Nemes Nyolcrétű Ösvény nyolcféle tevékenység illetve magatartási forma gyakorlásából áll. Bár ezek egymásra épülnek, mégsem olyanok, mint pl. egy nyolc osztályos iskola, amelyben ha mondjuk az ötödik osztályt sikeresen elvégeztük, beiratkozhatunk a hatodikba. A Nemes Nyolcrétű Ösvény egyes elemeinek fokozatos felvétele után minden egyes elemet párhuzamosan kell gyakorolni, egyre tökéletesítve azokat.

A Nemes Nyolcrétű Ösvény (szanszkritul: *árjástānga-mārga* páliul: *arija-atthangika-magga*) elemei a következők:

- I. *Szamjag-dristi* (páli: *szammá-ditthi*) = tökéletes felismerés, illetve szemlélet.
- II. *Szamjak-szamkalpa* (páli: *szammá-szamkappo*) = tökéletes elhatározás, elszánás.
- III. *Szamjag-vács* (páli: *szammá-vácsá*) = tökéletes beszéd, tökéletes szó.
- IV. *Szamjak-karmánta* (páli: *szammá-kammantó*) = tökéletes cselekvés.
- V. *Szamjag-ádzsiva* (páli: *szammá-ájívó*) = tökéletes megélhetési mód.
- VI. *Szamjag-vjájāma* (páli: *szammá-vajámó*) = tökéletes erőfeszítés, igyekezet, gyakorlás.
- VII. *Szamjak-szmriti* (páli: *szammá-szati*) = tökéletes éberség, jelenlét, figyelem.
- VIII. *Szamjak-szamádhi* (páli: *szammá-szamádhi*) = tökéletes elmélyedés, meditáció.

A nyolcrétű ösvény elemeit három fő csoportba szokás sorolni:

- 1) Az I—II. elemek együttes neve bölcsesség (*pradnyá*);
- 2) A III—IV—V. elemek együttes neve erény (*síla*);
- 3) A VI—VII—VIII. elemek együttes neve meditáció (*szamádhi*).

A Nemes Nyolcas Ösvény első két eleme a bölcsesség (*pradnyá/pannyá*) gyakorlása. Ez magában foglalja a tökéletesen helyes felismerést és elhatározást. Az út kezdetén természetesen még nem lehet beszélni ezek tökéletességéről, de törekedni kell azok szüntelen tökéletesítésére.

A Nemes Nyolcas Ösvény első tagja tehát a helyes megértés, szemlélet illetve felfogás (*szamjag dristi*). Ez az a fajta megértés, amelynek birtokában képesek vagyunk úgy látni a dolgokat, ahogyan azok a valóságban vannak. A megértés azonban az Út kezdetén még nem tökéletes, de a Tan bizonyos fokú megértése mindenképpen szükséges ahhoz, hogy valaki egyáltalán elkezdjen járni ezen az Úton. Később, a morális háttér kibontásával és a tudat koncentrátságának gyakorlásával fokozatosan elérhető a bölcsesség kifejlesztéséhez szükséges belső nyugalom és összeszedtség.

A helyes megértés lényegében azonos a helyes szemlélettel, illetve felfogással. Ennek megvalósítása két szinten lehetséges.

Világi, köznap szinten a helyes szemlélet a *karmikus* szükségszerűség megértését jelenti, vagyis azt, hogy minden cselekvésünknek elkerülhetetlenül következménye lesz és ezért a negatív *karmikus* hatású cselekvéseket kerülni érdemes. *Buddha* egyik beszédében az ilyen cselekvéseket tíz tételben sorolta fel. Ezek közül az első három testi cselekvésekre vonatkozik, s ezek: az ölés, a lopás és az erkölcstelen életmód. A következő négy tétel a szavak útján elkövethető rosszaságokat sorolja fel, ezek: a hazugság, a viszálykeltés, a durva beszéd és a haszontalan fecsegés. Az utolsó három kerülendő pedig tudati tevékenységekre vonatkozik és ezek: a mohóság, a rosszindulat és a hibás nézetekhez való görcsös ragaszkodás.

Magasabb szinten a helyes szemlélet a *karmikus* szükségszerűség általános érvényességének és a Négy Nemes Igazság tökéletes megértését jelenti. Ennek feltétele azonban a megfelelő személyes tanítómester és a kitartó saját szellemi erőfeszítés.

A Nemes Nyolcas Ösvény második tagja a helyes gondolkodás, elhatározás és szándék (*szamjak samkalpa*). A helyes elhatározás azt a szándékot fejezi ki, hogy a helyes megértés birtokában végig akarjuk járni az utat. A helyes szándék egyúttal utat mutat a helyes cselekvések felé.

Buddha szerint a helyes gondolkodást az jellemzi, hogy az mentes a vágytól, a fősvénységtől és irigységtől, a rosszindulattól, a kegyetlenségtől és hamis tévtanoktól és képes megérteni a *karmikus* szükségszerűséget.

Buddha tanítása szerint a helyes szándék háromféle lehet. Szándék az önfeláldozó lemondásra, a jóindulatra és mások ártalmának elkerülésére. Ezek ellentétei a helytelen szándékok, amelyek indíttatása a mohó vágyakozás, a rosszindulat és az ártani akarás.

A szándék a cselekvés előfutára, ezért a helyes, vagy helytelen szándék vizsgálhat a tudat állapotára és a szemléletre. Ha például valaki tagadja a cselekvések *karmikus* következményeit, és a cselekvéseket kizárólag az azokkal közvetlenül elérhető nyereség szempontjából mérlegeli, előbb-utóbb olyan helytelen szándékokhoz és cselekvésekhez jut el, amelyek szenvedést okoznak.

A Nemes Nyolcas Ösvény következő három eleme, vagyis a harmadik, a negyedik és az ötödik a tudat morális megtisztítását célozza, és ennek megfelelően az erkölcsi követelményeket adja meg. E három elem együttes neve ezért: Erény (sz: *sila*, p: *szíla*).

Ezen belül a Nemes Nyolcas Ösvény harmadik eleme a helyes beszéd (*szamjag vács*). Ez azt jelenti, hogy nem állítunk valótlant, vagyis nem hazudunk, nem terjesztünk olyan híreszteléseket, amivel másoknak árthatunk, nem beszélünk haragosan, indulatosan, másokat sértegetve, szidalmazva, vagy kigú-

nyolva és nem fecsegünk feleslegesen, hosszasan, semmitmondóan, csak azért, hogy hallhassuk a saját hangunkat.

A Nemes Nyolcas Ösvény negyedik eleme a Helyes Cselekvés (*szamjag karmánta*).

A helyes cselekvés azt jelenti, hogy nem ölünk meg más lényeket, és nem okozunk nekik szándékosan fájdalmat, szenvedést.

A helyes cselekvés azt is jelenti, hogy nem veszünk el másoktól semmi olyat, amit nem önként és kényszer nélkül adnak oda, vagyis nem lopunk, nem rabolunk, és nem szerezünk meg mások tulajdonát sem csalással, sem megtévesztéssel, sem zsarolással, sem fenyegetéssel, sem erőszakkal, sem más egyéb tisztességtelen módon.

A helyes cselekvés még azt is jelenti, hogy tartózkodunk az olyan szexuális magatartástól, ami másoknak fájdalmat és szenvedést okozhat, vagyis nem folytatunk szerelmi kapcsolatot olyan személlyel, aki mással házasságban él, szülői felügyelet, vagy gyámság alatt áll, vagy kiszolgáltatott helyzetben van és olyanval sem, akivel a kapcsolatot a hagyomány tiltja, például vérszerinti rokonnal, vagy szüzességi fogadalmat tett szerzetessel.

A Nemes Nyolcas Ösvény ötödik eleme a helyes életmód (*szamjag ádzsiva*). Ez azt jelenti, hogy olyan foglalkozást, megélhetési jövedelemszerzési módot választunk, ami nem okoz más lényeknek kárt, fájdalmat, szenvedést. A tilalmak elsősorban a következő tevékenységekre vonatkoznak: fegyverek gyártása és azokkal való kereskedés, kereskedés élőlényekkel, pl. rabszolgákkal, prostituáltakkal, vagy állatokkal, állatok megölése és húruk árusítása, mérgek, vagy kábító és részegítő anyagok előállítása és azokkal való kereskedés, továbbá jövedelem szerzés csalás, mások félre vezetése és becsapása, továbbá uzsora és jövedő mondás útján.

A Nemes Nyolcas Ösvény utolsó három eleme a meditáció (*szamádhi*), amely a tudat uralásának különböző fokozatait jelenti, és magában foglalja a kirtartó gyakorlást, a figyelem tökéletesen éber összpontosítását és a szellemi elmélyedést.

Ezen belül a Nemes Nyolcas Ösvény hatodik eleme a helyes erőfeszítés, igyekezet, gyakorlás (*szamjag vjájáma*). Ez négy dolgot jelent: a) azt, hogy elkerüljük a tudatban még fel nem merült egészségtelen tudattartalmak felmerülését az érzések uralása által; b) azt, hogy a felmerült egészségtelen tudattartalmakat kiküszöböljük; c) azt, hogy szándékosan előidézünk, felkeltjük a tudatban még fel nem merült egészséges tudattartalmakat; d) végül azt, hogy a felmerült egészséges tudattartalmakat fenntartjuk, és azokat továbbfejlesztjük.

Az egészségtelen, nem üdvös tudattartalmak, vagyis a tudat összeszedettségét gátló Öt Akadály (p: *nívarana*) a következő: az érzéki és érzékelési vágy (*káma cshanda*), a rosszindulat (*vjápáda*), a lustaság és szellemi tunyaság (thína middha), a

nyughatatlanság (*uddhacca kukuccsa*) és a kételkedés a *karmikus* szükségszerűségben (*vicsikiccshá*). Az egészséges tudattartalmak ezek ellentettjei.

A Nemes Nyolcas Ösvény hetedik eleme a helyes éberség és összpontosítás (*szamjak szmríti*). Ennek elérésére *Buddha* az Éberség Megalapozását (páliul: *Szatipatthána*) javasolja amelynek négy módszere a következő: szemlélődés a test állapota felett, az érzések szemlélése, a tudat szemlélése és állapotának tudatosítása, végül a tudattartalmak szemlélése. Az Éberség Négy Megalapozásáról később esik bővebben szó.

A Nemes Nyolcas Ösvény nyolcadik eleme a helyes elmélyedés és meditáció (*szamjak samádhi*). Ez nem más, mint a tudat tökéletesen éber, uralt, egy pontú állapota, amely lehetővé teszi többek között a négy finom anyagi és négy nem anyagi létsík tapasztalását. (ld. később)



A FÜGGŐ KELETKEZÉS

A Fügő Keletkezés (sz: *pratitja samutpáda*, p: *paticca samuppáda*) alighanem *Buddha* legnehezebben érthető tanítása. Ezt az is mutatja, hogy *Buddha* a különféle tematikai módszerek szerint felépített beszédeiben számos alkalommal újra meg újra elmagyarázta a Fügő Keletkezés láncolatát, annak működését különféle hasonlatokkal szemléltetve.

A Fügő Keletkezésről szóló tanítás szerint a létforgatagba való bezártságunk és ezáltal a szenvedéseink oka egy önmagát szüntelenül gerjesztő keletkezési folyamat következménye.

E keletkezési láncolat elemei egymástól függő módon jönnek létre és a keletkezések láncolata gyűrű-szerűen záródó hurkot alkot, amelyben az egyes elemek — közvetlen, vagy közvetett módon — önmaguk ismételt megjelenését okozzák. Olyan ez, mint a tyúk és tojás problémája. Értelmetlen azt kérdezni, hogy melyik volt előbb. Ezt a láncot kell széttörni, ha ki akarunk szabadulni a létforgatagból. Bármelyik elem tökéletes, maradéktalan és végleges felszámolása pedig azt jelenti, hogy a többi elem is lassan elenyészik.

A Fügő Keletkezés elemeinek neve: *nidána*, amely szó ilyesmiket jelent: ok, indíték, kötelék, függőség, láncszem. A tizenkét láncszem (*nidána*) pedig a következő:

Az első láncszem a hamis tudás (sz: *avidjá*, p: *avidzsá*), más szóval tudatlanság, hamis tudat, a valóság félre ismerése, megalapozatlan illúziókban való tévelygés. A hamis tudás már megvolt, mielőtt megszülettünk volna bármilyen teremtett létformában és ebből indult ki az egész láncolat. Ugyanakkor a többi láncszem visszahat a hamis tudásra, erősíti azt, és ezáltal az egész láncolat — egyfajta pozitív visszacsatolás szerint — egyre inkább felpörög, s mi egyre jobban belesüppedünk a létforgatagba, sőt ezen belül a durva materiális létbe. A hamis tudás így lesz kiindulópontja a múltbeli *karmikus* okoknak (*kamma-bhava*), amelyek a jelenlegi létállapotunkat okozzák.

A második láncszem a tudati indíttatások, az akaratlan belső impulzusok (sz: *szamszkára*, p: *szankhára*), amelyek eredete szintén a hamis tudásban gyökerezik. Ide tartozik minden gondolat, szó és tett, s ezek hatása lehet *karmikusan* pozitív, vagy negatív. A tudati indíttatások ugyancsak részei a múltbeli *karmikus* okoknak.

A harmadik láncszem a kettősség tudat, megkülönböztető tudat, vagy Éntudatosság (szanszkrit: *vidnyána*, páli: *vinnyána*), más szóval az a fajta tudatosság, amely megkülönbözteti az objektívet és a szubjektívet, az Én-t a Más-tól, vagyis azt, amit önmagunknak vélünk, attól, amiről úgy hisszük, hogy nem önmagunk. Ez a láncszem fontos része a múltbeli *karmikus* tényezők következményeként a jelenben szüntelenül zajló létesülési folyamatnak és analógiába állítha-

tó a tradicionális *védikus számkhja* és *jóga* bölcseletekben szereplő *ahamkára* fogalmával, aminek jelentése: Én-alkotó, Én-építő, vagyis amely tényező létrehozza az Én-képzetet és ez által magkülönbözteti az Én-t és a Más-t.

A negyedik láncszem a lélek és test kettőssége (*náma-rúpa*), ami az előző tényező közvetlen következménye. A *náma-rúpa* szó szerinti jelentése: Név és Forma, mivel először a dolgok megnevezése jön létre és csak azután a manifeszt, materiális formában is megnyilvánult létezés. (vö. „Kezdetben volt az Ige ... és azután testet öltött az Ige”, a Keresztény Szentírásból). A lelkiség (*náma*) összetevői az érzés (*védaná*), az érzékelés (*szannyá*), a szándék (*csétaná*), a benyomás (*phassza*) és a figyelem (*manaszikára*). A testiség (*rúpa*) összetevői pedig a négy őselem és az ezektől függő testi képződmények.

Az ötödik láncszem a hatrétű érzékelési alap (sz: *sadajatana*, p: *szalajatana*), vagyis az ötféle érzékelési képesség és az elme. Az elme (*manasz*) nem azonos az értelemmel (*buddhi*), vagy az öntudattal (*vidnyána*). Ez az a mentális szervünk, amely megszervezi az ötféle érzékelési képesség működését és az észleletekből tudattartalmakat konstruál. A *manasz* működésének következménye pl. az, hogy egy kettétépett fényképről is felismerjük a személyt, akit ábrázol. A *manasz* működése miatt azonban soha nem a tényleges valóságot tapasztaljuk, hanem csupán az általa konstruált tudattartalmakat, s ezeket számos korábbi nézet, előítélet, előzetes vélekedés, prekonceptió befolyásolja. Más szóval: minden dologban azt látjuk meg, amit látni akarunk és vakok vagyunk mindennel szemben, amit nem akarunk látni.

A hatodik láncszem a benyomások szerzése, vagyis az érzékelés, pontosabban az érzékelési képességek érintkezése az érzékelhető külvilággal (sz: *szparsa*, p: *phassza*).

A hetedik láncszem az érzések minősítése (*védaná*), amelyek az érzékek és a külvilág érintkezése nyomán lépnek fel. Az érzéseket a szerint értékeljük, hogy azok kellemesek, kellemetlenek, vagy közömbösek.

A *Viszuddhimagga* szerint a harmadiktól az ötödik láncszemig tartó láncszakasz főleg következmény típusú és elsősorban a múltbeli *karmikus* tényezők miatt a jelenben zajló létesülési folyamatban (*uppatti-bhava*) játszik szerepet.

A nyolcadik láncszemet a mohó, sóvárgó vágyakozás (sz: *trishná*, p: *tanhá*) alkotja, amely a kellemes érzések erősítését és a kellemetlen érzések megszüntetését célozza és irányulhat pl. érzéki örömekre, gazdagságra, hatalomra, az örök életre, vagy bármire, amiről úgy véljük, hogy ezt a célt elősegíti.

A kilencedik láncszem a kötődés (*upádána*), ami azt jelenti, hogy görcsösen ragaszkodunk, tapadunk, kötődünk a vágyaink tárgyaihoz.

A tizedik láncszem a létesülés (*bhava*), vagyis a bekerülés és ott ragadás a teremtet világban, a szüntelenül változó, átalakuló létforgatagban (*szamszára*), s ez a kötődés közvetlen következménye.

A *Viszuddhimagga* szerint az utóbbi három láncszem főleg azokat a jelenlegi *karmikus* okokat képezi, amelyeknek következményei a jövőben fognak érvényesülni.

A tizenegyedik láncszem a születés, pontosabban az ismétlődő újbóli megszületés (*dzsáti*), vagyis a személyiséget alkotó összetevők (*khandha/szkandha*, ld. később) létesülése a fogamzástól a megszületésig.

Végül a tizenkettedik láncszem az öregség, a pusztulás és halál (*dzsarámaranam*), mint a tapasztalható szenvedések legfontosabb közvetlen tényezői és a *karmikus* következmények gyümölcsei.

A *Viszuddhimagga* szerint a két utolsó tétel főleg azokat a *karmikus* következményeket jelenti, amelyek a jövőben fognak bekövetkezni.

Mivel minden élet múlt is, jelen is, jövő is attól függően, honnan nézzük, mindenkor jelen van kölcsönös függésben egyidejűleg az összes láncszem, vagyis a *karma* létrehozása és a *karma* gyümölcsözése is.

Buddha tanítása szerint, ha ki akarunk szabadulni a létfordatagból, a Független Keletkezés láncát kell szétörni. Elvileg bármelyik elem tökéletes, maradéktalan és végleges felszámolása azt jelentené, hogy a többi elem is lassan elenyészik. *Buddha* szerint azonban reális szabadulási lehetőség csak az első és a nyolcadik láncszem esetén van és ezek: a hamis tudat, valamint a sóvárgó vágyakozás.

A Független Keletkezési láncban szereplő oksági kapcsolatok jobb megértéséhez érdemes idézni az ősi hindu *Védánta* bölcsélettel való bizonyos fogalmi párhuzamokat is. Mint tudjuk, a *Védánta* szerint minden következménynek (okozatnak) legalább két oka van. Az egyik az anyagi, a másik a kiváltó ok. Az anyagi ok rejtett potencialitásként eleve magában hordozza a következményt és ezért az utóbbi előbb-utóbb meg is fog valósulni.

Voltaképpen az anyagi ok a következmény eredeti, valódi oka. A kiváltó ok pedig felszabadítja a rejtett potencialitást, vagyis elhárítja, eltávolítja az útból azokat az akadályokat, amelyek mindaddig meggátolták, hogy a következmény manifeszt formában megnyilvánuljon.

Az anyagi ok tehát törvényszerűen hozza létre a következményt, a lehetséges kiváltó okok valamelyikének megjelenése viszont esetleges, véletlentől függő lehet. Az anyagi ok az, ami meghatározza, hogy mi az, aminek be kell következnie, de a kiváltó októl függ, hogy az okozat mikor, milyen módon és milyen körülmények között valósul meg.

Ha ezt az értelmezést a Független Keletkezésről szóló tanításra vonatkoztatjuk, azt vehetjük észre, hogy a Független Keletkezés elemei közötti oksági kapcsolatokban mindig az anyagi ok szerepel. Az ember azonban hajlamos arra, hogy összetéveszze a két féle okot, és a hamis tudat hatása alatt úgy vélje, hogy a következmény valódi oka a kiváltó ok.

Vegyük példaként a létesülés, a megszületés és a halál közötti oksági kapcsolatot. Azt tapasztalhatjuk, hogy ha valaki meghal, a hozzátartozók és barátok ál-

talában keresni kezdik ennek okát. Pl. úgy vélik, hogy az elhunyt azért jutott erre a sorsra, mert véletlen baleset érte, vagy egészségtelenül táplálkozott, vagy a betegségét félreismerték, és hibás orvosi kezelést kapott stb. Ezzel elhitetik önmagukkal, hogy a halál véletlenszerű, és ha az ember vigyáz magára, egészségesen él, elkerüli a baleseteket, és mindig idejében fordul a megfelelő szakorvoshoz, akkor a halál elkerülhető.

A valóság ezzel szemben az, hogy a baleset, az egészségtelen életmód, vagy az orvosi műhiba csupán kiváltó ok, amely elhárítja az akadályokat a valódi ok érvényesülésének útjából. A valódi ok ugyanis a létesülés és megszületés az anyagi létformában, mivel ez magában hordja a halál törvényszerű bekövetkezésének potencialitását. Ez a potencialitás azután előbb-utóbb abszolút bizonyossággal utat tör magának, de hogy hogyan és mikor, az az esetlegesnek tűnő lehetséges kiváltó okok valamelyikétől függ. Azt sem lehet azonban állítani, hogy ezek a kiváltó okok teljesen esetlegesek, véletlenszerűek, hiszen megjelenésükben a *karmikus* előzmények lényeges szerepet játszhatnak.

Ha tehát a Független Keletkezés láncolatában visszafelé haladunk, felfedezhetjük, hogy a *Védánta* terminológiája szerint itt voltaképpen az anyagi okok láncolatáról van szó. Ez a láncolat azután ténylegesen körbe is zárul, hiszen az utolsó tag közvetlenül visszahat az elsőre, oly módon, hogy a halál okainak téves értelmezése tovább erősíti a láncolat első elemét, mégpedig a hamis tudatot, ami nem más, mint a valóság félreismerése.



A SZEMÉLYISÉG

A *Buddhizmus* és a *Védikus* tanítás közötti legalapvetőbb nézetkülönbség azzal a kérdéssel kapcsolatos, hogy "ki vagyok én?" Már a *Védikus* tanítás is megkérdőjelezte a világ realitását, az észlelés és megismerés megbízhatóságát, sőt azt is, hogy azonosak vagyunk azzal, akinek hisszük magunkat. Nem vitatták azonban, hogy az észlelés alanya valóságosan létezik, vagyis, hogy van valamiféle felsőbb Én (*purusa*, vagy *átman*), aki, bár a hamis tudat hatására összetéveszti ugyan önmagát a különféle tudati képződményekkel, de azért a létezése mégsem vitatható.

Ezzel szemben *Buddha* rámutatott arra, hogy önmagunk létezése is csupán olyan előfeltevés, amely nem igazolható. Sőt, a megszabadító magasabb tudás lényege éppen az, hogy megszabadulunk az Én-személyiség illúziójától.

A *buddhizmus* „Én-nélküliség” (sz: *anátman*, p: *anattá*) tanítása sok vitára adott okot a *buddhisták* és a *bráhmín* papok között. Ezek leírása több kanonikus iratban megtalálható. A Rádzsagahai Beszédben pl. *Buddha* így fogalmaz: „Téves a felfogás, hogy az Én a halál után elpusztul, mert akkor nem lenne, ami a *karmikus* következményeket hordozza. Téves az a felfogás is, hogy az Én a halál után tovább él, mert akkor változatlanul kellene maradnia”.

Buddhista tanítás szerint az ember — teste és személyisége egyaránt — összetett képződmény. Márpedig, ami összetevődik, vagyis keletkezik, az előbb-utóbb szét is hullik. Az összetett dolgok csak a szüntelen átalakulás állapotában képesek létezni. Emiatt létük feltételektől függő és nem abszolút. Ezért, bizonyos értelemben, minden pillanatban meghalunk és újra keletkezünk.

A kérdés további megvilágítására *Buddha* egyik beszédében a következő hasonlat szerepel: Ha este meggyújtunk egy gyertyát, és az reggel is ég, állíthatjuk-e, hogy a reggeli gyertyaláng azonos az estivel? Függ-e a válasz attól, hogy a lángot éjszaka elfújta a huzat és azt valaki ismét meggyújtotta? Más lesz-e ettől a reggeli gyertyaláng? Hasonlóan: Azonos-e az ember reggel azzal, aki este lefelelt? És azzal, aki tíz éves korában volt? És azzal, aki csecsemő korában volt?

A válasz a kérdésekre az, hogy ezek a dolgok bizonyos szempontból azonosak, más szempontból pedig különböznek egymástól. Ezért *Buddha* szerint, van újraszületés, de nincs lélekvándorlás. Az utóbbi akkor létezne, ha létezne változásnak ki nem tett lélek. Van ugyanakkor újraszületés, mert a jelenlegi cselekedetek határozzák meg a születendő lény létfeltételeit.

Ha a kérdést alaposabban elemzzük, akkor a következő magyarázathoz jutunk: mindazok a jelenségek, amiket külső, vagy belső világgént tapasztalhatunk, a nem-létből, mint potencialitásból a léthe felbukkanó, majd oda visszasüllyedő lételemekből tevődnek össze. (A lételemek neve *dharma*, és ez nem tévesztendő össze azzal a

másik *Dharmával*, aminek jelentése tanítás, illetve erkölcsi törvény.) A létben felbukkanó lételemek, azaz *dharmák* kiváltják további *dharmák* felbukkanását, miközben maguk visszasüllyednek a nemlét állapotába. A szüntelenül cserélődő *dharmákból* látszólag stabil képződmények tevődnek össze.

Ilyen *dharmákból* tevődik össze a testünk és a lelkünk és az az Én-központú személyiség is, amelyet változatlanak hiszünk, és amellyel azonosulunk.

Ha azt kérdezzük, honnan bukannak elő a *dharmák*, a válasz: az ürességből, (sz: *súnjátá*, p: *szunnyatá*). Ez az üresség azonban, lényegét tekintve, maga a szellemiség, amely eredeti szennyezetlen formájában átlátszó, tiszta tudat. Ha az ebben lapangó lehetőségek megnyilvánulnak, megindul a teremtés. Ekkor a tudatban helyi örvénylések alakulnak ki, ezek előbb-utóbb önálló személyiségnek hiszik magukat, és ezzel belemerülnek a létforgatagba.

Az ürességből előbukkanó *dharmák* és az ezekből kombinálódott jelenségek folyton változnak, széteszlanak, elenyésznek, miközben újabb *dharmákat* és újabb jelenségeket hoznak létre. A jelenségek tehát egymástól függő módon keletkeznek és a keletkezések láncolata gyűrű-szerűen záródó hurkot alkot, amelyben végül is az egyes jelenségek önmaguk ismételt megjelenését okozzák.

Mivel a jelenségek az ürességből hívják elő egymást és csak egymással kölcsönös függőségben létezhetnek, ezért nincs abszolút, feltételektől független, önálló létük, vagyis maguk is üresség természetűek.

Buddha egy másik előadása szerint lényünk Név és Alak (*Náma és Rúpa*) kombinációja. A Név és Alak a szellemiség és testiség együttesét jelenti. A szellemiség megnevezi azokat a dolgokat, amik ezen keresztül a testiségben formát öltenek.

Ami a Név és Alak viszonyát illeti, ez a béna és vak viszonyához hasonló. A béna lát, de nem cselekszik, a vak viszont cselekszik, de nem lát. Ha a vak a válóra veszi a bénát és a béna szavakkal irányítja a vakot, bárhová eljuthatnak.

A *náma-rúpa* azonban szüntelenül változik, átalakul, ezért nem abszolút létező entitás, hanem csak viszonylagos jelenség. Olyan, mint az a pont, ahol a koszikerék a tovább gördülése során pillanatnyilag éppen a földet érinti. Így azután a lény élete csupán gondolatnyi pillanat. Minden pillanatban elpusztulunk és újra keletkezünk. Az élet egyúttal halál is.

A személyiség tehát, amely az önszeretet, a vágy és a *karmikus* következmények hordozója és a szenvedések forrása, összetett képződmény. Alkotó részei *Buddha* szerint a halmazatok, pontosabban az Öt Halmazat (sz: *skandha*, p: *khandha*):

- 1) Az Első Halmazat a testiség csoport (*rúpa khandha*), amelynek részei a négy őselem, és az ezektől függő huszonnégyféle testiség, vagyis az öt érzék; ezek tárgyai: a nőiesség és a férfiasság; az életerő (*prána*); az értelem testi bázisa (agy); a testi és verbális kommunikáció képessége; a tér és a térbeli

korlátozottság; a testi fűrgeség, a hajlékonyság; a tanulékonyság; a növekedés; a folytonosság; a hanyatlás és változékonyság képessége; végül a táplálék, amely testté válik.

- 2) A Második Halmazat az érzéscsoport (*védaná khandha*), amely hatféle aszerint, hogy az öt érzék és a *manasz* (elme) közül melyikhez kapcsolódik, minősége pedig lehet kellemes, kellemetlen, vagy semleges.
- 3) A Harmadik Halmazat az észleléscsoport (*szannyá khandha*), vagyis a hatféle észlelés az öt érzék és a *manasz* segítségével.
- 4) A Negyedik Halmazat a mentális képződmények, *karmikus* hordalékok és tudati indíttatások csoportja (*szankhára khandha*), amely összesen ötvenkető tényezőből áll és olyasféle összetevőket tartalmaz, mint pl. benyomás, szándék, koncentráció, figyelem, fogalom, gondolat, elhatározás, érdeklődés, érdek, hit, hűség, éberség, szégyen, irigység, öröm, részvét, bölcsesség, kétség, féltékenység stb.
- 5) Az Ötödik Halmazat az öntudat csoport (*vinnyána khandha*), amely egyrészt hatféle, mint az öt érzékhez és *manasz*hoz kapcsolódó tudatosság, más szempontból pedig háromféle lehet, *karmikusan* egészséges (*kúsala csitta*), *karmikusan* egészségtelen (*akúsala csitta*), vagy *karmikusan* semleges tudatosság (*aviakata csitta*).

Az Öt Halmazat kölcsönösen egymástól függve állandóan újra keletkezik, és nem alkot állandó stabil személyiséget.



SZAMSZÁRA ÉS NIRVÁNA

Buddha tanítása szerint az újrászületések szakadatlan körforgása szükségszerűen szenvedéssel jár. A szenvedések végleges kiküszöbölése pedig csak úgy lehetséges, ha ebből a körforgásból megszabadulunk és elérjük a *nirvána* (páli: *nibbána*) állapotát.

