

A felsőbbrendű Én

Paul Brunton

* * *

Paul Brunton: The Quest of the Overself
Published by Rider of Vauxhall Bridge Road
London SW1V 2SA

Copyright ©Paul Brunton 1970.

Minden jog fenntartva, beleértve az egész vagy részletek
reprodukálásának jogát.
All rights reserved!

Fordította
GÁL ANDOR

ISBN 963 8199 20 2
ISSN 1217 – 6532

Hungarian edition by
© Szukits Könyvkiadó, 1994
Felelős kiadó: Szukits László
Felelős szerkesztő: Hunyadi Csaba
Lektor: Lázár István Dávid
Tördelőszerkesztő: Pipicz Mihály
Készült 5000 példányban

„Megtaláltuk a kulcsot. A gondolatból származó csöndből emelkedik ki az első szellemi képzet – az Én. Most egész figyelmünket latba kell vetnünk és erre az Én-érzésekre, erre az Én-tudatra kell összpontosítanunk, határozottan visszautasítva minden más gondolatot és emlék közeledési kísérletét. Ha ezt helyesen valósítjuk meg, a kísérlet végül visszavezet az időtlen csöndbe, és ott felfedezzük a bujkáló, titokzatos emberfeletti Én-t.”

Mindenki, aki elemzését összpontosítással és kitartással eddig a pontig folytatta, és hajlandó a könyvnek azokat a különleges gyakorlatait vállalni, amelyek ezen a ponton túlvisznek, a maga egész valóságában élheti át az Én értelmét, amely a hangulat ingadozásaitól, az érzelmektől és az értelemtől teljességgel különáll. Így juthat át az ember a Styxen, amely az idő világa és az örökkévalóság világa között hömpölyög. Ez az örök élet pedig a földön is megtalálható, mert az emberi szellem éppúgy hajléka az időnek, mint az idő ellentétének.

E módszer bámulatos eredményei elő fogják idézni a gondolkodás forradalmát, amely nem kevésbé lesz korszakalkotó, mint Einstein relativitáselmélete.

Tartalom

<u>A FELSŐBBRENDŰ ÉN.....</u>	<u>1</u>
<u>TARTALOM.....</u>	<u>3</u>
<u>AJÁNLÁS.....</u>	<u>4</u>
<u>ELSŐ RÉSZ AZ ANALÍZISEK.....</u>	<u>6</u>
<u>I. FEJEZET BEVEZETÉS.....</u>	<u>6</u>
<u>II. FEJEZET AZ EMBER: TITOK.....</u>	<u>27</u>
<u>III. FEJEZET A FIZIKAI ÉN ELEMZÉSE.....</u>	<u>39</u>
<u>IV. FEJEZET AZ ÉRZELMEK ELEMZÉSE.....</u>	<u>53</u>
<u>V. FEJEZET AZ ÉRTELMI ÉN ELEMZÉSE.....</u>	<u>59</u>
<u>VI. FEJEZET TÚL AZ IDŐN – AZ ÖRÖKKÉVALÓSÁG FELÉ.....</u>	<u>67</u>
<u>VII. FEJEZET A LÁNGÉSZ KELETKEZÉSE.....</u>	<u>86</u>
<u>MÁSODIK RÉSZ A GYAKORLATOK.....</u>	<u>98</u>
<u>VIII. FEJEZET MAGASABB ÉRZELMEK KULTÚRÁJA.....</u>	<u>98</u>
<u>IX. FEJEZET AZ ÖNURALOM GYAKORLÁSA.....</u>	<u>108</u>
<u>X. FEJEZET AZ ÖNVIZSGÁLAT ÚTJA.....</u>	<u>118</u>
<u>XI. FEJEZET A LÉLEGZÉS MISZTÉRIUMA.....</u>	<u>127</u>
<u>XII. FEJEZET A SZEM TITKA.....</u>	<u>135</u>
<u>XIII. FEJEZET A SZÍV MISZTÉRIUMA.....</u>	<u>146</u>
<u>XIV. FEJEZET AZ EMBERFELETTI ÉN.....</u>	<u>161</u>
<u>XV. FEJEZET AZ EMBERFELETTI ÉN MŰKÖDÉSE.....</u>	<u>167</u>
<u>XVI. FEJEZET A KERESÉS.....</u>	<u>176</u>
<u>VÉGSZÓ.....</u>	<u>192</u>

AJÁNLÁS

Öfensége

Sir Krishnaraja Wadiyar Bahadur IV., az Indiai Csillagrend
parancsnokának, a Brit Birodalmi Rend nagykeresztésének,
Mysore maharadszájának.

Fenség!

Amikor a trópusi hőségtől eltikkadva és Dél-India egyre emelkedő hőmérsékletétől elgyengülve az a feladat várt rám, hogy ennek a könyvnek nagyobb részét megírjam, Fenséged szeretetreméltó módon rendelkezésemre bocsátotta ezt a magányos nyaralóhelyet a kemmangandi hegy csúcsán, a Baba-Budan-dombok között, és ezzel lehetővé tette, hogy feladatomnak hűvösebb légkörben és erősebb testtel felelhessek meg.

Itt, ebben a nyugalmas és magányos környezetben azután osztályrészemül jutott, hogy akadálytalanul szenteljem magam a nehéz feladatnak, hogy hidat építsek a lélek irányításának Fenséged országában divatozó régi módszerei és nyugati népem modern szellemi követelményei között. A természet gyönyörű varázsa és dús nagyszerűsége is bőkezűen hozzájárult ennek a munkának sugalmazásához. Akik az unalmas, egyhangú síkságok nyomán alkottak maguknak képet Indiáról, ha olyan szerencsések, hogy Mysoret felkereshették, tartósan megőrzik emlékezetükben zöldellő és barna erdős dombjait, sűrűn benőtt dzsungeljét, zuhanó vízeséseit és elragadó völgyeit. Éppoly kevésbé felejthetik el a naplementéit, halványlila és tűzarany, vagy varázslatosan foszforeszkáló szürke felhőivel.

Szívesen emlékszem rá, hogy Kemmangandi szent hely, mert ott van a közelében a Baba-Budan-barlang, amelyben évszázadokkal ezelőtt, miután átélte Istent, Dattaireya, a misztikus végezte utolsó elmélkedéseit és azután örökre eltűnt a földről, hogy – mint megjósolta – csak akkor térjen vissza, mikor a világ nyomorúsága és materializmusa egy isteni megtestesülés után eseng, hogy az emberiség segítségére siessen. Magányos kriptájában bizonyára hátrahagyta szeráfi lenyomatát – mert csaknem abban a pillanatban, amikor a kopár kőpadlóra leereszkedtem, szellemem révületbe, majd leírhatatlan békességbe merült.

Aki hajlékot ad nekem, csak testemet védi a természeti erőkkal szemben – de semmit sem tesz lelkeért. Fenséged azonban mindkettőt megtette. Fenséged közvetett közbenjárására avattak be ugyanis India magasabb ismereteibe.

Ugyanakkor pedig Fenséged saját személyében testesítette meg azt az átfogó bölcsességet és azt a gyakorlati vállalkozószellemet, amelyek következményeképp Mysore állam, egész India egyik legjobban kormányzott és leghaladottabb állama. Fenséged szellemét nemcsak a bölcsélet, hanem más tudományok is foglalkoztatják és Fenséged még azt is megkísérelte, hogy a tudománynak azokat a technikai alkalmazásait, amelyek a világ képét megváltoztatták, népe javára hozzáférhetővé tegye.

Nem láttam-e vajon Bhadravatiban Mysore hatalmas vasműveit, amelyek nagyságra az egész brit-indai császárságban a második helyet foglalják el? Fenséged megmentette a filozófiát azoktól, akik csak a csalódottak számára szolgáló menedéket akartak belőle formálni és erős, mások érdekeit szolgáló, magasabbrendű munka sugallójává alakította át.

Ha a világ uralkodói versenyezni óhajtanának Fenségeddel és idejüknek csak kis töredékét igyekeznének is a tiszta bölcsületnek áldozni, az ily módon keletkező megvilágosodás kimondhatatlanul elősegítené egy bölcsőbb politikát és nagy mértékben javára válnék népeik boldogságának: a béke megvalósulna és nem maradna az az álomkép, ami jelenleg. Fenséged minden ember számára példát ad, amikor megmutatja, hogy az ember magas szellemiséget érhet el és mégis olyan eredményesen – vagy még sokkal hatásosabban – megfelelhet legközvetlenebb kötelezettségeinek, mint akár a leganyagelvébb ember.

Plátó tiszta hellén szelleme előre látta: a világot csak akkor lehet megmenteni, ha a királyok bölcsészekké, a bölcsészek pedig királyokká válnak. Az a szeretet, amely az államban mindenki részéről megnyilatkozik Fenséged iránt, igazolja ezeknek a szavaknak igazságát. Amikor ezeket a lapokat őszinte tisztelettel Fenségednek ajánlom, csak általános és mélyen gyökeredző érzelmeket szólaltatok meg.

Paul Brunton

ELSŐ RÉSZ AZ ANALÍZISEK

I. FEJEZET

BEVEZETÉS

A szerző írásairól

Az az ember, aki azt a feladatot vállalta magára, hogy mélyebb gondolatait az olvasókkal közölje és mindenekelőtt bevezesse őket a tudás egyes olyan területeire, a tapasztalás olyan formáiba és a tudat bizonyos állapotaiba, amelyek a mindennapiságon felülemelkednek – ezt csak a feladata iránt való teljes odaadással teheti meg, ha valóban a szívekhez akar elérni és nem csupán fehér lapokat óhajt szavakkal telefirkálni. Miután erről a szembeszökő igazságról már esztendők óta tökéletesen meg voltam győződve, mindaddig visszariadtam első könyvemnek, „**A titkos ösvény**”-nek megírásától, míg olyan belső kényszer nem lépett fel, amelyet már nem tudtam és nem is akartam elhárítani. Különböző személyek írásban és szóban felkértek olyan könyv megírására, amely pontos utasításokat adjon a szellemi elmélyedés művészetéhez. Tudták ugyanis, hogy tanultam egyet-mást ebből a művészetből, részben sokéves gyakorlatok segítségével, részben pedig, mialatt keleti vándorlásaim során ideiglenesen mint tanuló tartózkodtam különböző bölcseknél, akik a tudás e területének ismert beavatottjai. Újra és újra vonakodtam ezt a kérést teljesíteni, és minél inkább szorongattak, annál keményebben és önfejtőbben húzódtam vissza magamválasztotta elutasító magatartásomba. Ennek a vonakodásnak okai tisztán személyesek voltak – a leglényegesebb közöttük valami – olykor csaknem irtózattá erősödő – attól a lehetőségtől való cinikus idegenkedés volt, hogy a tanítók, próféták vagy hitvallók osztályába sorozzanak. Amikor végül mégis engedtem és rá hagytam venni magamat, hogy tollat vegyek a kezembe és megírjam az említett könyvet, ez – mint mondtam – olyan hatalom parancsára történt, akinek nem tagadhattam meg az engedelmességet és akivel szemben személyes kívánságaimnak háttérbe kellett szorulniuk. Miután pedig már munkához láttam, személyes idegenkedésemet, amely eddig visszatartott, elszántan félretoltam és megpróbáltam erős akarattal a magam elé tűzött feladatot a szolgálat szellemében megoldani.

„**A titkos ösvény**” megírása előtt álláspontom egyszerűen ez volt: „Itt van egy egzotikus technika, amely rajtam segített – felajánlom másoknak is, hátha nekik is segít – de nem óhajtom semmiféle módon terjeszteni. Ha akad valaki, aki ezeket a módszereket értékelni tudja, meg leszek elégedve – ha azonban senki sem akad, amiatt sem leszek boldogtalan. Egy szellemi kinyilatkoztatás sikeres védelmezésének

babérjai – amennyiben nyilvánosságot és követőket, levelezést és látogatásokat jelentenek – éppoly kevésbé kíváncsok számomra, mint a vértanúság tövisai. De ha a vallásalapítónak ezekre a babérjaira nem áhítozom, éppoly kevésbé vágyom a töviskoronára, mely az eretnek úttörő osztályrésze. Nem akarok a világtól egyebet, csak hogy vándorlásaimnak, írásaimnak és szemlélődéseimnek adhassam át magam.”