Buddha célkitűzése a létforgatagból való kiszabadulásra nem volt új, hiszen az már évezredek óta kulcsszerepet kapott a hindu *védikus* tanításban. *Buddha* nem új célt tűzött ki, hanem a célhoz vezető utat, vagyis a cél elérésének módszerét tökéletesítette, amit az is mutat, hogy maga *Buddha* is ezen út nagy részét a *védikus* tanítás szerint járta meg.

Mint tudjuk, a *Védák* is azt tanítják, hogy minden teremtett létforma (*bhava*) szenvedés természetű, de az ember szellemi lényegisége, „önvalója” (*átman* illetve *purusa*) elpusztíthatatlan, és ez túléli a fizikai halált és újrászületések sorozatán keresztül, lépésről lépésre képes felhalmozni a megszabadító bölcsességet és leépíteni a *karmikus* adósságot, hogy végül elérje a megszabadulást (*móksa*) és a teremtett világok létforgatagából (*szamszára*) átlépjen a nem teremtett, szenvedés mentes, magasabb rendű tiszta szellemi létállapotba, aminek szanszkrit neve: *szat*.

Ezen tanítás gyakori köznapi értelmezése úgy szól, hogy az ember halálakor a lélek a testből kilép és új testbe költözik. A *védikus* tanítás ezen „naiv” értelmezését azonban a *Védák* szövege, valamint az azokhoz tartozó *upanisadok*, *szútrák* és más bölcséleti magyarázatok nem támasztják alá. A *Védák* szelleme sokkal inkább a tiszta idealizmus felé hajlik, amely szerint a materiális világ nem teljesen valóságos, hanem az csak a hamis tudat (*avidjá*) hatására látszik olyannak, így azután „objektíve” nem is létezik az a fizikai test, amiből ki lehetne lépni.

Megvilágosodását megelőzően *Buddha* alaposan tanulmányozta a *védikus* tanításokat, és azt hirdette, hogy a megszabadulásra irányuló törekvés helyes és követendő. *Buddha* szerint azonban nem létezik semmiféle változatlan és örökévaló „önvaló” (*átman*, *purusa*), mivel az a valami, amivel önmagunkat azonosítjuk, maga is tudattartalom és a szüntelen változás és átalakulás állapotában van. A megszabadulás érdekében ezért az Énünket nem „önmegvalósítani” kell, hanem megszüntetni, mert az nem más, mint egyfajta tudati szennyeződés, amely akadálya a megszabadulásnak.

Az Én-től való megszabadulás feltétele valamennyi tudati szennyeződés teljes kiküszöbölése, felégetése, ellobbantása. A *nirvána* szó pedig éppen ezt jelenti: ellobbanás.

Ezen szó Európai nyelvekre való szó szerinti lefordítása számos téves értelmezésre adott lehetőséget. Egy időben pl. a *buddhizmust* a nihilizmussal azonosították, amelynek célja a fizikai és szellemi megsemmisülés. Ezt az interpretációt látszott támogatni a kanonizált *buddhista* szövegekben található némely pa-

radox kijelentés. Pl. amikor egy tanítvány azt kérdezte, hogy *Buddha* a *nirvánába* való végleges távozás után létezik-e, azt a zavarba ejtő választ kapta, hogy megalapozatlan az állítás, hogy *Buddha* továbbra is létezik, de megalapozatlan az is, hogy nem létezik, megalapozatlan továbbá az is, hogy létezik, és nem létezik egyszerre, és megalapozatlan az is, hogy sem létezik, sem pedig nem létezik.

A *nirvánára* ugyanis nem lehet értelmezni azt a köznapi fogalmat, hogy létezés, mivel ez térhez és időhöz kötött fogalom. A *nirvánában* azonban nincs értelme olyan fogalmaknak, mint tér és idő.

A *nirvána* azonban semmiképpen nem valamiféle hely, ahol lenni lehet, hanem sokkal inkább tudatállapot, mégpedig a tökéletes szellemi szabadság és szenvedésmentesség tudatállapota.

Létezik olyan *buddhista* bölcséleti értelmezés, amely szerint *szamszára* és *nirvána* voltaképpen azonosak és úgy viszonyulnak egymáshoz, mint pl. a fényképészetben a negatív film és a pozitív másolat. Ami az egyikén fehér, az a másikon fekete, és viszont. Hasonló a helyzet a *szamszára* és *nirvána* esetében is. Ami az egyik nézőpontból abszolút valóság, az a másiktól pusztán illúzió, és viszont. A *nirvána* elérése annak felismerését és tapasztalását jelenti, hogy amit eddig valóságnak hittünk, az tulajdonképpen nem létezik, amiről pedig úgy látszott, hogy nem létezik, az maga az abszolút valóság.

Mindezek ellenére a létforgatagban hánykolódó ember tökéletesen valóságosnak, „objektívnek” éli meg a tudat aktivitása által teremtett világot és úgy érzi, hogy ténylegesen vándorol a létforgatagban és ennek során különféle létsíkokon, különféle létállapotokban találja magát.

A *buddhista* tanítás szerint a teremtett létállapotban, vagyis a *szamszárában* három alapvető létszint tapasztalása lehetséges, s ezek: a durva anyagi, a finom anyagi és a nem anyagi létszintek.

A durva anyagi létezési szint az érzéki vágyak világait jelenti. Az ebben előforduló számtalan létforma hat fő csoportba sorolható, ezek: az Istenek világa, a Titánok, vagy Félistenek világa, az Emberi létforma, az Állatok világa, a nyughatatlan bolyongó szellemlények, ún. Préták világa és a Poklok világa.

A finom anyagi létszint voltaképpen a durva anyagtól mentes tiszta formák és ideák világa. (A nem anyagi létszintekről és ezek tapasztalásáról később lesz szó.)

Buddha tanítása szerint mindegyik létszint, még ha az kellemesnek és vonzónak is látszik, a létforgataghoz tartozik, s a lények *karmikus* érdemeiktől, vagy *karmikus* adósságuktól, valamint a vágyaiktól függően kerülhetnek egyik, vagy másik létállapotba. Egyetlen létállapotban sem lehet azonban korlátlan ideig tartózkodni, mivel az oda vezető érdemek és *karmikus* adósságok előbb-utóbb kiemerülnek. Ha tehát ki akarunk szabadulni a létforgatagból, akkor annak valamennyi létállapotától meg kell szabadulni.

AZ ERKÖLCSI ALAPELVEK

A *buddhizmusban* az erkölcsi szabályok gyakorlásának több célja van. Ezek közé tartozik a *karmikus* adósság csökkentése és fokozatos felszámolása, továbbá a tudat megtisztítása az illúzióktól, vágyaktól, szenvedélyektől és indulatoktól a tiszta éber és koncentrált tudatállapot elérése érdekében. Ez a cél azonban nem önző. A *buddhizmus* ugyanis azt tanítja, hogy a világ állapotán elsősorban „belülről” javíthatunk, vagyis oly módon, hogy önmagunk tudatát tökéletesítjük, és nem másoktól kérjük számon az erkölcsös magatartást.

A *buddhista* tanítás erkölcsi elveinek betartása azt jelenti, hogy lehetőleg nem okozunk semmiféle szenvedést. A létforgatagban tapasztalható szenvedést ugyanis mi magunk hozzuk létre. Így azután minél kevesebb szenvedést okozunk, annál kevesebb szenvedés lesz a világban, és annál kevesebb szenvedés jut reánk is. A túl sok szenvedés pedig indulatokat és szenvedélyeket válthat ki, s ezáltal akadályozza a szellemi fejlődést és eltávolít a végső céltól, vagyis a megszabadulástól.

Buddha a Tan világi követőinek öt erkölcsi alapszabály (*panycsa síla*) betartását ajánlotta:

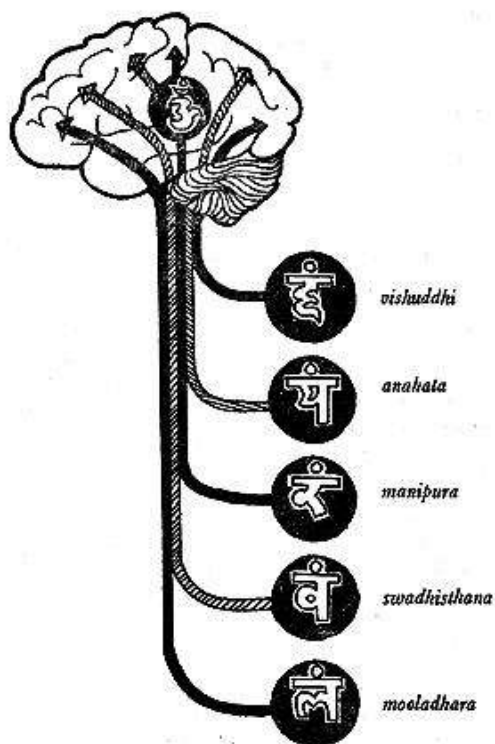
- 1) A nem ártás (*ahimszá*) elve, amely azt mondja ki, hogy tilos más élőlényeket megölni, elpusztítani, bántalmazni, nekik szándékosan fájdalmat, szenvedést okozni. Voltaképpen ez a legfontosabb alapszabály. Ha ezt betartjuk, az lényegében azt jelenti, hogy a többi erkölcsi szabályt is tiszteletben tartjuk.
- 2) Az igazmondás (*szatja*) elve, amely azt mondja ki, hogy nem szabad hazudni, rágalmazni, szándékosan valótlant állítani.
- 3) Az el nem tulajdonítás (*asztéja*) elve, amely azt mondja ki, hogy nem szabad sem lopni, sem rabolni, sem zsarolással, csellel, fondorlattal, vagy más módon elvenni másoktól azt, amit nem kívánnak önként, saját szándékukból és szabad akaratukból odaadni.
- 4) A szexuális tisztaság (*brahmacsarja*) elve, amely szerint tilos az olyan szexuális magatartás, amellyel más lényeknek ártunk, azoknak fájdalmat, szenvedést, szomorúságot okozunk. A szexuális tisztaság elve a különféle rendek hagyományaitól függően a szerzetesek számára időszakosan, vagy véglegesen a teljes nemi önmegtartóztatást is jelentheti annak érdekében, hogy a szerzetes képes legyen minden testi és szellemi energiáját az elérendő szellemi célokra összpontosítani.
- 5) A józanság (*szurámatta*) elve, amely megtiltja a kábító, bódító és részegítő italok és ételek fogyasztását.

Az általános erkölcsi szabályok betartása mellett *Buddha* az elkötelezetten törekvő szerzetesek számára még további öt szabály betartását is javasolta. Ezek

célja a tökéletes önfegyelem és a tiszta éber tudatosság állapotának elősegítése a lemondás gyakorlásán keresztül. Ezek a szabályok a következők:

- 6) tápláló ételek és italok délutáni fogyasztásának tilalma;
- 7) a zenélés és táncolás tilalma;
- 8) díszítések, kozmetikumok és illatszerek használatának tilalma;
- 9) kényelmes ülő és fekvőhelyek használatának tilalma;
- 10) pénz és arany elfogadásának tilalma.

Ezen utóbbi szabályok mai szemmel nagyon szigorúnak tűnhetnek, annak ellenére, hogy az Európai Keresztény szerzetesrendekben is voltak hasonló, sőt olykor még ennél is szigorúbb fegyelmi szabályok. Az idők folyamán azonban, főleg a *mahájána* rendekben a szabályok sok tekintetben enyhültek.



A TUDAT POZITÍV ÁTALAKÍTÁSA

A megszokott köznapi tudatállapot birtokában, ha azt nem fejlesztjük tovább és a jelenlegi életünk során különösebben nagy *karmikus* terheket, vagy érdemeket nem halmozunk fel, legfeljebb arra számíthatunk, hogy a jelenlegihez hasonló emberi létformában fogjuk folytatni pályafutásunkat, arra azonban nincs esélyünk, hogy a létforgatagból megszabaduljunk. Bár egy ilyesfajta újraszületés lehetőségét a nyugati gondolkodású ember általában pozitív lehetőségnek tekinti, a keleti vallások követői számára ez inkább bukás, mint siker. A *buddhizmus* pedig kifejezetten azt tanítja, hogy minden fajta teremtett létforma szenvedés természetű, s a valóban erőfeszítésre érdemes cél csak a létforgatagból való végleges kiszabadulás lehet.

Ahhoz, hogy esélyünk legyen a megszabadulásra, át kell alakítani a tudatunkat. *Buddha* tanítása szerint a tudat pozitív átalakítása az erkölcsi követelmények maradéktalan követése és az azokkal való tudati összhang megteremtésén túlmenően azt is jelenti, hogy megvalósítjuk a tökéletesen fegyelmezett, koncentrált és éber tudatállapotot és kifejlesztjük azt a fajta belátó és megértő bölcsességet, aminek birtokában képesek vagyunk megkülönböztetni a valóságot az illúzióinktól.

A tudat pozitív átalakításában nyújt segítséget a tizennyolc gyökérfogalomról szóló tanítás, amely a *buddhista* tanításban alapvető szerepet játszó tényezőket foglalja össze. A tizennyolc *múlapada*, vagyis gyökérfogalom kilencféle megtisztulási tényezőt állít szembe kilencféle tudati szennyeződéssel. A kilenc-kilenc tétel egy-egy kettősségből, hármasságból és négyességből tevődik össze.

A kettősség szennyeződés-elemei:

- 1) létszomj, vágy (szanszkrit: *trishná*, páli: *tanhá*);
- 2) tudatlanság (sz: *avidjá*, p: *avidzsá*).

Az ezekkel szembeállított megtisztulási tényezők:

- 1) higgadtság, önfegyelem, koncentráció (sz: *saktisamatha*, p: *szamatha*);
- 2) belátás, megértés, evidenciaélmény (sz: *vipasjana*, p: *vipasszaná*).

A hármasság szennyeződés-elemei:

- 3) mohóság, pozitív vágy (sz, p: *lóbha*, *rága*);
- 4) gyűlölet, ellenszenv, negatív vágy (sz: *dósa*, p: *dósza*);
- 5) hamis tudat, illúzió, tévelygés (sz, p: *móha*).

A vonatkozó megtisztulási tényezők:

- 3) vágynélküliség (sz, p: *alóbha*);
- 4) gyűlöletmentesség (sz: *adósa*, p: *adósza*);
- 5) hamistudattól való mentesség (sz, p: *amóha*).

A négyesség szennyeződés-elemei képezik az ún. négy romlottságot vagy kifordult megismerést (sz: viparjaja, p: vipallásza):

- 6) a tisztátalan szépnek tekintése;
- 7) a szenvedés élvezetesnek tartása;
- 8) a mulandó maradandónak vélelése;
- 9) a nem-én énné tekintése.

Az ezekkel szembeállított megtisztulási tényezők alkotják az éberség négyféle alapzatát, amelyek összefoglaló páli elnevezése szatipatthána:

- 6) a test tisztátalan voltát tudatosító éberség;
- 7) az érzések szenvedés-jellegének fölismerése és megértése;
- 8) a tudat változékony természetének fölismerése és megértése.
- 9) annak tudatosítása, hogy a tudattartalmakban nincsen semmiféle énség, vagy maradandó szubsztancialitás.

* * *

Ha el akarunk jutni a megvilágosodáshoz, és ki akarunk szabadulni a létforgatagból, akkor fel kell számolni a tudati szennyeződéseket és a tudatban meghatározóvá kell tenni a megtisztulási tényezőket.



A SZELLEMI FEJLŐDÉST SEGÍTŐ TÉNYEZŐK

A tudat pozitív átalakítása azt jelenti, hogy kiküszöböljük a negatív tényezőket és kialakítjuk és megerősítjük a pozitív tényezőket. *Buddha* több előadásában tételen is felsorolta azokat a mentális tényezőket, amelyek elősegítik a tudat átalakítását, a szellemei fejlődést és a végső cél, vagyis a megvilágosodás és megszabadulás elérését.

A cél elérését segítő tudati tényezők közül nagyon fontos az öt képesség (*indrija*) és a hét megvilágosodási tényező (*szambodhjanga*).

Mindkét csoportban a tényezők három csoportba sorolhatók. Vannak aktív, ösvény típusú tényezők, és vannak passzív, gyümölcs típusú tényezők és mind a két csoportosításban van egy olyan tényező is, amely a kettőt összekapcsolja, s ezen közbülső tényező szerepe az, hogy lehetővé teszi az aktív és passzív tényezők páronkénti harmonikus kiegyensúlyozását.

AZ ÖT MENTÁLIS KÉPESSÉG (INDRIJA)

- 1) A **HIT** (sz: *sraddhá*, p: *szaddhá*). A hegymászó is akkor képes kitartani a célig, ha hisz abban, hogy a cél, vagyis a hegycsúcs elérhető, még ha az pillanatnyilag nem is látszik. Hasonlóan, a megszabadulásra törekvő is ki kell alakítsa a rendíthetetlen hitet, hogy a cél, vagyis a megszabadulás elérhető, hiszen volt már, akinek sikerült. A hit azonban nem azonos a dogmatikus hittételekhez való merev ragaszkodással, amely utóbbi akadály a szellemi fejlődésnek. *Sákjamuni Buddha* szerint minden tanítás helyességéről személyesen meg kell győződni, ahelyett, hogy abban vakon hinnénk pusztán a tanító tekintélye alapján.
- 2) A **HŐSIESSÉG** (sz: *virja*, p: *virija*), vagyis a kitartó, önfeláldozó, fáradhatatlan, hősies törekvés, ami arra irányul, hogy a tudatból kiküszöböljük a negatív visszahúzó tényezőket és létrehozunk és megerősítsük az előbbre vivő pozitív tényezőket.
- 3) Az **ÉBERSÉG** (sz: *szmriti*, p: *szati*), vagyis a tökéletes éber tudatosság. A szó jelenti azt is, hogy éberség, de azt is, hogy emlékezet, s a *buddhizmus* tanítása szerint a tökéletes éberség voltaképpen azonos a tökéletes emlékezettel. A *buddhista meditáció* legfontosabb célja pedig éppen a tökéletesen éber tudatállapot elérése.
- 4) A **KONCENTRÁCIÓ** (sz, p: *szamádhi*), vagyis a figyelem tökéletes összpontosítása, a tudat összeszedettség, egypontúsága (sz: *csitta ékágatá*, p: *csitta ekagatá*). Ennek során elszakadunk az érzéki világ tárgyaitól és teljes figyelmünket egyetlen dologra összpontosítjuk.
- 5) A **BÖLCSESSÉG** (sz: *pradnyá*, p: *pannyá*) és ez alapvetően a Négy Nemes Igazság tökéletes megértését jelenti nem csupán a tárgyi tudás, hanem a mélyebb belátás

és a gyakorolható tudás szintjén is. E kettő között pedig olyan a különbség, mintha valaki elméletileg tudna úszni, vagy gyakorlatilag is tud.

Az Öt Mentális Képességben az *ÉBERSÉG* a kiegyensúlyozó, összekapcsoló elem. Az aktív (ösvény) és passzív (gyümölcs) típusú párok pedig, amelyek között meg kell találni az optimális egyensúlyt: *A HIT* és *A BÖLCSESSÉG*, illetve *A HŐSIESSÉG* és *A KONCENTRÁCIÓ*.

A HÉT MEGVILÁGOSODÁSI TÉNYEZŐ **(SZ: SZAMBÓDHJANGA, P: BÓDDZSHANGA)**

- 1) *AZ ÉBERSÉG* (sz: *szmriti*, p: *szati*), vagyis a tökéletes éber tudatosság kifejlesztése a *Szatiapatthána Szutta* útmutatása alapján. Célja a felébredés abból a szét-szórt, félálomszerű állapotból, amiben az ember általában van. Ez a tényező itt aktív, ösvény típusú tényezőként szerepel, ami azt jelenti, hogy a kifejlesztésére irányuló erőfeszítésre helyeződik a hangsúly.
- 2) *A TANULÁS*, szellemi erőfeszítés (sz: *dharmavicsára*), vagyis a valóság megismerésére irányuló kitartó és önfeláldozó törekvés a Tan (*Dharma*) tanulmányozása útján. Nem elég azonban a *Dharmát* megtanulni, annak igazságát a saját tapasztalásunkkal is meg kell alapozni és át kell ültetni a gyakorlatba.
- 3) *A HŐSIESSÉG* (sz: *virja*, p: *virija*), a hősiesség törekvése a visszahúzó tudattartalmak kiküszöbölésére és az előbbre vivő tudattartalmak előidézésére és megerősítésére.
- 4) *A LELKESEDÉS*, átlakosság (sz: *príti*), vagyis az odaadó átszellemült lelkesedés, amely lehetővé teszi, hogy a fentebbi három aktív, ösvény típusú tényező kifejlesztésével elérjük az alább következő három gyümölcs típusú tényező megvalósítását.
- 5) *A RENDÍTHETETLEN NYUGALOM* (sz: *prasrabdhi*), amely lehetővé teszi, hogy soha ne veszítsük el a higgadtságunkat és belső egyensúlyunkat.
- 6) *A KONCENTRÁCIÓ*, meditáció, szellemi elmélyedés (*szamadhi*), ami nem más, mint a tudat tökéletes uralása a tudatban lezajló áramlások elcsendesítése útján.
- 7) *A FELÜLEMELKEDETT EGYKEDVŰSÉG* (sz: *upéksá*, p: *upékkhá*), vagyis a rendíthetetlen közömbösség a saját földi sorsunk és szenvedéseink iránt és jóindulatú, elfogulatlan, érdek nélkülően segítőkész, de azért semleges attitűd más lények iránt, hiszen segíteni is akkor tudunk legjobban, ha nem állunk érzelmi hatás alatt. Mert például ha egy szemorvos műtétet végez a saját feleségén, gyermekén, vagy édesanyján, csak akkor lesz esélye arra, hogy ne remegjen a keze, ha átmenetileg félre tudja tenni érzelmeit és úgy tud viselkedni, mintha egy idegent operálna.

A Hét Megvilágosodási Tényezőben a *LELKESEDÉS* a kiegyensúlyozó, összekapcsoló elem, az aktív (ösvény) és passzív (gyümölcs) típusú párok pedig: *ÉBERSÉG* és *FELÜLEMELKEDETTSÉG*, *SZELLEMI ERŐFESZÍTÉS* és *SZELLEMI ELMÉLYEDÉS*, *HŐSIESSÉG* és *RENDÍTHETETLENSÉG*.

A NÉGY BRAHMAVIHÁRA MEDITÁCIÓ

A pozitív tényezők kifejlesztését segíti elő, amelyet a *buddhizmus* a tradicionális *jóga* módszerek közül vett át. A *brahmavihára* szó jelentése: Isteni állapot, vagy Istenek Lakóhelye, amiben az Istenek időznek. A *brahmavihára* meditációk a következő négy tudatállapot gyakorlását jelentik:

- 1) A SZERETET (sz: *majtrí*, p: *metta*). Ez olyanfajta önzetlen jóindulatot és szeretetet jelent, amely nem akar a másik lénytől semmit, hanem elfogadja őt olyannak, amilyen, a hibáival együtt.
- 2) AZ EGYÜTT ÉRZŐ RÉSZVÉT (*karuná*). Ez jelenti mások szenvedésének őszinte átélését és az önzetlen segítőkészséget.
- 3) AZ EGYÜTT ÉRZŐ ÖRÖM (sz, p: *muditá*). Ennek célja az irigység, mint tudati szennyeződés kiküszöbölése.
- 4) A FELÜLEMELKEDETTSÉG (sz: *upeksá*, p: *upekkhá*), amely a saját sorsunk és szenvedésünk iránti rendíthetetlen közömbösség.

(A *brahmavihára* meditációk bővebb ismertetése a *jóga* bölcsületről szóló fejezetben található.)



AZ ÖT AKADÁLY ÉS A TÍZ BILINCS

A tudatban nemcsak a szellemi fejlődést elősegítő tényezők vannak jelen, hanem az akadályozó tényezők is, sőt az esetek többségében ez utóbbiak vannak túlsúlyban, és csak nagyon jelentős szellemi erőfeszítéssel lehet elérni, hogy az egyensúly az előre vivő tényezők irányába billenjen át.

Buddha több beszédében szerepel az Öt Akadályról szóló tanítás, valamint az a Tíz Bilincs, amely az embert a létforgataghoz köti, és amelyek ezáltal a megszabadulás közvetlen akadályai.

A SZELLEMI FEJLŐDÉS ÖT AKADÁLYA (P.: NIVARANA)

- 1) *AZ ÉRZÉKI* vágy (p.: *káma cshanda*). Ez nem csupán az érzéki élvezetek iránti vágyat jelenti, hanem általában azt a vágyat, hogy a fizikai érzékszerveink segítségével állandóan érzékeljünk valamit. A legtöbb ember úgy érzi, hogy a fájdalom is jobb, mintha nem érzékelnénk semmit, és éppen akkor tudunk leginkább pánikba esni, ha nem érezzük valamelyik testrészünket. A *káma cshanda* kiküszöbölése nemcsak az élvezet-vágy felszámolását jelenti, hanem azt is, hogy nem ragaszkodunk, nem kötődünk a szüntelen érzékeléshez. Ez a törekvés nemcsak a *buddhizmusra* jellemző. A tradicionális *jóga* nyolc fokozatából az ötödik, vagyis az ún. *pratyáhára* nem más, mint annak gyakorlása, hogy az érzékeinket visszavonjuk a külvilággal való kapcsolatból.
- 2) *A ROSSZINDULAT* (p: *vjápáda*). Ez a vágy negatív változata, amikor ahelyett, hogy valami kellemeset kívánnánk önmagunknak, inkább valami rosszat kívánunk másoknak. A rosszindulat forrása lehet irigység, féltékenység, előítélet, vagy korábban elszenvedett sérelem, de az is előfordulhat, hogy a saját belső kiegyensúlyozatlanságunkat vetítjük ki mások felé ilyen formában. Ha a rosszindulat nem nyilvánul meg cselekvésben, *karmikus* következménye csekély mértékű. A szellemi fejlődés szempontjából mégis nagyon erős akadályozó és demoralizáló tényező, mivel kizökkenti az embert az éber és összpontosított tudatállapotból és jelentős szellemi energiát köt le.
- 3) *A TUNYASÁG ÉS LUSTASÁG* (p: *thína middhá*). Az ember általában szereti a kényelmet és nehezen szánja rá magát bármiféle erőfeszítésre, különösen, ha kifejezetten szellemi erőfeszítésről van szó. Márpedig a szellemi úton csak jelentős erőfeszítések árán lehet lépésről lépésre előre haladni, ezért nagyon fontos a lustaságra való hajlam kiküszöbölése.
- 4) *A NYUGHATATLANSÁG* (p: *uddhacca kukuccsa*). Ez bizonyos értelemben a lustaság ellentéte. Az a fajta hajlam, hogy az ember folyton tenni akar valamit, akkor is, ha jobb lenne csendben várakoznia. A fogyasztói társadalomban élő modern

ember tipikus jellemzője a szüntelen valamit akarás, amellyel a külvilágot igyekszik átalakítani, ahelyett, hogy a saját belső tökéletesítésén munkálkodna.

- 5) A *KÉTELY* (p: *vicsikiccshá*). Ez az a fajta szkepticizmus, amellyel kétségbe vonjuk a *karmikus* szükségszerűség érvényesülését, és nem tudunk komolyan hinni abban, hogy a végső cél, vagyis a megszabadulás elérhető. A kétely hatása alatt a szellemi törekvésre irányuló inspiráció gyengül, és egy helyben topogunk, ahelyett, hogy haladnánk.

BUDDHA A TÍZ BILINCSRŐL (P: SZAMJÓDZSANA)

Ha a szellemi úton haladva sikerül bizonyos mértékig kifejleszteni az előre vivő tényezőket és meggyengíteni az akadályokat, fel fogjuk ismerni, hogy mi az a Tíz Bilincs, ami végső soron fogva tart minket a létforgatagban:

- 1) AZ *ÉN-SZEMÉLYISÉGRE* vonatkozó elméletekhez (p: *szakkája-ditthi*) *VALÓ KÖTÖDÉS*. A *szakkája-ditthi* lényege abban áll, hogy különféle spekulatív elméleteket gondolunk ki az *ÉN*-személyiség mibenlétére vonatkozóan, vagy ilyenekben hiszünk.
- 2) A *SZKEPTICIZMUS* (p: *vicsikiccshá*). Ez nem más, mint szüntelen kételkedés abban, hogy a *karma* törvénye tényleg érvényesül-e és hogy egyáltalán lehetséges-e a megszabadulás.
- 3) A *SZABÁLYOKHOZ, ELŐÍRÁSOKHOZ ÉS RITUÁLÉKHOZ VALÓ KÖTÖDÉS* (p: *szilabbata-parámásza*), vagyis az a hit, amely szerint, ha betartunk bizonyos szabályokat és szorgalmasan gyakoroljuk a vallásunkat, akkor ezen az úton meg lehet szabadulni.
- 4) A *VÁGY* (p: *káma-rága*). Itt alapvetően az érzéki élvezetek iránti vágyról, a puszta érzékelés vágyáról, valamint a materiális létformában való létezés iránti vágyról van szó
- 5) A *ROSSZINDULAT*, ellenszenv és gyűlölet (p.: *vjápáda*), amelynek visszahúzó következményéről már szó esett.
- 6) *FINOM ANYAGI LÉTSÍKON VALÓ LÉTEZÉS VÁGYA* (sz., p: *rúpa-rága*). A finom anyagi létsík pedig a tiszta formák és ideák világa.
- 7) Valamelyik *NEM ANYAGI LÉTSÍKON VALÓ LÉTEZÉS VÁGYA* (sz, p: *arúpa-rága*). A négy nem anyagi létsík a következő: a végtelen tiszta tér, a végtelen tiszta tudat, a semmi, és a sem észlelés sem nem észlelés világa.
- 8) AZ *ÖNHITTÉG* (sz., p.: *mána*), más szóval szubjektivitás. Ennek első változata az, ha másokhoz képest magasabb rendűnek hisszük magunkat. A második változata az, ha másokhoz képest alacsonyabb rendűnek hisszük magunkat. A harmadik változat pedig az, ha egyenlőnek, egyenrangúnak hisszük magunkat másokkal. Az önhittség mindhárom változata mögött az a ki nem mondott hit

(önhit, vagy Én-hit) áll, hogy az emberek Én-je ténylegesen létezik és ezért lehetséges ezeket összehasonlítani.

9) A *NYUGHATLANSÁG* (p.: *uddhacca*), a mindenáron való valamit akarás.

10) A *TUDATLANSÁG* (sz: *avidjá*, p: *avidzsá*) utolsó maradványa, amelynek hatása alatt még mindig létezőnek tekintjük azt, ami pedig nem létezik.