Ócska igazság, hogy senki sem próféta a maga hazájában és ehhez hozzá kellene fűzni: „a maga idejében” – miután azonban olyasvalaki vagyok, aki az egész világot hazájának tekinti, mind mostanáig nem panaszkodhatom ilyen bánásmód miatt, mert elég szerencsés voltam ahhoz, hogy még a magam idejében és a nyilvánossággal szemben érzett velemszületett ellenszenvem mellett is, némi megbecsülésre tehessek szert.

„*A titkos ösvény*” megírásakor fennállott helyzetet azért említettem itt, mert különösen hasonlít a jelenlegi könyvem megírása előttihez. Azok az emberek, akik elolvasták azt a kis könyvet és látszólag hasznukra is volt, elkezdtek sürgetni a benne foglalt tanítás továbbfejlesztését – olyan könyvet kértek, amely ugyanezt a tárgyat pontosabb részletességgel dolgozná fel. Újra és újra felvetettek bizonyos kérdéseket, amelyek „*A titkos ösvény*” gyakorlatai és tanának elsajátítását célzó erőfeszítései közben merültek fel az olvasóban. Ráeszméltem továbbá, hogy különböző olvasók látszólag újra meg újra ugyanazokat a kérdéseket teszik fel és ugyanazokkal a problémákkal találkoznak, mégpedig olyan mértékben, hogy csakhamar be kellett látnom: nyilván valóságos szükséglet egy nagyobb munka, amely ezzel a tárggyal kimerítőbben foglalkozik. Végül pedig „*A titkos ösvény*” megírásánál mindössze az volt a szándékom, hogy vázaltszerűen fogalmazott bevezetést adjak az elmélyedésnek ehhez a homályos és nem könnyen érthető lényegéhez, hogy jelezzem az utat, amelynek segítségével a tudat lappangó és az emberiség számára legértékesebb formái kifejelezhetők. A gyakorlat számos pontját tudatosan mellőztem, nehogy a kezdőt megzavarjam – ugyanígy elhagytam azonban az elmélet számos pontját is, hogy az emberek egyenesen a tárgy középpontja felé fordulhassanak.

Fontosnak tartottam az effajta leegyszerűsítést, mert tapasztalataim azt mutatták, hogy még azok az emberek is, akiket ez a tárgy érdekelt és tanulmányozták, nagy tévedésekben és félreértésekben leledzenek. Mennyivel inkább lesz ez majd így azoknál, akik első ízben és mint tökéletes újdonsággal kerülnek vele szembe!

Ez volt az oka annak, hogy kezdetben csak körvonalakat adtam, amelyeknek az volt a fő céljuk, hogy magának az elmélyedésnek lényegét tisztázzák. Ekkor azonban megmutatkozott a szükségessége egy tökéletesebb műnek, amely „*A titkos ösvény*” csontvázszerű szerkezetét úgyszólván hússal-vérrel töltse meg és az út minden lépését kimerítő elemzéssel kísérje azok javára, akik ezt az ösvényt eredményesen akarják járni, egyben pedig megmutassa, hogyan dolgozik anyagszerű Énünk isteni belső magja. Az ilyenemű könyv szükségességét állandóan hangoztatta egyéb könyveim olvasóitól kapott leveleknek egész áradata, amelyekben könyveim egyes kijelentéseinek további megvilágítását kérték, vagy jelzik, hogy az elmélkedés gyakorlásánál különböző nehézségekkel találkoztak és hogy problémáikat szeretnék volna megoldani. „*A titkos ösvény*” – mint előszavában hangoztattam – nyíl volt,

amelyet találomra lőttem ki a levegőbe – a nyíl azonban a középpontba talált, és sikere talán bármilyen más íróat arra késztetett volna, hogy tárgyát még jobban kiaknázza. Én azonban ismét vonakodtam, mert nemcsak tartottam tőle, hanem ezúttal határozottan tudtam is, hogy egy újabb ilyen munka a közvéleményben még biztosabban „szellemi tanítónak” bélyegezne – olyan jelzéssel látna tehát el, ami valószínűleg örökre hozzám tapadna és aminek viselésétől annyira borzadtam, hogy már magára a gondolatra is hideg futott végig a hátamon. Ezért továbbra is ellenálltam olvasóim kívánságainak és barátaim buzdításainak s csökönyösen megmaradtam a magam előzetesen elfoglalt álláspontján.

*

Vonakodtam attól, hogy holmi piedesztálra állítsanak és „szellemi tanítónak” kiáltsanak ki, amely megjelölésről biztosan tudtam, hogy ennek alapján mindenki azonnal egy bizonyos típussal hoz majd kapcsolatba. Valahányszor ezt a kitélt rám alkalmazták, mindannyiszor cáfolni igyekeztem, mert tisztán láttam, hogy a megjelölés elfogadása egyszer s mindenkorra a vallásalapítók lenézett osztályába sorolna. Azt akartam, hogy annak tartsanak, ami vagyok: semmi másnak, mint normális embernek, akinek van ugyan valamiféle abnormális érdeklődési köre, aki azonban normális életet él és nem tart számot semmiféle fensőbbiségre.

Hangsúlyozni kívántam, amit már másutt is kifejtettem, hogy az embereket nem tanítani óhajtom, csak meg akarom mutatni nekik, hogyan fordíthatják befelé gondolkodásukat s hogyan építhetnek fel ily módon olyan belső életet, amely módot nyújt nekik arra, hogy állandó kapcsolatban álljanak a szellem birodalmával, miközben egyidejűleg a külső világ vásárterein és közlekedési útjain is folytathatják normális tevékenységüket. Nem óhajtottam tanítványokat – ellenkezőleg, azt akartam, hogy az embereket belső irányítójuk felfedezéséhez, a mindenható Emberfeletti Énhez kalauzoljam és ezzel nem valami személy, vagy önmagukon kívül lévő bálvány, hanem a saját szívükben lakozó igazi magasabb szellem tanítványaivá tegyem.

Mindazonáltal hadd valljam be, hogy „*A titkos ösvény*” megírása örömmel töltött el, mert reméltem, hogy a könyv segítségére lesz az embereknek, noha alapvető elgondolása tulajdonképpen az önmaguk vizsgálatára irányuló felszólítás volt. Előre láttam, hogy szívük szerint való lesz, ha e nyugtalan világban belső békét és önuralmat találnak. Ennek a kis könyvnek eszméi azután megjárták az egész világot és a társadalom legkülönbözőbb osztályaihoz is eljutottak. Sokan kijelentették, hogy elolvasása fordulópontot jelentett életükben és képessé tette őket arra, hogy nagyobb bátorsággal és tisztább megértéssel álljanak szembe a léttel. Megkísérletem az elmélyedés és annak indiai megfelelője: a *jóga* egész tárgykörét kihámozni az őt körülvevő titokzatosságból, teológiai homályból és szükségtelen bonyodalmakból. Úgy, hogy végül valóságos örömet éreztem, amiért mégis engedelmesskedtem a könyv megírására irányuló ösztönzésnek.

A címét (*The Secret Path*) hatásvadászónak és pontatlannak ítélték. Válaszom erre az, hogy én a szellemi fejlődésnek *egy meghatározott útját* írtam le, amely a mai

világ számára legnagyobb részben elveszett és amelyet a régi világban is csak kimondott szó útján és csak felavatott tanítványok előtt, titkon és személyesen tanítottak. Ennek bizonyítékául néhány idézet sorolok fel azoknak az írásaiból, akik ugyanezen az ösvényen, vagy annak valamelyik elágazásán haladtak.

Az első idézet Tibetből származik és több mint hétszáz esztendő: **„Háráléptek a titkos ösvényre, azt találjátok, hogy az a legrövidebb”** – mondja a jógiszabályok himnusza, amely a **„Jecsun Kahlbum”**-ban, vagyis Milarepának, a középkori jógik leghíresebbikének életrajzában maradt fenn.

A másik egy még lefordíthatatlan tamil-nyelvű könyvből, **„A szent tamil iratok”**-ból való, és szerzője, Tirumoolar egy sok száz esztendővel ezelőtt élt látnok. Ez így hangzik: **„Azok, kik ezt a titkos utat tanulmányozzák, ráeszmélnek, hogy az egyéni lélek az isteni Én és semmi más.”**

A harmadik idézet Dél-Indiából ered és már a mi korunkból való. Ebben a könyvben, amelynek címe **„A kutatás katekizmusa”** és amelynek angol fordítása még nem jelent meg, az Arunacsala-dombok híres Maharichije írja: **„Az abszolút megismerésnek ez a módszere, mint a szív titkos útja ismeretes. Mit kell erről még többet mondani? Az embernek ezt közvetlen szemlélet útján kell átélnie.”**

A fentiekben megkíséreltem megvilágítani **„A titkos ösvény”** közrebocsátásának bizonyos körülményeit és azokkal szemben elfoglalt személyes magatartásomat. A pillanat tehát kedvező arra, hogy visszapillantást vessek többi könyveimre is és mintegy szemlét tartsak fölöttük, miközben megemlékezem keletkezésükről, tárgyukról és eredményeikről. Ez az utazás azért is szükséges, mert mindegyikük teljesen független a másiktól, mindegyikük külön osztályt alkot, és mert természetükre vonatkozó nagy félreértésekre és szerzőjüket illető bírálatokra adtak alkalmat.

*

A sorozatot **„India titkai”**¹ nyitja meg. Örültem, amikor ebben a könyvben alkalmam nyílt megmutatni, hogy Indiának – ennek az országnak, amely sokkal jobb bánásmódot érdemelne, mint amilyen általában időszerű beszélgetésekben és írásokban osztályrészül jut – még vannak olyan értékei, amelyek meghaladják jó néhány Indiával foglalkozó újabb író látókörét.

Mi napnyugatiak joggal hivatkozunk világunk külső eredményeivel – de kissé nyugtalanná válunk, ha valami félmeztelen fakírról hallunk, aki olyan dolgot visz végbe, melyet mi sem utánozni, sem megérteni nem tudunk. Az ilyesmi még mindig elég gyakran megesik ahhoz, hogy emlékeztessen bennünket arra, hogy a Szuez-csatornától keletre fekvő országokban vannak még ősrégi titkok és van egy tiszteletreméltó tudomány s hogy ezeknek a tarka országoknak lakói egyáltalán nem olyan szellemi sötétségben élő pogányok, mint amilyeneknek közülünk néhányan még mindig tartják őket. Ezeket a **jógi**-kat, mint álmodozó rajongókat írják le, akik elkanyarodtak az emberiség szokott útjairól, hogy különleges búvóhelyeik, kopár

¹ Magyarul is megjelent. Az elektronikus változat letölthető a MEK-ről, a: <http://www.mek.iif.hu> címről.

barlangjaik, magányos hegyeik és áthatolhatatlan erdők mélyén húzzák meg magukat. De ezek előtt tiszta cél lebeg és nem kisebb feladatot tűztek maguk elé, mint azt, hogy tökéletes és hihetetlen erővel tudjanak uralkodni testük törékeny földi hüvelyén. Ennek a célnak elérésére hagyományaikban lefektetett kemény és igényes fegyelmet gyakorolnak. Ha manapság a nagyközönség főleg csalókkal, szélhámosokkal és munkakerülő csavargókkal találkozik, akik másokkal is, önmagukkal is azt szeretnék elhitetni, hogy **jógi**-k – ez nem erősíti meg sem hagyományaik igazságát, sem ezek legkitűnőbb képviselőinek igaz voltát.

Amikor Macaulay Indiába érkezett, hogy helyet foglaljon a kormányban és egy nevelési rendszer tervét dolgozza ki, a papírkosárba dobta ezt az egész tudományt és idegenkedve jegyezte meg, hogy az nem más, mint éretlen gyerekeskedés és babonás képzelődések siralmas gyűjteménye. Teljesen igaza lett volna? Mindenesetre kételkedtem ítéletében és hozzáálltam, hogy a dolgokat magam vizsgáljam meg.

Remélem, hogy horoszkópom uralkodó planétája az igazság, mert ennek parancsára hajóztam át távoli tengereken és ennek felszólítására hajítottam el magamtól sokesztendő becsvágyó munkám csábító gyümölcseit. Feszült lelkiállapotban utaztam, kutatásomat értékes **jógi**-kra összpontosítottam és alapos vizsgálat alá vettem magatartásukat. Egyetlen másodpercet sem vesztegettem az Indiában élő európaiak társadalmi életének sivár és merev szabályaira és szokásaira. Nem szándékoztam táncsal és ivással tölteni az időt. Az a mohó vágy, hogy az indiai élet felszíne alatt mélyebb titkok után kutassak, démonként üldözött.

Utamat ebben az idegen országban látszólag a sors különös kegye egyengette, és mindenféle fajta furcsa emberrel és érdekes kalanddal kerültem kapcsolatba. Itt voltak a **jóga** vándorapostolai: fakírok, akik úgy hatottak, mint galvanizált múmiák: eszmék hajtotta bölcsészek, akik mintegy „transzban” szemlélték önmagukat; az emberi társadalom kóborló elősdi és álszent csavargói, hosszú, torzonborz hajú és hamuval bekent testű félőrültek, akik hátborzongatóan meredtek rám; de voltak világot megvető, nőt és bort kerülő szentek is, akik őszintén szentelték magukat a Nagy Szellem kutatásának – a legtarkabarkábban keveredett embertömeg, melyet valaha csak láttam – és végül itt-ott egy-egy ritka, csakugyan normálisan élő bölcs, aki összefont kezekkel és jószágos szavakkal üdvözölt, aki olyan bizalmat mutatott irányomban, amilyen a Keleten az idegennek nem egykönnyen jut osztályrészéül, és olyan végső igazságokat közölt velem, amelyek túlságosan magasrendűek egy közönséges könyv lapjai számára.

Váltakozva hullámzó életet éltem, egyik héten egy maharadzsza államminiszterével ebédeltem, a másik héten koldusszegény és hazátlan szent emberekhez csatlakoztam. Minden nap el voltam készülve, hogy valami váratlanban lesz részem, vagy hogy a falu utcájának legközelebbi sarkán valami új bonyodalomba keveredem.

Talán helyes lesz itt felelnem egy gyakran feltett kérdésre és elismernem, hogy a híres „kötéltrükköt” sohasem láttam. Bár széltében-hosszában bebarangoltam egész Indiát, nem láttam egyetlen fakírt sem, aki képes vagy hajlandó lett volna ezt az állítólagos csodát véghezvinni. Hogy azonban ez valamikor (és még nem sokkal ezelőtt is) megtörtént, arra annyi meggyőző és oly hiteles bizonyíték van, hogy nyílt

eszű ember kénytelen elfogadni. Ha azonban magáról a mutatványról nem is szolgálhatok tudósítással, visszaadhatom egyik tanítómesteremnek, India egyik legnagyobb élő szellemének magyarázatát, aki ifjú korában maga látott hasonló csodatételt. Határozottan állította, hogy amennyiben nem pusztá bűvészmutatványról volt szó, bizonyára hipnotikus műveletnek, tehát olyan hatásnak volt tanúja, amelyet a hatalmasabb szellem a gyöngébb tömegre gyakorol. Az, hogy ilyen fényképfelvételen sehol sem látható a kötél felkúszó ifjú, elég meggyőző bizonyítéka ennek a megállapításnak. Azt az ellenvetést viszont, hogy ötszáz ember egy tömegben nem válhatik a tömegszuggeszció áldozatává, tanítómesterem annak az elvnek az alapján utasította el, hogy ötszáz gyöngébb szellem mindig is engedelmeskedni fog egyetlen erősebbnek, vagy mennyiségtanilag kifejezve: ötszázszor 0 változatlanul 0 marad.

Ennek a megfeszített vizsgálódásnak során sok mindent tanultam, és noha a hőmérő egyes napokon olyan könyörtelenül emelkedett, hogy a lázadozó izmok nem voltak rávehetők rendes tevékenységük teljesítésére, továbbra is azon voltam, hogy elválasszam a tudományt a babonától, a bölcsességet az ostobaságtól és a valóságot a költészettől. Most aztán megértem, hogy ha India tudáskincsét nem úgy fognánk fel, mint amely a napnyugati tudományokkal és vallásokkal ellentétes, hanem olyannak, mint amely mind a kettőt szolgálja, az így nyert többlet csak jobbakká és bölcsőbbekké tehetne bennünket.

Egy mohamedán fakír, akivel véletlenül akadtam össze, álmodozva jósolta meg, ahogy keresztberakott lábakkal és összefont karokkal ült a gyékényén: **„Hosszú iratokat fogsz szerkeszteni osztályom emberei közt átélt élményeidről és azokat nyomtatott könyvekbe foglalod, hogy a nyugati népek elolvashassák. Elmondod majd a Sahiboknak életedet azok között, akik megvetik őket és szavaidnak az lesz a következménye, hogy szellemük csodálkozni fog.”** – Ő volt az **„India titkai”** című könyvem tulajdonképpeni sugalmazója, mert ő adta azt az ötletet, hogy másokkal is közöljem, amit addig csak magánügyemnek tekintettem. Ettől kezdve gondosabb jegyzeteket készítettem. És itt hozzáfűzhetem azt is, hogy sok olyan emberrel találkoztam, akikről írni sem helyem, sem kedvem nem volt. Ebben a könyvben csak egy kutatás történetét igyekeztem adni és csak azokra a személyekre és mellékeseményekre akartam kiterjeszkedni, akik és amelyek ezzel a vizsgálódással összefüggésben voltak.

Új szemlélettel tértem vissza a Keletről. Misztikus tapasztalataim elvégezték a műtétet lelkem szürke hályogán és sok betegségtől gyógyították meg szememet. A modern társadalmat nem láttam többé dicsőséges civilizációnak, hanem alvó lelkek szomorú katakombájának. Ne értsenek félre. Nem akarok hírverője lenni sem a **jógá**-nak, sem bármiféle más „izmusnak” vagy kultusznak – csak fel szeretném kelteni a figyelmet a Keleten található néhány értékes gondolat iránt. Azok közé sem tartozom, akik a Kelet úgynevezett „szellemiségét” dicsőítik, hogy ezzel a nyugati materializmust becsméreljék. Az ilyen összehasonlítások botorak és pontatlanok. A szentség önmagunkban van, nem pedig bolygónknak valamely pontján. Mégis, kétségtelen, hogy Ázsia és Afrika magas koruk és nyugodt életmódjuk folytán időt találtak arra, hogy mély szellemi, lelki és anyagi jellegű titkokat fedezzenek fel és

olyan bölcsességet, amely véleményem szerint bizonyos tekintetben mégis értékes számunkra. Ezeknek a titkoknak és ennek a bölcséletnek nyomára jönni ma már a legnagyobb nehézségekbe ütközik, mert ismerőik száma az idők folyamán néhány Rejtve Élőre zsugorodott össze – de ezek élnek és megtalálhatók.

India megőrizte múltjából a szellemi gondolkodásnak egy ősi örökségét, amely mélységben utolérhetetlen és terjedelmében egészen egyedülálló. A fiatal indiaiaknak számot kellene tartaniuk erre az örökségre és ki kellene belőle bányászniuk, ami benne értékes és a mai időkre és szükségleteire alkalmazható. Nem szabadna sem a nyugati kételkedéstől visszariadniuk, sem a modern materializmusban megromlaniuk, sem vallási villongásban elbutulniuk, hanem legjobb gondolkodóikat kellene vezetőikül választaniuk.

Indiában a miszticizmus is képviselve van és a Maharishi titokzatos személyében nyert legmagasabb megtestesülést. Európa középkori vallásos misztikusaitól elütően az ő miszticizmusa nagyon is racionális irányba fordult. Valóban az ő alakja könyvem legkiemelkedőbb figurája, és így méltányos, hogy személyének és környezetének jellemzése olyan nagy helyet foglalt el benne.

Környezete hét esztendővel ezelőtt történt első látogatásom óta sokban megváltozott és már nem vonz többé. A Maharishi azonban maradt, aki volt: tisztelt és szeretett mesterem.

„India titkai”-t sokan olvasták. Mint John Knittel, az író a német kiadás előszavában nagyvonalúan megjegyzi: *„Ez a könyv hídát vert”*. Európaiak és amerikaiak ezután többre becsülhetnék Indiát és nagyobb tisztelettel fordulhatnának feléje.

Most pedig olyan témát kell érintenem, amelyről sokáig hallgattam. Könyvem rendkívüli volta több olyan kritikát eredményezett, amelyek vagy a könyvben foglaltak lehetőségét vonták kétségbe, vagy az én igazmondásomon gúnyolódtak. Talán kissé önző módon jobban érdekelt az igazság keresése, mint ez a róla folytatott nyilvános vitatkozás. Ezért tehát önelégülten rá se hederítettem bírálóimra. Mikor egy magas állású indiai, akinek kormánykörökben is összeköttetései voltak, levelet írt a kiadónak és azzal vádolt, hogy mesét vagy regényes történetet táltam föl, és hozzáfűzte: szilárd meggyőződése, hogy a Maharishi kizárólag az én képzeletemben él – s mikor kiadóm a levelet elküldte azzal, hogy magyarázatot adjak, büszke hallgatással félrelöktem és sértődöttségemben még csak válasza sem méltattam. Ha most mégis néhány szót ejtek erről az ügyről, az azért történik, mert előző könyveim ezúttal alapját teszik jelenlegi megszólalásomnak. Ha az alap elfogadhatatlan, még kevésbé lesz elfogadható a felépítmény. Kénytelen vagyok tehát itt néhány közbevetéssel élni, hogy ezt a kedvező alkalmat felhasználva, védekezhessem.

*

Mindenekelőtt nyilván szükségtelen felemlítenem, hogy Indiának olyan szaktekintélye, mint Sir Francis Younghusband semmi esetre sem adta volna írói nevét ahhoz, hogy könyvemhez előszót írjon, ha az lett volna a meggyőződése, hogy kiagyalt történeteket írtam. De egyéb híjával is bőséges bizonyítékokat kaphatott

abban az egész halomnyi, eddig nyilvánosságra nem került fényképfelvételben, amelyet egy délután folyamán a londoni Travellers' Clubban vizsgált át. De megelégedéssel érzem, hogy bizalmát más oldalról kapott értesülések is megerősítették és elmélyítették.

Azután: a könyv képekben gazdag, impresszionista iránya más bírálókban azt a benyomást keltette, hogy az önmagában való anyagot költői módon kiszíneztem. Tökéletesen tévedtek. Teljes jogom van hozzá, ha éppen kedvem tartja, hogy eltérjek a közkézen forgó útikönyvek stílusától és anyagomat, amennyire csak lehet, érdekesen adjam elő. Az, hogy megkísértem szokatlan eseményekről és jelenségekről tudósítani, szokatlan embereket kikérdezni és saját szokatlan tapasztalataimat elmondani, nem foszt meg riporter jellegemtől akkor sem, ha mindezt a közönség értelméhez közelebb igyekszem hozni. Ebben az értelemben könyvem csak megnemesedett újságírás. Számot tartok tehát minden riporternek arra a jogára, hogy a legjobbat hozhassa ki anyagából és azt újságíróilag hatásossá tehesse. Nem látom be, miért kellett volna ezeket a beszámolókat a lehető legunalmasabb és legvértelenebb stílusban visszaadnom. Nem látom be, hogy tapasztalataimat miért ne eleveníthettem volna meg az olvasó előtt ugyanúgy, ahogy jómagam átéltem. És még, ha számot tartanék is rá amit nem teszek –, hogy könyvem irodalmi mű, akkor is megilletne minden művésznak az a joga, hogy anyagát tudatosan megválogathassam és alakíthassam ahelyett, hogy professzor módjára okadatoljam és szillogisztikusan adjam elő. S ugyanígy emlékeztetnem kell arra, hogy ezekben a *jógik*-kal folytatott beszélgetéseimben arra törekedtem, hogy a dolgok gyökeréig hatoljak, hogy megértssem végső értelmezésben, mit jelentettek ezek az emberek számomra és hogy ezeket a beszélgetéseket még tömönyebb formába pároltam le azután az olvasó számára.

A könyv tehát hűséges és őszinte leírás, amely azért íródott, hogy az igazságról értesítsen, anélkül, hogy közben unalmassá válnék. Mikor az elmúlt évben barátom, Francis Yeats-Brown társaságában ismét meglátogattam az Agra melletti Dayalbagh-t, őszentsége, az azóta elhunyt Sir Sahabji maharadzsa volt szíves megjegyezni, mikor hármasban reggelinél ültünk, hogy a vele folytatott beszélgetésekről megjelent nyilvános beszámolóm csodálatosan pontos emlékezőtehetségről tesz tanúságot.