A NÉZETEK HÁLÓJA

Sáksamuni Buddha egyik példabeszédében egy vakon született ember így beszélt: „Nem hiszek a látható jelenségekben. Nem léteznek színek, világosság és sötétség. Amit ti látni véltek, az tévedés. A színeket nem lehet kitapintani, mert nincs testük és ezért nem is lehetnek valóságosak!”

A vakon született racionális okoskodása tapasztalati alapokon nyugszik. Következtetése bár teljesen logikus, mégis helytelen, mert ellenkezik a valósággal. A racionális okoskodás célja általában nem a valóság megismerése, hanem az, hogy ezen a módon hihetővé és elfogadhatóvá tegyék önmagunk/mások számára azt a véleményünket, amelyet az okoskodás megkezdése előtt már eleve kialakítottunk, és amelyben mindenáron hinni akarunk.

Az ember tudata telítve van véleményekkel, előfeltevésekkel, előítéletekkel. Ezeket saját én-je részeként kezeli, tehát ragaszkodik hozzájuk és védelmezi azokat. Az ember a saját tapasztalataiból is főleg azokra emlékezik tudatosan, amelyek a nézeteit erősítik és alátámasztják, s igyekszik minél gyorsabban elfelejteni minden olyasmit, ami a felfogásával ellenkezik, és azt megingathatná, hiszen utóbbiak folytán veszélybe kerülhetne féltve őrzött önképének sértetlensége, integritása.

A legtöbb ember például eleve csak olyan könyvet, vagy újságot hajlandó elolvasni, amelynek a tartalma összhangban van a saját véleményével. Ez azt is jelenti, hogy az embereket leginkább csak olyasmiről lehet meggyőzni, amiről — ha nem is teljesen tudatosan — már egyébként is meg vannak győződve, s főleg olyasmit lehet elhíttetni velük, amiben hinni szeretnének.

Ez az oka annak is, hogy *Sáksamuni Buddha* a hagyomány szerint a tökéletes megvilágosodás elérését követően hét nap és hét éjjel elmélkedett azon, vajon érdemes-e egyáltalán nyilvánosságra hozni a tanítást. Végül is ezt azon kevesek kedvéért tette meg, akiknek már csak „kevés por fedi a szemét”.

A kérdés ezért elsősorban nem is az, hogy az embereknek milyen nézeteik vannak, hanem inkább az, hogy milyen belső indítékok alapján alakítják ki nézeteiket.

A *buddhista* tanítás szerint az előítéletek és vélemények mögött alapvetően a négy tudati fertőzöttség, rongáltság (szanszkrit: *ásráva*, páli: *ászava*) áll:

- 1) a tudatlanság rongáltsága (p.: *aviddszászava*);
- 2) a keletkezés és létesülés rongáltsága (p.: *bhavászava*);
- 3) az érzéki vágy rongáltsága (p.: *kámászava*);
- 4) a nézetek [iránti vágy] rongáltsága (p.: *ditthászava*).

Különös figyelmet érdemel ezek közül a harmadik, amely a következő négyféle indíték gyűjtőfogalma:

- 3.1) létezés iránti vágy;
- 3.2) nemlét iránti vágy;
- 3.3) érzéki vágy;
- 3.4) gyűlölet, azaz negatív vágy.

A *Brahmadzsála-Szutta* ismerteti *SákJamuni Buddha* előadását a nézetek mindent felölelő hálójáról. Ebben az énről, a világról és a kettő viszonyáról kialakított nézetek hatvankét féle típusának elemzése található. *SákJamuni Buddha* kimutatta, hogy bármely lehetséges spekulatív nézet besorolható a felsorolt típusok valamelyikébe, s kimutatta azt is, hogy mind a 62-féle felfogás helytelen, téves és megalapozatlan.

Az első 18 tétel a múlttól szóló spekulációkkal, a további 44 pedig a jövőre vonatkozó spekulációkkal foglalkozik.

A 62-féle nézet között nemcsak azok találhatók meg, amelyek a hétköznapi tapasztalás alapján, logikai okoskodással jönnek létre, hanem azok is, amelyeket mély meditatív tapasztalások, sőt nem emberi létsíkokról származó emlékek tudatosítása alapoz meg. *SákJamuni Buddha* rámutatott arra, hogy még az ilyen emberfeletti tapasztalások alapján is ki lehet alakítani téves és megalapozatlan nézeteket.

A BRAHMADZSÁLA-SZUTTÁBAN SZEREPELŐ 62-FÉLE NÉZET

A) SPEKULÁCIÓK A MÚLTRÓL

I. ÖRÖKKÉVALÓSÁG-TANOK

Ezek azt tanítják, hogy a világ és az én öröktől fogva létezik. Ebbe a kategóriába négy nézet típus sorolható attól függően, hogy a logikai okoskodás milyen tapasztalatra épül:

- 1) Olyan *jógi* tapasztalása, aki legalább százezer múltbeli életét képes tudatosan felidézni és ennek alapján jut arra a következtetésre, hogy „mivel én már akkor is léteztem és a világ is létezett, bizonyosan öröktől fogva léte-zünk”.
- 2) A világ kiterjedésének és összehúzódásának tíz korszakára emlékezni képes *jógi* már átlátja a világ periodikusan átalakuló jellegét, ám azt mégis öröktől fogva létezőnek véli.
- 3) Újabb minőségi ugrást jelent az a *jógi*, aki legalább negyven nagy világ-korszak emlékeit képes felidézni és ennek alapján állítja, hogy a világ és az én öröktől fogva létezik.
- 4) A negyedik nézet típus természettudományos megfontolásokból, vagy egyéb nem meditatív tapasztalatokból vezeti le a világ és az én örökkévalóságára vonatkozó állítást.

II. RÉSZLEGES ÖRÖKKÉVALÓSÁGI ELMÉLETEK

Ezek az elméletek azt állítják, hogy a világ és az én részben örökkévaló, részben nem örökkévaló. Az ide sorolható négy nézet típus:

- 5) *Brahmá* örökkévaló, az általa teremtett lények azonban nem.
- 6) Olyan *jógi* meditatív tapasztalásán alapuló elmélet, aki egyetlen korábbi életet tud csak felidézni és ez olyan isteni létsíkra vonatkozik, ahonnan ő maga játékos szórakozási kedve és feledékeny nemtörődömsége folytán *karmikus* adottságait felélve kihullott. E szerint a nézet szerint a játéktól megromlott istenek nem örökkévalóak, a többiek azonban igen.
- 7) Az előbbivel analóg nézet az egymás iránti ellenszenv és gyűlölet miatt megromlott istenségek vonatkozásában.
- 8) A korábbi létformákra visszaemlékezni egyáltalán nem tudó *jógi* spekulatív okoskodása, amely szerint a test mulandó, a lélek azonban örökkévaló.

III. A VILÁG KITERJEDÉSÉRE VONATKOZÓ NÉZETEK

- 9) Térbeli kiterjedését tekintve a világ véges és behatárolt.
- 10) A világ végtelen és határtalan.
- 11) A világ egyes dimenziók mentén véges, más dimenziók irányában pedig végtelen.
- 12) A világ sem nem véges, sem nem végtelen (pl. véges, de határtalan mert önmagába zárul stb.).

IV. A VÉG NÉLKÜLI CSÜRÉS-CSAVARÁS TANAI

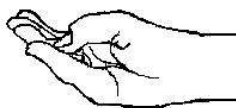
Ide azok a nézetrendszerek tartoznak, amelyek homályos és kitérő válaszokkal igyekeznek megkerülni az állásfoglalást. A csürés-csavarás típusú nézeteket a mellébeszélés indítóoka alapján lehet négy csoportba sorolni:

- 13) Tudatlanság és bizonytalanság miatti félelem a hamis kijelentésektől.
- 14) Félelem az ütköző nézetek során kialakuló konfliktustól és ennek negatív (*karmikus*) következményeitől.
- 15) Félelem a keresztkérdések során esetleg fellépő önellentmondástól.
- 16) A kitérő válaszok oka egyszerűen butaság és ostobaság.

V. A VÉLETLEN KELETKEZÉS TANAI

Ezek szerint az én és a világ véletlenül keletkezett. Ennek két változata van:

- 17) A *jógi* meditatív úton képes felidézni azt az észlelést, amit akkor tapasztalt, amikor a nem-észlelő létsíkról távozott; nem tudja azonban felidézni azt, ahogyan e síkra eljutott. Emiatt a felidézett észlelést saját tudatának keletkezéséért értelmezi és ebből jut el végkövetkeztetésére.
- 18) Nem meditatív tapasztalásokon alapuló, spekulatív okoskodás.



B) A jövőre vonatkozó spekulációk

VI. A MEGISMERŐ HALHATATLANSÁG TANAI

E tanítások szerint az én a test halála után változatlan marad, és továbbra is megismerő aktivitással rendelkezik. A tudatosan továbbélő én jellegére vonatkozó nézet-változatok a következők:

- 19) A továbbélő én (személyiség) anyagi természetű.
- 20) A továbbélő én (személyiség) nem anyagi természetű.
- 21) A továbbélő én (személyiség) anyagi is, meg nem-anyagi is.
- 22) A továbbélő én (személyiség) sem anyagi, sem pedig nem-anyagi.
- 23) A továbbélő én (személyiség) véges.
- 24) A továbbélő én (személyiség) végtelen.
- 25) A továbbélő én (személyiség) véges is és végtelen is egyszerre.
- 26) A továbbélő én (személyiség) sem nem véges, sem nem végtelen.
- 27) A továbbélő én (személyiség) egységes megismerésű.
- 28) A továbbélő én (személyiség) sokféle megismerésű.
- 29) A továbbélő én (személyiség) korlátozott megismerésű.
- 30) A továbbélő én (személyiség) határtalan megismerésű.
- 31) A továbbélő én (személyiség) boldog.
- 32) A továbbélő én (személyiség) szenvedő.
- 33) A továbbélő én (személyiség) boldog is és szenvedő is.
- 34) A továbbélő én (személyiség) sem nem boldog, sem nem szenvedő.

VII. A NEM-MEGISMERŐ HALHATATLANSÁG TANAI

Ezek szerint a továbbélő én (személyiség) a test halála után változatlan, ám megismerésre és tapasztalásra képtelen módon él tovább. E nem-megismerő én jellege a következő lehet:

- 35) Anyagi.
- 36) Nem-anyagi.
- 37) Egyszerre anyagi is és nem anyagi is.
- 38) Sem anyagi, sem pedig nem-anyagi.
- 39) Véges kiterjedésű.
- 40) Végtelen kiterjedésű.
- 41) Véges is és végtelen is egyszerre.
- 42) Sem véges, sem pedig végtelen.



VIII. A SEM MEGISMERŐ,
SEM NEM-MEGISMERŐ HALHATATLANSÁG TANAI

Ezek szerint a továbbélő én (személyiség) a halál után változatlan és sem megismerő, sem pedig nem-megismerő módon él tovább, egyéb jellemzője az elmélet egyes változatai szerint:

- 43) Anyagi.
- 44) Nem-anyagi.
- 45) Egyszerre anyagi is és nem anyagi is.
- 46) Sem anyagi, sem nem-anyagi.
- 47) Véges kiterjedésű.
- 48) Végtelen kiterjedésű.
- 49) Véges is és végtelen is egyszerre.
- 50) Sem véges, sem végtelen.

IX. MEGSEMISÜLÉSI TANOK

Ezek szerint az én (illetve személyiség) a test halálával teljesen megsemmisül. A teljes megsemmisülés oka a nézet egyes változatai szerint a következő:

- 51) Az én kizárólag anyagi összetevőkből áll és ezek a testhez hasonlóan felbomlanak.
 - 52) Az én finom-anyagi természetű és ezért bomlik fel.
 - 53) Az én az isteni tudatból ered, ez azonban a halál után megszűnik.
 - 54) Az én a végtelen tér érzékelési alapjából ered, ám a halállal elpusztul.
 - 55) Az én a végtelen (univerzális) tudat érzékelési alapjából származik és a halállal megsemmisül.
 - 56) Az én a semmi érzékelési alapjából ered és a halállal teljesen felszámolódik.
 - 57) Az én a sem észlelés, sem nem-észlelés érzékelési alapjához tartozik és a halállal megszűnik létezni.
- Az 53—57) nézetek mögött meditatív tapasztalásra épülő spekulációk állnak.

X. NIRVÁNA ITT ÉS MOST TÍPUSÚ TANÍTÁSOK

E tanítások szerint a *nirvána* (páli: *nibbána*) a boldogság állapota és ezt kell minél gyorsabban, lehetőleg azonnal, itt és most elérni. Az elérés módjának ötféle ajánlott változata a következő:

- 58) Az anyagi jólét és az érzéki örömelek élvezete az öt érzékszerv segítségével.
- 59) Boldogság átélése az első meditációs elmélyedési fokozatban, az úgynevezett első *dhjánában* (p: *dzshána*), a világtól való elkülönültség és visszavonultság állapotában, amelynek jellemzője a gondolati megragadás és a reflexió.
- 60) Szellemi boldogság a második *dhjána* fokozaton, ahol a gondolati megragadás és a reflexió kiküszöbölésével a szellemi nyugalom és koncentrálttság állapotába kerülünk.

- 61) Szellemi öröm a harmadik dhjánában az egykedvű felülemelkedettség éber-ségében időzve.
- 62) A legmagasabb *nirvána* elérése a negyedik *dhjánában*, a szellemi tisztaság állapotában az öröm és fájdalom, boldogság és szenvedés teljes magunk mögött hagyásával és felszámolásával.

A felsorolt nézetrendszerek közös tulajdonsága, hogy ezek végső soron az én, a világ, a tér és az idő viszonyára, valamint az ezek kapcsolódásával járó érzésekre vonatkoznak, vagyis csupa olyan dologra, amelyek a lényegüket tekintve nem objektíve léteznek, hanem a tudat termékei. Ezért az ezekre vonatkozó bármiféle örökérvényűnek szánt kijelentés megalapozatlan.



A LÉTESÜLÉS GYÖKERE

A teremtett világban való pillanatonkénti újralétesülés egyik legfontosabb oka az én (illetve személyiség) létezésébe vetett hit, más néven önlétezési elképzelés (p: *szakkája-ditthi*). Lényeges annak tisztázása, hogy ez hogyan jön létre, melyek azok a tényezők, amelyekkel önmagunkat azonosítjuk, és hogyan lehet ezeket felszámolni.

A *buddhista* tanítás szerint az önlétezési elképzelés, vagy személyiség-hit mögött alapvetően a már említett négy romlottság (p: *vipallásza*) áll, vagyis a tisztátalan szépnak tekintése, a szenvedés élvezetesnek tartása, a mulandó maradandónak vélelése és a nem-én énnak tekintése, s ezek három szinten jelennek meg:

- 1) az észlelés (sz: *szamānyā*, p: *szannyā*) szintje, ahol az észlelt tárgyat a négy romlottság torzító szemüvegén keresztül vesszük szemügyre;
- 2) a képzetalkotás (sz, p: *csitta*) szintje, ahol a gondolkodás négy romlottságának befolyása alatt alakítjuk ki a tárgyról elképzelésünket;
- 3) a nézetek (sz: *dristi*, p: *ditthi*) szintje, ahol az előítéleteink alapján alkotunk véleményt az észlelt dologról.

Ez a három folyamat rövid idő alatt, szinte teljesen önműködően zajlik le bennünk úgy, hogy azt már szinte észre sem vesszük. Így azután a legtöbb ember soha nem a tárgy eredeti, torzítatlan megjelenését észleli, hanem a saját véleményét látja viszont minden dologban. Más szóval: nem észleli, hanem felfogja a dolgokat, ahol a felfogást meghatározó alapvető tényezők a vágy (sz: *trishā*, p: *tanhá*), az önhittség (sz, p: *māna*) és a nézetek (sz: *dristi*, p: *ditthi*). Ezzel a felfogással szemléli azokat a dolgokat is, amelyekről úgy véli, hogy azok a saját személyiségét alkotják, vagy azzal valamilyen viszonyban állnak. Az énbén való hit felszámolása szempontjából alapvető fontosságú a vélekedésektől mentes, tiszta szemlélet megvalósítása. Ez a tiszta éberség és a tökéletes megértés segítségével érhető el.

A tökéletes megértés (sz: *paridnyā*, p: *parinnyā*) három egymást követő szakaszból áll:

- 1) A tudott tökéletes megértése, amelynél az észlelt tárgyat az azt alkotó elemi komponensekre (*dharmákra*) bontjuk és tudatosítjuk annak összetett jellegét.
- 2) A szemügyre vételezés tökéletes megértése, amelynél az egyes *dharmákat* vesszük szemügyre és tudatosítjuk azok három alapjellegzetességét (sz: *trilakkhanā*, p: *tilakkhanan*). E három alapjellegzetesség a mulandóság (sz: *aniṭṭa*, p: *aniccsa*), a szenvedés-jelleg (sz: *dukkha*, p: *dukkha*) és az énnélküliség (sz: *anātmā*, p: *anattā*). Ez utóbbi annak a megállapítását jelenti, hogy a szemügyre vett *dharmában* (p: *dhamma*) nincs semmiféle olyan maradandó szubsztancialitás, amivel a feltételezett én, vagy személyiség azonosítható lenne.

3) Az otthagytás tükéletes megértése, amelynél felszámolásra kerül a megismerés tárgyá iránti sóvárgó vágyakozás, gyűlölet, vagy egyéb indulat. Ez a felszámolás azt jelenti, hogy elhagyjuk az összes alább felsorolt tényezőt:

- az állandóság, vagy maradandóság feltételezését bármilyen dologban;
- az örömeszlelést az öt személyiség-összetevő (sz: *skandha*, p: *khandha*) vonatkozásában;
- bármifajta én létezésének a feltételezését;
- az élvezést;
- a mohóságot;
- a tudattartalmak folyamatos létesítését és ezek megragadását.

A tükéletes megértés segítségével kiküszöbölhető az én, enyém, önmagam típusú fogalmakban való gondolkodás és a dolgok ezekhez való viszonyítása. Ehelyett a *számkhja* praxishoz némileg hasonlóan azt kell tudatosítanunk, hogy „ez nem az enyém”, „ez nem én vagyok”, „ez nem az én énem”.

A *Múlaparijája-Szutta* tartalmazza *Sákjamuni Buddha* előadását a létesülés gyökeréről. Ebben *Buddha* a megismerés azon huszonnégyféle tárgyát veszi szemügyre, amelyeket az emberek a saját személyiségükhöz viszonyítva szoktak felfogni és megvizsgálja, hogyan ismeri meg ezen objektumokat a tanulatlan világi, a tanítvány, a megvilágosodott szent és a tükéletesen felébredett *Buddha*.

Figyelemre méltó, hogy a 24-féle megismerési objektum között olyanok is szerepelnek, amelyek tapasztalása jelentős meditatív teljesítményt jelent és ez arra figyelmeztet, hogy a hibás felfogás kiküszöbölését még az ilyen tapasztalások sem garantálhatják.

A megismerés 24-féle tárgyának valamelyikét egyelőre csak nevezzük így: »X«. Az előadás szövegének lehetséges értelmezése szerint ezen X-hez való viszony tipikus változatai például a következők lehetnek:

- 1) Én azonos vagyok X-szel.
- 2) Én más vagyok, mint X.
- 3) Én része vagyok X-nek.
- 4) Én X-ből származom.
- 5) Én nem vagyok része X-nek.
- 6) X hozzám tartozik, X az enyém.
- 7) X nem tartozik hozzám, nem az enyém.
- 8) Én élvezem X-et.

És így tovább.

A vágy-típusú felfogásra a fenti 6), 7) és 8) eset szolgálhat példával. Az ön-hittség-típusú felfogásra az 1) és a 2) eset ad példát. A nézetek-típusú spekulatív felfogást a 3), 4) és 5) eset példázhatja. Hangsúlyozni kell azonban, hogy közvetlenül, vagy közvetett módon mindig, mindegyik felfogási módban jelen van mind a három felfogási tényező.

Vizsgáljuk meg ezután, mi is lehet az a 24-féle »X«, amelyeket az előadás a megismerés lehetséges tárgyaiként tételesen tárgyal. Ezek a következők:

- 1) föld;
- 2) víz;
- 3) tűz;
- 4) levegő.

Az első négy tétel tehát a négy anyagi őselem, az előadás szövege és kommentárja alapján azonban ezeket a fogalmakat egészen tág értelemben kell érteni. Így például a föld jelenti általában a szilárd halmazállapotú anyagot, az anyagi tárgyak szilárd halmazállapotú összetevőjét, de jelenti azt a földet is, amelyen élünk, amelyen növényeket termelünk stb. Hasonló fogalmi kiterjesztés érvényes a 2—4) tételekre is.

- 5) Lények, mint élőlények általában.
- 6) Az istenek általában, mint a magasabb létszférák lakói. Valamely lény *karmikus* érdemei alapján emelkedhet hosszabb-rövidebb időre az istenek közé.
- 7) *Pradzsápati* (páli: *Padzsápati*). A jelenleg létező univerzum megteremtője a *védikus* rendszerben. A kommentár alapján feltételezhető, hogy itt *Mára* a gonosz (sátán) szinonimájaként szerepel, aki a világot betaszította a szenvedésteli létforgatagba.
- 8) *Brahmá*, a jelenlegi univerzum fő istene, aki pozitív *karmikus* adottságai folytán a jelenlegi világkorszak kezdetén elsőként létesült és ezért teremtőnek hiszi önmagát.
- 9) Az Áradó Sugárzás Istenei. Ezek a második elmélyedési (páli: *dzshána*) fokozaton meditatív úton tapasztalható sugárzó, energiatestű istenek.
- 10) A Ragyogó Dicsőség Istenei. A harmadik elmélyedési fokozaton tapasztalható istenségek.
- 11) A Bőséges Gyümölcs Istenei. A negyedik elmélyedéshez tartozó létsík istenei.
- 12) A Győzedelmesek, vagyis a nem-észlelő létsík istenei, akik az öt személyiség-összetevő (sz: *skandha*, p: *khandha*) közül a négy nem-anyagi halmazatot már legyőzték.
- 13) A végtelen tér érzékelési alapja.
- 14) A végtelen éber tudat érzékelési alapja.
- 15) A semmi érzékelési alapja, amelynek meghatározása a lét pozitív fogalmaival nem lehetséges.
- 16) A sem észlelés, sem nem-észlelés érzékelési alapja, amelynek meghatározása sem pozitív, sem negatív fogalmakkal nem lehetséges.

A fenti 13—16) tételek a negyedik elmélyedési fokozathoz tartozó nem-anyagi létszférákat határozzák meg. A további tételek:

- 17) A »látott«, azaz minden, ami a testi látásunkkal, vagy a szellemi tekintetünkkel látható. Ez a formák és színek érzékelési alapja.
- 18) A »hallott«, vagyis minden, ami hallható: a hangok és kinyilatkoztatások érzékelési alapja.
- 19) Az »érezett«, vagyis minden, ami fizikai érintkezés útján tapasztalható.
- 20) A »tudott«, vagyis minden, ami az értelem segítségével megismerhető. Ez azonban itt főleg szellemi természetű objektumokat jelent.
- 21) Az »egység«. Ezen itt a valóság egységének meditatív tapasztalása értendő.
- 22) A »sokféleség«. Ez olyan ember megismerési módját jelenti, aki a fentebbi meditatív tapasztalást még nem realizálta.
- 23) A »minden«, vagyis minden, ami a teremtett világban egyáltalán létezik.
- 24) A *nirvána* (páli: *nibbána*). Ezen itt most nem a létforgatagból való végleges kiszabadulást kell érteni, hanem az öröm és boldogság tapasztalásának öt módját (az 5 érzékszerv szerint).

Az előadás a 24 megismerési objektumhoz való viszony szempontjából négyféle megközelítési módot tárgyal, ezek:

- 1) a tanulatlan világi (páli: *puṭhuddzsana*);
- 2) a tanítvány (páli: *székha*);
- 3) a megvilágosodott szent (páli: *arahat*);
- 4) a *Buddha* (*Tathágata*) megközelítése.

A tanulatlan világi, amint azt fentebb említettük, a 24 tényezőt »felfogja«, vagyis azokat a saját személyiségéhez viszonyítja, minthogy képtelen azokat tökéletesen megérteni.

A »tanítvány« kifejezés a megvilágosodás felé elindult háromféle „nemes” (sz: *árja*, p: *arija*) egyéniséget, vagyis »folyamba lépettet«, az »egyszer visszatérőt« és a »vissza nem térőt« jelenti (e fogalmak magyarázatát ld. később). A nemes tanítvány a megismerés 24 féle tárgyát közvetlen tudással ismeri meg és arra törekszik, hogy azokat ne a nézetek felfogási módján keresztül, ne valamiféle feltételezett én-hez (személyiséghez) viszonyítva ismerje meg. Ezen keresztül tud eljutni azok tökéletes megértéséhez.

A megvilágosodott szent (páli: *arahat*) megismerése is közvetlen tudással történik, azonban immár magasabb szinten, mivel a megismerés tárgyait ő már tökéletesen megértette és felszámolta az azokkal kapcsolatos sóvárgó vágyakozást, ellenszenvet és hamis tudást. Így az érzékelési alapokat egyáltalán nem »fogja fel«, sőt nem »fogja fel« magát a felfogást sem.

A tökéletesen megvilágosodott *Buddha* is közvetlen tudással ismeri meg a megismerés tárgyait, hasonlóan, mint az *arahat*. Az *arahat* tudása azonban korlátozott és csak arra elegendő, hogy elhagyja a létforgatagot és belépjen a *nirvánába*. A tökéletesen felébredett *Buddha* azonban mindentudó, amit a *szutta* szövege így fejez ki:

„... mert végig tökéletesen megértette, hogy az élvezet a szenvedés gyökere, hogy a létezésnek [mint kondicionált állapotnak] születés a velejárója, és hogy aminek ebből szükségképpen következnie kell, az az öregedés és a halál. Ezért jelentem ki, szerzetesek, hogy a *Tathágata* minden vágyakozás teljes felszámolása, kioltása, megszüntetése, feladása és elhagyása révén felébredt a legmagasabb tökéletes megvilágosodásra.”



A MEGVILÁGOSODÁS ÚTJA

A *buddhista* tanítás szerint az emberi létforma a legalkalmasabb arra, hogy a megvilágosodás (*bóddhi*) felé törekedjünk. Az alacsonyabb létszférákban ehhez túl sok a szenvedés és túl kemény az életben maradásért folytatott küzdelem, a magasabb létsíkokon pedig túl kényelmes az élet, és túlságosan kevés a szenvedés ahhoz, hogy komoly motivációt, megfelelő hajtóerőt adjon a szellemi törekvéshez. A magasabb létszférák lakói általában addig élvezik ezt az állapotot, amíg pozitív *karmájuk* ki nem merül, és ezután visszazuhannak valamely alacsonyabb létezési formába. Ezért ha már az a szerencse ért bennünket, hogy emberként születünk meg, ne mulasszuk el a kitűnő lehetőséget a szellemi tökéletesedés gyakorlására.

A *buddhista* tanítás szerint a létforgatagból történő végleges kiszabaduláshoz, vagyis a megvilágosodás és felébredés eléréséhez szét kell történnünk azt a tízféle bilincset, ami a teremtett világhoz láncol bennünket. Mint fentebb részletesebben kifejtettük, a tíz bilincs, vagy béklyó (páli: *szamjódzsana*) lényege a következő:

- 1) Önlétezés-elképzelés (p: *szakkája-ditthi*), valamiféle maradandó én (személyiség) létezésére és mibenlétére vonatkozó nézetek.
- 2) Kétség (p: *vicsikiccshá*), a *karmikus* ok-okozati hatásmechanizmusban való kételkedés.
- 3) Szabályokhoz, előírásokhoz és rituális szertartásokhoz való kötődés, ragaszkodás (p: *szílabbata-parámásza*).
- 4) Érzéki vágyak (p: *káma-rága*).
- 5) Rosszindulat, gyűlölködés, ellenszenv (p: *vjápáda*).
- 6) Vágyakozás a finom-anyagi létsíkon, vagyis a tiszta formák és ideák világában való létezés iránt (*rúpa-rága*).
- 7) Vágyakozás az anyag nélküli létsíkokon való létezés után (*arúpa-rága*). A négy anyagtalan létszféra a végtelen tér, a végtelen tiszta tudat, a semmi és a sem észlelés, sem nem-észlelés érzékelési alapja.
- 8) Önhittség, én-ben való hit, szubjektivitás (*mána*), ami abban áll, hogy az ember másokhoz képest magasabb rendűnek, alacsonyabb rendűnek, vagy egyenértékűnek képzelet önmagát és ezzel indirekt módon hisz önmaga létezésében.
- 9) Nyugtalanág, valamit akarás (p: *uddhacsa*), a belső indítékok azon maradványa, ami a megelőző nyolc béklyó felszámolása után is még megmarad.
- 10) Tudatlanság, őstudatlanság (p: *avidzsá*). Az a tudati szennyeződés, ami az előző kilenc bilincs széttörése után még a teremtett létezéshez való kötődés utolsó tényezőjeként fennmarad.

A nemes tanítvány (p: *arija-puggala*) négyféle lehet attól függően, hogy meddig jutott el a bilincsek felszámolásában:

- I. A »folyamba lépett« (p: *szótápanna*): az, aki az első három béklyót meglazította. Az ilyen ember legfeljebb még hétszer tér vissza a durva-anyagi létsíkra, hiszen már elindult a tulsó part felé, azaz »belépett a folyamba«.
- II. Az »egyszer visszatérő« (p: *szakadágámi*): az, aki már a 4) és 5) béklyót is meglazította.
- III. A »vissza nem térő« (p: *anágámi*): az a tanítvány, aki az első öt béklyót immár teljesen felszámolta. Az ilyen a szellemi fejlődését valamelyik magasabb létsíkon fogja befejezni és az anyagi létformába nem tér többé vissza.
- IV. Az életében megszabadult, megvilágosodott szent (p: *arahat*), aki mind a tíz béklyót felszámolta, s halála után közvetlenül a *nirvánába* lép.

Ez utóbbi azonban nem azonos a *buddhával*. A szent a tíz béklyó feltörésével ki tud ugyan lépni a létforgatagból, a mindenre kiterjedő tökéletes tudást azonban csak a *buddhák* birtokolják. *Buddha* azonban csak ritkán jelenik meg a világban, hogy az emberek számára a tudást hirdesse. Rendszeresen megjelennek viszont az úgynevezett *pratjéka-buddhák* (p: *paccséka-buddha*), akiknek a pontos száma nem ismeretes. Ezek eljutnak a tökéletes mindentudás szintjéig, azonban úgy ítélik meg, hogy az őket körülvevő lények (emberek) nem alkalmasak a magasabb tanítás befogadására, így a *Dharma* kihirdetése nélkül távoznak a *szamszárából*. A hagyomány szerint maga *Sákjamuni Buddha* is egy hétig (más források szerint hétszer hét napig) elmélkedett azon, érdemes-e a tanítást nyilvánosságra hoznia.