Végül jólesik visszagondolnom arra, hogy mikor hét esztendővel ezelőtt Madras városában kísérletképpen értesüléseket igyekeztem szerezni a Maharishiről, senki sem tudott erről a bölcsről semmit sem, és a nála tett látogatásom előtt hiábavaló volt minden igyekezetem, hogy valamit megtudjak róla. Ma már a városnak csaknem minden lakóját nyugodtan meg lehet kérdezni az arunacsalai misztikus felől, és rögtön kimerítő felvilágosítást kap az ember. Rám, a hitetlen idegenre várt az a feladat, hogy a Maharishit saját országában híressé tegyem.

Ha még mindig fennmaradna valami kétség, hozzáfűzhetem, hogy „romantikus alkotásom”, ez a „fantasztikus irodalmi alak” rövid idővel ezelőtt Madras kormányzójától egészen szokatlanul és kivételesen engedélyt kapott, hogy ne kelljen tanúképpen megjelennie a törvényszék előtt. Ez egy pörben történt, amely annak a földnek a tulajdonjoga körül forgott, amelyen *ashram*-ja (kolostorszerű épülete) állt.

Azt hiszem, nagyon valószínűtlen, hogy a kormányzó ilyen kivételt tett volna a **valóságban nem is élő** személlyel!

*

Meteorszerű sikere volt az **„Egyiptom titkai”**¹ című könyvnek. A közönség rögtön méltatta, hogy itt olyasmi íródott a Nílus napsütötte országáról, amit soha ezelőtt még meg sem kíséreltek. Mégis tudom, hogy az olvasók körében sok ellentmondásra és sok bírálatra adott okot. Most eljött a pillanat, hogy bírálóimat bírálhatom. Kezdetől fogva teljesen nyíltszívű akarok lenni és bevallom, hogy Egyiptomba nemcsak a bölcsesség, de a csodák keresésére is indultam. Sajnálom, hogy ebben a hitetlen korban kénytelen vagyok megállapítani: meg is találtam őket. A Nagy Piramisban eltöltött éjszakám élményeinek leírása, azok a jelenések, amelyeknek ott részesévé váltam – mint arra számítottam is – túlságosan nagy próbára tették bizonyos emberek hitét, illetőleg hitetlenségét, úgyhogy néhányan még abban is kételkedtek, vajon csakugyan ott töltöttem-e a kérdéses éjszakát, míg mások úgy vélték, hogy csak olcsó hírességet hajhászok. Az, hogy valakinek ilyen szokatlan vállalkozással csakugyan becsületes és komoly szándékai lehetnének, sokuknak egyáltalán nem is jutott eszébe. Könyvemnek hat rendkívüli állítása azonban a könyv megjelenése óta időközben beigazolódott, és ha az új világdiplomácia történetét is ideszámítjuk, akkor ez a hetedik, minthogy Ra-Mak-Hotep adeptus jóslata a nemzetközi árulásokról azóta szomorúan beteljesedett.

Az első igazolás a Szfinx gigantikus alakjára vonatkozik, amelynek eredetén és célján a világ egészen napjainkig hasztalanul törte a fejét. Könyvemnek 25. oldalán a következő pontos megfejtést közöltem:

„A Szfinx célja most már megvilágosodott kissé: az Egyiptomba kivándorolt atlantiszbeliak építették leghatalmasabb szobruknak, legfontosabb emlékművüknek, amelyet Világosság-istenüknek, a Napnak ajánlottak fel. A Szfinx kőben megörökített jelképe annak a fajnak; amely a Világosságot tartotta Istenhez legközelebb esőnek ebben a sötét, anyagias világban. Ra, a Napisten volt az első, minden más istenek apja és teremtetője, a dolgok alkotója, az egyetlen, az önmagából-született.”

Egy évvel azután, hogy ezeket a szavakat leírtam, vagyis 1936 októberében, a Reuter-ügynökség a következő kairói táviratot tette közzé és jelentette meg a világ valamennyi vezető lapjában:

ÚJ MAGYARÁZAT A SZFINXRŐL RA NAPISTEN EMLÉKMŰVE

„Legutóbb tett fontos felfedezések új fényt vetnek a gizehi Nagy Szfinx titkára, erre az emberfejű és oroszlántestű óriási kőalakra, amely a Nílus-völgye fölött végigtekint.

¹

Magyarul is megjelent

Selim Hassan professzor, a kairói egyetem tanára mélyreható ásatási munkák során egy nagy gránit-*stela*-t hozott napvilágra – egy táblát, amely láthatólag a 18. dinasztia korából származik, és amelynek felirata további láncszem ennek a nagy emlékműnek a történetében.

Hassan professzor esztendőik óta foglalkozik a Szfinx problémájának megoldásával, hogy tisztázza: ki volt az, aki mészkösziklából kifaragta és mi az, amit ábrázol.

A táblán lévő felirat, amelyet most felfedezett, a Szfinxet, mint Ra napistennek szentelt emlékművet jelöli meg. Egyben megerősíti és valószínűleg kiegészíti egy előbb talált tábla feliratát, amelynek egyes részei letöredeztek.”

Ilyen módon az, ami számomra a Szfinx lábánál mély elmélkedésben eltöltött éjszaka folyamán bensőleg megvilágosodott, a véletlen folytán utólag egy régészeti felfedezés segítségével igazolódott be.

*

Másodszor: örülök, hogy a Kairóban megjelenő „*Sphinx*” című újságban könyvemről a következő bírálatot olvastam:

„Nem kis fáradságomba került a könyv néhány figyelemreméltó állításával kapcsolatban személyes nyomozást és vizsgálatot végezni. A szerző hátborzongató tapasztalatait illetően, amelyeket a nagy piramisban töltött éjszakán szerzett. A helyi rendőrtiszt, akinek gondjaira Mr. Brunton bízva volt, biztosított, hogy Egyiptom minden kincséért sem cserélt volna a szerzővel.

Ezt mondta egy tiszt, akinek bátorsága több ízben kétségtelenül beigazolódott. Mr. Brunton könyve figyelmet fog kelteni olyan bizonyított tények közlésével, amelyek előttünk, legrégebb bennszülöttek előtt is tökéletesen ismeretlenek voltak.”

Azoknak a bírálóknak, akik olyan vitézül vádaskodnak tollal, papírral vagy nyelvvel, azoknak hasonló éjszakát kellene tökéletes sötétségben, ennek az elátkozott piramisnak a belsejében eltölteniük s ha még akkor is megőrizték ép eszüket és kételkedésüket, akkor talán érdekes dolgokat közölhetnének a világgal.

Harmadszor: ama öreg egyiptomi papi szellemnek megjelenése, aki közölte velem a piramisban lévő és rettentő régi, szent emlékeket tartalmazó szoba hollétét és aki felszabadított szellememet az odavezető lejtős folyosón lekísérte, várakozásomnak megfelelően még azokból is gúnyos és szigorú bírálatokat váltott ki, akik egyéb leleplezéseimet elfogadhatónak találták. Ebben a könyvben nem helyénvaló azt az egyébként igen szükséges feladatot elvégezni, hogy a túlvilágról és annak lakóiról megmondják a való igazságot, amely egészen más, mint azok a származékos illúziók és durva képzelődések, amelyek materialista és spiritista körökben közkeletűek – elég csak annyit megállapítanom, hogy az álmvilág nem túlságosan különbözik a szellemvilágtól. Míg az álmvilág legmélyebb és ennél fogva leggyakrabban érintett határterületein a közönséges anyagszerű élettapasztalatoknak és testi folyamatoknak csak lehalványított tudatát adja vissza, legmagasabb határvonalain a testetlen szellemek világával való kinyilatkoztatásszerű egyesülésig

emelkedik. Az ilyen egyesülés szokatlan, de nem olyan ritka, hogy csaknem mindenki legalább egyszer életében ne találkozott volna vele.

Tiszta véletlen folytán legutóbb egy olyan élményről szóló beszámolóra bukkantam, amely az enyémtől – a piramisban – nem túlságosan különbözik. Ebben egy egyetemi tanárt álmában egy babiloni pap keresett fel, aki két agát-töredék feliratainak helyes megfejtéséről közölt vele pontos részleteket. A magyarázat azután később tökéletesen helytállónak bizonyult.

A kíváncsiak számára és élményemmel való összehasonlítás céljából itt adom az összefoglaló jelentést. Az esetet W. Romaine Newbold, a Pennsylvania-egyetem tanára jegyezte fel a „*Subconscious Reasoning*” című lapban, a „Pszichikai Kutató Társaság értekezései” között. (XII. kötet, 11-20. oldal.)

Közlöm belőle a következő kivonatokat:

„Ezt az esetet egy másik barátomnak és kartársamnak, Dr. Hermann V. Hilprechtnek, a Pennsylvania-egyetem asszirológusának köszönhetem. Az élményt megtörténte után rövid idővel mondotta el, és fordításban itt közlöm Hilprecht professzor német nyelvű jelentését 1893. augusztus 8-ról, mielőtt tehát még a tökéletes igazolást megkapta volna:

„Egy szombat este, 1893 márciusának közepe táján, mint már az előző hetek során is több ízben, hasztalanul fáradoztam azon, hogy kibetűzzek két kis agát-töredéket, amelyek valószínűleg valamelyik babiloni ember gyűrűjéről származtak. A munkát különösen nehezítette, hogy a töredék-darabok az írásjeleknek és vonalaknak csak maradványait mutatták, hogy a nippuri Baat-templom romjai között tucatszámra találtak hasonló töredékeket, amelyekkel mit sem lehetett kezdeni, ezenkívül pedig nem is maguk az eredeti darabok feküdtek előttem, hanem csak sebtében odavetett vázlatok, amelyeket a Pennsylvania-egyetem Babiloniába küldött expedíciójának egyik tagja készített. Nem mondhattam mást, csak azt, hogy a töredékek – tekintetbe véve a helyet, ahol megtalálták és a rajtuk fellelhető ékírású jelek különleges formáját – a babiloni történet cassita-korszakából (Kr. e. 1700-1440) származnak. Minthogy ezenfelül az első töredék harmadik sorának első betűje látszólag KU volt, a leletet – megkérdőjelezve – Kurigalzu királynak tulajdonítottam, míg a másik darabról könyvemnek azon a lapján emlékeztem meg, amelyen az osztályozhatatlan töredékeket soroltam fel. A korrektúra-ívek már előttem feküdtek, de még, mindig távolról sem éreztem magam nyugodtnak. Ezen a márciusi estén, mielőtt a könyv végső korrektúrájára a nyomást engedélyező kézjegyet ráírtam volna, újra és újra foglalkoztatott az egész probléma. De még akkor sem zártam le magamban az ügyet. Éjfélkor fáradtan és kimerülten lefeküdtem és csakhamar mély álomba merültem. Ekkor a következő figyelemreméltó álmom volt:

Az ősi, Krisztus-előtti Nippur egy körülbelül negyven éves, egyszerű **abba**-ba öltözött; magas, sovány papja bevezetett a templom délkeleti oldalán a kincseskamrába. Belépett velem egy ablak nélküli kis, alacsony szobába, amelyben egy fából készült nagy szekrény állott, míg a földön szétszórva agát és lapislazuli darabok heverték. Itt a következő szavakkal fordult hozzám: „Azok a töredékek, amelyeket ön a 22. és 26. oldalon különválasztva tett közzé, összetartoznak. Nem gyűrűk. Történetük a következő: Kurigalzu király (Kr. e. 1300) egyszer más agát- és

lapislazuli tárgyakkal egyetemben egy vésett agát fogadalmi-rudacskát küldött Baal templomába. Később mi, papok, hirtelen azt a parancsot kaptuk, hogy Ninib isten szobra számára egy pár agátfülbevalót készítsünk. Nagy zavarban voltunk, mert nem volt kéznél semmiféle agát-anyagunk. Hogy a parancsot teljesítsük, nem maradt más hátra, mint hogy a fogadalmi rudat három részre vágjuk és így három karikát készítsünk, amelyek mindegyike az eredeti felirat egy részét tartalmazta. A két első karika azután fülbevaló gyanánt az isten szobrára került, az a két töredék pedig, amely önnek oly sok munkát adott, ezeknek egy része. Ha a kettőt összeilleszti, igazolva látja szavaimat. A harmadik karikát azonban ásatásaik során még nem találták meg és nem is fogják soha megtalálni.” Ezzel a pap eltűnt. Rögtön felébredtem és azonnal elmeséltem álmomat a feleségemnek, nehogy elfelejtsem. Másnap reggel e leleplezések fényénél ismét megvizsgáltam a töredék-darabokat és meglepetésemre az álmom valamennyi részletét – minthogy a bizonyítékok kezeim között voltak – pontosan igazolva láttam. A fogadalmi rudacska eredeti felírása a következőképpen hangzott: *Ninib istennek, Baál fiának, uralkodójának ajándékozta Kurigalzu, Baál főpapja.*

A probléma végre megoldódott. Az előszóban leszögeztem, hogy sajnálatos módon csak túlságosan későn fedeztem fel a két töredék összetartozását, megtettem a megfelelő változtatásokat a tartalomjegyzékben is (50. és 52. oldal) és minthogy a töredékeket már nem lehetett áthelyezni, mert a nyomatok már elkészültek, mindegyik nyomtat alá a másikra vonatkozó rövid utalást helyeztem.” (Lásd: *Hilprecht: „A Pennsylvania-egyetem babyloni expedíciója”*; A. sorozat. Ékírásos szövegek. Első kötet, első rész: Régi babiloniai, főleg Nippurból származó feliratok.) H. W. *Hilprecht.*

*

Abban az időben, amikor Hilprecht professzor ezt a különös álmot elmesélte nekem – néhány héttel megtörténte után – volt még egy komoly nehézség, melyet nem tudott megmagyarázni. A birtokunkban lévő feljegyzések szerint a töredékek különböző színűek voltak és így alig származhattak ugyanabból a tárgyból. Az eredetiek Konstantinápolyban voltak, és ezért nagy érdeklődéssel vártam Hilprecht professzor visszatérését arról az útjáról, amelyet 1898 nyarán oda tett. Most ismét lefordítom ottani megállapításairól tett saját jelentését:

„1898. november 10.