Vannak olyan *buddha*-jelöltek, illetve leendő *buddhák*, akik eltökélték, hogy addig nem távoznak a teremtett világból, amíg a Tan kihirdetésével a többi lényt is hozzá nem segítik a szabaduláshoz. Ezek neve *Bódhiszattva* (páli: *bódhiszatta*). A *Bódhiszattva* jelölt a teljes tudás megszerzésére törekszik, ezért igyekszik kifejleszteni a tíz úgynevezett *Bódhiszattva* tényezőt:

- 1) tanulásból eredő bölcsesség;
- 2) elmélkedésből eredő bölcsesség;
- 3) meditációs előkészületből eredő bölcsesség;
- 4) meditációból eredő bölcsesség.

Az első négy tétel együttes neve: »a négy bölcsesség«. A további tételek:

- 5) megtisztulás, amely ötrétű, nevezetesen: a nézetek megtisztítása; a kételkedés leküzdése; annak fölismerése, hogy mi tartozik az úthoz; a saját út tisztánlátása; s végül a világ feletti megtisztulás;
- 6) felsőbb tudás, amely hatrétű, nevezetesen: pszichikai erők ismerete; múltbéli életek ismerete; isteni fül; mások tudatának áthatása; isteni szem; világ feletti tudás;

- 7) szeretet (*maitrí*, páli: *méttá*);
- 8) együttérző részvét (*karuná*);
- 9) együttérző öröm (*muditá*);
- 10) felülemelkedettség (*upéksá*, páli: *upékkhá*).

Az utóbbi négy tétel együttes neve: *brahmavihára*.

Sákyamuni Buddha egy másik előadásában a tíz *páramí*-ről, vagyis »tökéletességről« a következő felsorolást adja:

- 1) adakozás;
- 2) erény;
- 3) lemondás;
- 4) bölcsesség;
- 5) energia és fáradhatatlanság;
- 6) türelem;
- 7) igazság és igazságosság;
- 8) eltökéltség és rendíthetetlen kitartás;
- 9) szeretet;
- 10) felülemelkedettség.

Természetesen a *Bódhiszattva* is végigjárja a szent útját, ám az első kilenc béklyó feltörése után a tizediket csak annyira lazítja meg, hogy a teremtett létben még éppen benne maradjon, s így lehetősége legyen végigjárni a *Bódhiszattva* utat a teljes *buddhaságig*. A *mahájána buddhista* rendekben a rendtagok *Bódhiszattva* fogalmat tesznek, vagyis elkötelezik magukat arra, hogy a megfelelő fejlettségi szint elérése után majd a *Bódhiszattva* utat igyekeznek követni.

A megvilágosodás felé való törekvés során jelentős meditatív gyakorlásra van szükség. Az ortodox (*théraváda*) irányzat szerint alapvetően kétféle meditációs megközelítés alkalmazható:

- 1) a puszta éberség gyakorlása (páliul *szatipatthána*);
- 2) a koncentrációval párosult belátó megértés gyakorlása (páliul *szamatha-vipasszaná-bhávaná*).

A későbbiekben kibontakozott *mahájána* irányzat szerint háromféle meditáció, azaz *szádhana* létezik és ezek a következők:

- 1) puszta éberség (*szmríti*);
- 2) szellemi összpontosítás (*dháraná*);
- 3) átélő elképzelés (*bhávaná*), mely utóbbi a *jóga-tantra* módszeréhez hasonló.



AZ ÉBERSÉG MEGALAPOZÁSA

A *Mahá-Szatipatthána-Szutta* ismerteti *Sákkjamuni Buddha* előadását az éberség négyféle megalapozásáról. Ez olyan meditációs gyakorlat rendszer, amelynek célja az éber tudat elérése és annak fenntartása. Az utóbbi azt jelenti, hogy szüntelenül tudatában vagyunk a saját tudatunk állapotának.

Az éberség szanszkritul *szmriti*, páliul *szati*. Ez a szó egyben emlékezetet, emlékeztetést is jelent. A szóegyeztetés nem véletlen. Hogy egy korábbi tapasztalatot mennyire vagyunk képesek felidézni emlékezetünkben, az két dologtól függ: egyrészt attól, hogy mennyire voltunk éberek a tapasztalás időpontjában, másrészt attól, hogy mennyire vagyunk éberek most, amikor a felidézés történik. Ha sikerülne elérni az abszolút, tökéletes éberség állapotát, akkor bármire vissza tudnánk emlékezni, amit valaha is tapasztaltunk, tekintet nélkül arra, hogy a tapasztalás időpontjában mennyire voltunk éberek.

Tökéletes éberség hiányában azonban nemcsak a korábbi életeink tapasztalataira nem emlékezünk, de általában arra sem, mit ebédeltünk egy héttel ezelőtt. A köznapi szétszórt tudatállapot ugyanis általában meg sem közelíti a tökéletes éberség állapotát, bár néha, egy-egy pillanatra, spontán bevillanhat ezt megközelítő állapot.

A szatipatthána négy tényezője:

- I. a test állapota feletti szemlélődés;
- II. az érzések szemlélése;
- III. a tudat állapotának tudatosítása;
- IV. a tudattartalmak szemlélése.

I. A TEST FELETTI SZEMLÉLŐDÉS MÓDSZEREI

1) A légzés tudatosítása

A légzés tudatosítása a légzés megfigyelését jelenti, annak valamilyen észlelhető jele alapján (például megfigyeljük a két orrlyukban áramló levegő szimmetriáját, vagy a légzés közbeni hasi mozgást). A légzés tudatosítása nem tévesztendő össze a *jóga pránájáma* gyakorlatával, amelynél a gyakorló a légzés ritmusát szándékosan befolyásolja. A *szatipatthána* légzésgyakorlatnál a légzés megfigyelése passzív, annak menetére nem gyakorlunk semmiféle beavatkozást. Pusztán a légzés tudatosításának hatására a légzés egyre nyugodtabb, finomabb, szubtilisebb lesz, megfigyelése és tudatosítása egyre nagyobb odafigyelést igényel, úgyhogy a folyamat önmagát erősíti.

2) A testhelyzetek tudatosítása

A testhelyzetek tudatosítása azt jelenti, hogy az ember állandóan tudatában van annak, hogy most éppen ül, áll, jár, fekszik, beszél, hallgat stb. és annak is, hogy az egyes testrészei hogyan helyezkednek el.

3) A test taszító jellegének tudatosítása

A test taszító jellegének tudatosítása azon 32 tényező feletti kontemplatív elmélkedést jelenti, amelyekből az emberi test összetevődik, mint például: haj, köröm, fogak, bőr, izom, inak, csontok, vese, velő, máj, belek, bélsár, epe, nyák, genny, vér, izzadság, könny, faggyú, hártya, húgy stb.

4) Elmélkedés a test anyagi elemeiről

A test anyagi elemeiről való elmélkedés annak tudatosítása, hogy az emberi test boncolása során fellelhető egyes anatómiai részek a négy anyagi őselemből tevődnek össze.

5) A kilencféle temetői kontempláció

Az ősi Indiában a holttesteket nem temették el, hanem a temetőkertben elhelyezve hagyták azokat a szabadban felbomlani és a dögevő állatok által elfogyasztani. A temetői kontemplációk során a holttestek feloszlásának és megsemmisülésének kilenc fázisát kellett megfigyelni, és tudatosítani, hogy az emberi testben nincs semmi olyan, amivel önmagunkat azonosítani kellene.

II. AZ ÉRZÉSEK SZEMLÉLÉSE

Ez a tapasztalt érzések tudatosítása, megfigyelése és annak megállapítása, hogy:

- 1) ez kellemes érzet;
- 2) ez kellemetlen érzet;
- 3) ez semleges érzet.

III. A TUDAT SZEMLÉLÉSE

Ez a tudat állapotának megfigyelését és tudatosítását jelenti, például a következő módon:

- 1) ez gyönyörrel eltöltött tudat;
- 2) ez gyűlölettel eltöltött tudat;

- 3) ez káprázattal eltöltött tudat;
- 4) ez megriadt tudat;
- 5) ez szétszórt tudat;
- 6) ez fejlett tudat;
- 7) ez fejletlen tudat;
- 8) ez összpontosított tudat;
- 9) ez felszabadult tudat;
- 10) ez fel nem szabadult tudat stb.

IV. A TUDATTÁRGYAK ÉS AZ AZOKBAN FELTÁRULÓ SZELLEMI IGAZSÁGOK FELETTI SZEMLÉLŐDÉS

Ez elsősorban az alábbi tudattartalmak feletti kontemplatív szemlélődést jelenti:

- 1) A szabadulás öt akadály, páliul az öt *nívarana*:
 - érzéki vágy (p: *káma-cshanda*);
 - rosszindulat, harag, gyűlölet (p: *vjápáda*);
 - lustaság, tunyaság, tompultság (p: *thína-middha*);
 - aggodalmaskodás, nyugtalankodás (p: *uddhacca-kukkucsa*);
 - kétely, kétség (p: *vicsikicchá*).
- 2) A kötődés öt halmazata, ami nem más, mint a személyiség már említett öt alkotóeleme (p: *khandha*), vagyis a testiség, az érzés, az észlelés, a mentális képződmények és a kettősségtudat.
- 3) Az érzékelés hat belső és hat külső alapja, vagyis az öt érzékszerv és a tudat, továbbá ezek tárgyai, vagyis a hangok, ízek stb. és a tudattárgyak.
- 4) A hét megvilágosodási tényező.
- 5) A Négy Nemes Igazság.

* * *

Az éberséget megalapozó szemlélődések során, főleg kezdetben gyakori a spontán figyelem-elterelődés. Ennek kiküszöbölésénél kerülni kell az erőszakos módszereket. Ehelyett a zavaró tudattartalmakat érzelemmentes szemlélődés tárgyává kell tenni mindaddig, amíg azok energiájukat elveszítvén maguktól el nem csillapodnak.

A szutta a szemlélődés módjára vonatkozóan a következő utasításokat adja:

- 1) A szemlélődés tárgyát belülről (önmagunkon), kívülről (külső személyen), továbbá belülről és kívülről egyszerre is szemügyre kell venni.
- 2) Tudatosítani kell a szemlélet tárgyának felmerülését, eltűnését (a tudatból), továbbá a felmerülést és az eltűnést egyszerre is.
- 3) Tudatosítani kell a kontemplált tényező létezésének pusztá tényét.
- 4) Törekedni kell a kötődésektől és érzelmi reakcióktól mentes, szabad tudatállapotra.

A kontemplációs témákat teljes tudati átvilágítottsággal és a lehető legmagasabb fokú tudatos éberséggel kell szemlélni.

Maga *Sákkjamuni Buddha* rendkívül fontosnak minősítette a pusztai éberség gyakorlását és úgy nyilatkozott, hogy egyedül a *szatipatthána* útján is el lehet jutni a teljes megvilágosodáshoz.

Az éberség tulajdonképpen célja a Négy Romlottság (p: *vipallásza*) kiküszöbölése a tudatból:

- 1) a tisztátalan szépnek tartása, s felszámolásának módja a test tisztátalanságának tudatosítása;
- 2) a szenvedés örömtelinek tartása, s felszámolásának módja az érzések szenvedés természetének megértése;
- 3) a múlandó állandónak tartása, s felszámolásának módja a tudat változékony természetének megértése;
- 4) ha Ént tulajdonítunk annak, ami Nem Én, felszámolásának módja pedig a tudattartalmak Én nélküliségének megértése.

Az éberség alapján lehet megvalósítani a tudat koncentrált fegyelmét (sz: *samatha*, p: *szamatha*) és erre építve azt a fajta belátó megértést (sz: *vipasjana*, p: *vipasszaná*), amely lehetővé teszi az Én-személyiségbe vetett ún. önlétezési hit (p: *szakkája-ditthi*) más szóval személyiség elképzelés felszámolását, amely pedig a teremtet világban való pillanatonkénti újralétesülés egyik legfontosabb oka.

A belátó megértés (p: *vipasszaná*) azt jelenti, hogy sikerül kiküszöbölni az észlelésből a torzító tényezőket. Sikerül felismerni, hogy minden belső, vagy külső tapasztalható jelenség a pillanatonként felmerülő és a nemlétebe visszasülyedő lételemek (*dharmák*) sorozatából épül fel. Sikerül továbbá felismerni a lételemek és az ezekből összetevődő képződmények három alapvető jellegzetességét, nevezetesen, hogy ezek változékonyak és múlandóak, szenvedés jellegűek és Én-nélküliek vagyis nincs bennük semmi olyan, amivel azonosítani lehetne a saját személyiségünket.



MEGÉRTÉS ÉS KONCENTRÁLTSÁG

A másik ortodox *buddhista* meditációs megközelítés az úgynevezett *szamatha-vipasszaná-bhávaná*, amely azonban maga is az éberségre épül.

A *szamatha* szó jelentése: koncentrálttság, higgadtság, szenvtelenség, vágy nélküliség, rendíthetetlenség, nyugalom, összeszedettség, éber figyelem stb.

A *vipasszaná* ezt jelenti: belátás, megértés, felismerés, evidencia-élmény, a valóság intuitív megragadása.

A *bhávaná* jelenti magát a meditációt, de jelenti egyben a meditáció tárgyát is.

A *szamatha-vipasszaná-bhávaná* egyszerre két ponton támadja a függő keletkezési láncolatot. A *szamatha* főleg a vágy (*tanhá*), míg a *vipasszaná* főleg a hamistudat (*avidzsá*) felszámolására irányul.

A tökéletes belátó megértés a tudatban felmerülő képződményekre és ezek összetevőire vonatkozik és a megismerés teljes körét lefedi. Csak azt vehetjük szemügyre és ismerhetjük meg, ami bent van a tudatban és ezért a megismerés mindig valamilyen tudattartalomra irányul, nem is irányulhat soha semmi másra.

Hangsúlyozni szükséges azonban, hogy meditáció útján nem lehet megvilágosodni. Meditációval csupán meg lehet teremteni azokat a kedvező feltételeket, amelyek mellett a megvilágosodás spontán bekövetkezhet. Ugyanígy azt sem lehet megtanulni, hogyan kell elaludni. Az viszont megtanulható, hogyan kell azokat a feltételeket megteremteni, amelyek mellett az elalvás általában magától bekövetkezik.

A belátó megértés néhány fontosabb módszere és jellegzetessége:

- 1) A háromrétű megértés gyakorlása a tudatban felmerülő tudattartalmak vonatkozásában, ahogyan azt a létesülés gyökere c. fejezetben részleteztük. Ennek során nem szükséges szándékosan felidézni semmiféle tudattartalmat, hanem éber figyelemmel megvárhatjuk, amíg a tudatban magától felmerül valami (legyen az akár külső inger, például zaj, akár belső eredetű fantázia stb.). Kontemplációnk azonban irányulhat szándékosan kiválasztott témára is.
- 2) A pillanatonkénti keletkezés és elmúlás tudatosítása. Ennek során figyelemmel kísérik a tudattartalmak felbukkanását, valamint ezek tudatból való eltűnését. Hosszas gyakorlással el lehet érni, hogy úgy sikerüljön »elcsípni« a felbukkanás és eltűnés pillanatait, hogy közben akaratlagosan ne befolyásoljuk ezeket a folyamatokat, illetve eseményeket.
- 3) A belátó megértés tudatformáját is a belátó megértés tárgyává tesszük. Ennek során felidézzük a korábbi kontempláció tudatállapotát és azt vesszük szemügyre, kontemplálva annak három jellegzetességét (ld. az idézett fejezetet).
- 4) Az előbbi módszer magasabb fokozatán elkezdjük az éber figyelést, majd mintegy »kívülről« szemlélve megfigyelés tárgyává tesszük magát a figyelés tudat-

formáját. Ezután mindig egy-egy lépéssel »kintebbről« nézve azt a tudatformát vesszük szemügyre, amely figyel a figyelő figyelőjét stb. Ha sikerül ilyenformán (több évtizedig tartó kitartó gyakorlással) legalább tizenegy tudatszintet »egymásba skatulyázni«, akkor tapasztalati úton, közvetlenül is felismerhetővé válik, hogy az addig észlelt én, illetve személyiség tényleg nem létezik.

- 5) A felmerülés és eltűnés szemlélése a személyiség öt halmazata (*khandha*) szerint csoportosítva (ld. a személyiség c. fejezetet). Ennek során azt kell tudatosítani, hogy a felmerülés feltételei a tudatlanság, a vágy, a *karma*, a táplálék és maga az a tudati aktivitás, amellyel a keletkezést tudatosítjuk; míg az eltűnés a felsorolt keletkezési tényezők hiányából fakad. E kontempláció során annak megértéséhez kell idővel eljutni, hogy nincs semmiféle olyan »tartály«, ahol a még fel nem merült és a már eltűnt tudattartalmak tárolódnak.
- 6) Az egység és sokféleség módszere. Ez annak megértésére irányul, hogy sem az egység, sem pedig a sokféleség nem valóságos.
- 7) Az érdektelenség módszere. Annak tudatosítására irányul, hogy a tudattartalmakat nem lehet befolyásolni, azonban ha sikerül elkerülni, hogy új tudati képződmények merüljenek föl, akkor a meglévők lassan maguktól lecsengenek.
- 8) Az elkerülhetetlen törvényszerűség módszere. Ez azt tudatosítja, hogy az előfeltételek jelenléte esetén a gyümölcs előbb-utóbb magától bekövetkezik, s ezért a cél elérése érdekében a cél elérésére irányuló vágyat is fel kell számolni.

A belátó megértés gyakorlása során felmerülhetnek olyan sikerélmények, amelyek önteltséget kiváltva visszahúzó tökéletlenségnek bizonyulhatnak, nevezetesen:

- 1) tudati világosság;
 - 2) tudás;
 - 3) elragadtatott boldogság;
 - 4) rendíthetetlen nyugalom;
 - 5) örömrzés;
 - 6) hit és eltökéltség;
 - 7) energia;
 - 8) éberség és önbizalom;
 - 9) felülemelkedett egykedvűség;
 - 10) a belátó megértéshez való kötődés.
- Az ezekhez való kötődést ezért kerülni kell.



A BUDDHISTA KÖZÖSSÉG SZÉTVÁLÁSA

Buddha tanítványainak közössége (*szangha*) kezdetben vándor szerzetesekből állott. Később, miután *Bimbiszára* király nekik ajándékozta a Bambusz (*Lumbini*) Ligetet és kolostort (*vihára*) építtetett számukra, az esős évszakot itt töltötték el.

Buddha távozása után a Tan Indiában fokozatosan elterjedt. Amikor Kr. e. 323-ban meghalt Nagy Sándor (III. Alexandrosz) makedón uralkodó, birodalma, amelynek India északnyugati megszállt területe is részét képezte, széthullott. Ezt követően, Kr. e. 300 körül I. *Csandragupta* uralkodó alatt India egyesült. Az egyesített India királya Kr. e. 268—232 között *Asóka* volt. *Asóka* támogatta a *buddhizmust*, amelynek befolyása Indiában ekkor volt a legnagyobb.

Asóka után *bráhminista* királyok következtek, akik igyekeztek visszaszorítani a *buddhizmust*. Eközben India egysége ismét megbomlott és Északnyugat India görög befolyás alá került. Az újbóli egyesítés a *Gupta* dinasztia alatt (kb. Kr. u. 320—500) fokozatosan történt meg. A dinasztia egyik uralkodója, II. *Csandragupta* (Kr. u. 402—410) hivatalos nyelvvé tette a szanszkritot és hivatalos államvallássá a *bráhminizmust*. Ezzel a *buddhizmus* gyakorlatilag kiszorult Indiából.

A szerzetesi közösségen belül az első nézeteltérések már *Buddha* életében megkezdődtek a túlságosan szigorú szerzetesi fegyelem és a világi élettől való elzártság miatt. A viták hatására és *Dévadatta* szerzetes kérésére *Buddha* enyhítette a fegyelmi szabályokat, ezen kívül női rendek alapítását is engedélyezte és nyitottabbá tette a rendeket a világi hívők felé.

Buddha azonban felhívta a figyelmet ezen intézkedések következményeire. Rámutatott arra, hogy minden tanítás az idők folyamán elkerülhetetlenül inflálódik, felhígul és elveszíti eredeti szellemi erejét, mivel az egymást követő nemzedékek a tanítást egyre inkább félreértik. A saját tanítására vonatkozóan pedig először azt jósolta, hogy ezer év múlva már senki nem fogja tökéletesen megérteni a *Dharmát*. Később azonban, a reformok hatására az ezer évet ötszáz évre módosította.

Buddha távozása után a nézeteltérések tovább fokozódtak. A I. Rádzsagrahai Zsinaton már volt konzervatív és progresszív tábor, s ezek vezetői *Maháka-szjapa* és *Ananda* voltak. A II. Veszáli Zsinaton azután a szakadás formálisan is bekövetkezett a *théraváda* (Öregek Tanítása) és a *mahászángika* (Nagy Közösség, vagyis a többség) irányzata között.

Később a *mahászángika* önmagát így nevezte: *mahájána* (Nagy Jármű), a konzervatívot pedig így: *hinajána* (Kis Jármű).

A *mahájána* kifejezés jelentése több értelmű. Jelenti egyrészt azt, hogy ez a többség irányzata. Jelenti azt is, hogy ez több ember számára biztosítja a megszabadulás lehetőségét. Jelenti ezenkívül azt is, hogy ez magasabb rendű tanítást közvetít, mint a *hínajána*. Bizonyos értelemben tehát eredetileg a *mahájána* dicsérő, a *hínajána* pedig pejoratív megjelölés volt és nem véletlen, hogy ezeket a kifejezéseket elsősorban a *mahájána* követői használták és innen terjedtek el a köztudatban.

Ha azt kérdezzük, melyek azok a különbségek, amelyek a *mahájána* irányzatot a tanítás eredeti szelleméhez szigorúan ragaszkodó konzervatív *théravádától* megkülönböztetik, akkor elsősorban a következő tényezőket lehet kiemelni:

A *mahájánában* a magányosan törekvő aszkétikus remete helyett az ideál a világban benne élő aktív, másokat segítő ember.

A *mahájánában* az Én-nélküliség (*anattá*) tanítással szemben előtérbe kerül a jelenségek üresség természetére vonatkozó tan (*súnjaváda*).

A *théraváda* szerint a tapasztalható világ reális, de ki lehet belőle szabadulni, míg a *mahájána* szerint a világ lényegében illúzió és ezt kell felismerni.

A *théraváda* szerint *Buddha* megvilágosodott ember volt, a *mahájána* szerint viszont ember feletti lény.

A *théraváda* szerint csak ritkán, kivételes alkalmakkor jelenik meg a világban *Buddha*, míg a *mahájána* tanítása szerint a világ tele van *Buddhák*kal és *Buddha* jelöltekkel, sőt minden ember potenciális *Buddha*, mert benne lappang a *Buddha* természet, csak ezt tudatlanságában nem ismeri fel.



A BUDDHISTA BÖLCSELET FILOZÓFIAI DOKTRÍNÁI

Kr. u. az 500-as évekre kikristályosodtak a különféle irányzatok mögött álló bölcseleti doktrína rendszerek is. A kulcskérdés ezekben a jelenségeket alkotó, lát-szólag a semmiből felbukkanó, majd oda vissza süllyedő *dharmák* realitásának kérdése. A *buddhista* bölcseletben négy fő filozófiai doktrína alakult ki, ezek a következők:

- 1) A *vaibhászika*, más néven *szarvástiváda* („minden időben létező”) bölcselet szerint a *dharmák* állandóan, vagyis a múltban, a jelenben és a jövőben is, reálisan léteznek. Amikor felbukkannak, majd eltűnnek, voltaképpen ide-oda billegnek a megnyilvánult (manifeszt) és meg nem nyilvánult, lappangó (látens) állapotok között. Az erre vonatkozó elvek kifejtése megtalálható pl. az *Abhidharma—Mahá—Vibhásá—Sásztra* (Kr. u. I. szd.) című iratban. A *szarvástiváda* szerint a *dharmák* folyton változnak ugyan, de a belső lényegük (*szvabháva*) változatlan. A *szvabháva* szó jelentése: az, ami önmagában, vagyis a tudattól függetlenül, abszolút értelemben létezik. Eszerint a világ, bár változékony, de mégis reális, mert az azt alkotó lételelemek valóságosak. A *karma* is olyan, mint valamiféle szubsztancia, amelynek léte a tudattól független. A *dharmákból* felépített világból pedig odaadó törekvéssel lehet egyénileg kiszabadulni.
- 2) A *szautrántika* bölcselet jellegzetessége az, hogy kizárólag a *szútrák* szövegét, vagyis *Buddha* beszédeit ismerik el autentikusnak, és kétségbe vonják az *abhidharma* szövegek megalapozottságát. A *szautrántika* bölcselet szerint nem a *dharmák* jelentik a végső realitást. Ezek ugyanis olyan jelenségek, amelyek ugyan a tudattól függetlenül is képesek létezni, mint a tv-kép, amely akkor is ott van, ha nem nézzük, viszont nem kötelező ezeket nézni. A *szautrántika* szerint így a *dharmák* a mindennapi élet nézőpontjából reálisan léteznek, azonban a létezésük változékony, állandótlan, jelenségszerű és ezért nincs feltételek nélküli abszolút létük.
- 3) A *jógácsára*, más néven *vidnyánaváda* bölcselet szerint kizárólag a tudat létezik, mégpedig az ún. megkülönböztető és tároló tudat (*vidnyána*), ez kreálja a *dharmákat* és az ezekből felépülő tapasztalható jelenségeket.
- 4) A *mádhjamika* bölcselet szerint semminek nincs abszolút, valóságos, nem kondicionált léte, maga a tudat is csak illúzió, mivel az is csak relatíve, viszonylagosságokon keresztül létezik.

A *vaibhászika* és *szautrántika* ún. realista bölcseletek és ezek alkotják a *hínajána* irányzatok bölcseleti alapfelfogását. A *jógácsára* és *mádhjamika* pedig ún. idealista bölcselet és ezek főleg a *mahájána* irányzathoz tartoznak.

THÉRAVÁDA

A *hínajána* irányzat eredetileg 20 közösségre oszlott, ezek közül azonban ma már csak a *théraváda* közösség létezik. A *théraváda* jelentése: „Öregek Tanítása”, vagyis olyan konzervatív, tradicionális, ortodox *buddhista* irányzat, amely nem fogadja el a *mahájána* újításait és kizárólag a Páli Kánont tekinti autentikusnak.

A *théraváda* legfontosabb összefoglaló műve a páli nyelvű *Viszuddhimagga*, magyarul: a „Megtisztulás Ösvénye”. Ez olyan útmutató, amely végig vezet azon az úton, amelynek végén el lehet jutni a megszabadulásig.

A *Viszuddhimagga* gondolatmenete a Nemes Nyolcas Ösvény logikáját követi, amelyben a Bölcsesség, az Erkölc és a tudat fegyelmezése, vagyis a Koncentráció egymásból következő sorát folyton újra kezdve, egyfajta felfelé haladó spirális mentén alakul ki a szellemi fejlődés. E három tényező közül így azután a körbe bármelyiknél be lehet lépni. A *Viszuddhimagga* éppen ezt javasolja.

Módszere szerint az utat az Erkölcsei Megtisztulással (p: *szíla viszuddhi*) érdemes kezdeni, ami megfelel a Nemes Nyolcas Ösvény harmadik, negyedik és ötödik tagjának.

A második szakasz a Tudati Megtisztulás (p: *csitta viszuddhi*), vagyis a tudat uralása, megfegyelmezése, a koncentrált tudatállapot kialakítása. Ez megfelel a Nemes Nyolcas Ösvény utolsó három tagjának.

A harmadik szakasz a Bölcsesség Tisztaságának (p: *pannyá viszuddhi*) elérése, ez pedig megfelel a Nemes Nyolcas Ösvény első két tagjának.



AZ ERKÖLCSI MEGTISZTULÁS

Az Erkölcsei Megtisztulás (*szila visuddhi*) az erkölcsi követelmények maradéktalan gyakorlati betartását és az azokkal összhangban lévő tudatállapot kialakítását jelenti. A *théraváda* praxisban az erény gyakorlásának célja egyrészt a *karmikus* terhektől való szabadulás, másrészt a magasabb bölcsesség megalapozásához és kifejlesztéséhez szükséges önfegyelem és összpontosított tudat megvalósítása.

A tökéletes erényből fakad ugyanis *Buddha* tanítása szerint a belső szellemi szabadság. A belső szellemi szabadság hatása az öröm. Az öröm következménye az elragadtatott lelkesedés. Az elragadtatott lelkesedésből alakul ki a belső béke és boldogság. A belső béke és boldogság elvezet a koncentráltáshoz, vagyis a tudat összpontosításához. A koncentráció megalapozza a tudást és bölcsességet. A bölcsesség következtében megvalósul a kötődésektől való mentesség, ez pedig elvezet a létforgatagból való kiszabaduláshoz.

A szerzetesi erény és fegyelem talán legfontosabb megfogalmazása az a tíz követelmény, amelyet a „Szerzetesek Tíz Parancsolata” néven szokás idézni. Ebből az első öt „Parancsolat” megegyezik a *buddhizmus* öt általános erkölcsi alapszabályával, azonban a *théravádin* szerzetesek esetében egyes szabályok értelmezése szigorúbb, mint ahogyan azt a Tan világi követői számára értelmezni szokták, és a *Visuddhi Maggában* a felsorolás sorrendje is eltérő.

Az ELSŐ SZABÁLY az ölés tilalma (*ahimszá*). Ez azt jelenti, hogy a szerzetes soha semmilyen indokkal nem pusztít el más lényeket. Még egy szúnyogot, vagy legyet sem szabad agyon csapni, sőt a növényi táplálékot, vagyis a növény termését is csak úgy szabad elvenni, hogy az ne okozza az egész növény pusztulását.

Buddha tanítása szerint ugyanakkor csak a szándékos ölés jár negatív következménnyel. *Buddha* elutasította a *dzsainisták* gyakorlatát, akik kendőt kötöttek az arcuk elé, nehogy beszippantssanak piciny élőlényeket és ezzel a pusztulásukat okozzák és állandóan sepergették maguk előtt az utat, nehogy véletlenül rálépjenek egy-egy apró bogárra, vagy féregre. *Buddha* rámutatott, hogy a pusztító létünkkel akaratlanul is szüntelenül pusztítunk más életeteket, mert ez a létforgatag egyik alapvető törvénye. De még annak tudatában is, hogy ezt nem tudjuk elkerülni, fontos, hogy soha ne akarjunk szándékosan ártani.

Buddha elutasította *Dévadatta* nevű tanítványa javaslatát is, amely szerint az ölés tilalmát ki kellene terjeszteni a húsevés tilalmára is. *Buddha* szerint a szerzetesnek azt az ételt kell elfogyasztania, amit adományként az alamizsnás csészéjébe tettek és nem válogathat akkor sem, ha az húst tartalmaz. Tilos azonban a húst elfogadni és elfogyasztani, ha az állatot a mi kedvünkért ölték meg, mert ez esetben, még ha akaratlanul is, az ölésben mi is közreműködtünk.

A MÁSODIK SZABÁLY a lopás tilalma (*asztéja*). Ez azt jelenti, hogy tilos bármit elvenni, amit nem önként adnak oda. A *théravádin* szerzetesnek egyébként sem lehetett magántulajdona, kivéve a szerzetesi köntöst, a sarut, valamint az alamizsnás csészét és az abban lévő, egyszeri étkezésre elegendő élelmiszer alamizsnát.

A HARMADIK SZABÁLY a szexuális tisztaság (*brahmácsárja*). Ez a *théravádin* szerzetesek esetében a nemi élettől való tartózkodást jelentette. A *buddhizmus* általában nem ítéli el a nemiséget, ha azt úgy gyakoroljuk, hogy azzal más lényeknek nem ártunk. A szerzetesekre vonatkozó tilalom indoka sem morális természetű, hanem az, hogy ha valaki elszántan törekszik, hogy végig járja a megszabaduláshoz vezető teljes utat, akkor minden fizikai és szellemi energiáját a célra kell összpontosítsa, és eközben nem függhet testi vágyaktól és érzelmi kötődésektől.

A NEGYEDIK SZABÁLY az igazmondás (*szatja*). Eszerint a szerzetes csak akkor beszéljen, ha az okvetlenül szükséges, s ha mégis szólania kell, csakis igazat mondjon.

AZ ÖTÖDIK SZABÁLY a józanság (*szurámatta*), vagyis a kábultságot okozó szerek használatának és fogyasztásának tilalma. A tilalom oka, hogy a bódító és részegítő szerek hatása alatt elveszíthetjük anyagi és szellemi javainkat, hajlamossá válhatunk a veszekedésre és az agresszív viselkedésre, ki vagyunk téve betegségeknek, rontjuk a magunk és szerzetes társaink hírnevét, ezen kívül romboljuk értelmünket és intelligenciánkat, és így egyre távolabb kerülünk a tökéletesen tiszta, éber és összeszedett tudatállapottól.

A további öt szabály olyan tilalmakat ír elő, amelyek elsősorban nem morális szempontból fontosak, hanem sokkal inkább azért, hogy a szerzetes képes legyen megalapozni a tökéletesen higgadt, felülemelkedett önfegyelmet. A *Viszuddhimagga* szerint ugyanis alapvetően kétféle erény van. Az egyik a természetes erény (*pakati szíla*), a másik pedig az előírt erény (*pannyatti szíla*). A természetes erény az alapja azon helyes cselekvéseknek, amelyek nem okoznak ártalmat és szenvedést más lényeknek és nem rontják a cselekvő karmáját. Az előírt erény pedig a megszabadulásra elszántan és kitartóan törekvő szerzetesre vonatkozik, abból a célból, hogy képes legyen kifejleszteni az út végigjárásához szükséges tökéletes önfegyelmet. Ennek megfelelően:

A HATODIK SZABÁLY a nem megfelelő időben történő étkezés tilalma. *Buddha* tanítványai és a későbbi *théravádin* szerzetesek is a délelőttöt koldulással töltötték. Ilyenkor annyi étel alamizsnát gyűjtöttek össze, ami a közösség egyszeri étkezéséhez volt elegendő. Ennek során válogatás nélkül kellett elfogadni bármilyen ételt, amit az adakozók a szerzetes alamizsnás csészéjébe tettek. Az adományt azonban sem megköszönni, sem kifogásolni nem illett. A szerzetesnek alamizsna gyűjtés közben is törekednie kellett az érzékek uralására, vagyis arra,

hogy ne függjön a kellemes, vagy kellemetlen érzésektől és higgadt, felülemelkedett egykedvűséggel viseljen el bármit, ami vele történik. Az összegyűjtött étel adományt még a Nap delelése előtt ebédként elfogyasztották, majd a maradékot kiöntötték. Délután tilos volt étkezni, vagy tápláló italt inni. A délutánt meditációval és előadásokkal, esetenként pedig bölcséleti vitákkal töltötték.

A HETEDIK SZABÁLY a zenélés és táncolás tilalma, a NYOLCADIK SZABÁLY a díszítések és kozmetikai szerek használatának tilalma, a KILENCEDIK SZABÁLY pedig a kényelmes ülő és fekvő helyek használatának tilalma. Ezen tilalmak alapja az a meggondolás, amely szerint nem azért vagyunk emberi létformában, hogy minél kellemesebbé és szórakoztatóbbá tegyük a magunk számára a létforratot. Éppen ellenkezőleg, véglegesen ki akarunk abból szabadulni.

A TIZEDIK SZABÁLY a pénz és arany elfogadásának tilalma. A szerzetes, amikor belépett a rendbe, formálisan menedéket kért a *Buddhától*, a *Dharmától* (Tan) és a *Szanghától* (szerzetesi közösség), hátra hagyott minden világi kapcsolatot és lemondott arról, hogy bármiféle magántulajdona legyen.

A *Viszuddhimagga* egy másik helyen tételesen felsorolja azon cselekvéseket, amelyeket kerülnie kell a szerzetesnek, és amiket kerülni érdemes mindazoknak, akiknek célja a megszabadulás. Eszerint kerülendő az ölés, a lopás, a hazugság, a haragos beszéd, mások rágalmazása, a haszontalan fecsegés, növények elpusztítása, a napi többszöri étkezés, a táncolás és zenélés, kozmetikumok és illatszerek használata, a kényelmes fekhely, továbbá arany, ékszer, pénz, ingatlan, rab-szolga, vagy háziállat birtoklása, üzenetek közvetítése, jövendőmondás, házasság közvetítés, adás-vétel, csalás és zsarolás, anyagi tárgyak gyűjtése stb.

Mindezen tevékenységek nem férnek össze azzal a tudatállapottal, amelyet a szerzetesnek el kell érnie a megszabadulás érdekében.



A TUDAT URALÁSA

A *théraváda* út második szakasza a Tudati Megtisztulás (*csitta visuddhi*), vagyis a tudat uralása, megfegyelmezése, a koncentrált tudatállapot kialakítása. Ez megfelel a Nemes Nyolcas Ösvény utolsó három tagjának.

E szakasz neve: *Szamádhi*, azaz Koncentráció. A szó jelentése: tudati összeszedettség, egypontúság (*csitta ekaggáta*). Ez kétféle lehet. Az egyik a *szammá szamádhi*, vagyis a helyes és tökéletes összeszedettség, amely a létforgatagból való szabadulás felé vezet. A másik pedig ennek ellentéte, a *miccshá szamádhi*, vagyis a *karmikus*an egészségtelen tudati összeszedettség, amely materiális célokra, pl. vagyon, vagy hatalom megszerzése érdekében megvalósított koncentrálttság.

Nyanatiloka kommentárja szerint a helyes koncentráció voltaképpen azonos a meditációval, aminek neve: *bhávaná*. E szó jelentése: „valamivé válni”. A fogalmi különbség főleg abban áll, hogy a *szamádhi* esetében inkább a szellemi erőfeszítésen, törekvésen van a hangsúly, a *bhávaná* pedig inkább azt a tudatállapotot jelöli, amelyet a szellemi erőfeszítéssel elérünk.

A *Visuddhi Magga* két féle a meditációt ír le, annak megfelelően, hogy az milyen tudatállapot elérésére vonatkozik. Az egyik a *szamatha bhávaná*, amely rendíthetetlen, tiszta és békés időzés abban a meditatív állapotban, amely a tudat fegyelmezésével érhető el. A másik a *vipasszaná bhávaná*, amely a belátó bölcsesség elérésének állapota. A belátó bölcsesség pedig a dolgok lényegének átható, intuitív megértése, vagyis a jelenségek és összetevőik három jellegzetességének felismerése. A tapasztalható jelenségek és összetevőik e három jellegzetessége (*trilakkhaná*):

- 1) A múlandóság (*aniccsa*), vagyis az a tény, hogy a létforgatagban tapasztalható minden jelenség szüntelenül változik, átalakul, és előbb-utóbb megszűnik létezni. Emiatt nincs semmiféle stabil dolog, amibe biztosan kapaszkodni lehetne.
- 2) A szenvedés (*dukkha*), vagyis, hogy minden tapasztalható jelenség, még ha az kezdetben örömtelinek is látszik, előbb-utóbb szenvedést okoz, mivel eleve magában hordozza a szenvedést.
- 3) Az Én-telenség (*anattá*), ami azt jelenti, hogy semmiféle külső, vagy belső jelenségben nem fedezhetünk fel semmi olyat, amit akár a saját, akár a mások személyiségével lehetne azonosítani.

A koncentráció, vagyis a tudat összeszedettsége, illetve az erre irányuló gyakorlat azt jelenti, hogy figyelmünket egyetlen tárgyra összpontosítjuk. A *Visuddhimagga* erre a célra negyven féle koncentráció tárgyat javasol, amely négy tízes csoportba sorolható:

Az első tíz koncentráció tárgya a Tíz KASZINA. A *kaszina* szó jelentése valami ilyesmi: teljesség, teljessé tevés, összegezés, befejezés. A Tíz *Kaszina* a következő: Föld, Víz, Tűz, Szél, Kék, Sárga, Vörös, Fehér, Fény és Tér. Ha pl. a Föld a meditáció tárgya, e célra használható egy agyagkorong, amelyet kitartóan szemlélni lehet, ha a meditáció tárgya a Víz, egy edényben lévő víz csillogó felülete, vagy egy tó víztükre töltheti be ennek szerepét. Ha valamelyik színt használjuk meditációs tárgyként, a célra alkalmas lehet egy textiltől, vagy virágokból készült Kék, Sárga, Vörös, vagy Fehér korong stb.

A második tíz koncentráció tárgya a Tíz Undorításág (*aszubha*). Ez nem más, mint tízféle temetői kontempláció, amelynek során a holttest felbomlásának különféle fázisait kell megfigyelni és meditáció tárgyává tenni, közben pedig tudatosítani, hogy az emberi testben nincs semmi, amivel önmagunkat azonosítani lehetne.

A harmadik tíz koncentráció tárgya a Tíz Felidézés (*anuszatti*). Felidézendő a következők valamelyike: a *Buddha* (a tanítómester); a *Dharma* (a tanítás); a *Szangha* (a szerzetesi közösség); az Erény (*szíla*); a Megszabadulás; a különféle Istenségek; továbbá kontempláció a halál elkerülhetetlenségéről különféle lehetséges halálnemek felidézésével; kontempláció a test harminckét anatómiai összetevőjéről; a be és kilégzés éber tudatosítása; felidézendő a *nibbána* (szanszkrit: *nirvána*), vagyis a béke és nyugalom, amely a szüntelen újralétesülés felszámolása útján érhető el.

A negyedik tíz koncentráció tárgya a Négy Isteni Állapot (*Brahma Vihára*) feletti szemlélődés, a Négy Nem-anyagi Létsík feletti szemlélődés, valamint az Ételek Taszító Jellege és az Őselemek feletti szemlélődés.

A Négy Isteni Állapot (*Brahma Vihára*) tárgya a másokat érdek nélkül, a hibáikkal együtt is elfogadó önzetlen szeretet (*metta bhávana*), az együtt érző és önfeláldozó részvét (*karuná bhávana*), az együtt érző öröm (*muditá bhávaná*) és a felülemelkedettség (*upékkhá bhávaná*).

Az Ételek Taszító Jellege feletti szemlélődés olyan kontempláció, amelyben tudatosítani kell, hogy minden anyagi dolog (pl. ürülék, váladék stb.), ami az emberi testből eltávozik, tisztátalan, s mivel ezek azokból az anyagokból képződnek, amelyeket táplálékként elfogyasztunk, ezért lényegüket tekintve ezek is tisztátalanok.

Az Őselemek feletti szemlélődés annak tudatosítását jelenti, hogy minden táplálékunk és testünk minden anatómiai alkotórésze is a négy őselemből tevődik össze, ezért nincs azokban semmi, amivel a saját Énünket azonosítani kellene.

A koncentrációval érhető el a négy meditatív tudatállapot, az ún. Négy *Dzshána*. Ha ezt pl. *kaszina* koncentrációval akarja elérni a szerzetes, akkor a tudatának állapota a következő három fázison megy keresztül:

- 1) a megközelítési koncentráció (*parikamma samádhi*), vagyis a *kaszina* szemlélése mindaddig, amíg megjelenik a mentális kép (*uggaha nimitta*), ami azt jelenti, hogy most már csukott szemmel is látja maga előtt a *kaszinát*;
- 2) a szomszédos koncentráció (*upacsára samádhi*), amelyben megjelenik az ún. ellen-kép (*patibhāga nimitta*), ami a mentális kép üresen fénylő, foszforeszkáló változata és időlegesen eltűnik az öt akadály (*nivarana*), vagyis az érzéki vágy, a rosszindulat, a tunyaság, a nyughatatlanság és a kétely érzése;
- 3) az elérési koncentráció (*appanā samádhi*), amelyből kibontakozhat a Négy *Dzshána*:

- az első *dzshána* jellemzője a békesség és öröm érzése, miközben még működik a szavakban és fogalmakban történő belső gondolkodás, de az érzékszervek átmenetileg ki vannak kapcsolva;
- a második *dzshánában* a fogalmi és verbális aktivitást felváltja az átlelkesültség (*pīti*) és az öröm (*szukha*);
- a harmadik *dzshánában* az átlelkesültség (*pīti*) és az öröm (*szukha*) érzését felváltja a felülemelkedett higgadt öröm (*upékkhā sukha*) érzése;
- a negyedik *dzshánában* az örömezzést felváltja a felülemelkedett egykedvűség (*upékkhā*) és szerencsés esetben ebből bontakozhat ki az ún. Négy Nem-anyagi *Dzshána*, vagyis a Négy Nem-anyagi Létsík tapasztalása:
 - * a Határtalan Tiszta TÉR (*akászánanycsájatana*), amelyben a kaszina ellenkép eltűnik és vele eltűnik a testiség érzése és a külvilág érzése is;
 - * a Határtalan Tiszta TUDAT (*vinnyánanycsájatana*), amelyben először tudatosodik, hogy a Tér át van itatva Tudattal, majd a Tér tapasztalását felváltja a Tiszta Tudat tapasztalása;
 - * a SEMMI (*akinycsannyájatana*), vagyis annak tapasztalása, hogy a Tudat lényegében Üresség (*szunnyata*), így azt is mondhatnánk, hogy ez lényegében a „nemlét” állapotának tapasztalása;
 - * a Sem Észlelés, Sem Nem Észlelés létsíkja (*neva-szannyá-nászannyájatana*), amelyben felszámolódnak a mentális tényezők maradványai és egyáltalán nincs mit tapasztalni, még az ürességet sem. Ez voltaképpen a nem tapasztalás állapotának tapasztalása, úgyhogy itt már nem beszélhetünk az érzés, az észlelés, vagy a tudat jelenlétéről, de nem beszélhetünk ezek hiányáról sem, mivel — különös módon — erre a rendkívüli tudatállapotra is utólag vissza lehet emlékezni, bár a tapasztalást szavakban elmagyarázni nem lehet.

Ami az egyéb koncentráció tárgyakkal történő koncentrációt illeti, ezekre vonatkozóan a *Viszuddhimagga* a következő útmutatásokat adja:

- 1) A Tíz Undorítótság valamelyikének szemlélésénél, vagy vizualizálásánál a *kaszinához* hasonlóan mentális képet, majd ellen képet kell létrehozni. Ezzel a meditációval azonban csak az Első *Dzshána*ig lehet eljutni.

- 2) A Tíz Felidézés valamelyikének alkalmazása esetén a test 32 anatómiai összetevője feletti kontemplációval az Első *Dzshánáig*, a be és kilégzés éber tudatosításával a Negyedik *Dzshánáig*, a többi nyolc féle felidézéssel pedig az elérési fázisig lehet csak eljutni. Azonban ezen gyakorlatok sem haszontalanok, mert ezekre a tanítvány mentalitásától függően szükség lehet a többi gyakorlat előkészítése érdekében.
- 3) A Négy Isteni Állapot (*Brahma Vihára*) feletti meditáció közül az első hárommal a Harmadik *Dzshánáig*, a negyedikkel pedig a Negyedik *Dzshánáig* lehet eljutni.
- 4) A Négy Nem-anyagi Létsík feletti kontempláció elvezethet mind a négy *Dzshánához*, az ételek tasztító jellege feletti szemlélődéssel és a négy őselem, mint a test alkotó elemei feletti szemlélődéssel pedig a Négy *Dzshánát* megelőző elérési koncentrációig lehet eljutni.

Hogy melyik szerzetes melyik kontemplációt gyakorolja, azt az illető adottságaitól függően a mester ajánlása dönti el.



A MEGSZABADÍTÓ BÖLCSESSÉG KIFEJLESZTÉSE

A *théraváda* út harmadik szakasza a Bölcsesség Tisztaságának (*pannyá viszudhi*) elérése, ez megfelel a Nemes Nyolcas Ösvény első két tagjának.

A teljes Bölcsesség (*pannyá*) három összetevője pedig a következő: a saját gondolkodásból eredő bölcsesség (*csinta maja pannyá*), a tanulásból eredő bölcsesség (*szúta maja pannyá*) és a meditáció útján kifejlesztett bölcsesség (*bháváná maja pannyá*).

A Bölcsesség két szintje pedig: a világi (*lokija*) bölcsesség és a világ feletti (*lokuttara*) bölcsesség. Az első fajta Bölcsesség tartalmazza a mindennapi életben használható tudást, a világ feletti Bölcsesség pedig az, amely kivezet a létforgatagból, s amely a *Viszuddhimagga* szerint a Megvilágosodott Szentek Ösvényén (*arija magga*) érhető el.

A *Viszuddhimagga* tételesen felsorolja a Megszabadító Bölcsesség tárgyait, amelyek tökéletes megértésére kell törekedni a világ feletti Bölcsesség kifejlesztése érdekében. A tökéletesen megértendő dolgok:

- 1) Az Én-személyiséget alkotó öt csoport, vagy halmazat (*khandha*):
 - a testiség csoport (*rúpa khandha*);
 - az érzés csoport (*védaná khandha*);
 - az észlelés csoport (*szannjá khandha*);
 - a mentális képződmények és tudati indítatások csoportja (*szankhára khandha*);
 - az öntudat csoport (*vinnyána khandha*).

Meg kell érteni ezek lényegét és mibenlétét és azt, hogy ezek egymástól kölcsönösen függve szüntelenül újra keletkeznek, és nem alkotnak maradandó, változatlan, stabil személyiséget.

- 2) Az ún. érzékelési alap (*ájatana*), vagyis a tudati folyamatok tizenkét alapfeltetele. A tizenkétrétű érzékelési alap összetevői két csoportba oszthatók:
 - az ún. hat belső érzékelési alap, vagyis az öt érzékelési képesség (*buddhindrija*), valamint az elme-alap (*mánajatana*), amely szintén összetett dolog és magában foglalja az öt érzék tudatosítását, az elme (*manó dhátu*, más néven *manasz*) tudatosítását (*manó vinnyána dhátu*); a tudatalattit (*bhavanga csitta*), amelynek másik neve az „elme kapuja” (*manó dvára*), és ezen belül az elme (*manó dhátu*) összetevői a figyelem, a befogadás és a fogalmi gondolkodás;
 - az ún. hat külső érzékelési alap, vagyis az érzékek tárgyai és az elme tárgyai, amely utóbbiak a tudatban felmerülő jelenségek.

A tizenkétrétű érzékelési alap minden egyes eleme más tényezőktől függő módon jön létre, és egyiknek sincs feltételektől független önálló léte.

Megértendő, hogy a létforogtagban fogva tartó egyik fontos tényező a hat belső és hat külső érzékelési alap közötti szüntelen kapcsolat. *Buddha* egyik hasonlata szerint a hat belső alap olyan, mint egy üres, lakatlan falu, amelyet a hat külső alap megtámad, mint egy rablóbanda.

- 3) Az ún. tizennyolc elemi tényező (*dhátu*), amelyek jelen vannak a személyiségben. Ezek pedig a hat belső érzékelési alap, a hat külső érzékelési alap, valamint az ezekhez kapcsolható hat féle tudatossági tényező. Ezekkel kapcsolatban is megértendő, hogy létezésük más tényezőktől függ és nem alkotnak állandó személyiséget.
- 4) Az ún. huszonkettő képesség (*indrija*). A *Viszuddhimagga* felsorolása szerint ide tartozik a fentebb említett hat belső érzékelési alap, valamint a nőiesség, a férfiaság és az életerő, továbbá az öt érzés, vagyis az öröm, a szenvedés, az elégedettség, a szomorúság és a közömbösség. Ezek a köznapi életben mutatkozó képességek.

Ezen kívül ide tartozik az az öt mentális képesség, amely a megszabadulás felé segít, nevezetesen a hit, az energikusság, az éberség, a koncentráció képessége és a bölcsesség, valamint a három ún. világfeletti képesség is, amely az előrehaladott szellemi fejlődés során szerezhető meg, s ezek pedig: a tökéletes tudás, a tökéletes bölcsesség (gnózis) és a tökéletes megértés.

- 5) A Négy Nemes Igazság lényege, vagyis, hogy a szenvedést elsősorban az öt személyiség összetevő (*khandha*) okozza, amely nem más, mint a fizikai léthez való kötődés öt csoportja. Meg kell érteni azt is, hogy a szenvedés keletkezését és megszűnését a függő keletkezési láncon keresztül lehet megérteni, valamint azt is, hogy a megértés két fő akadályá az örökkévalóságba vetett hit (*szasszata ditthi*) és a megsemmisülésbe vetett hit (*uccshéda ditthi*) és hogy a Bölcsesség útja a két szélsőség között halad. Meg kell érteni azt is, hogy a Nemes Nyolcas Utat két szinten kell végig járni. Az egyik az ún. világi (*lokija*) szint, a másik pedig a világ feletti (*lokuttára*) szint, amelyen a megvilágosodottsághoz közel álló szentek haladnak.
- 6) A Függő Keletkezés tizenkét tagú láncolata.

A Megszabadító Tiszta Bölcsesség kifejlesztése a Viszuddhimagga szerint öt szakaszban lehetséges:

- 1) a megértés világi szintű megtisztítása (*ditthi viszuddhi*);
- 2) megszabadulás a kétségektől (*kankhá-vitaranna viszuddhi*);
- 3) az út és nem-út megkülönböztetése (*maggámagga nyánadasszana viszuddhi*);
- 4) az előrehaladott tudás tisztasága (*patipadá nyánadasszana viszuddhi*);
- 5) a belátás és megértés világfeletti szintű megtisztítása (*nyánadasszana viszuddhi*).

1) A MEGÉRTÉS VILÁGI SZINTŰ MEGTISZTÍTÁSA (DITTHI VISZUDDHI)

A megértés világi szintű megtisztítása alapvetően a *náma-rúpa*, vagyis a lélek és test kettősségének megértése és annak felismerése, hogy ezek nem alkotnak semmiféle maradandó személyiséget és nincs bennük semmi olyan, amit saját Én-ként lehet felfogni.

Buddha hasonlata szerint a *náma-rúpa* olyan, mint egy kocsi. Bár a kerekek, tengelyek és egyéb alkatrészek összességét nevezzük kocsinak, de sem a kerekek valamelyikére, sem a tengelyek valamelyikére, sem pedig bármelyik más alkatrészre nem mondhatjuk, hogy az maga a kocsi, de még azt sem, hogy az a kocsi legbelső lényege, „önvalója”.

Ehhez hasonlóan, az öt *khandhából* összetett *náma-rúpa* képződményt nevezzük személyiségnek, összetevődését születésnek, felbomlását pedig halálnak, de a személyiség egyetlen alkotórészére sem mondhatjuk, hogy az maga a személyiség, de még azt sem, hogy az a személyiség legbelső lényege, „önvalója”.

A létezés legnagyobb paradoxonja talán éppen az, hogy voltaképpen nincs senki, aki cselekszik, nincs senki, aki a gyümölcsöt learatja, de azért a *karma* törvénye, mindezek ellenére, mégis működik. Ezért kell a megszabadulás érdekében megtalálni az Arany Középutat, ami azt jelenti, hogy nem tapadunk a léthez, de nem is utáljuk azt, s éppen ezen attitűd beállítását célozza a megértés három világi formája, amelyek a következők:

- 1) A tudott tökéletes megértése, ami azt jelenti, hogy a jelenségeket elemi összetevőkre (*dhammákra*) bontjuk és tudatosítjuk azok összetett jellegét.
- 2) A szemügyre vételezés tökéletes megértése, amelynél tudatosítjuk a jelenség és összetevőik három jellegzetességét (*trilakkhaná*), vagyis azok jellemzőit:
 - a múlandóságot (*aniccsa*);
 - a szenvedést (*dukkha*);
 - az Én-nélküliséget (*anattá*), vagyis:
 - * annak megértését, hogy a szemügyre vett jelenségről, vagy annak összetevőinek (az őselemek, az érzékek, a mentális képződmények stb.) egyikéről sem lehet állítani, hogy „azonos velem”, vagy „én annak része vagyok”, esetleg „független vagyok tőle”, vagy „az enyém” stb.
 - * és annak megértését, hogy a külvilággént tapasztalt jelenségek esetében az ÉN és a MÁS kettősége úgy mutatkozik, hogy ami az ÉN vonatkozásában az ÉN-nélküliség (*anattá*), annak megfelel a MÁS vonatkozásában az Üresség (*szunnyatá*) vagyis a világ lényegileg üres, mert nincs benne sem személyiség, sem személyiséghez tartozó, sem attól különböző.
- 3) Az elhagyás tökéletes megértése, amelyben felszámolódik a megismert tárgy iránti vágy, ellenszenv, vagy egyéb indulat. Ennek érdekében a *Viszuddhimagga* szerint elhagyandó az állandóság feltételezése a dolgokban, az

öröm beleérzése az öt személyiség összetevőbe, az EGO létezésének feltételezése, a jelenségek élvezete, a mohóság, a tudattartalmak folytonos létrehozása, valamint a jelenségek megragadása és az azokhoz való tapadás.

A megértés megtisztítása érdekében a *Viszuddhimagga* azt a módszert javasolja, hogy higgadtan és érzelemmentesen vegyük szemügyre és tudatosítsuk a tudatban felmerülő tudattartalmak, pl. emlékek, vágyak, gondolatok, indulatok stb. pillanatonkénti keletkezését és eltűnését. Ezt követően a belátó megértés ezen tudatformáját is a belátó megértés tárgyává tesszük és azt is úgy kezeljük, mint összetett képződményt, vagyis tudatosítjuk annak három jellegzetességét (*trilakkhaná*). A tudatosítást azután ismét szemügyre vehetjük és megpróbálhatjuk a tudatformák ilyen „egymásba skatulyázását”, vagyis a tudatosítás tudatosításának tudatosítását lépésről lépésre tovább bővíteni.

2) MEGSZABADULÁS A KÉTSÉGEKTŐL (KANKHÁ-VITARANNA VISZUDDHI)

A kétségektől mentes bölcsesség az, amely a *náma-rúpa* keletkezési feltételeinek megértéséből ered, és mentes az olyan kérdések felvetésétől, mint pl. „léteztem-e a múltban?”, „létezni fogok-e a jövőben?”, „létezem-e most?”, „mi voltam?”, „mi vagyok?”, „mi leszek?” stb. Összesen tizenhat ilyen, és ehhez hasonló értelmetlen kérdés van, amelyekkel való foglalkozás nem visz előbbre, mert mögötte a személyiségbe vetett hit áll.

A kétségektől mentesség egyúttal a Tíz Bilincs (*szamjódzsana*) közül az első három széttörését jelenti. Ha ez sikerül, az már a „folyamba lépett” szint elérése és legfeljebb hét további újraszületést követően számítani lehet a megszabadulásra.

A kétségektől mentes tudás alapján világossá válik, hogy a képződmények nem lények, hogy képződmények szemlélnek képződményeket és ezek három jellegzetessége (*trilakkhaná*) a múlandóság (*aniccsa*), a szenvedés (*dukkha*) és az Én- nélküliség (*anattá*). A kétségektől mentes tudás egyúttal a *karma* működésének megértését jelenti a függő keletkezésen keresztül, vagyis azt, hogy bár *karmikus* következményként a hat anyagi létsík (Pokol világok, Bolyongó szellemek világa, Állatok világa, Emberi létforma, Titánok mennyei világa és az Istenek világa) bármelyike elérhető, de mindegyik anyagi létsíktól, még a legkellemesebbnek tűnőtől is, meg kell szabadulni.

3) AZ ÚT ÉS NEM-ÚT MEGKÜLÖNBÖZTETÉSÉNEK TISZTASÁGA (MAGGÁMAGGA NYÁNADASSZANA VISZUDDHI)

Az út és nem-út megkülönböztetése, vagyis a helyes és helytelen út intuitív felismerése és metafizikai tisztánlátása a belátó megértés (*vipasszaná*) értelmi tisztasága által lehetséges. Ez voltaképpen annak mélyebb belátását jelenti, hogy az öt személyiség összetevő (*khandha*) függő módon keletkezik, három negatív jellegzetessége (*trilakkhaná*) van és szükségszerű sorsa a felbomlás és pusztulás.

Jelenti továbbá annak belátását, hogy a *vipasszaná* gyakorlatok mellékhatásaként fellépő pozitív képességek — főleg a hozzájuk való kötődési hajlam miatt — végső soron visszahúzó tökéletlenségeknek bizonyulhatnak és ezért nem tévesztendőek össze az ÚT-tal. A pozitív képességek közé tartozik a szellemi világosság, a tudás, az elragadtatott átlelkésültség, a rendíthetlenség, az öröm, a hit és eltökéltség, az energikusság, az éberség és önbizalom, a felülemelkedettség valamint a belátó megértés iránti vágy és kötődés.

Az ÚT és NEMÚT megkülönböztetése érdekében felszámolandó a négy tudati rongáltság (*ászava*), nevezetesen a hamis tudásból eredő tudati rongáltság (*avidzsászava*), a tudattartalmak szüntelen létesülésének rongáltsága (*bhavászava*), az érzéki vágy (*kámászava*) és a nézetek rongáltsága (*ditthászava*).