A babiloni expedíció bizottsága augusztusban Konstantinápolyba küldött, hogy a Nippurból származó és a császári múzeumban őrzött tárgyakat katalogizáljam és tanulmányozzam. Sokat jelentett számomra, hogy személyesen is láthattam ezeket a tárgyakat, amelyek álmom szerint összetartoztak, és bizonyosságot szerezhettem arról, hogy eredetileg ugyanannak az áldozati rúdnak a részei voltak. Halil bey, a múzeum igazgatója, akinek álmomat elmeséltem és akitől engedélyt kértem a tárgyak megtekintésére, annyira érdeklődött a dolog iránt, hogy azonnal felnyitatta a babiloni osztály valamennyi szekrényét és felszólított, hogy kutassak bennük. Schell atya, egy

párizsi asszírológus, aki azokat a tárgyakat, melyeket kiástunk, megvizsgálta és rendezte, nem ismerte fel, hogy ezek a töredékek összetartoznak; ennél fogva az egyik töredéket az egyik szekrényben, a másikat tőle teljesen elkülönítve egy másikban találtam meg. Amint a töredék-darabokra ráakadtam és összeillesztettem, azonnal nyilvánvalóvá vált előttem az álom igazsága. Egykor valóban egy és ugyanazon hengerhez tartoztak. A kőfaragó fűrésze véletlenül olyan módon darabolta fel a tárgyat, hogy a kő fehéres ere csak az egyik darabon látható, a nagyobb, szürke folt pedig a másik részen.”

Hilprecht professzor nem tudja megmondani, hogy az öreg pap milyen nyelven szólította meg. Bizonyos benne, hogy nem asszír nyelv volt. Az a körülmény, hogy a babiloni szellem Hilprecht professzornak *álomában*, míg nekem az én egyiptomi szellemem teljes éber állapotban jelent meg, nem nagy jelentőségű. Ez csak kölcsönösen fennálló ideges és pszichikus hajlamaink különböző fokát bizonyítja. Amit mások álomban tapasztalnak, azzal én elég gyakran éber állapotban találkozom – akár valamely személy, akár a távoli múlt valamely története jelenik meg, akár olyan esemény látomása, amely majd csak a jövőben fog testet öltetni. Kevésbé ismert tény ugyanis, hogy mindkét állapot *egyidejűleg* megvan és hogy az álom éber állapotban is mindig jelen van.

Érdekes pont, hogy mind a két szellem olyan nyelven szólított meg bennünket, amely az övékénél modernebb. Nem akarom állítani, hogy erre magyarázatot tudnék adni – a dolog kétségtelenül nem logikus. Akinek azonban hosszabb személyes tapasztalata van a lélektani kutatás terén, idővel felfedezi, hogy az álom- és szellemvilágok köznapi világunkon túl fekszenek és gyakran gúnyt űznek háromdimenziós logikánkból. Aztán feltűnő az egyezés Hilprecht professzor álom-énje között, amelyet egy pap a templomnak egyik ablaktalan kincseskamrájába vezet és az én szellem-énem között, amelyet egy másik pap ugyancsak egy ablaktalan folyosón kalauzol, amely a Szfinx és a Piramis egy ősi atlantiszi emlékeket őrző helyiségébe nyílik.

Azok, akik nem hisznek a szellemekben, nyugodtan kihagyhatják ezt a beszámolót. Értéke amúgy is személyes. „Uram, mindenkinek megvan a joga saját véleményéhez” – mondta az öreg Dr. Johnson. Szinte hallom nehéz lábait dübörögni a Fleet Streeten, miközben ezt az egyszerű megjegyzést intézi a hűséges Boswellhez. Ha egyetértünk is kijelentésével, a tiszteletreméltó doktor mondatának második fele, amely szerint viszont mindenkinek joga van ahhoz is, hogy ezért leüsse, mégis kérdéses! Az egyiptomiak rendkívül gyakorlatiasak és tárgyilagosak voltak – ez azonban nem akadályozta őket abban, hogy szellemekben higgyenek. Mi azonban már bölcsőbbek lettünk.

Ezzel kapcsolatban szembe kellett néznem egy buzgón terjesztett, de könnyen megcáfolható rágalmakkal is. Londoni kiadóim szerencsés véletlen folytán ismernek bizonyos tényeket, amelyek segítségével ezeknek a rágalmaknak hamissága kimutatható, én pedig nem tartom érdemesnek, hogy saját kiegészítő bizonyítékaimat is hozzáfűzzem. Az ilyen valótlanság sokkal megvetendőbb és terjesztője sokkal gonoszabb, semhogy nyilvános választ érdemelne. Azokat a szavakat, amelyeket a kifürkészhetetlen Szfinx és a megszállott Szibilla ajkairól hallottam, túlságosan

mélyen szívtam magamba, semhogy ellenségeim szavai nyugtalanítanának. Aki hinni akar nekik, higgyen.

Szerencsémre, nincs szükségem jó véleményükre. Kutatásaim az isteni szellem magasabb birodalmában, a tökéletlenebb szellemekkel ellentétben, függetlenítettek ettől a váltakozó barométértől. Hál' Istennek nincs szükségünk bizonyítványra jellemünkről az egyetlen bíró jelenlétében, aki egyedül tud mindent, tehát egyedül van joga mindeneket megítélni és amilyen mértékben megmutatkozik az embereknek, ha közelükbe kerülünk, hihetetlen kicsinysége, olyan mértékben nyilvánítja a Legmagasabb kimondhatatlan nagyságát, ha hozzá közelítünk.

Ha azonban nincs is szükségem a világ jó véleményére, ha dicséretét el is háritom és ítéletét le is kicsinylem, mégsem vagyok annyira közömbös, hogy megfedlek az arról az intelemről, amely olyan valakitől ered, akit régóta tanítómestereim közé számítok, noha teste már réges-rég eltűnt a földgolyóról: **„Áldjátok azokat, akik benneteket átkoznak, könyörögjete azokért, akik benneteket megsértene. Bocsássatok meg, és akkor nektek is megbocsáttatik.”** És ezért harag nélkül bízom ezeket a tudatlan rágalmazókat az Égi Atya gondjaira.

De nincs szándékomban, hogy egy magamfaragta kereszten kínoztassam magamat. Megtörtem a misztériumok ősi némaságát, amint az osztályrészemül adatott – de nem tartozom ezt a munkát tovább folytatni.

De most vissza kell térnem „Egyiptom titkai” című könyvemhez – és rávonatkozó negyedik megállapításomként, emlékeztetem olvasóit arra a borzongató üzenetre, amelyet a Ra-Mak-Hotep álneven megbúvó egyik adeptus bízott rám és amelynek tartalma az volt, hogy a régi Egyiptom a maira láthatatlan örökséget hagyott, amelynek pontos jelentését csak kevesen értik. Ez az örökség szellemi lényeket és lelki erőket foglal magában, amelyek bár több ezer év óta kandi szemektől elrejtett lepecsételt sírokban nyugszanak, de még mindig megőrizték nagy és rontó hatalmukat.

Egyes kétkedők gúnyolódtak ezen a feltevésen, mert naiv és tapasztalatlan voltukban azokkal a finomabb erőkkel szemben, amelyek a bennünket körülvevő világban működnek, nem tudták felfogni azt a gondolatot, hogy látszólag „holt” dolgok közvetlen jelenünkre élő befolyással lehetnek és vannak is. Okkult és lelki szempontból azonban igaz való, hogy a múlt a jelenben él tovább. Ennek feltűnő igazolása a következő tudósítás Monsieur Celleriernek arról a különös tapasztalatáról, amelyet egyik barátja rövid idővel ezelőtt ismertetett meg velem.

Monsieur Cellerier a párizsi művészeti és iparművészeti múzeum laboratóriumának vezetője. 1932 októberében a Louvre egyiptomi osztályának konzervátora arra kérte, hogy tudományos eszközei segítségével állapítsa meg egy kis festett fa-figura valódiságát, amelyet a Louvre vezetősége nyolcvanezer frankos áron akart az osztály számára megszerezni. Monsieur Cellerier eleget tett a felszólításnak és fizikai kísérletek egész sorával elkezdte a fa minőségének, a festés valódiságának és korának meghatározását. A kísérleteket, felügyelete alatt, asszisztensei végezték, és az előzetes vizsgálat eredménye az lett, hogy a kis szobrocska valódiságát kétségtelenül megállapították. Az alak eredetét és történetét azonban még homály fedte és a tudós, akinek kíváncsiságát izgatta a dolog, elhatározta, hogy kiteszi azt az

X-sugarak könyörtelen átvilágításának. Ez meg is történt, de semmi rendkívüli nem került napvilágra. Ezután a szobrocskát ultraibolya AL-sugarak játékának vetette alá. Meg kell jegyezni, hogy a párizsi laboratóriumban alkalmazott sugarak rendkívüli erejűek és intenzitásúak és legalább tízszer olyan erősek, mint azok, amelyeket orvosok gyógyító célra használnak.

Alig érintették a sugarak az alakot, amikor ez Monsieur Cellerier nagy meglepetésére hirtelen *fényleni kezdett, majd úgy látszott, mintha eltűnne és egy fényből alkotott új emberi alakzatnak adna helyet.* Ennek a foszforeszkálásnak okát és pontos természetét nem lehetett megállapítani. A fa és a festés nem lehetett valószínű oka ennek a különös villódzásnak, amely egyenesen a szobor szívéből áradt, úgy, hogy úgy tetszett, mintha valósággal maga a szobor volna.

Ki mondhatná meg, mi volt az, ami ebben a hatalmas sugárzásban öntudatlanul megnyilatkozott – hiszen tudjuk, hogy az ilyen sugarak be tudnak hatolni a durvaszövetű anyagba és finomabbakat át is tudnak fűrni, továbbá tudjuk, hogy az, amit mi elektromosságnak nevezünk, még legegyszerűbb megjelenési formáiban is nem más, mint az egyik legtitokzatosabb természeti erő, amely legmagasabb koncentrált alakjában – mint amilyen ez a sugár is – a szó legszorosabb értelmében okkult erővé válhatik.

A titokra mind a mai napig nem derült világosság. A kis alak ez idő szerint a Louvre legfrissebb szerzeményei között áll. Sokan mehetnek oda, hogy megnézzék, hiszen a szobrot körülvevő mágikus varázsnak nagy a vonzó ereje, de keveseknek, vagy talán éppen senkinek sem fogja értékes titkát elmondani. Ilyen figurákat helyeztek rendszerint a sírokba, hogy közvetítőkként szolgáljanak az elhunytak szelleme és múmiái között.

Ki tudja, hogy ez a Louvre-figura nem a Ra-Mak-Hotep említette egyik ilyen természeti szellem átmeneti állomáshelye-e? Talán azoknak a mágusoknak egyike idézte maga elé, akik Egyiptom távoli fénykorában olyan számosan voltak és összekötötte ezzel a kis figurával, hogy benne éljen egy meghatározott óráig, amikor azután ismét kiszabadul az emberek világába?