Ebben az értelmezésben az érzéki vágy (*kámászava*) négy féle típusú vágy gyűjtőfogalmát jelenti, s egyaránt érzéki vágnak tekintendő a létezési vágy, a megsemmisülési vágy, az érzéki örömök iránti vágy és a gyűlölet, vagyis a negatív vágy.

Az út és nem-út megkülönböztetése érdekében a *Viszuddhimagga* szerint elhagyandó a nyolc világi állapot, vagyis a nyereség és veszteség, a hírnév és kegyvesztettség, az öröm és szenvedés, valamint a dicséret és szidalom érzése, és az ezektől való függés. Elhagyandó továbbá a négy kötődés, vagyis a sóvárgás, a rosszindulat, a szabályokhoz, előírásokhoz és rituálékhoz való ragaszkodás, valamint az egyedüli igazság állítása.

Az út és nem-út megkülönböztetése érdekében gyakorlandó módszerek a *Viszuddhimagga* ajánlása szerint a következők:

- 1) Az egység és sokféleség módszere, vagyis annak felismerése és tudatosítása, hogy sem az egység, sem pedig a sokféleség nem valóságos, hanem mind a kettő feltételektől függő és ezért nincs abszolút érvényük.
- 2) Az érdektelenség módszere, vagyis annak felismerése és tudatosítása, hogy a tudattartalmak nem befolyásolhatók, de ha új tudattartalmak nem merülnek fel, a meglévők maguktól lecsengenek.
- 3) Az elkerülhetetlen szükségszerűség módszere, vagyis annak felismerése és tudatosítása, hogy a gyümölcs, vagyis a megvilágosodás magától bekövetkezik. Ez azt jelenti, hogy meditációval nem lehet megvilágosodni, csak a kedvező feltételeket lehet megteremteni hozzá. Hasonlóan, mint ahogy nem

lehet elaludni akkor, ha erőlködünk, hogy elaludjunk, de ha az erőlködés megszűnik és a feltételek adottak, az elalvás magától bekövetkezik.

4) AZ ELŐREHALADOTT TUDÁS TISZTASÁGA (PATIPADÁ NYÁNADASSZANA VISZUDDHI)

A szellemi fejlődés e szakaszában gyakorolni kell a Nyolc Kontemplációt:

- 1) az öt személyiség összetevő szemlélése, amint azok szüntelenül létesülnek és elenyésznek;
- 2) az öt személyiség összetevő szemlélése az elenyészésre összpontosítva;
- 3) a rémület ébersége, amelynek során az összetett jelenségeket (*khandha*), ezek összetevőit (*dhamma*) és feltételeit (*nimitta*) hármas tulajdonságuk (*trilakkhaná*) alapján rémisztő és borzalmas jelenségek létesüléseként és fennállásaként vesszük szemügyre;
- 4) a nyomorúság szemlélése, amelynek során kontempláció tárgyává tesszük, hogy a létezés, a születés, a keletkezés, az öregség, a betegség, a halál, a szomorúság és a kétségbeesés, vagyis a létezésbe bevívó és ott benntartó minden tényező voltaképpen nyomorúság, ezek hiánya pedig boldogság;
- 5) az elfordulás és szenvtelenség gyakorlása, amelyben a fentebbi rémületkeltő és nyomorúság jellegű tényezőktől való elfordulás a kontempláció tárgya;
- 6) a szabadulási vágy kifejtése, amelynek során a fentebbi kontemplációk következményeként a tanítvány nem kötődik többé a létformákhoz, azoktól elfordul és felébred a kívánság a végleges szabadulás iránt;
- 7) kontempláció, azaz fogalmi gondolkodás jellegű elmélkedés a létösszetevők három jellegzetességéről (*trilakkhaná*) és az ürességről;
- 8) a képződményekre vonatkozó felülemelkedett egykedvűség gyakorlása, miután a tanítvány megértette a létösszetevőket és felszámolta a kötődést, teljes egykedvűséggel szemléli az összes képződményt, és nem merül fel többé az Én és Enyém fogalma.

A Nyolc Kontempláció gyümölcse az igazsággal összhangban lévő tudás. Ez azt jelenti, hogy a tanítvány minden képződmény iránti felülemelkedett egykedvűségben, rendíthetetlen hitben, energiában, éberségben, koncentrációban és bölcsességben végig járhatja a teljes megvilágosodáshoz vezető harminchét tényezőt. Ennek során fokozatosan eltűnnek a dhammák és helyette megjelenik az üresség és vágy nélkülség.

A harminchét tényező:

1—4) Az éberség négy megalapozása (*szatipatthána*).

5—8) A négy erőfeszítés (*szammá padhána*), vagyis a tudatban fel nem merült negatív tényezők felmerülésének megakadályozása, a felmerültek

kiküszöbölése, a pozitív tényezők életre hívása és a felmerül pozitív tényezők fenntartása és erősítése.

- 9—12) a négy szellemi hatalom (*iddhi páda*), azaz a törekvés, az energikus-ság, a tiszta tudatosság és a tudásvágy tökéletes kifejtése;
- 13—17) az öt szellemi képesség (*indrija*), vagyis a hit, az energia, az éberség, a koncentráció és a bölcsesség tökéletes kifejtése;
- 18—22) az öt szellemi képességből eredő öt szellemi hatalom megszerzése;
- 23—29) a hét megvilágosodási tényező (*boddzshanga*), vagyis az éberség, tanulás, energikus-ság, átlelkedés, rendíthetlenség, koncentrált-ság és felülemelkedettség megvalósítása;
- 30—37) a Nemes Nyolcas Ösvény (*arija atthangika magga*) tökéletes végigjárása.

Az előrehaladott tudás tisztasága következtében a tanítvány előtt felmerül a szabadulás három lehetősége, az ún. három kapu:

- 1) a jel nélkülség általi szabadulás (*animitta vimokkha*);
- 2) a vágymentesség általi szabadulás (*appanihita vimokkha*);
- 3) az üresség általi szabadulás (*szunnyata vimokkha*), ami voltaképpen három kapu, amelyek valamelyikén be lehet lépni a *Nibbánába*, de a *Nibbána* már mind a három tulajdonságot hordozza.

A három kapuhoz vezető három kontemplációs tárgy a következő:

- 1) a múlandóság (*aniccsa*);
- 2) a szenvedés (*dukkha*);
- 3) az EGO nélkülség (*anattá*).

A három kontempláció segítségével megszerezhető a három kapuhoz vezető képesség, nevezetesen:

- 1) a hit (*szaddhá*);
- 2) a koncentrált-ság (*szamatha*);
- 3) a megértés (*vipasszaná*).

A hit teszi lehetővé a jelnélkülség (*animittá*) tudásának a megjelenését, vagyis annak a felismerését, hogy a teremtett világban tapasztalható dolgok (vagyis a tudattartalmak) nem rendelkeznek maradandó jellegzetességekkel, nincsenek attribútumaik.

A koncentráció útján jön létre a vágynélkülség (*virága*).

A belátó megértés alapozza meg az üresség (*szunnyatá*) tudását és tapasztalását.

A jelnélkülség, a vágytalanság és az üresség alkotja azt a három kaput, amely a szabadulás ösvényére vezet. Aki ezen az ösvényen halad, annak a neve: nemes tanítvány, vagyis *arija puggala*. A három »kapu« szempontjából az *arija* hétféle lehet:

- 1) hit által haladó;
- 2) hit által megszabadult;

- 3) »test-tanú«, aki a szenvedés kontemplálása segítségével a vágynélküliség útján halad;
- 4) az, aki mindkét fentebbi módon megszabadult;
- 5) »Tan-követő«, aki az én-nélküliség kontemplálásán keresztül az üresség megértését valósítja meg;
- 6) »látáshoz jutott« az, aki a fenti tudást elérte;
- 7) »bölcsség által megszabadult« az, aki a belátó megértés útján jutott el a teljes megszabadulásig.

5) A BELÁTÁS ÉS MEGÉRTÉS VILÁGFELETTI SZINTŰ MEGTISZTÍTÁSA (NYÁNADASSZANA VISZUDDHI)

A belátás és megértés világfeletti tisztasága a Világfeletti Ösvényen (*magga nyána*) haladó Nemes Tanítvány (*arija puggala*) képessége. A *Viszuddhimagga* szerint a Nemes Tanítvány négyféle lehet attól függően, hogy meddig jutott el a Tíz Bilincs (*szamjódzsana*) felszámolásában:

- 1) A „folyamba lépett” (*szótápanna*) az a Nemes Tanítvány, aki az első három bilincset, vagyis az önlétezés elképzelést, a kétséget és a szabályokhoz való kötődést felszámolta. Az ilyen tanítvány legfeljebb még hétszer fog visszatérni a durva anyagi létsíkra, mivel már elindult a „túlsó part” felé, vagyis „belépett a folyamba”.
- 2) Az „egyszer visszatérő” (*szakadágámi*) az a Nemes Tanítvány, aki már a negyedik és ötödik bilincset, vagyis az érzéki vágyak és a rosszindulat bilincset is meglazította, bár azokat még nem tudta teljesen felszámolni. Az ilyen tanítvány legfeljebb még egyetlen alkalommal fog visszatérni a durva anyagi létsíkra.
- 3) A „vissza nem térő” (*anágámi*) az a Nemes Tanítvány, aki az első öt bilincset teljesen felszámolta. Az ilyen tanítvány már nem tér vissza a durva anyagi létsíkra, hanem a szellemi útját magasabb létformában fejezi be.
- 4) Az „életében megszabadult” (*arahat*), vagy „Megvilágosodott Szent” az a Nemes Tanítvány, aki mind a tíz bilincset teljesen felszámolta és a durva anyagi létsíkról való távozásakor közvetlenül a *Nibbánába* lép.

Mind a négyféle Nemes Tanítvány birtokolja a Beérett Tudást (*gotrabhu nyána*) és az Ösvény Öntudatát (*magga csitta*), vagyis világosan látja, hogy hová vezet az út. Az Ösvény Öntudat alapján jön létre a Gyümölcsözési Tudat (*phala csitta*), amelynek fokozatos felerősítése vezet az ismételt *vipasszaná* gyakorlatok segítségével a Négy Nemes Igazság teljes megértésén keresztül a szabaduláshoz.

Itt már nem lehet törekedni, csak türelmesen várni, hogy kedvező feltételek esetén a gyümölcs, vagyis a megvilágosodás és megszabadulás előbb-utóbb magától bekövetkezik.

Ezt az egész folyamatot a fő megvilágosodási tényező az ún. megvilágosodási tudat (*bóddhi csitta*), mint a tudatba ültetett mag vezetni végig, ez kezdettől fogva jelen van, és fokozatosan erősödik.



MAHÁJÁNA

Mint már említettük, a *Vészáliban* Kr. e. 380. körül megtartott II. *buddhista* zsinaton a *szangha* vagyis a *buddhista* közösség kettévált *mahászángika* (reformista többségi) és *théraváda* (az „öregek” tanítását követő konzervatív) irányzatra. A *mahászángika* irányzat később felvette a *mahájána* elnevezést, aminek szószerinti jelentése lehet „Nagy Jármű”, vagy „Széles Út” attól függően, hogy a szavak lehetséges szótári jelentései közül melyiket választjuk. A kifejezés szimbolikus értelme pedig az, hogy ezt a szellemi utat többen követik, mivel a Zsinaton is ők voltak többségben. Jelenti továbbá azt, hogy ez a tanítás több emberhez szól, mivel nem csupán szűk létszámú szellemi elit számára teszi lehetővé a megszabadulást, hanem a széles tömegek számára is. Jelenti azt is, hogy ez a tanítás nagyobb terjedelmű és azt is, hogy egyúttal magasabb minőségi szintet képvisel, mint a kisebbségben maradt *hínajána* irányzat tanítása.

Bár a *szangha* formális kettéválása már Kr. e. a IV. században lezajlott, a két „frakció” hosszú ideig még továbbra is együtt élt. A teljesen elkülönült első önálló *mahájána* rendek csak Kr. u. a II. század folyamán alakultak meg Északnyugat Indiában, vagyis abban az időben, amikor ez a terület felváltva görög, pártus és szkíta megszállás alatt állott.

Ami a *mahájána* bölcsélet lényegét illeti, ez elfogadja a Páli Kánont, vagy legalább a *szútrákat*. Felfogásuk szerint azonban *Buddha* nem hirdette ki nyilvánosan a teljes tanítást, mivel a Tan ezoterikus részét csak legbeavatottabb tanítványainak adta tovább.

A *mahájána* kánon emiatt bővebb, mint a Páli Kánon. A *mahájána* kiegészítő *szútrái* pedig hasonlóan viszonyulnak a Páli Kánonhoz, mint ahogy a Keresztény Bibliában az Újszövetségi rész viszonyul az Ószövetséghez. Előbbi nem tagadja az utóbbit, hanem kiegészíti és új megvilágításba helyezi am azt.

A *mahájána* kánon legfontosabb alapműveinek szanszkrit gyűjtő megnevezése: „Kilenc *Dharma*”, illetve „Terjedelmes Tanszöveg”, szanszkritul: *Vaipulja Szútra*, illetve *Dharmaparyája*. Ezt a kilenc részből álló szöveggyűjteményt Kr.e. a II. és Kr. u. a II. századok közötti időben állítottak össze különböző — részben ismeretlen — szerzők műveiből. Az egyes szövegek a következők:

- 1) *Astaszáhaszriká Pradnyáparamitá*, vagyis „Nyolcezer Versszak a Bölcsesség Tökéletességéről”.
- 2) *Ganda Vjúha*, vagyis „Virágfüzér”, amely a *Buddha-Avatamszaka szútra* önálló része és *Buddha Sravasztiban* tartott beszédét tartalmazza. A cím így is értelmezhető: „A Koponyadudor Megjelenése”. Ez arra utal, hogy *Buddhát* gyakran ábrázolják a fején dudorral, amely a megvilágosodottságot szimbolizálja a *mahájána* ikonográfiában.

- 3) *Dasabhúmísvara*, vagyis a „Tíz Isteni Birodalom”, amely ugyancsak a *Buddha-Avatamszaka szútra* önálló része és a *Bódhiszattvák* életútjának tíz szakaszáról szól.
- 4) *Szamádhi Rádzsa*, vagyis „Királyi Meditáció”, amelynek tárgyát az ezoterikus meditációs módszerek képezik.
- 5) *Lankávatára*, vagyis „Szigetre Lépés”, amelyben *Buddha* Sri Lanka (Ceylon) szigetére érkezik és itt a belső megvilágosodásról szóló tanítást fejti ki a beavatottaknak.
- 6) *Szaddharma Pundarika*, vagyis „Lótusz Szútra”, illetve „A Jó törvény Lótusza”, amelyben *Buddha* a titkos tanítást tanítja a *Buddha* jelöltek, azaz *Bódhiszattvák* seregének és tanítványának, *Sáriputrának*, aki nem értette meg a *mahájána* mondanivalóját és görcsösen ragaszkodott a *hínajána* tanításhoz.
- 7) *Tathágata Guhjaka*, vagyis a „Mester Titkos Tanítása”. *Buddha* gyakran nevezte magát így: *Tathágata*, ami az Én-telenségre utal és egyik lehetséges jelentése „aki így jön és megy”.
- 8) *Lalita Visztara*, vagyis „Tettek Részletesen”. Ez *Buddha* élettörténetét ismerteti. Szerzője feltehetően a *szarváasztiváda* irányzathoz tartozhatott.
- 9) *Szuvarna Prabhásza*, jelentése: „Arany Ragyogás”. Ismeretlen szerző műve *Buddha* titkos tanításairól.

Ezekon kívül még számos egyéb mű tartozik a *mahájána* irodalomhoz.

A „Kilenc *Dharma*” szöveggyűjteményből a legismertebb és legolvasottabb mű a *Lótusz Szútra*, amely a *mahájána buddhizmus* minden lényeges tanítását érinti.

A *mahájána* legfontosabb elvi eltérése a *hínajánától* a megszabadulással kapcsolatos. A *mahájána* szerint, ha valaki elérte azt a szellemi megvilágosodottsági szintet, hogy képes lehet kilépni a létforgatagból, önző dolog, ha ezt meg is teszi. Ez esetben ugyanis az illető boldogan élvezi a *nirvána* békéjét és nyugalomát, miközben a többi lény továbbra is keservesen szenved a létforgatagban. Erkölcösebb magatartás ezért az, ha ilyen esetben a megvilágosodott továbbra is önként benne marad a létforgatagban, abból a célból, hogy megvilágosodott tudata és az ezzel járó különleges képességei birtokában segíteni próbáljon a létforgatagban szenvedő többi szerencsétlen lényen.

A rendekben ezért a jelöltek a belépéskor ún. *Bódhiszattva* fogadalmat tesznek, vagyis megfogadják, hogy a *Bódhiszattva* szint elérésekor továbbra is benne maradnak a létforgatagban, minden lehetséges módon segítve a szenvedő lényeket, s addig a *nirvánába* el nem távoznak, amíg meg nem győződnek arról, hogy most már a világban szenvedő valamennyi lény képes a saját erejéből elérni a megszabadulást. Olyan ez, mint amikor az úszóester mindent megtesz azért, hogy a tanítványai megtanuljanak úszni, és nem megy haza addig az uszodából,

amíg ez nem sikerül, de azért úszni nem úszhat helyettük. A cél érdekében a tanítványoknak is meg kell tenni minden szükséges erőfeszítést.

A *mahájána* hagyomány szerint *Sáksamuni Buddha* öt szakaszban adta tovább a tanítványoknak a teljes tanítást:

- 1) a Benáreszi Beszédben és azt követően a teljes igazságot hirdette, ezt azonban a tanítványok nem tudták még akkor befogadni;
- 2) a Négy Nemes Igazság és a Nemes Nyolcas Ösvény volt a tanítás tárgya;
- 3) a *Bódhiszattva* ideált tanította az előrehaladottabb tudású tanítványoknak;
- 4) a dolgok üresség természete és a dolgok végső lényegisége volt a tanítás tárgya;
- 5) a tökéletes igazságot tanította meg a beavatottaknak, amit a Lótusz *Szútra* foglal össze.

A *mahájána* szerint a két legfontosabb erény a szeretet (*maitrí*) és a könyörület (*karuná*), mert ezek alapozzák meg a *Bódhiszattva* önfeláldozó és segítőkész magatartását a szenvedő lényekkel szemben. A *mahájána* azt tanítja, hogy mindenben benne rejlik a potenciális *Buddha* természet és ezt az állapotot előbb-utóbb mindenki el is fogja érni. A *mahájána* azt is tanítja, hogy a jövőben meg fog jelenni egy újabb nagy világtanító, akinek neve: *Maitréja Buddha*, vagyis a Szeretet *Buddhája*.

Ami a gyakorlati praxist illeti, a *mahájána* enyhítette a szigorú szerzetesi szabályokat, visszahozta a vallási rítusokat és lehetővé tette, hogy az ember istenségekhez fohászkodjon, akik iránt odaadó szeretetet érezhet. A *mahájána* egyúttal az elitizmus tagadása és nyitás a szélesebb néptömegek felé. A *mahájána* ugyanis nem az elvonultan élő magányos, vagy szerzetesi közösségekben elkülönült aszkéta szellemi útja, hanem az emberi közösségben benne élő, ott aktívan tevékenykedő és mások iránt önfeláldozóan segítőkész emberé.

A *mahájána* filozófiai háttérét a *mádhjamika* és a *jógácsára* bölcsesletekben dolgozták ki, s később a két bölcséleti irányzatot sikerült szintetikus egységbe foglalni.

A BÓDHISZATTVA ESZMÉNY

Mint tudjuk, a *théraváda* szerint a szabadulás három úton lehetséges. Az egyik a magányos remeteként, vagy a világtól elzárt szerzetesi közösségben törekvő Nemes Tanítvány (*arija puggala*) útja, aki szó szerint igyekszik követni a nagy Tanítómester, azaz *Sákjamuni Buddha* tanítását. A másik út a *pratjéka/paccséka buddháké*, akik képesek ugyan a saját erejükből kifejleszteni a megszabadító tudást és el is távoznak a létforgatagból, nem képesek azonban ezt a tudást másoknak tovább adni. A harmadik út a *bódhiszattva-buddha* útja, aki arra is képes, hogy mások számára utat mutasson a szabaduláshoz. Ezen az úton járt maga *Sákjamuni Buddha* és ezt az utat tekinti a *théraváda* is a *buddhák* útjának, azonban azt tartják, hogy tökéletesen megvilágosodott igazi *buddha* csak nagyon ritkán, több ezer évenként jelenik meg a világban, és szerencsésnek mondhatja magát az, aki olyan korszakban él, hogy találkozhat ilyen *buddhával*.

A *mahájána* tanítása szerint is három út (*trijána*) létezik, ezek azonban volta-képpen az egyetlen út (*ékajána*) három szakaszát képezik. A három út, vagy inkább három szakasz:

- 1) a tanítvány útja (*srávaka-jána*), aki mestere útmutatásait követve éri el a megszabadulást;
- 2) a *pratjéka-buddha* útja (*pratjéka-buddha-jána*), vagyis azé, aki saját erejéből éri el a megszabadító bölcsességet, de nem képes másokat tanítani és vezetni;
- 3) a *bódhiszattva* útja (*bódhiszattva-jána*), aki, bár képes lenne megszabadulni, megfogadja, hogy nem lép ki addig a létforgatagból, amíg meg nem győződik minden lény szabadulásáról.

Ennek megfelelően a *mahájána* rendekbe belépők általában *Bódhiszattva* fogadalmat (is) tesznek, amelyben arra kötelezik magukat, hogy kifejlesztik a *Bódhiszattva* úthoz szükséges erényeket és a saját szabadulásukat másodrendűnek tekintve a szenvedő lények megsegítésére áldozzák önmagukat.

A *mahájána* tanítása szerint a *Bódhiszattva* jelölt tíz fokozaton keresztül jut el a célig, ez pedig az ún. Tíz Birodalom, szanszkritul *Bódhiszattva-Bhúmi*.

Az Első Birodalom az Öröm Birodalma (*Pramuditá Bhúmi*), amelyben a jelölt sikeresen kifejleszti a megvilágosodásra irányuló tudatot (*bodhicsitta*) és felismeri az Én-személyiség és a tapasztalható jelenségek üresség természetét.

A Második Birodalom a Tisztaság Birodalma (*Vimala Bhúmi*), amelyben a jelölt tökéletesíti az erkölcsöt és az önfegyelmet.

A Harmadik Birodalom a Ragyogás Birodalma (*Prabhákári Bhúmi*), amelyben a jelölt felszámolja a vágy, a rosszindulat és a hamis tudat gyökereit, kifejleszti a türelem erényét és a hat felsőbb tudás (*abhinnyá*) közül az első öt birtokába jut. Ezek pedig: a pszichikai erők ismerete, a múltbeli életek ismerete, isteni hallás, mások tudatának áthatása, isteni látás.

A Negyedik Birodalom a Lángolás Birodalma (*Arcsismatí Bhúmi*), amelyben a jelölt elégeti a hamis tudat maradványait és kifejleszti a hősies törekvés (*virja*) képességét.

Az Ötödik Birodalom a Nehezen Meghódítható Birodalom (*Szudurdzsajá Bhúmi*), amelyben a jelölt megszabadul a még megmaradt kétségeitől és teljes mélységében megéri a szenvedés (*duhkha*) igazságát.

A Hatodik Birodalom a Bölcsesség Birodalma (*Abhimukhi Bhúmi*), amelyben a jelölt tökéletesen megéri a Független Keletkezés láncolatát és a jelenségek üresség természetét.

A Hetedik Birodalom a Továbbhaladás Terjedelmes Birodalma (*Dúrangamá Bhúmi*), amelyben a jelölt kifejleszti azokat a képességeket, amelyek birtokában a lényeket a megszabadulás felé lehet vezetni, és ennek érdekében képes lehet különböző alakokban és létformákban megjelenni.

A Nyolcadik Birodalom a Megingathatatlan Birodalma (*Acsalá Bhúmi*), amelyben a jelölt tökéletes szellemi kiegyensúlyozottságát többé már semmi nem tudja megzavarni.

A Kilencedik Birodalom a Jámborság Birodalma (*Szádhumatí Bhúmi*), amelyben a jelölt a hatodik felsőbb tudás, vagyis a világlefetti tudás birtokába jut, s ezzel megszerzi a mágikus formulák ismeretét is.

A Tizedik Birodalom a Beavatás Birodalma (*Abhiszékha Bhúmi*), amelyben a jelölt megkapja a teljes beavatást. Most már képes gyakorolni mind a tíz *Bódhiszattva* erényt illetve tökéletességet és a segítőkészségét ki tudja terjeszteni minden szenvedő lényre.

A *Bódhiszattva* Tíz Tökéletessége (*Páramitá*) az adakozás, erény, lemondás, bölcsesség, energikusság, türelem, igazságosság, rendíthetlenség, szeretet és a felül-emelkedettség.

A *mahájána* tanítása szerint a földi *Bódhiszattvák* mellett vannak égi *Bódhiszattvák* is, akik a materiális világot már feladták ugyan, de a világban élők megsegítése érdekében mégsem lépnek ki a létforgatagból. Ezekből sok van, és fohászolni lehet hozzájuk. Az égi *Bódhiszattvák* általában a *Tusita* Mennyben tartózkodnak. Itt tartózkodik a jövő világekorszak *Buddhája*, vagyis *Maitréja Bódhiszattva* is, valamint a Bölcsesség *Bódhiszattvája*, akinek neve *Mandzsusrí*.

A *Bódhiszattva* ideál egyik megtestesülése a *mahájána buddhizmusban Avalokitésvara*, akit ezer fejjel és ezer kézzel ábrázolnak, s mindegyik tenyerében egy-egy szem van, hogy minden szenvedést észrevegyen, és mindenkin segíteni tudjon. *Avalokitésvara* neve már a Lótusz *Szútrában* is szerepel. Nevének jelentése: „Úr, aki könnyörülettel lenéz”.

A *Bódhiszattvákat* gyakran lótuuszvirág kelyhében ülve ábrázolják. A lótuusz ugyanis a *buddhizmus* egyik fontos szimbóluma, mivel a lótuusz, bár a szennyes mocsárból emelkedik ki, mégis tökéletesen tiszta marad.

MÁDHJAMIKA

A *mahájána* szellemiségű *mádhjamika* bölcelet alapelveit *Nagardzsúna* dolgozta ki Kr. u. 200 körül. Fő művei a *Mádhjamika-Káriká* és a *Mádhjamika-Sásztra*. A *mádhjamika* egyes gondolatainak megfogalmazása azonban már a *Mahájána-Szútrában* is megtalálható.

A *mádhjamika* bölcelet lényege az üresség tan (*súnja-váda*), amely szerint minden csak üresség (*súnjátá*) és olyanság (*tathatá*).

A *mádhjamika* szó jelentése: Középső Út, vagyis az a keskeny ösvény, amely a szélsőségek között vezet a megszabadító bölcsesség felé. A *mádhjamika* többféle szélsőséget ismer, amelyek között minden egyes szélsőség pár esetén meg kell találni a Középső Utat. Ilyen szélsőség párok pl. az askétizmus és a hedonizmus, a szubsztanciaizmus (*sásvata-váda*) és a materialista nihilizmus (*uccshéda-váda*), a dualizmus (pl. *számkhja*) és a monizmus (pl. *védánta*) stb.

A *mádhjamika* fő filozófiai problémája az, amit már a *Pradnyá-Páramitá-Szútra* is világosan megfogalmazott, nevezetesen, hogy a tökéletes bölcsesség lényege a bölcsesség és a könnyörületesség egyesítése, vagyis annak felismerése, hogy bár a tapasztalható világ nem valóságos, mivel a jelenségek üresek, de mégis szükség van könnyörületességre.

A *mádhjamika* spekulatív bölcelet, amely főleg logikai következtetésekre épít és kevésbé a meditatív tapasztalásra. A *mádhjamika* szerint kétféle igazság létezik. Az egyik az alacsonyabb köznapi igazság, amelynek nézőpontjából a világ realitás. A másik pedig a magasabb igazság, amelynek nézőpontjából a dolgoknak nincs önálló létük, mivel csak viszonylagosságok formájában léteznek. Ilyen viszonylagosságok pl. a Nyugat és a Kelet, az apa és a fia stb. Fel kell azonban ismerni, hogy ami nem Kelet, az még nem biztos, hogy Nyugat, mert az lehet pl. Közép is. Azonban a Közép fogalma is csak viszonylagos, mivel ez azt feltételezi, hogy van Nyugat és van Kelet. *Nagardzsúna* ezzel voltaképpen megkérdőjelezi a kétállapotú logika érvényességét és megbízhatóságát és ezzel a *védikus nyája* bölcelet álláspontjához közelít.

Nagardzsúna a logikai következtetésekből négy alapvető logikai szerkezetet használ. Ezek közül három az ún. implikációra (ha **A**, akkor **B**) épül, a negyedik pedig az ún. *csatuskokita*, amely az európai orientalisztikai irodalomban általában tetralemma megnevezéssel szerepel.

A *Nagardzsúna*-féle első következtetési típus az ún. *modus ponens*, amelynek formális szerkezete a következő: „mivel **A**-ból következik **B** és mivel **A** igaz, ezért **B** is igaz”.

A második következtetési típus az ún. *modus tollens*, ennek formális szerkezete: „mivel **A**-ból következik **B** és mivel **B** nem igaz, ezért **A** sem igaz”.

A harmadik következtetési típus az ún. di-lemma, amely szerint: „mivel **A**-ból következik **B** és **A** tagadásából is következik **B**, tehát **B** mindenképpen igaz”.

A negyedik következtetési típus a fentebb említett ún. tetra-lemma, amely már *Buddha* beszédeiben is több helyen előfordul. Tipikusan tetralemma típusú következtetések találhatók pl. a *Brahmadzsála Szútra* szövegében. A tetralemmára *Nagardzsúna* többek között a következő példát hozza:

- 1) Megalapozatlan az állítás, hogy a *Tathágata* (vagyis *Buddha*) a *parinirvānába* (végteljes *nirvána*) távozása után továbbra is létezik.
- 2) Megalapozatlan az az állítás is, hogy a *Tathágata* többé nem létezik.
- 3) Megalapozatlan az is, hogy a *Tathágata* egyszerre létezik és nem létezik.
- 4) Megalapozatlan az is, hogy a *Tathágata* sem létezik, sem pedig nem létezik.

A „létezés” ugyanis térhez és időhöz kötött fogalom, márpedig a *nirvánában* ezek a kategóriák értelmüket veszítik.

A tetralemmát *Nagardzsúna* pedagógiai eszközként alkalmazta számos kijelentésre azért, hogy a tanítványokat rávezesse a doktrinális tételek támadhatóságára és az üresség megértésére.