Ötödször: az adeptus állítására vonatkozólag különböző nyilvánosságra nem került bizonyítékok ismereteselek előttem, de annak a kívánságomnak megfelelően, hogy csak elfogadható és hiteles tanúbizonyságra hivatkozom, ismét egy újságkivágást idézek:

„Egy kis csontdarabot tesznek felelőssé azokért a sorozatos balesetekért, amelyek birtokosait, Sir Alexandert és Lady Setont érték – hangzik egy edinburghi Reuter-jelentés. – A kis csontdarabot, amelyről azt állítják, hogy egy fáraó csontvázából származik, az elmúlt évben Lady Seton mint érdekességet hozta magával a gizehi sírokból. Azóta az edinburghi Seton-házban a balesetek egész sora követte egymást. Mindenekelőtt a család és a személyzet megbetegedett. A háztartás különböző tagjai és vendégei panaszkodtak, hogy éjszakánként egy rejtélyesen öltözött jelenség kóborol a házban. Kideríthetetlen okból két tűz tört ki. A csontot tartalmazó doboz közelében, szekrényekben őrzött üveg és porcelán egy éjszaka atomjaira rombolódott. – Ezt a csontot, amilyen gyorsan csak lehet, vissza fogjuk

helyezni abba a sírba, ahonnan vettük – mondta Sir Alexander egy interjúban. – Lady Seton maga fog odautazni, hogy visszahelyezése felől biztos legyen.”

Ezzel szemben álljon informátorom, Ra-Mak-Hotep adeptus eredeti kijelentéseinek egy része, úgy, ahogy az *„Egyiptom titkai”*-ban nyilvánosságra hoztam:

„Azok, akik feltörték az ősi Egyiptom sírjait, olyan erőket szabadítottak a világra, amelyek veszélyekbe sodorják. Mind az őskor sírrablói, mind pedig a mai archeológusok – anélkül, hogy tudtak volna róla – olyanoknak a sírjait is felnyitották; akik fekete mágiával foglalkoztak. Azokat a sírokat, melyekben valamely mágikus tudományban jártas személy, vagy olyan ember bebalzsamozott teste feküdt, aki hasonló tudással felruházott személy védelme alatt állott, szellemerők védték és meg is büntették a háborítókat. Ezek az erők sokszor rendkívül gonosz, félelmetes és romboló erők voltak. Ott éltek a lezárt sírboltok mélyén évezredek óta... Minden ilyen feltárt sírből áradatszerűen robbannak ki az eddig bezárt ártalmas, gonosz szellemlények és rávetik magukat fizikai világunkra. Ezek a szellemek mind, kivétel nélkül, különböző bajokat zúdítanak a világra annyira, hogy rombolóan hatnak egész nemzetek sorsára is. Önök, nyugatiak, nem is tudnak védekezni ellenük. És minthogy nem láthatók az önök számára, csak annál nagyobb mértékben veszedelmesek... Akár meghallgatják tehát, akár nem, közölje a világgal ezt az üzenetemet: Ne nyúljanak sírokhoz, amelyeknek szellemi kapcsolatait emberek nem ismerhetik. Hagyja abba a világ ezeknek a síroknak a feltárását addig, amíg elegendő tudást szerez ahhoz, hogy tisztában legyen cselekedete esetleges komoly következményeivel. Sugározza szét ön tolla révén ezt a figyelmeztetést, még akkor is, ha kigúnyolják és nem veszik figyelembe. Kötelességünket meg kell tennünk. A természet törvénye nem bocsátja meg a tudatlanságot – de ezek után erre nem is lehet hivatkozni többé.”

Minden további kommentár nélkül – csak azzal a megjegyzéssel, hogy az adeptus figyelmeztetése megszívlelésre talált – idézem a következő hírt, amely a londoni *Sunday Express*-ben látott napvilágot, pontosan 13 hónappal könyvem megjelenése után:

EGYIPTOM ISMÉT EL AKARJA TEMETNI FÁRAÓIT, HATALMAS KIRÁLYOKAT, AKIKET NEMRÉG „KIÁLLÍTOTTAK”

„A kiadóhoz intézett levelében Mr. H. de Vere Stackpoole, az ismert regényíró a következőket írja:

A minap hallottam, hogy az egyiptomi kormány a fáraókat ismét el fogja temetni. Botrány volt a sírokat megszentelteleníteni és úgy hiszem: ez szerencsétlenséget zúdított a világra.

A londoni egyiptomi követségen közölték a *Sunday Express*-szel, hogy a kormány most valóban azt mérlegeli, hogy a fáraókat ismét eltemesse.

A *Sunday Express* értesülése szerint a javaslat, amellyel az egyiptomi kormány jelenleg foglalkozik, arra irányul, hogy a fáraók részére különleges mauzóleumot építsenek vagy Gizehben, a piramisok közelében, vagy Heliopolisban.

Ez a mauzóleum, ugyanúgy, mint a régi egyiptomiaké, föld alatti lenne, és a királyok koporsóit ismét a föld alá rejténék, hogy emberi szem soha többé ne láthassa.”

Hatodszor: további bírálók szembefordultak az adeptusnak azzal a csodálatba ejtő állításával, hogy különböző sírokban a testek évezredek óta transz-állapotban fekszenek. Őszintén szólva eleinte magamnak is nehezemre esett ezt az állítást elhinni. Az a gondolat, hogy a sivatag homokja alatt olyan emberi testek lehetnek, amelyek szinte végtelen léttel dicsekedhetnek és az emberi test pusztulásának természeti törvényeivel és az idő romboló munkájával dacolhatnak, jómagamnak is szöveget ütött a fejembe. Azóta azonban tökéletesen meggyőződtem ennek lehetőségéről. És bizonyosságom egy feltűnő tudományos felfedezésen nyugszik, amelyet rövid idővel ezelőtt az alábbi sajtójelentés ismertetett:

„A szovjet tudományos akadémiájának tagjai, akik a szibériai jégterületeken kutattak, a közelmúltban mintegy tizenöt láb mélységben számos kezdetleges rovar és kisebb tengeri állatot fedeztek fel. Kiszámították, hogy ezek a teremtmények Kr. e. 1000 óta fekszenek ott, alvó állapotban. Tudományos eljárással felmelegítették és ismét életre ébresztették őket. Feltámadásuk után azonnal ismét serényen nekiláttak normális tevékenységüknek – még a mellettük fekvő tojásokat is kiköltötték, és a befagyott cápafajtából P. N. Kapterew, az expedíció vezetője, már tíz új nemzedéket tenyésztett.

Ennek a kutatásnak az eredménye elképesztő példáját adja a természet konzerváló erőinek. Tudományos körök azonban még sokkal nagyobb jelentőségűnek tartják. Előre látják, hogy ha rovarok háromezer esztendő túlélhetnek, akkor ez megeshetik az emberrel is. Amerikában dr. Ralph S. Willard, a degenerált sejtek elpusztítására irányuló hadjárata során egy megbetegedett majmot megfagyasztott, egy időre jégszekrényben helyezte el, majd ismét életre hevítette, anélkül, hogy a kis állaton bármily káros hatás mutatkozott volna.”

Ezzel a jelentéssel szeretném még szembeállítani dr. Alexis Carrel, a Rockefeller Intézet ismert orvos-kutatójának kijelentését:

„Van egy távoli lehetőség arra, hogy egyes egyének halálát hosszabb időre kitolhassuk. Tudjuk, hogy bizonyos állatok, mint például a kis emberszabású majmok és a lajhár, szárított állapotban nem változnak. Ily módon a lappangó életnek bizonyos állapotát lehet felidézni. Ha az ember több hét leforgása után ezeket a kiszáradt állatokat ismét felnedvesíti, újra életjeleket adnak és folytatni tudják életüket. Bizonyos egyedek tehát hosszabb időszakokra elraktározhatók és további időszakok számára ismét normális életre ébreszthetők. Ilyen módon lehetségessé válik számukra, hogy akár több száz évig is éljenek.”

Borzadunk a halál gondolatától – nem csoda, hogy az élet legendás varázsitala még mindig vonzza az emberek képzeletét. Ha módunkban állna, életünk határait egészen valószínűtlen távolságba tolnánk ki. Bizonyos adeptusokon kívül azonban senki sem ismeri és senki sem őrzi ezt a titkot.

Igen, **„Egyiptom titkai”** nem csekélyszámú olvasónak ütöttek szöveget a fejébe. Maga az, hogy az ember egy láthatatlan világban éljen és mozogjon, amely a mi saját világunkat tökéletesen áthatja és amelynek a láthatatlan lakói emberi és nem-emberi

szellemek – nem volt egészen új gondolat számukra, mert a felnőttek bibliai éppúgy, mint a gyermekek meséi már beszélnek ilyen világról. Hogy azonban ez a világ még ma is meglévő valóság – ugyanolyan valóság New-Yorkban a Broadwayn, mint Párizsban a Place de la Madeleine – az olyan újdonság volt, amely bombaként robbant egyesek agyában.

A könyv magja azonban az a tanítás, hogy az ember túléli a halált. Kiválik a testből – mint ahogy az ember elhagyja börtönét – és nem pusztul el vele együtt. Mert az ember: szellem és nem anyag. Ha a könyv nem tett volna egyebet, mint hogy a modern világot az őskornak arra ez eltűnt misztérium-kultuszára emlékeztette, amelyben ezeket az igazságokat élőkként tanították és mélyrehatóan beigazolták, már ezzel is igazolta volna létjogosultságát. Ha az ember majd ismét megérti, hogy élete tovább tart még azután is, mikor a sír elnyelte testét, talán fékezni fogja zaklatott életmódját és igyekezni fog egy magasabb felelősségérzetre szert tenni. De akkor is meg kell gondolnia, hogy a pusztta továbbélés nem azonos az állandó halhatatlansággal.

Végül: a művelt és műveletlen mohamedán egyiptomiakkal való érintkezésből azt szűrtem le és azt szeretném olvasóimnak is lelkére kötni, hogy módosítsuk azokat a hamis, ostoba és igazságtalan képzeinket, amelyeket – mint én is és mint a legtöbb európai – vallásukról alkottunk. Az iszlám magasrendű hit, amely ahhoz az országhoz, amelyben először elterjedt, csodálatosan hozzáidomul.

*

Talán nem volt egyéb, mint a dolgok logikus következetessége, hogy a szellemi igazság felé irányuló kutatásomat egy szakasszal tovább is kifejlesztettem magának a hatalmas Himalájának vad tájai és tágas horizontja felé. Mert ez az ezerötszáz mérföld hosszú, vad hegyláncolat, amely örök őriséget áll India fölött, népeinek szent földje; az a megszentelt vidék, amelyen legendás istenei és híres szellemi tanítói, bölcsei és *jógi*-jai éltek és – mint a nép tartja – ma is élnek, és ahol rendíthetetlen tanítványok még mindig örködnek a magasrendű szentségek mécsesei fölött. A Himalája azt jelenti a hinduk számára, amit Palesztina jelent a zsidók és keresztények számára. Még mindig türelmesen kapaszkodnak fel a zarándokok a keskeny, kanyargós ösvényeken Badrinath Gangotri és Jumotri nagy templomaihoz, viselik a fáradságukat, vállalják a baleseteket és betegségeket, csak hogy olyan vidékre jussanak, amelyet legrégebbi hagyományaik megszenteltek és amely szemükben egész Indiából örökre a legszebbnek és benyomásokban a leggazdagabbnak tűnik fel. Egy időre tehát magam is letelepedtem a magányos hegyek tövében, amelyek érintetlen nagysága – saját méltatlan parányiságom érzetével – könnyekre fakasztott. Szellemi erőfeszítéseim keretében a kis Tehri-Garwal királyságot, ezt a Tibettel határos államot választottam, mert ott a világ legnagyobb hegyvidékének közepén megtalálhattam azt a minden civilizációtól való tökéletes elkülönültséget, amelyre akkori szándékaim megvalósítására annyira szükségem volt. Magam is megjártam a zarándokutat, habár ez másfajta volt, mint a legtöbb zarándoké. Tökéletes magányba vonultam, csak a hatalmas erdőségekben, a magas hegyicédrusok

és a fejem fölött magasló hóborította óriások között élő vadállatok voltak társaságom. Amit ennek a tartózkodásomnak során művelni szándékoztam, az bizonyos fajtájú *jóga* volt, de nem egyéb, mint a tökéletes csend jógája. Testemet és szellememet az egyáltalán elérhető legmélyebb nyugalom állapotába engedtem siklani. A Zsoltáros szavaival élve, azt akartam, hogy „csendes legyek és tudjam, hogy egy vagyok Istennel”.