Nagardzsúna pusztán spekulatív logikai úton levezette, hogy minden jelenség lényegében üres, léte feltételekhez kötött, s ezért nem állítható, hogy valóságosan létezik, az sem, hogy nem létezik, az sem, hogy egyszerre létezik is és nem is, és az sem, hogy sem létezik, sem pedig nem létezik.

Nagardzsúna szerint ugyanis minden megkülönböztető kettősség illúzió és ezért abszolút értelemben nem létezik élet, születés, halál, *nirvána*, *szamszára*, *dharma*, *karma*, lét és nemlét, ok és okozat, bűn és erény, jó és rossz, öröm és szenvedés, létforgatag és megszabadulás. Mindezek csupán illúziók és éppen abban áll a megszabadulás, hogy ezt felismerjük.

Az Üresség lényege pedig az, hogy mivel minden jelenség függő módon keletkezik, ezért nincs abszolút önléte, de az sem állítható, hogy nem létezik. Maga az Üresség nem más, mint Függő Keletkezés (*pratitja-szamutpáda*). Mivel azonban a jelenségeket alkotó lételemek (*dharmák*) maguk is függő módon keletkeznek, ezért azok is üresek.

Nagardzsúna szerint az üresség csak a szavakban kifejezhető dolgokra vonatkozik és nem a végső valóságra. A Függő Keletkezéssel kapcsolatos legfontosabb kulcskérdések éppen ezzel kapcsolatosak.

Az egyik ilyen kulcskérdés az identitás kérdése, vagyis az a paradoxon, hogy bár nem vagyok azonos régebbi önmagammal, de azért hasonlítok rá.

A másik kulcskérdés az állandóság és tartósság kérdése, vagyis, hogy bár az összetett jelenségeket alkotó lételemek állandóan cserélődnek, maga az összetett jelenség mégis a tartósság benyomását kelti.

A harmadik fontos kulcskérdés pedig a dolgok üresség természetének kérdése, vagyis, hogy ha a dolgok üresek, egyáltalán miért létezhetnek.

A *mádhjamika* bölcelet lényegében a *Pradnyá-Páramitá-Szútrában* szereplő üresség tan szisztematikus kifejtése formális logikai eszközökkel, s egyben a *Dignága* és *Dharmakirti* által később kidolgozott *buddhista* logika előfutára. A *mádhjamika* bölcelet fő célja pedig megmutatni és logikai módszerekkel igazolni azt, hogy a *Bódhiszattva* út járható, sőt, hogy ez az egyetlen igazán járható út.



JÓGÁCSÁRA

A *jógácsára* bölcelet a *mahájána* másik fő filozófiai megalapozása. Ezen irányzat alapelveit *Maitréjanátha* (kb. Kr. u. 270—350) fejtette ki több művében, mint amilyen pl. a *Jógácsárabhúmi Szútra* és a *Mahájána Szutrálankára*. A *Jógácsára* bölcelet fontos alapművei közé tartozik *Maitréjanátha* művein kívül a „Kilenc *Dharma*” szöveg gyűjteménybe tartozó *Szaddharma Pundaríka*, és *Lankávatára Szútra* is.

A *jógácsára* szó jelentése: haladás a tudat fegyelmzése, vagyis a *jóga* gyakorlása útján. A *jógácsára* bölceletben ugyanis a meditatív tapasztalás a fontos és nem a spekulatív logikai okoskodás.

A *jógácsára* bölceletet Kr. u. a IV. század folyamán továbbfejlesztette *Maitréjanátha* tanítványa, *Aszanga* és ennek öccse, *Vaszubandhu*. A hagyomány szerint *Aszanga* sokáig remeteként élt és kitartó meditációi során igyekezett megidézni *Maitréja Buddhát*, ez azonban soha nem sikerült. *Aszanga* végül feladta remeteségét, útnak indult és az úton egy szenvedő kutyán önfeláldozó módon segített. Erre a kutya átváltozott *Maitréja Buddhává*, *Aszangát* a *Tusita* mennybe vitte és ott adta át neki a tanítást.

A *jógácsára* bölcelet szerint az egyetlen, ami abszolút módon, ténylegesen létezik, maga a tudat. A *jógácsára* bölcelet más megnevezései ezért: *csittamátra* azaz „Csak Tudat”, illetve: *vidnyánáváda*, vagyis a „Tudat Tana”.

A *jógácsára* bölcelet szerint a „Csak Tudatnak” (*csittamátra*) két állapota lehetséges:

- 1) Az raktározó tudat állapot (*álajavidnyána*), amelyben jelen vannak a *dharma* és *karma* csírák és ezek olyan jelenségekben manifesztálódnak, amelyeket a tudat megkülönböztet és a szubjektív, valamint az objektív kategóriákba sorolja. A *jógácsára* bölcelet szerint a Függő Keletkezési láncolat elemei, az ún. *nidánák* is az *álajavidnyánából* hívják elő egymást.
- 2) A „Csak Tudat” másik lehetséges állapota a tiszta megvilágosult tudatállapot (*amalajavidnyána*), amiben már nincsenek csírák. Ez utóbbi azonos a mindenben eleve benne szunnyadó, lappangó, meg nem nyilvánult *Buddha* természettel (*tatháगतारब्हा*), amit úgy is neveznek, hogy megvilágosodás tudat (*bódhi csitta*). Ezt kell megtalálni önmagunkban a megszabadító bölcsesség tudás eléréséhez. Erre azonban a *jógácsára* tanítása szerint nem spekulatív elméletekkel, hanem inkább meditáció útján érdemes törekedni.

A *jógácsára* bölcelet szerint az a személyiség, amihez általában önmagunk azonosságát kötjük, csupán tudati képződmény és ezért nem maradandó, a tudatfolyamat azonban mégis szüntelenül létezik. Maga a Tudat *Aszanga* szerint azonos az öntudattal és három szintje lehetséges. Az első szint a képzelt dolgok világa, a második szint a függő módon keletkezett dolgok világa, a harmadik pedig

a végső realitás szintje, amely utóbbi megismerése azonos a megvilágosodással és csak a megszabadító bölcsesség birtokában lehetséges.

Dharmapála (kb. Kr. u. 530—561) ezt a gondolatmenetet vitte tovább, amikor a tudat négy aspektusát definiálta. Az első aspektus az objektívnek tekintett dolgokra való rátekintés. A második a szubjektív jelenségek tudatosítása. A harmadik önmagunk tudatosítása. A negyedik pedig annak tudatosítása, hogy az ember önmagát tudatosította.

Mivel csak a tudat (*csitta*) létezik, a tapasztalható dolgok nem valóságosak és csak a megismerés által kapnak létet. A világ pedig pusztán a *karmikus* csírák és a tudati szennyeződések (*klésák*) hatása alatt látszik objektívnek. A *jógácsára* bölcsélet a *klésák* fogalmát a *Patanydzsali* féle tradicionális *jóga* bölcséletből vette át.

Az öt tudati szennyeződés (*klésa*):

- 1) a hamis tudás (*avidjá*), vagyis valóság félreismerése és félremagyarázása;
- 2) a szubjektivitás (*aszmitá*), vagyis az Énség-érzet, ami nem más, mint az Ego uralma a Tudat felett;
- 3) a szenvedély (*rága*), vagyis a mohó sóvárgó vágyakozás az élvezetek és a dolgok birtoklása iránt;
- 4) az ellenszenv (*dvésá*), vagyis a gyűlölködés és rosszindulat minden és mindenki iránt, ami, vagy aki vágyaink beteljesülését akadályozza;
- 5) a ragaszkodás (*abhinivésá*), vagyis vonzalom és kötődés a tudat által produkált jelenségekhez.

Itt érdemes emlékeztetni arra, hogy a tradicionális *jóga* bölcséletben a tudat (*csitta*) maga is összetett képződmény, amelynek három komponense van, nevezetesen a *buddhi*, vagyis az értelem, továbbá a *manasz*, vagyis az elme, amelynek funkciója a cselekvő és érzékelő képességek működésének összehangolása és a tudattartalmak konstruálása, végül az *ahamkára*, vagyis az a mentális tényező, amelynek hatására a tudatban összeálló képződmény halmazatot tévesen önmagunkkal azonosítjuk.

A *jógácsára* bölcsélet szerint nemcsak a belső világunk tudati képződmény, hanem az is amit önmagunktól elkülönült külső objektív világként tapasztalunk. Ezzel kapcsolatban a *jógácsára* bölcséletben gyakran hivatkoznak Kr. u. az I. századból származó Rizspalánta (*Sálistamba*) *Szútrára*, amely szerint a jelenségeket létrehozó függő keletkezés két szinten folyik. Az egyik a belső szint, amely megteremti a dolgok képzetét, vagyis létezésének potencialitását, a másik pedig a külső szint, amelyben ezek a potencialitások manifeszt formában is megnyilvánulnak. A *jógácsára* itt két szintű teremtésről beszél és ezzel közeledni látszik az ugyancsak kétszintűként interpretálható *Védikus* teremtés elméletekhez.

A *jógácsára* tanítása szerint a megvilágosodott *buddha* tudat, illetve *buddha* csíra (*tathágata garba*) potenciálisan mindenki benn van és a megszabadító bölcsesség eléréséhez ezt kell megvalósítani. A cél elérése azonban csak a tudat megtisztításával lehetséges. A tudat megtisztításának módszerei a szemlélődés (*darsana*), a tudat elcsendesítése (*bháváná*) és az elmélyedés, vagy meditáció (*szamádhi*).

A meditáció módszerei a pusztá éberség, az összpontosítás, vagy a belátó megértés gyakorlása, de ide tartoznak az imaginatív meditációk is, amelyekben felidézünk egy ideát, vagy az azt megvalósító személyt és azonosulunk a hozzá tartozó tudat állapottal.

Az *Aszanga* által javasolt ilyen meditációs módszer pl. három szakaszból áll. Az első szakasz a szemlélődés útja (*darsana márga*), amelyben a figyelmet a tudattartalmakra irányítjuk és tudatosítjuk azok három jellegzetességét (*trilakkhaná*). A második szakasz az azonosulás útja (*bháváná márga*), amelyben valóságként éljük át a tudatban megjelenő, vagy szándékosan előidézett (imaginált) jelenséget. A harmadik szakasz a megszüntetés útja (*nistha márga*), amelyben széteszlatjuk a tudati jelenséget, s ezáltal érjük el a Tudat tiszta kiüresített állapotát.

A *mahájána* meditációs praxisban a meditációk gyakori tárgya a *Buddhák* Tiszta Földje, más néven a *Buddhák* lakóhelye (*Szukhávati Pariszuddha Ksétra*). A *hínajánától* eltérően ugyanis a *mahájána* felfogása szerint a *Buddha* nem pusztán olyan emberi lény, akinek a saját erejéből sikerült elérnie a megszabadulást, hanem az *Ős-buddhaság* manifesztálódása, földi megtestesülése.

Ezen tanítás szerint az *Ős-Buddha* (*Ádi Buddha*) meditációval hozza létre az ún. *Dhjáni Buddhák*at és ez utóbbiak földi megtestesülései az emberi testben létező *Buddhák*. Ennek megfelelően egy *Buddha* három testet birtokol. E három test (*trikája*) pedig a következő:

Az első test a halandó fizikai látszat test (*Nirmánakája*).

A második test a megvilágosodás test (*Szambhógakája*). Ennek lakóhelye a Tiszta Föld, amely pl. *Sáksamuni Buddha* esetében az ún. *Tusita* Mennyrszág.

A harmadik test a TAN-test (*Dharmakája*), amely a *Buddhák* ős-lényegisége, archetípusa, s lényegét tekintve azonos az őseredeti *Ádi Buddhával*.

Az imaginatív meditációk tárgyát képező *Dhjáni Buddhák* a megvilágosodástudat különféle aspektusait képviselik. Minden égtájhoz tartozik egy-egy Tiszta Föld (*Szukhávati*) és egy-egy *Dhjáni Buddha*. A *Mahájána* Panteonjában eredetileg négy *Dhjáni Buddha* volt, az ötödiket pedig később a *tantrikus buddhizmus* iktatta be a praxisba.

A *Dhjáni Buddhák* megnevezése és a hozzájuk tartozó égtájak a következők:

Amitábha Buddha, a Végtelen Fény és a Megkülönböztető Tudatosság *Buddhája*, égtája Nyugat.

Amógasziddhi Buddha, a Mindent Felölélő Bölcsesség *Buddhája*, égtája Észak.

Aksóbhja Buddha, a Nagy Tükör Bölcsesség *Buddhája*, égtája Kelet.

Ratnaszambhava Buddha, az Egység Bölcsességének *Buddhája*, égtája Dél.

A *tantrikus buddhizmusban* szerepel még egy ötödik *Dhjáni Buddha* is, nevezetesen *Vairócsana Buddha*, a Mindent Felölélő Tér Bölcsességének *Buddhája*, égtája a Centrum.



VADZSRAJÁNA

A *vadzsrájána* szó jelentése: Gyémánt Ösvény. Így nevezi magát a *buddhizmus tantrikus* irányzata, amely a *mahájánából* fejlődött ki Kr. u. a II. századtól kezdve. A *tantra* szó jelentései eszköz, szövet tétel, tantétel, tan, s jelenti azon módszerek, eszközök és tanítások rendszerét, amelyek segítségével a tapasztalható jelenségekkel kapcsolatos energiaáramlásokat befolyásolni lehet.

A *tantrikus buddhizmus* ezoterikus tanítása szerint minden tapasztalható jelenség egymással kölcsönösen összefügg, s ezért egyik a másikkal befolyásolható. A befolyásolás módja pedig a mágikus erők felhasználása, eszközei pedig a mágikus hatású szótag, vagy mondás (*mantra* illetve *dháraní*), a mágikus hatású ábra, vagy kép (*mandala* illetve *jantra*), az imaginatív meditáció (*bháváná*), a mágikus hatású testtartás (*mudra* illetve *ászana*), valamint az ezoterikus rítus és beavatás (*abhiséka*).

A *tantrikus buddhizmus* alapelve az, hogy a tudatban lévő negatív energiákat fordítsuk át pozitívvá és használjuk fel azokat a *Bódhiszattva* tökéletességek (*sziddhik*) kifejlesztéséhez és a megszabaduláshoz.

A *tantrikus buddhizmus* tanításának egyes tételei már megtalálhatók a *Mahá-Parinibbána-Szuttanta* szövegében is, amely a hagyomány szerint *Buddha* utolsó beszédét tartalmazza, és ebben felfedi a korábban ki nem hirdetett ezoterikus tanításokat is, de találhatók *tantrizmussal* kapcsolatos kijelentések a *Kilenc Dharma* szöveggyűjteményhez tartozó *Tathágata Guhjaka* szövegében is.

A hagyomány szerint a *buddhista* ezotériát *Vimalakirti* tanította *Sáriputrának*, aki a *hínajána* követője volt. E tanítás szerint a Tan Kerekét (*Dharma Csakra*) háromszor forgatták meg, s ezek eredményeként jött létre először a *hínajána*, majd a *mahájána*, végül a *vadzsrájána* tanítása.

A tanítást *Nálanda* foglalta rendszerbe Kr. u. a VII. században a *Mahá-Vajrócsana-Szútra* szövegében. Ennek tárgya *Mahávajrócsana*, más néven *Mahávira* meditációja, amelyben 160 féle tudatállapot tapasztalható, s ezek legmagasabb szintje a *Bódhicsitta*, vagyis a Megvilágosodás Tudat.

A *tantrikus buddhizmus* terjedésének fontos állomása volt a Kr. u. VIII. században kialakult *sziddha* mozgalom, amely a *sziddhik* (tökéletességek) elérését igyekezett megvalósítani a *bráhmínista jóga-tantrából* átvett módszerekkel

A *tantrikus buddhizmus* legismertebb irányzata a tibeti *buddhizmus*, amely a nyugati orientalista szakirodalomban gyakran lámaizmus néven szerepel. Tibetben a *buddhizmust* *Padmaszambhava* honosította meg a VIII. században, s megalapította annak ún. *Nyíngmapa* iskoláját. Neve ezt jelenti: „Lótuszban született”.

A *tantrikus* tanítást tovább fejlesztette a XI. században *Marpa*, majd ennek tanítványa, *Milarépa*, akit a *Kargyütpa* iskola szellemi alapítójaként tisztelnek.

A tibeti *buddhizmus* számos gondolatot és módszert vett át a tradicionális tibeti *bön* vallástól, sőt még a kínai taoizmusból is, és ezeket beépítette a saját rendszerébe.

A *vadzsrájána* talán legfontosabb kultikus személyisége *Avalokitésvara Bódhiszattva*, aki megvalósította a *pradnyápáramitát*, vagyis a bölcsesség és könyörületesség tökéletes egységét. Ez utóbbi a *tantrikus* tanítás szerint voltaképpen azonos a Megvilágosodás Tudattal, aminek neve: *Bódhicsitta*. Fontos szerepet kap a *vadzsrájána* kultuszában *Tára* istennő is, *Avalokitésvara* társa. Tibetben nem számít szentségtörésnek e kultikus személyek szexuális egyesülésben való ábrázolása sem.

Ugyancsak fontos kultikus személy *Mandzsusri Bódhiszattva*, aki a hagyomány szerint a *mantrák*, *mudrák* és *mandalák* tudományát tanította és a transzcendens bölcsesség megtestesítője. Szimbólumai a könyv és kard. A könyv az, ami a tudást tartalmazza, a kard pedig arra való, hogy elvágja vele a hamis tudás kötelékét. *Mandzsusri* haragvó megjelenési formája a Halál Ura, vagyis *Jamantaka*, aki egyúttal a *Gyelugpa* iskola védőistensége (*Jidam*).

A *vadzsrájána buddhizmusban* fontos szerepet kap az imaginatív meditáció. Ennek módszere az, hogy a tudat elcsendesítése után képzeletben felidézzük valamelyik *bódhiszattvát*, *buddhát*, vagy más tanítómestert és igyekszünk azonosulni azzal a tudatállapottal, amelyet az illető személyiség szimbólumként kifejez. Ezt követően tudatosítjuk az imaginált, vizualizált jelenség üresség természetét, azt, hogy ez is csupán tudattartalom, vagyis a tudat terméke, s végül a jelenséget széteszlatjuk. Az utolsó széteszlatási fázis nagyon fontos. Hasonló módszerrel kell majd annak idején minden jelenséget széteszlatni, amikor ki akarunk lépni a létforgatagból.

Az imaginatív meditációkban fontos meditációs tárgy lehet valamelyik *dhjáni buddha* megidézése. A *vadzsrájána buddhizmusban* öt *dhjáni buddha* van, s ezek a megvilágosodás-tudat különféle aspektusait képviselik. Minden égtájhoz tartozik egy-egy Tiszta Föld (*szukhávati*) és egy-egy *dhjáni buddha*. A *vadzsrájána* értelmezése szerint az egyes *dhjáni buddhák* megnevezése, és a hozzájuk tartozó szimbólumok:

- 1) *Amitábha*, a Végtelen Fény és a Megkülönböztető Tudatosság *Buddhája*. A hozzátartozó kulcsfogalom az észlelés, égtája a Nyugat, szimbólumai a vizes kancsó a halhatatlanság vizével, a vörös szín, a tavasz és a tűz. *Mantrája* a *HRIH* szótag, negatív aspektusa a szenvedély, *mudrája* pedig a meditáció (*dhjána*) kéztartása.
- 2) *Amógasziddhi*, a Mindent Felölelő Bölcsesség *Buddhája*. A hozzátartozó kulcsfogalom az akarat, égtája az Észak, szimbólumai a zöld szín, az őszt és

levegő. *Mantrája* az *ÁH* szótag, negatív aspektusai az irigység és féltékenységek, *mudrája* a félelemnélküliség (*abhája*) kéztartása.

- 3) *Aksóbhja*, a Nagy Tükör Bölcsesség *Buddhája*. A hozzátartozó kulcsfogalom a forma, égtája a Kelet, szimbólumai a mélykék szín, a tél és a víz. *Mantrája* a *HÚM* szótag, negatív aspektusa a gyűlölet, *mudrája* pedig a földet érintés (*bhúmiszparsa*), amely a materiális jelenségek feletti uralmat fejezi ki. A tükör tulajdonsága, hogy bármit képes visszatükrözni, s ezért benne mindent megláthatunk, kivéve egyetlen dolgot, s ez maga a tükör. Nagy Tükör Bölcsesség annak felismerése, hogy amit a tükörben láthatunk, az nem valóságos, mivel az egyetlen realitás éppen az, amit a tükörben nem láthatunk, vagyis maga a tükör.
- 4) *Ratnaszambhava*, az Egység Bölcsességének *Buddhája*. A hozzátartozó kulcsfogalom az érzés, égtája a Dél, szimbólumai a sárga szín, a Nyár és a föld. *Mantrája* a *RAM* szótag, negatív aspektusa a gög, *mudrája* pedig az adakozás (*dhana*) kéztartása.
- 5) *Vairócsana*, a Mindent Felölelő Tér Bölcsességének *Buddhája*. A hozzátartozó kulcsfogalom a tudat, égtája a Centrum, szimbólumai a fehér szín és az éter elem. *Mantrája* az *ÓM* szótag, negatív aspektusa a butaság, *mudrája* pedig a Tan Kerekét (*Dharma Csakra*) szimbolizálja, s ennek jelentése a tanítás vagyis a tudás átadása.

A *vadzsrájána* szerint is a tudat tökéletesítésének célja a megszabadító bölcsesség-tudás kifejlesztése és a megvilágosodás és a létforgatagból való kiszabadulás elérése.

Egyes tibeti *vadzsrájána* tanítómesterek szerint a tudásnak három szintje lehetséges. Az első a köznap (pl. mesterségbeli) tudás. A második az érzékszervi úton tapasztalható valóság mögötti mélystruktúra megismerését lehetővé tevő tudás. Ezt a fajta tudást az Európában kialakult terminológia szerint „gnosztikus” tudásnak is nevezhetjük. A harmadik fajta tudás az a megvilágosodott tudás és tapasztalás, ahol már nincs értelme az olyan fogalmaknak, mint tér, idő, lét, nemlét, tudás, objektum, szubjektum stb.

A megvilágosodott tudás azonban csak a „gnosztikus” tudáson keresztül érhető el, ezért először ezt a tudás szintet kell realizálni.

A különféle *vadzsrájána* szellemiségű tibeti eredetű szektákban több olyan imaginatív meditációs módszert gyakoroltak és gyakorolnak még manapság is, amelyek célja a gnosztikus szintű tudás megszerzése. Néhány példa ilyen meditációkra:

- 1) Meditációk, amelyek célja annak tudatosítása, hogy a tárgyak belül üresek és nincs bennük semmi más, csak maga a tér, amely alapvetően *tamaszikus* jellegű. (A *tamasz*, *radzsasz* és *szattva* fogalmak ismertetése a *számkhjáról* szóló fejezetben olvasható).

Az egyik ilyen imaginatív meditáció során pl. vizualizálunk egy óriási méretű emberi testet (pl. a saját testünket), imagináljuk, hogy belépünk abba a pórusokon keresztül, majd az egyes szervekbe, sejtekbe, s azok alkotóelemeibe (molekulákba, atomokba stb.) is, s közben az érintett struktúrákat áttetszőnek érezzük, amelyek határfelülete foszforeszkáló módon fénylik, s tudatosítjuk hogy az objektumok belsejében nincs más, mint pusztán üres tér.

Egy másik meditációs gyakorlat szerint figyeljük a tudatunkban spontán megjelenő gondolatokat, ezeket a fentebbiekhez hasonlóan áttetsző, belül üres objektumoknak tekintjük, majd miután ez sikerült, igyekszünk megfigyelni, hogy a figyelő különbözik-e a megfigyelt objektumoktól.

- 2) Meditációk, amelyek célja annak tudatosítása, hogy minden mozgás belül üres, s tartalmuk nem más, mint a pusztán idő, amely alapvetően *radzsaszikus* jellegű.

Egy ilyen típusú meditációra példa lehet az a módszer, amelynél először elképzeljük magunkat egy jövőbeli időpontban, s onnan hátratekintve a jelenlegi helyzetünket múltként értelmezve szemléljük azt, majd egy múltbeli időpontba áthelyeződve, a jelent, mint lehetséges jövőt szemléljük, s megfigyeljük, hogy az így imaginált múlt illetve jövőbeli önmagunk azonos-e velünk.

Egy másik meditációs módszer szerint előre-hátra haladunk az időben, majd megfigyeljük és tudatosítjuk, hogy az időbeli előre-hátra haladás nem folyamatos, hanem piciny ugrásokban történik, s nem is egyenes vonalú, mert még kanyarogni is tud.

- 3) Meditációk, amelyek célja annak tudatosítása, hogy bár a gnosztikus tudás *szattvikus* jellegű, még az ilyen tudás is lényegében üresség természetű.

Egy ilyen meditáció módszere az, hogy kiválasztunk 10 különböző meditációs tárgyat, s ezeket egymás után a lehető legalaposabb részletességgel felidézük, a sort folyton előlről kezdve, s közben tökéletesen éber, semleges, passzív, érzelemmentes megfigyelők maradunk.

Egy másik módszer szerint kiválasztunk egy meditációs tárgyat, ezt foszforeszkáló felületű belül üres objektumként vizualizáljuk, majd megcseréljük a szubjektum és objektum szerepét, s azt imagináljuk, hogy nem mi figyeljük az objektumot, hanem az figyel minket. Ezt a gyakorlatot egyre finomabb, szubtilisabb „objektumokkal” pl. gondolatokkal, eszmékkel, érzésekkel stb. is elvégezzük, azokat is egyfajta tárgynak tekintve, majd tudatosítjuk, hogy a tárgy figyel „engem”, a gondolat gondol „engem”, a cselekvés létrehoz és megalkot „engem” stb.

Egy további módszer szerint vizualizáljuk egy sugárzó gyertya lángját. Ezt követően további gyertyákat vizualizálunk mellettünk, felettünk, alattunk stb., míg az egyre szubtilisabb ürességből felbukkanó fények egyre jobban betöltik az egész teret, ezek átalakulnak tudás fénné, amelyből vékony, majd egyre szélesedő fénylő energia áramlás fut felfelé a gerinc mentén, a *csakrákon* ke-

resztül és a szemek között, hátra a koponyába. Ezen utóbbit azonban inkább érezni kell, mint látni.

A gnosztikus szintű meditációk közé szokás sorolni még az ún. *álmójoga* gyakorlatokat is, amelyek célja az éberség tudatállapotának gyakorlása alvás közben. Az ilyen gyakorlat arra irányul, hogy alvás közben tudatosítjuk, hogy amit tapasztalunk, az csupán álom, vagyis a saját tudatunk (pontosabban az elme, vagyis a *manasz*) produktuma, s anélkül, hogy beleavatkoznánk az álmotörténetbe, hagyjuk azt magától peregni, s mindent, amit tapasztalunk, felülemelkedett egykedvűséggel szemléljük. Az ilyen gyakorlat elsajátítása hosszadalmas folyamat, de hozzásegít annak felismeréséhez, hogy az ébrenlét alatt tapasztalható világ sem valóságos, az is csupán a tudati aktivitás eredményeként jön létre.

A titkos tanításokat gyakorló tanítványoknak olykor azt tanácsolják, hogy szellemileg alkossanak maguk körül olyan környezetet, ami különbözik attól, amit valóságosnak tartanak. Például a szobájukban ülve varázsoljanak maguk köré egy erdőt. Ha a gyakorlat sikeres, nem lesz tudomásuk arról a környezetről, aminek helyébe fák és bokrok léptek és gondolatban az erdőn keresztül haladva mindent érezni fognak, amit az érez, aki a fák között megy.

A fentebbi ismertetések természetesen csupán a meditációs módszerek leírásának rövid kivonatai, s ezek gyakorlása személyes tanítómester iránytatása nélkül nem tanácsolható.

A *vadzsrajána* típusú *buddhizmus* szellemiségének szemléltetésére — Alexandra David-Neel nyomán — az alábbiakban álljon itt néhány idézet beavatott tibeti tanítómesterek mondásaiból, amelyeket tanítványaikhoz intéztek:

„A titkos tanítások titkossága nem a mestertől függ, hanem a tanítványtól. A mester csak az ajtót tudja kinyitni, de a tanítványnak kell meglátnia, hogy mi van mögötte.”

„A főúton is nyíltan hirdetni lehet a titkos tanításokat, s azok mégis titkosak maradnak a tompák számára, akik hallják ugyan a szavakat, de azokból semmit nem fognak fel.”

„A *karma* hajthatatlansága több, mint amit egy szegény halandó képes elviselni.”

„Nincs értéke annak az igazságnak, amit másoktól tanultunk, csak annak, ami élő és hatékony, vagyis, amire magunk jöttünk rá.”

„Ne higgy, inkább kételkedj! Kételkedj mindenben, abban is, amit magától értetődő igazságnak tartasz! A kételkedés ösztönzést ad a kutatásra és a kutatás az az út, amely a tudáshoz vezet.”

„Az érzékelhető világ nem mozgó tárgyak halmaza, hanem maga a mozgás. A mozgás alkotja az észlelhető tárgyakat, s ezért semmi más nem létezik, csak a mozgás.”

„Bármilyen elmélet, vagy tantétel a saját elménk terméke.”

„Az ország, amely sehol sincs, az az igazi otthon.”

„Még a legnagyobb szent is, ha ezerszer feláldozta azt, ami neki a legdrágább, a saját életét másokért, Istenért, nemes eszmékért, a létforgatag (*szamszára*) foglya marad, ha nem érti meg, hogy a tapasztalható világ csupán realitást nélkülöző árnyak játéka, amelyet a saját elméje vetít az üresség végtelen mozivásznára.”

„Nincs okod arra, hogy büszke légy, de arra sem, hogy megalázkodj. Inkább ismerd fel saját jelentéktelenségedet.”

„Soha nem volt szándékomban, hogy bármit is tanítsak, csupán gondolkodásra, kételkedésre, keresésre ösztönöztelek.”

„Minél jobban telezsúfoljuk a világunkat elméletekkel, elképzelésekkel, véleményekkel, ezek annál jobban megkötöznek, és foglyul ejtenek bennünket.”

Végezetül egy gyakran idézett párbeszéd a történelmi *Buddhával* kapcsolatban:

Buddha egyik tanítványa megkérdezte: „Ha érdeklődnek a mester véleménye felől, mit válaszoljak?”

Buddha válasza: „Mondd azt, hogy a *tathágata* nem alkot véleményt, ő mentes minden vélekedéstől.”