A gyönyörű csúcsok és mély szakadékok között vándorolva és magányukban élve, holmi formátlan naplót vezettem, amelybe időről-időre feljegyeztem a környező nagyszerű táj leírását, továbbá gondolataimat különböző tárgyakról, amelyek éppen megfordultak fejemben. A csönd e kalandjának szellemi tapasztalatairól is készítettem néhány jegyzetet. Ennek a naplónak kivonatos részei nyomtatásban is megjelentek és „*A Himalája remetéje*” címen köszöntötték a közönséget. Kiadóim „irodalmi koktélnak” nevezték el – annyira kevert volt a tartalma –, és kétségtelenül igazuk is volt. Mindenesetre remélem, hogy leróttam alázatom adóját a Himalája nagyságának és annak az isteni légkörnek, amelyet gránit-fennsíkjai, a vasutak világától távol megtaláltam!

Ezek tehát azok az írások, amelyek tollamból eredtek. Mindegyikben van egy meghatározott üzenet azok számára, akik hajlandók maguknak fáradságot venni ahhoz, hogy tartalmáról tovább gondolkozzanak, ahelyett, hogy csak felületesen átfussák a lapokat. Legalább kettő közülük kinyilvánította a világ számára azt a csodálatos tudást, amely a szent Indiában és a misztikus Egyiptomban rejtőzik. Emberek, akik azt hitték, hogy mindig ugyanazon módon és mindig ugyanarról a tárgyról fogok írni, nem értik; hogy ezek az írások csak ugyanannak a kristálynak különböző lapjai – valamennyi az igazságot fejezi ki úgy, ahogy rábukkantam. Ezzel azonban nem azt akarom mondani, hogy valamennyinek ugyanaz az értéke is – mert vannak az igazságnak különböző fokozatai, amelyek mindig megértésünktől függenek. Az embernek az a hivatása, hogy a legmagasabb igazság után kutasson – remélem, az enyém az lesz, hogy meg is találjam és valamelyik jövődöbeli művemben meg is szövelegem. Ezt azonban megint csak kevesek fogják azonnal megérteni, mert a tömegek csak akkor kíváncsiak és értik az igazságot, ha hatásos mezben jelenik meg és zajos harsonázás jelenti be. Ezért nem annyira magát az igazságot, mint inkább csak különböző külsőségeit ismerik fel. Ezért akartam én ezekben a könyvekben is ezeknek a különböző nézőpontoknak egynémelyikét lerögzíteni, mielőtt végül a magasrendű végső igazság ritkás légkörébe emelkedem, ahová, mint tudom, csak kevesen fognak követni. Ez az igazság azonban létünk egyetlen oka és megvalósulása embervoltunk egyetlen értelme.

*

Mégis lehet, hogy ezek a művek, ezek a meghitt gondolatok és közzétett tudósítások nem lesznek teljesen haszontalanok. Ha már szemtanúja vagyok egy olyan világ színjátékának, amely röviddel ezelőtt halálos harcba keveredett és most – ha az ellenséges elemek győznek és a sors megengedi – arra készül, hogy még halálosabb harcba rohanjon, olyanba, amely csak általános öngyilkossághoz vezethet,

joggal kísért az a gondolat, hogy nem teljesen hiába írtam. Tudom, hogy írásaim révén néhány ezer ember eljut ahhoz a hithez, hogy egyszer mégis el kell jönnie az igazságnak, még ha sokáig várat is magára és hogy az ember valódi Énje elpusztíthatatlan és ennél fogva halhatatlan. Ezek írásaimban majd találnak némi világosságot utukra, némi sugallatot, amely a magasabb élet felé irányuló igyekezetükben támogatja őket és némi vigasztalást, amely megkönnyíti földi terheik súlyát. És ha hallom és olvasom a manapság bölcsészettnek számító nyakatekert tanításokat, ha felismerem a vallások helytelen és türelmetlen magatartását és azt a könyörtelen nyomást, amelyet egy kegyetlen materializmus gazdagra és szegényre gyakorol, akkor örülök, hogy bizonyosságot tehettem néhány örök igazságról, amelyet ennek a kornak balítéletei sohasem rombolhatnak össze.

Ismét megkaptam a belső felszólítást, hogy a soron következő munkát elvégezzem és szolgálatnak tekintsem – s ezzel a parancsoló rendelkezéssel szemben saját egyéni akaratom tehetetlenül omlik össze.

Engedelmeskedtem tehát és engedelmeskedve megkíséréltem, hogy feladatokat a tölem megkívánt alázatos szolgálatnak szellemében teljesítsem. Ezeknek a lapoknak tartalma, a sugalmazott gondolat és cselekvés eme evangéliumának, a magasabb rendű Önünkhöz vezető útnak ez a megjelölése – ami számomra egyike a legmagasabb és legfontosabb gondolatoknak, amelyet valaha az emberiség szelleme elé tártak és amely földöntúli szépségű – alkalmas folytatása előző írásaimnak. Legmagasabbnak nevezem azért, mert csak akkor **élünk**, ha szent forrásunkat érintjük – egyébként csak **léteünk**.

Ezenfelül pedig az a három év, amely a „**A titkos ösvény**” megírása óta eltelt, további tapasztalatok időszaka volt ezeknek a mélyebb igazságoknak megismerésében és elmélyült egyéni átélésükben. Remélem, megértésem ebben a tekintetben még mélyebb lett, és most inkább képesnek érzem magam arra, hogy a tárggyal behatóbban foglalkozzam: pontosabban és tisztábban ábrázolva ezeknek az igazságoknak gyakorlati és mindennapi életünkkel való tulajdonképpeni összefüggését. „**A titkos ösvény**” csak bevezetés volt, csak befejezetlen vázlat. Mostani könyvemben csak azon fáradozom, hogy ugyanazt a technikát behatóbban alkalmazzam, a belső gondolkodás és a belső élet tökéletes módszerét kiformaljam és isteni Önünk megértésének ezt a nehéz témáját pontosan és szabatosan adjam elő. Mostantól kezdve személyesen tehetek tanúságot az itt tárgyalt szellemi módszerek értékéről. Nem elméletből vagy hallomásból ismerem őket, hanem első kézből származó tudás révén, melyet hosszú, személyes tapasztalattal szereztem.

Mínthogy ennek a könyvnek tételét valamivel filozofikusabban, tudományosabban és analitikusabban akartam kidolgozni, mint az előző köteteket és még az előzőknél is pontosabban igyekeztem kimutatni, hogy az emberi léte vonatkozó igazságot bölcsészeti és racionális úton is fel lehet ismerni, ebben a könyvben szándékosan más stílust használtam, anélkül azonban, hogy – mint remélem – a józan ész nyelvétől, amely egyben az élet nyelve, bárhol is eltávolodtam volna. A személytelent a személyessel, a szenvedélyes meggyőződést józanul és komolyan a hideg, nyugodt elemzéssel helyettesítettem és volt bátorságom hozzá, hogy száraz, félig-meddig akadémikus stílust használjak, amely egyébként nem az én

megszokott stílusom. Ugyanebből az okból, amennyire lehetséges volt, kerültem minden okkult, lelki és egyéb olyan homályos határtudományok szükségtelen említését, amely létét az emberi természet titokzatos szerkezetének köszönheti, de amelyet a tudomány nagyrészt nem ismer el. Ez a terület mindenesetre sokkal kevésbé fontos, mint az isteni és szent terület. Jézus, Krisna vagy Mohamed ajkáról egy nyomatékos szó felér az okkultisták valamennyi csodájával.

Megkísértem ezeken az oldalakon, hogy megvilágítsak – amennyire megvilágíthatók voltak – néhány olyan titkos, ködös, de mégis határozott törvényt, amelyek az ember belső szellemének, tehát **lelkének** működését szabályozzák. Minden nevelés – akár előkészítő iskolai, akár egyetemi – csak elemi lehet, amennyiben a magasabb rendű Én-nel és fejlődésével nem törődik. Ezeknek a törvényeknek engedelmességre viszont az élet legnagyobbjaival kerülhetünk összhangba.

Különösen fontos ez a pont, és erre különösen is figyelmeztetnem kell az olvasót, mert rámutat a különbségekre, amelyek az igazságon belül felismerhetők, ha magasabb nézőpontból vizsgáljuk. **„Egyiptom titkai”** a lélek továbbélésének tanítását hirdette; olyant, amelynek mértéke kizárólag a fizikai testre vonatkozik, minthogy olyan fajta emberek számára íródott, akiknek szemében a test és a személyes Én a fontosabb. Nem tanított tehát semmiféle szellemi halhatatlanságot, ami egészen más valami. Az előbbi szerint a személyes Én tovább él, míg az utóbbi feloldását jelenti.

Ebben a könyvben tehát – minthogy egy ritkább szellemi típus számára készült – magasabb álláspontra helyezkedünk és ezért is hangsúlyozzuk annak szükségességét, hogy **az Ént magasabb rendű Énnel helyettesítsük**, ami a halhatatlanság egyedüli igaz tanítása.

Minden író vagy tanító kénytelen felfogását annak a szellemi fejlettségi foknak megfelelően változtatni, amellyel dolga van. Ha tehát **„Egyiptom titkai”**-ban azt állítom, hogy X az igaz és most **„A felsőbbrendű Én”**-ben azt írom, hogy Y az igaz, az egyik állítás nem zárja ki a másikat – csak annyit jelent, hogy most a fejlődés egy más vagy magasabb fokáról írok az olvasó számára. De még így sem szabad félreérteni ezeknek a lapoknak célját. Az a rendeltetésük, hogy járható **jóga**-utat mutassanak a napnyugatiaknak, olyan utat, amelynek gyümölcse a lélek egyensúlya, a gondolatok és kívánságok fegyelmezése és az a képesség, hogy a lét magasabb rendű erőit hasznosíthassuk. Röviden: megmutatják, hogyan érhető el bizonyos kielégülés, de nem kísérlik meg **ezen a fokon** az egész világmindenség titkát megoldani. Az, amit vezető tudósaink még mindig hasztalan keresnek és amiről elfelejtett filozófusok reménytelenül lemondtak, gondosan őrzött kincse maradt egy kis csoport ritka embernek Indiában, azóta a ködös őskor óta, amikor ez a tudás csak szájról szájra szálló szó útján terjedt, és ennek árnyékában eredete teljesen homályba merült. A közönséges **jógi** számára ez a tudás elérhetetlen – a **jóga** gyakorlása azonban szükséges szellemi és erkölcsi gyakorlat, amely előkészíti az embert arra, hogy az abszolút igazság felbecsülhetetlen drágakövét birtokába vehesse. Ha elérjük a lélek békéjét és a gondolatok koncentrációját, csak akkor lehetünk képesek és alkalmasak arra, hogy a végső igazságot illető kérdéseket megközelítsük. Egyelőre csak arra

törekszünk, hogy fényt derítsünk egy ködfinomságú és meglepő tudásra, amelyet eddig milliók közül talán egy ember sem tudott felfogni s hogy közeledjünk egy rendezett tanítórendszer felé, amelynek megdönthetetlen bizonyosságait minden időkre még csak ezután kell kidolgozni.

Egyiptomban ásatásokat végző archeológusok felfedezték egy papirusz-könyv – az **Oxyrhynchus** – egy lapját, amely Jézus nyolc kijelentését tartalmazza. A felfedezők a papirusz hozzávetőleges korát Kr. u. 200-ra teszik. A kijelentések között van egy különösen súlyos, amely feltűnően hasonlít az őskor filozófusainak újra és újra megismételt tanításaihoz.

Jézus ezt mondta: „És tiétek a mennyek országa és aki közületek önmagát megismeri, amazt is meg fogja találni.”

Ez a könyv ennek az önmegismerésnek egyik segítőeszköze. Azt a képet, amelyet az Én-ről mutat, legtöbbünk talán szokatlannak fogja találni; de aki megfelelő mértékben nekiszenteli magát, végül ráeszmél majd, hogy a lélek nem megismerhetetlen. Aki pedig felteszi, hogy ezek az állítások csupán fantasztikus spekulációk, hogy ezek a tapasztalatok pusztán szellemi délibábok, annak a csalódásnak az áldozata, amely csak egyetlen napja a világtörténelemnek. Az anyagelvűség, amelynek még sohasem sikerült valóban meggyőző magyarázatot adni a létről, egy ideig még megőrizheti uralmát – de nemsokára rogyant lábakkal fog összeomlani.