ZEN

Kínában a *buddhizmus* többé-kevésbé ismeretes volt már Kr. u. az I. század közepe táján. Később, az V. század elején *Kumáradzsiva* több tanítványával közösen számos *mahájána buddhista* szöveget fordított le kínai nyelvre. A *buddhizmus* szélesebb elterjedése Kínában csak a VI. században indult meg, miután az indiai származású *Bódhidarma* (Kr. u. 470—543) megalapította a *buddhizmus mahájána* szellemiségű *csan* irányzatát, és ez magába olvasztotta a taoizmus számos gondolatát és módszertani elemét is. A *csan* szó jelentése: meditáció, s valójában a szanszkrit *dhjána* szó kínai kiejtésű változata. A *csan* a klasszikus *mahájána* szövegek közül fontos forrásműnek tekinti a *Lankavatára Szútra*, valamint az *Avatamszaka Szútra* szövegét.

A *mahájána buddhizmus* a VI. század folyamán, Koreán keresztül jutott el Japánba, a *csan* irányzat azonban csak a XII. század körül vált Japánban ismertté. Ettől kezdve beszélhetünk *zenről*, amely szó a *csan* japán nyelvű változata.

A *zen* célja a megvilágosodás, vagyis az ún. *szatori*, ami voltaképpen nem más, mint az eleve bennünk rejlő *Buddha* természet felismerése. Ez azonban nem megy nehézségek nélkül. Egy *zen* hasonlat szerint a tanítvány törekvése ahhoz hasonlítható, mint amikor a pásztor mindenfelé keresi az elveszett ökröt, míg végül rájön, hogy éppen azon lovagol.

A *zen* szerint a valóság nem fejezhető ki szavakkal, képekkel, vagy ember alkotta egyéb szimbólumokkal és annak megismerése csak a *szatori* gyakorlati elérésével lehetséges. A *zen* ezért a *buddhizmus* alaptanításának elfogadásán túlmenően nem hirdet semmiféle újabb filozófiai, vagy ideológiai doktrínát, hanem a meditációs módszereket igyekszik olyan szintre fejleszteni, ami lehetővé teszi a valóság tapasztalását, úgy, hogy az már nem igényel semmiféle további kommentárt, vagy magyarázatot. A *zen* gyakorlatában ezért fontos szerepet kap a tanítómesterek útján személyesen továbbadott hagyomány és az az elv, hogy a tapasztalás fontosabb, mint a szent iratok kijelentései.

A tudás közvetlen személyes átadásának egyik eszköze a *koan*, vagyis olyan zavarba ejtő kérdés, vagy kijelentés, amely leblokkolja a tanítvány racionális spekulatív gondolkodását és olyan tudatállapotot vált ki, amelyben lehetséges a valóság spontán megragadása, felismerése.

Példaként szokás idézni az alábbi tipikus párbeszédet.

Tanítvány: „Mester, békítsd meg a lelkemet.”

Mester: „Tedd elem a lelked, és én megbékítem.”

Tanítvány: „De ha a lelkemet keresem, nem találom.”

Mester: „Látod, már meg is békítettem.”

Egy másik *zen* történet azt példázza, hogy ha tele van a tudatunk előre megfogalmazott nézetekkel, előítéletekkel, prekoncepciókkal, akkor nem lehetünk képesek magasabb igazságok megértésére és befogadására.

A példabeszéd szerint a *zen* tanítómester egy csészébe lassan elkezdte önteni a teát a kannából, s ezt akkor sem hagyta abba, amikor a csésze már megtelt, és a tea a szélein lefelé csorgott. Ekkor a tanítvány udvariasan figyelmeztette a mestert, hogy a csésze tele van, és nem fér bele több. Erre a mester azt válaszolta, mindig az a probléma, hogy ha valami tele van, abba nem fér bele több.

A *zen* tanítása szerint a megvilágosodás nem jelenti a világtól való elfordulást. A mindennapi életben kell felébredni. A *zen szatori* ezért azt is jelenti, hogy képesek vagyunk a *Buddha* természetet tapasztalni minden körülöttünk lévő jelenségben.

A tökéletes *zen* életmód természetes és spontán. Azt tesszük, amit tennünk kell. Ha éhesek vagyunk, eszünk, s ha fáradtak vagyunk, pihenünk. Bár ez egyszerűnek hangzik, mégis nagyon nehéz elérni, hogy mindig az eredeti természetünkkel összhangban, mesterkélttség nélkül, spontán cselekedjünk.

Egy *zen* szöveg szerint, mielőtt elkezdjük tanulmányozni a *zent*, a hegy, az számunkra hegy, és a folyó, az folyó. Miközben tanulmányozzuk a *zent*, a dolgok felborulnak és a hegy többé már nem hegy, és a folyó már többé nem folyó. Ha elérjük a megvilágosodást, a hegy ismét hegy, és a folyó ismét folyó lesz, de most már más értelemben. A *zen* szerint ugyanis az eredeti természetünk a tökéletes *Buddha* természet és a megvilágosodás azt jelenti, hogy olyanná válunk, amilyenek eredetileg is voltunk, mielőtt a hamis tudat hatása alá kerültünk volna.

Japánban jelenleg a *zen* két fő irányzata működik. Az egyik a *rinzai* iskola, amely a hirtelen megvilágosodás elérésére törekszik, s főleg a *koan* módszert alkalmazza. Ebben a rendszerben — megfelelő előkészítés után — a megvilágosodás kiváltását előidéző végső impulzust valamilyen sokkoló hatású eseménnyel illetve beavatkozással próbálják elősegíteni. A másik fő irányzat a *soto*, amely a fokozatos haladás elvét követi és a lassú csendes meditációt alkalmazza. Mindkét irányzatban fontos szerepet kap a napi több órán keresztül gyakorolt ülő meditáció, az ún. *zazen*.



FÜGGELÉK

SZANSZKRIT ÉS PÁLI SZÓJEGYZÉK

Emlékeztetőül megadjuk a szövegben gyakrabban előforduló szanszkrit és páli nevek és szavak rövid magyarázatait, illetve magyar fordítását. Mivel e szavak szó szerinti fordítása/magyarázata félrevezető lehet, ezért pontosabb értelmezésükhöz a szöveg alaposabb tanulmányozása ajánlott.

A szójegyzékben a fonetikus írás a magyar helyesírás szabályait, a sorrend pedig az angol abc-t követi. Bár a magyar fonetikus átírás az eredeti kiejtést jól megközelíti, de azért nem teljesen korrekt. Pl. a magyar „a” betűvel jelölt hang rövid á-nak ejtendő. A többi betű kiejtése nagyjából megfelel a magyar hangzásnak. A szavak után zárójelben feltüntetett „sz” illetve „p” jelzi, hogy a szó szanszkrit, vagy páli eredetű.

a- (sz+p) -tlan, -tlen, nélkül[i], azaz fosztó előképző

abháva (sz) nemlét

abhidhamma (p) *buddhista* bölcsélet

Abhidhamma-Pitaka (p) a buddhizmus páli nyelvű szöveggyűjteménye, a Páli Kánon része

abhidharma (sz) ld. *abhidhamma*

abhimána (sz) önhittség, Én-hit

ádi-purusa (sz) „első purusa”, *Ísvara* egyik megnevezése

advaita (sz) kettősség nélküli, monisztikus

ahamkára (sz) Én-csináló

ahímszá (sz) nem ártás

ákása (sz) éter-elem

álajavidnyána (sz) raktározó tudat

anattá (p) éntelenség

aniccsa (p) múlandóság

anu (sz) atom, a jelenségek elemi komponense

anumána (sz) logikai következtetés

apara-vidjá (sz) alacsonyabb tudás

ápasz (sz) víz-elem

arahat (p) szent
arija (p) nemes
arija-atthangika-magga (p) nemes nyolcas út
arija puggala (p) nemes tanítvány
aszampradnyáta (sz) „megismerésen túli” (elmélyedés)
ászana (sz) *jóga* testhelyzet
aszmitá (sz) szubjektivitás, énség érzet
átman (sz) felsőbb én, lélek, önvaló
asztéja (sz) a lopás tilalma
AUM (sz) szakrális, mantrikus szótag,
egyes források szerint az ÁMEN analógiája
Avalokitésvara (sz) a szeretet *bódhiszattvája* a *mahájána buddhizmusban*
aviddzsá (p) hamis tudás
avidjá (sz) ld. *aviddzsá*
avinábháva (sz) nemlét nélküli
avjakta (sz) ősegység, a *prakriti* eredeti állapota
Bádarájana (sz) a *Védánta-Szútra* szerzője
bídzsa (sz) mag, csíra
bhagavat (sz) nemes, magasztos
bhava (sz+p) teremtett létforma
bhávaná (sz+p) szemlélődés, kontempláció, meditáció
bhúmiszparsa (sz) a földet érintés szimbolikus testtartása
bódhicsitta (sz) megvilágosodás tudat
Bódhiszattva (sz) leendő *buddha*
bóddzshanga (p) megvilágosodási tényező
Brahmá (sz) személyes teremtő isten
brahmácsarja (sz) erkölcsi tisztaság
Brahmadzsála-Szutta (p) *Buddha* azon előadásának címe, amelynek tárgya
a nézetek hálója
brahman (sz) a világ végső szellemi lényegisége
bráhman, bráhmin (sz) papok és értelmiségiek kasztja
bráhmana (sz) „papi szöveg”, *védikus* himnusz
brahmavihára (sz) „istenek lakóhelye”, négyféle meditáció gyűjtő megjelölése

buddhi (sz) értelem, intellektus
buddhindrija (sz) érzékelő szerv/képesség
csakra (sz) erőközpont a *tantrikus* jógában
csaksusz (sz) látás
csatuskokita (sz) tetralemma, logikai szerkezet a *mádhjamika* bölcséletben
csitta (sz) tudat, a *buddhi*, a *manasz* és az *ahamkára* együttese
csittamátra (sz) csak tudat
csitta-vritti (sz) tudattartalom, tudatműködés, tudati aktivitás
darsana (sz) „szemlélődés” *védikus* bölcséleti irányzatok megnevezése
dháraná (sz) koncentráció, szellemi összpontosítás
Dhamma (p) tanítás, erkölcsi rend
dhamma (p) lételem, a jelenségek elemi komponense
dhárani (sz) ld. *mantra*
Dharma (sz) ld. *Dhamma*
dharma (sz) ld. *dhamma*
dharmacsakra (sz) „Tan kereke”, a *buddhista* tanítás megnevezése
dhjána (sz) elmélyedés, meditáció
ditthi (p) nézet, szemléletmód
dnyána (sz) magasabb tudás
dósa (sz) tévedés, hiba, ellenszenv
dravja (sz) szubsztancia
dukkha (p) ld. *dukkha*
dukkha (sz) szenvedés
Dzsaiminí (sz) a *Mímámszá-Szútra* szerzője
dzsainista a *dzsainizmus* követője, amely utóbbi
a *buddhizmussal* párhuzamosan létrejött vallási mozgalom
dzsáti (sz+p) születés, újrászületés
dzshána (p) elmélyedés
Gautama (p) *Buddha* egyik neve
Gótama (sz) a *Nyája-Szútra* szerzője
ghrána (sz) szaglás
guna (sz) minőség, minőségi összetevő
hétu (sz) érv

hétvábhásza (sz) tévedés, tévedéshez ragaszkodás
hínajána (sz) „kis kocsi”, a *buddhizmus* ortodox irányzata
indrija (sz) érzékelő/cselekvő szerv/képesség
Ísvara (sz) első *purusa*, Isten, de nem teremtő a *jóga* bölcséletben
jama (sz) erkölcsi tilalom
jóga (sz) a tudat fegyelmezése, *védikus* bölcséleti irányzat
jógácsára (sz) *mahájána buddhista* irányzat
Jóga-Szútra (sz) a *jóga* bölcsélet alapszövege
jógi (sz) aki a jógát, vagyis a tudat fegyelmezését gyakorolja
kaivalja (sz) elkülönülés, megszabadulás
kalpa (sz) világekorszak
kamma (p) ld. *karma*
Kanáda (sz) a *Vaisésika-Szútra* szerzője
Kapila (sz) a *Számkhja-Szútra* szerzője
karma (sz) cselekvés, aminek a következményeit nem lehet elkerülni
karméndrija (sz) cselekvő szerv/képesség
karuná (sz) együtt érző részvét
khandha (p) személyiség összetevő
klésa (sz) tudati szennyeződés
mádhjamika (sz) *mahájána buddhista* filozófiai irányzat
mahábhúta (sz) őselem (föld, víz, tűz, levegő, éter)
mahájána (sz) „nagy kocsi”, a *buddhizmus* reform irányzata
Mahájána-Szútra (sz) a *mahájána buddhizmus* egyik szakrális szövege
maitrí (sz) önzetlen szeretet
májá (sz) illúzió, illúzióteremtés, varázslat
mána (sz) önhittség, szubjektivitás, Én-hit
manasz (sz) elme
mantra (sz) varázsigé
mímámszá (sz) *védikus* bölcséleti irányzat
móha (sz) illúzió, hamis tudás, tévelygés
mókša (sz) megszabadulás
muditá (sz) együtt érző öröm
muditá bhávaná (sz) az együtt érző öröm tudatállapotának gyakorlása a meditációban

mudra (sz) ld. *ászana*
mukhja-prána (sz) életerő, amely öt energiaáramlatból tevődik össze
múlikártha (sz) gyökértény, alapigazság
nádi (sz) a jóga rendszerben szereplő *csakrákat* összekapcsoló energiavezeték
Nágárdzsuna (sz) a *mádhjamika* bölcsélet kidolgozója
náma (sz+p) név
nibbána (p) ld. *nirvána*
nidána (sz+p) a „függő keletkezési láncolat” eleme a *buddhista* bölcséletben
nigrahaszthána (sz) félreértés, csúsztatás, megalapozatlan érvelés
nijama (sz) erkölcsi követelmény
nir- (sz) -tlan, -tlen, nélkül[i], azaz fosztó előképző
nirbídza (sz) magnélküli
nirnaja (sz) konklúzió, végkövetkeztetés
nirvána (sz) „kioltás”, a tudati szennyeződések megszüntetése
nyája (sz) védikus bölcséleti irányzat
Nyája-Szútra (sz) a *Nyája* bölcsélet alapszövege
paccséka buddha (p) ld. *pratjéka buddha*
páda (sz) láb
padártha (sz) kategória
páni (sz) kéz
páju (sz) ürités szerve és képessége
pakati szíla (p) természetes erény
panyatti szíla (p) erkölcsi szabályban előírt erény
para-vidjá (sz) magasabb tudás
parirnirvána (sz) végleges nirvána, a szellemi szabadság végleges elérése
Patanydzsali (sz) a *Jóga-Szútra* szerzője
paticcsa-szamuppáda (p) ld. *pratitja-szamuupáda*
píti (p) odaadó, átszellemült átlelkesültség
pranidhána (sz) *Ísvara* iránti odaadás, imádat
pradnyá (sz) megszabadító intuitív bölcsesség, gnózis
Pradnyá-Páramitá-Szútra (sz) a „bölcsesség istennőjének szútrája”,
mahájána buddhista szakrális szöveg
Pradzšapati (sz) a jelenlegi univerzum teremtője

prakriti (sz) az egyetlen aktív tényező a *számkhja* bölcséletben
prajódzsana (sz) szándék, célkitűzés
pramána (sz) a helyes megismerés forrása, eszköze
praméja (sz) a helyes megismerés tárgya
prána (sz) szél, életerő, energiaáramlat
pránájáma (sz) *jóga* légzésgyakorlat
prasrabdhi (sz) rendíthetetlen nyugalom
pratitja-szamutpáda (sz) függő keletkezési láncolat
pratjáhára (sz) érzékek visszavonása a külvilágtól
pratjéka buddha (sz) olyan *buddha*, aki a tan kihirdetése nélkül távozik a lét-forgatagból
pratjaksza (sz) személyes tapasztalás
pravritti (sz) cselekvés, tevékenység, aktivitás
prithiví (sz) föld-elem
píti (sz) ld. píti
purusa (sz) passzív szellemiség, elpusztíthatatlan önvaló
rága (sz) vágy, szenvedély, mohóság
radzsasz (sz) energia, szenvedély
Rámánudzsa (sz) a *Védánta-Szútra* egyik kommentátora
rasza (sz) íz
raszana (sz) ízlelés
rúpa (sz+p) alak
sabda (sz) hang, kinyilatkoztatás
Sákjamuni (p) „a sákja nemzetség bölcse”, *Buddha* egyik megnevezése
Sákjamuni Buddha (sz, p) ld. *Sákjamuni*
sakti (sz) erő, hatalom
samatha (sz) ld. *samatha*
Samkara (sz) a *Védánta-Szútra* egyik kommentátora
saríra (sz) test
skandha (s) ld. *khandha*
súnjátá (sz) üresség
súnja-váda (sz) üresség-tan
sraddhá (sz) hit, bizalom

srótra (sz) hallás
srúti (sz) hang, kinyilatkoztatás
szabídzsa (sz) maggal bíró (elmélyedés)
szaddhá (p) ld. *sraddhá*
szakkája-ditthi (p) önlétezési elképzelés
szamádhi (sz+p) egy pontú tudatállapot, meditáció
szamatha (p) higgadtság, önfegyelem
szamavája (sz) elválaszthatatlan összetartozás
szamádhi (sz) meditáció
szambódhjanga (sz) a hét megvilágosodási tényező
szamjóga (sz) összekapcsolás
számkhja (sz) *védikus* bölcséleti irányzat
Számkhja-Káriká (sz) a *számkhja* bölcsélet egyik fontos ősi szövege
Számkhja-Szútra (sz) a *számkhja* bölcsélet alapműve
szampradnyáta (sz) „megismerő” (elmélyedés)
szamszára (sz+p) létforgatag
szamszkára (sz) összetettség, tudati indíttatás, belső impulzus
szangha (p) szerzetesi közösség
szanycsara (sz) fejlődés, kibontakozás
szarvásztiváda (sz) hínájána bölcséleti irányzat
szati (p) éberség, emlékezet
szatja (sz) igazmondás, a hazugság kerülése
szatipatthána (p) az „éberség megalapozása”, *Buddha* egyik előadásának címe
szatori (japán) a megvilágosodás megnevezése a *zen buddhizmusban*
szattva (sz) világosság, tisztaság, szellemiség, könnyedség
szautrántika (sz) *hínájána* bölcséleti irányzat
sziddhánta (sz) alaptétel, axióma
sziddhi (sz) tökéletesség, különleges képesség
szíla viszuddhi (p) erkölcsi megtisztulás
szmriti (sz) ld. *szati*
szparsa (sz) a külvilág érzékelése, tapintás
szthúla-saríra (sz) durva anyagi test
szukha (sz) öröm, boldogság

szúnjátá (p) ld. (sz) súnjátá
szurámatta (sz) józanság, részegítő ételek és italok kerülése
szútra (sz) „vezérfonal”, valamely bölcsélet tömör összefoglalása
szutta (p) ld. *szútra*
Szutta-Pitaka (p) a *buddhista* szútrák szöveggyűjteménye,
a Páli Kánon egyik része
tamasz (sz) anyag, súlyosság, sötétség, tehetetlenség
tanhá (p) vágy, szenvedély
tanmátra (sz) „csak az”, a tapasztalhatóságok potencialitása a *számkhja* bölcséletben
tapasz (sz) önmehtagadás, aszkézis
Tathágata (sz+p) „aki jön és megy”, *Buddha* így nevezte önmagát,
a *mahájána buddhizmusban* így értelmezték: „aki célba érkezett”
tathágatagarbha (sz) *buddha* természet
tattva (sz) „olyanság”, a jelenségek potencialitása, öslényege
Tattva-Szamásza (sz) a *számkhja* bölcsélet egyik ősi szövege
tédzsasz (sz) tűz-elem
théraváda (p) az „öregek tanítása”, ortodox *hínájána buddhista* irányzat
théravádin (p) a *théraváda* irányzat szerzetes követője
Tripitaka (sz), **Tipitaka** (p) „Három Kosár” azaz három szöveggyűjtemény,
a Páli Kánon megnevezése
trishná (sz) ld. *tanhá*
tvacs (sz) tapintás
uccshéda-váda (sz) nihilizmus
upamána (sz) logikai következtetés analógia alapján
upanaja (sz) precedens alkalmazása egy következtetésben
upanisad (sz) a *védikus* szövegek bölcséleti részeinek gyűjtő megnevezése
upasztha (sz) nemző képesség/szerv
upékkhá (p) ld. *upéksá*
upékkhá bhávaná (p) felülemelkedettség,
illetve az ennek megfelelő tudatállapot gyakorlása a meditációban
upéksá (sz) felülemelkedettség
uttara-mímámszá (sz) „felsőbb *mímámszá*”,
a *védánta* bölcsélet másik megnevezése

vács (sz) beszéd
váda (sz) tan, érvelés
vadzrajána (sz) gyémánt ösvény, a tibeti *buddhizmus* egyik megnevezése
vaibhászika (sz) *hínájána buddhista* bölcsélet
vairágja (sz) szenvedélymentesség, felülemelkedettség
vaisésika (sz) *védikus* bölcséleti irányzat
váju (sz) szél-elem, levegő
Véda (sz) a *bráhmín* vallás szakrális szövegeinek gyűjteménye
védaná (sz+p) érzés, érzet, az érzékelés minősítése
védánta (sz) *védikus* bölcséleti irányzat
vicsikiccshá (p) kétség, szkepticizmus
vidjá (sz) tudás
vidnyána (sz) öntudat, kettősségtudat, megkülönböztető tudat
vidnyánaváda (sz) tudat tana, *mahájána* bölcséleti irányzat, ld. *jógácsára*
vijóga (sz) szétválasztás
vinaja (sz) fegyelem, önfegyelem
Vinaja-Pitaka (p) a „Fegyelem Kosara”,
a Páli Kánon egyik szöveggyűjteménye
vinnyána (p) ld. *vidnyána*
vikalpa (sz) fantázia, képzelődés
vikára (sz) módosulat, kifejelettség
vipallásza (p) tudati romlottság, téves megismerés
viparjaja (sz) ld. *vipallásza*
vipasjana (sz) ld. *vipasszaná*
vipasszaná (p) belátás, megértés
vírja (sz) hősiesség, önfeláldozó törekvés
viszuddhi (p) megtisztulás
Viszuddhimagga (p) a „Megtisztulás Ösvénye”,
a *théraváda buddhizmus* tanítását tartalmazó szöveg
vjápti (sz) áthatás, szoros kapcsolat valamely dolog és annak jele között

IRODALOM

A VÉDIKUS FILOZÓFIÁKHOZ

- ANTONOVA, K. A.—BONGARD-LEVIN—G. M.—KOTOVSZKIJ, G. G.: India története. Budapest, Kossuth—Gondolat, 1981.
- BAKTAY Ervin, dr.: Mahábhárata. Bharata nagy nemzetsége. Budapest, Tercium, 1994.
- BAKTAY Ervin: Szánátana Dharma. Révai Nyomda, 1935.
- Bhagavad Gíta. Légrády Nyomda, Budapest, 1924. Reprint: buddhista Misszió Dokumentáció, Budapest, 1984.
- HÉJJAS István: Ókori indiai bölcsélet. Orientpress, Budapest, 1994.
- IYENGAR, B. K. S.: Light on Yoga. Unwin Publishers, 1976.
- KACZVINSZKY József: Kelet világossága. Írás, Budapest, 1943.
- LARSON, Gerald James—BHATTACHARYA, Ram Shankar: Encyclopedia of Indian Philosophies Motilal Banarsidass, Delhi, 1987.
- MÜLLER, Max: The Six Systems of Indian Philosophy Longman, Green and Co, 1899.
- MÜLLER, Max: The Sacred Books of the East Oxford University Press, 1890—1895.
- PRESSING Lajos: A yoga-meditáció sajátosságai. Buddhista Misszió Dokumentáció, Budapest, 1986.
- Rigvéda. — Teremtéshimnuszok. Budapest, Farkas Lőrinc Imre, 1995.
- SANKARA: A Brahma-szútra magyarázata. Budapest, Kossuth, 1996.
- SANKARA: A védánta filozófiája. Budapest, Farkas Lőrinc Imre, 1996.
- SCHMIDT József: Az ind filozófia. Budapest, magánkiadás, 1991.
- Titkos tanítások. Válogatás az upanisadokból. Budapest, Helikon, 1987.
- TAKÁCS László: India kultúrtörténetének áttekintése. 1—7. kötetek buddhista Misszió Dokumentáció, Budapest 1984—86.
- TENIGL-TAKÁCS László: A jógácsára filozófiája. Farkas Lőrinc Imre Könyvkiadó, Budapest, 1997.
- Upanisadok. Budapest, Ursus, 1998.
- Upanisadok. Tan Kapuja Buddhista Főiskola jegyzete, Budapest, 1994.
- VEKERDI József: Titkos tanítások, válogatás az Upanisadokból. Helikon, Budapest, 1987.
- VIVEKANANDA, Swami: Raja Jóga. Rascher Verlag, Zürich 1941.

A BUDDHISTA BÖLCSELETHEZ

- BÁNFALVI András: Gyémánt szútra. Farkas Lőrinc Imre Könyvkiadó, Budapest, 1998.
- BODHI, Bhikkhu: The Noble Eightfold Path. Buddhist Publication Society, Kandy, Sri Lanka, 1984.
- BODHI, Bhikkhu: Múlapariyaya Sutta és kommentárjai. Buddhista Misszió Dokumentáció, Budapest, 1987.
- BODHI, Bhikkhu: Brahmajála Sutta és kommentárjai. Orientpress, Budapest, 1994.
- Buddha beszédei. Budapest, Prométheusz Könyvek, Helikon, 1989.
- BUDDHAGHOSA, Bhadantacariya: The Path of Purification (Visuddhimagga) Shambala Publications, 1976.
- DAVID-NEEL, Alexandra: Tibetan Journey. John Lane, London, 1936.
- DAVID-NEEL, Alexandra—YONGDEN, Lama: Titkos szóbeli tanítások a tibeti buddhista szektákban. Buddhista Misszió Dokumentáció, Budapest, 1986.
- FÓRIZS László: Dhammapada, az erény útja. Farkas Lőrinc Imre Könyvkiadó, Budapest, 1994.
- FROMM, E.—SUZUKI, D. T.—MARTINO, R. de: Psychoanalysis and Zen Buddhism. Harper and Row, New York, 1961.
- GOVINDA, Lama Anagarika: Foundations of Tibetan Mysticism Rider, London, 1973.
- GOVINDA, Lama Anagarika: A korai buddhista filozófia lélektani attitűdje. Orientpress, Budapest, 1992.
- GUNARATANA, Henepola: The Jhanas In Theravada Buddhist Meditation Buddhist Publication Society, Kandy, Sri Lanka, 1988.
- GUNARATANA, Mahathera Henepola: The Noble Eightfold Path. Buddhist Publication Society, Kandy, Sri Lanka, 1984.
- Gyémánt Szútra. — Mahájána buddhista szentiratok. Budapest, Farkas Lőrinc Imre, 1998.
- VEN. KH. TS. GYAMTZO, Rinpoche—HOOKHAM, Shenpen: A buddhista ürességmeditáció fokozatai. Orientpress, Budapest, 1997.
- HETÉNYI Ernő: Buddha, Dharma, Sangha. Buddhista Misszió Dokumentáció, Budapest, 1986.
- HETÉNYI Ernő: Buddhista Lexikon. Trivium Kiadó, Budapest, 1996.
- HÉJJAS István: Ókori indiai bölcselet. Orientpress, Budapest, 1994.
- HÉJJAS István: Buddha és a részecskegyorsító. Édesvíz Könyvkiadó, Budapest, 2004.
- HUJ-HAJ zen tanítása. Buddhista Misszió Dokumentáció, Budapest, 1987.

- Kapujanincs Átjáró — kínai csan-buddhista példázatok. Budapest, Prométheusz Könyvek, Helikon, 1987.
- KERN, H: Manual of Indian Buddhism. Motilal Banarsidass, Delhi, 1989.
- Lótusz Szútra. Budapest, Farkas Lőrinc Imre, 1995.
- LOWENSTEIN, Tom: Buddha látomása. Magyar Könyvklub — Helikon Kiadó, Budapest, 1997.
- Milarepa élete és tanításai. Budapest, Farkas Lőrinc Imre, 1996.
- NAKAMURA, Hajime: Indian Buddhism. Motilal Banarsidass, Delhi, 1989.
- NORBU, Namkhai: Dream Yoga and the Practice of Natural Light. Snow Lion Publications, Ithaca, New York, 1992.
- NYANATILOKA: The Buddha's Path to Deliverance. Buddhist Publication Society, Kandy, Sri Lanka, 1982.
- POROSZ Tíbor: A buddhista filozófia kialakulása és fejlődése a théraváda irányzatban. Farkas Lőrinc Imre Könyvkiadó, Budapest, 1995.
- POROSZ Tíbor: Lótusz Szútra. Farkas Lőrinc Imre Könyvkiadó, Budapest, 1995.
- ROBINSON, Richard P.: Early Mádhyamika in India and China. Motilal Banarsidass, Delhi, 1978.
- SCHMIDT József: Buddha élete és tanítása. Athéneum, Budapest, 1925.
- SUZUKI, Shunryu: A Zen szellem az örök kezdők szelleme. Buddhista Misszió Dokumentáció, Budapest, 1987.
- TARTHANG, Tulku: Time, Space and Knowledge Dharma Publishing, Berkeley, 1977.
- TÉCHY Olivér: Buddha Gondolat, Budapest, 1986.
- THERA, Nyanaponika: Satipatthána, a buddhista meditáció szíve. Buddhista Misszió Dokumentáció, Budapest, 1986.
- DR. VARSÁNYI György: A Csan buddhizmus története. Buddhista Misszió Dokumentáció, Budapest, 1984.

INDIA NAPJAINKBAN



INDIA ŐSI VÁROSAI ÉS SZENT HELYEI



VÉDIKUS BÖLCSELETEK

Nyája
Vaisésika
Számkhja
Jóga
Védánta
Mímámszá

शैवसिद्धि

कृति कृति

BUDDHISTA BÖLCSELETEK

Théraváda
Mahájána
Mádhjamika
Jógácsára
Vadszrajána
Zen

A könyv a hindu eredetű filozófiai gondolkodás csúcsteljesítményeit mutatja be.

A szerző szerint ezek a bölcseleti rendszerek nem spekulatív világmagyarázatok és nem is valamiféle ideológiák, amelyek különféle társadalmi csoportok érdekeit szeretnék kifejezni.

Ezek a bölcseleti iskolák örökérvényű gondolatokat fejeznek ki, a végső valóság megismerésének módszerét kutatják és arra keresnek választ, hogy hogyan lehet kiküszöbölni az életünkből a szenvedést és hogyan lehet elérni a tökéletes szellemi szabadság állapotát.



ISBN 963 9625 19 1



9 789639 625198