Bárcsak ez a kor ne állana olyan idegenül szemben a valódi élettel, hogy ezeknek a gondolatoknak néhányra barátságos fogadtatásra ne találhatna nála!

II. FEJEZET

AZ EMBER: TITOK

Az első gondolat, amely a gyermek tudatát hosszabb időszakra leköti, a **személyes Én** élménye. Az utolsó gondolat, amely az elmúláskor a szellemmel együtt az agy földi székhelyét elhagyja, ugyanennek az Én-nek szól. És a születés és halál közé eső évek folyamán – azokban az években, amelyek az életnek hétköznapi eseményekből, akaratlan komédiákból, alkalmi tragédiákból, rövid napsütésből és hosszabb árnyékból összetett képét mutatják – a legtöbb ember főleg szintén ugyanezzel az Énnel foglalkozik.

Ezt az **Ént** különösképpen titokzatos homály veszi körül, és kevesebbet tud önmagáról, mint az őt környező világban bármiről.

Az ember azonban nincs tudatában önmagát illető tudatlanságának. Csak ha ráeszmél az Én érzetére és elkezd magamagán gondolkodni, csak akkor támad fel benne ez a tudat. Akkor önmaga számára a legeslegnagyobb, a Szfinx talányával versenyző rejtéllyé válik és legfőbb problémája ugyancsak önmaga lesz. Ha van benne elég bátorság és elhatározottság, hogy folytonosan kérdéseket intézzon az élethez, hogy emberi tapasztalatait balítélet nélkül boncolja, csodálkozni fog, mennyire képtelen megérteni az igazságot, a teljes igazságot, amely ahhoz a nagy

életerőhöz fűződő viszonyára vonatkozik, amelyben minden dolog mozog és létezik és amelynek ő maga is csak egyik kifejezési formája.

Nekünk, akik csak gyöngé tévelygők vagyunk a hatalmas, hallgatag kozmikus fejlődésben, meg kell gondolnunk, hogy ez a világmindenség legmagasabbrendű látható kifejezését az **emberben** érte el, akinek bonyolult természete megtestesíti az egyszerűbb jelenségekben található legtöbb elemet és elvet. Ezért remélhetjük, hogy az ember sikeres elemzésének során megtalálhatjuk magát az első kulcsát is a Világmindenségnek. A mai tudomány általános világfelfogásában a tárgyi Universum mindinkább néhány szimbólumra korlátozódik, melyet a természet az emberi tudat számára nyújt. A relativitás törvénye az anyagot és az időt ilyenképpen levezetett fogalmakként mutatja be, a kvantum-elmélet pedig annyira eltérített már bennünket attól a régimódi meghatározástól, amely az anyagot mint „tömeget” fogja fel, hogy az éles elméjű tudós előbb-utóbb kénytelen belátni: a tudományos kutatás határai nem léphetők át, amíg a tapasztalat jelenlegi határait át nem léptük.

Inge dékán mondja valahol: „Csillagászati nézőpontból tekintve csak egynapos lények vagyunk.” A tudományos kutatás egyik szomorú eredménye, hogy mélységesen tudatossá válik számunkra mindannak a számtalan formának a mulandósága, amelyből a világegyetem összetevődik. Kénytelenek vagyunk az elmúlás tényén elmélkedni és időnként megboradunk minden emberi erőfeszítés hiábavalóságának gondolatától. Ez magyarázza minden vallás létét.

Az embernek valódi Énje megismerésére irányuló törekvéséből keletkezett valamennyi vallás – nagyok és kicsinyek egyaránt –, számos bölcsészeti rendszer és néhány tudomány, valamint azok a homályos és ma már letűnt titkos tanítások és szertartások, amelyek az őskor misztérium-templomaihoz vezettek. Azonban e történelmi erőfeszítések mellett is rendkívül csekély azoknak a száma, akik önmagukról azt állíthatják, hogy eléggé hatalmukban tartják ezt az életet – olyan csekély, hogy legtöbbször közülünk csak menekülünk önmagunk elől és berzenkedve fogadjuk azt a hitelét vesztett hitet, hogy nem az ember feladata a világ titkainak megoldása. Elfogadjuk érthetlenségét és beleszokunk abba a gondolatba, hogy szellemi tudatlanságunk és emberi gyöngeségünk korlátait sohasem léphetjük át teljesen. Különös, mennyire zavarba jön mindig az emberi szellem, ha önmaga felől gondolkodik. Ez az alázatos magatartás, ez a félszeg félelem, hogy a léttől kicsikarjuk rejtegetett titkát, ami néha az élet szellemi oldalával szemben lustaságig és közömbösségig fajul, méltatlan az emberhez, aki ma látszólag a legértelmesebb és leghatalmasabb teremtmény. A normális ember tudása saját Énje felől többé-kevésbé testének, mint tökéletes, húsból, vérből és csontokból összerakott szervezetnek közönséges élményére korlátozódik. Ennek a szervezetnek a fejében valahol található egy agynak nevezett szürkésfehér massa, amelynek bonyolult tekervényei között megy végbe a gondolkodás folyamata és amely a benyomásokat, gondolatokat és bizonyítékokat termeli. Ezenkívül azt is tudja, hogy ebben a testben időről-időre különböző érzések – mint vágy, nemi ösztön, szerelem, gyűlölet, féltékenység, félelem, stb. – keletkeznek, amelyek fizikai síkon megfelelő cselekvésre késztetik, aszerint, hogy az érzések közül véletlenül éppen melyik az uralkodó. Az átlagember számára ezekből a dolgokból szövődik össze Én-je. Egyebet alig tud önmagáról és

köznapi élete legtöbb eseményével kapcsolatban megelégszik ezzel a korlátozott elképzeléssel. Az ember ezzel az elképzeléssel valóban egészen jól leélheti az életét és elég kielégítőnek is találhatja, feltéve, hogy nem kezd el gondolkodni a dolog fölül. De tegyük fel egy pillanatra, hogy az ember valóban nem más, mint ez a testi alak – és aztán próbáljuk meg felismerni az ilyen feltevés teljes jelentőségét. Adva van egy teremtmény, aki különböző fajtájú fizikai anyagokból és vegyi elemekből tevődött össze, amelyeket egy bőrzsák foglal magában. Ezek az élettelen és látszólag értelem híjával lévő alkotóelemek, mint amilyen a szénsav, nitrogén és foszfor, amelyek az emberben találhatók, ezekben a kapcsolatukban mégis bizonyos élő elvet, különleges életerőt mutatnak fel és azt a képességet, hogy ez a lény intelligensen és okszerűen gondolkodjék és céltudatosan cselekedjék.

Nem rendkívüli titok-e ez? Megoldotta-e vajon valaha egyetlen tudós is? A felelet: senki. Miért? Mert az egész világon nem akadt még tudós, aki képes lett volna ezeket a lényeges vegyi alkatelemeket egy olyan önmaga-alkotta hasonnemű lényben összeállítani, amely azután úgy élt, mozgott, beszélt és cselekedett volna, mint az ember. Másfelől sok tudós fejtette ki véleményét és főleg anyagelvűségi alapon okos és ügyes rendszereket és elveket épített fel, hogy számunkra az embert megmagyarázza. Minden elmélet próbája azonban végső eredményben vagy a laboratóriumi kísérlet, vagy az élet tapasztalata lehet. Ha majd e tudósok egyike a kémia művészetének segítségével embert tud alkotni, csak akkor – de nem előbb – bizonyította be elméletét. A tudomány, amely egyéb dolgokról annyi mindent állapított meg, még mindig nagyon keveset tud az emberben megnyilatkozó láthatatlan életerőről. De az igazság felé halad, és ezért reménykedhetünk. Sir James Jeans, mint a tudomány fejlesztésére alakult brit társaság elnöke, állapította meg egyik évi összejövetelük alkalmával: „A tudomány megadta az embernek a természet fölött való uralmat, mielőtt még az önmaga fölötti uralom birtokában lett volna. Tudásban minden nemzedék a másik vállán áll, de mindabban, ami önmagát illeti, mindenki ugyanazon a talajon.” Kemény tények ezek, de nem változtathatunk rajtuk. Ha van kivezető út, az nem a kevesebb, hanem a több tudás irányába vezet. A lélektan reményt nyújt arra, hogy az ember hosszú történelme során először fog engedelmeskedni az *„Ismerd meg önmagadat!”* parancsának.

*

A hinduk, akik ebben a tárgykörben mély kutatásokat végeztek, sok ezer évvel előbb, mint az első nyugati tudós egyáltalán gondolkodni kezdett, tanaikat általában arra a hallgatóságos feltevésre építették, hogy van egy általános szellem, amely a világot és a benne élő teremtményeket egyidejűleg hatja át és tölti el. Ezért azt állítják, hogy az emberi szellemben önmagában rejlik az a kinyilatkoztatás, melyet keres. Hála a tudományos irányvonalakon nyugvó nevelésnek, amely semmit sem ismer el magától értetődőnek, mi az ilyen állítást nem fogadhatjuk el. Mi csak azt ismerhetjük el, amit vitán felül állónak tudunk: saját létünk tényét. Azt valóban érezhetjük, hogy az anyagszerűnél magasabb rendű élet vesz körül bennünket – de minthogy ezt nem értékelhetjük, csak képzelődésnek minősíthetjük. Ilyen módon lett

a modern ember az a különös lény, amely az istenség emlőin nevelkedik, de arról még sincs sejtelve! Ez a körben mozgó földgolyó nem keringhetne tengelye körül, ha a magjában lakozó magasabb rendű energia nem hajtaná előre. Ám a képzett szellem csak a geológia-kutatás keretében foglalkozik a földdel.

Az ember nem kételkedik szelleme létezésében – a modern élet ebben a tekintetben túlságosan sokat követel tőle –, de megmarad amellett, hogy gyanakodva szemléli a pszichológusoknak gyakran elismételt, és bőséges bizonyítékokkal alátámasztott állítását, hogy szellemének – és ennél fogva önmagának – nagyobb része tudatosság nélkül funkcionál és hogy ez a rejtett rész őt sokkal nagyobb mértékben befolyásolja, mint amennyire észrevenné vagy bevallani hajlandó volna. Bár óriási materiális vállalkozásokba bocsátkozik, amelyek néha hatalmas méretekben megváltoztatják ennek a planétának a felületét, úgy látszik mégis hiányzik belőle az akarat vagy a kívánság, vagy mind a kettő, hogy abba az ugyanilyen szükséges vállalkozásba bocsátkozzék, amely saját élete okának és céljának felfedezésére irányul. Bár egész nap folyamán és sokszor késő éjszakáig lázas tevékenységnek szenteli magát, mégsem támad soha az a gondolata, hogy élettapasztalatának mélyítésére figyelmét befelé fordítsa és saját lényének forrásai után kutasson. Szívesebben fúr gondosan kitervelt tárnákat a földbe, hogy mélyén aranyat fedezzen fel, mintsem hogy azt a fáradságot venné, hogy a saját énje legmélyebb zugaiban rejtőző, sokkal ritkább kincset kutassa fel. Nem látja be, hogy semminek nincs olyan nagy jelentősége számára, mint hogy saját életfolyamának forrását és irányát kutassa fel, mert csakis ennek az állandó hatásnak köszönheti, hogy folytatni tudja azokat a külső, világi tevékenységeket, amelyek annyira lekötik. Az önismeret tehát a legmagasabbrendű tudomány.

Mindig volt, ma is van és mindig is lesz azonban egynéhány ember, aki mégis megkísérli, hogy a napi események sodró áradatából a partra ússzék ki. Ezek arra törekszenek, hogy a külső események árján fölülemelkedő biztos talajt találjanak, ahonnan az élet és a szellem titkát szemlélhetik. Ezt általában valami nagy fájdalom, valami érzelmi krízis, vagy más megrázkódtatás hatása alatt teszik, ami azután befelé sodorja őket és ami egy időre minden olyan tevékenységet, amely saját Énjükön, a személyes Énen kívül forog, semmisnek és értelmetlennek láttat velünk. Különös, hogy az emberek csak akkor kezdenek valóban érdeklődni az élet lelki szemlélete iránt, amikor olyan ponthoz érkeztek, ahol úgy tűnik fel nekik, hogy az életet „már nem érdemes tovább élni”. Ez a pillanat az, amikor a vallás és a bölcsélet felé fordulnak, hogy ott találjanak vigasztalásra és megértésre és – ha ez a kettő nem elegendő – idegenszerű szakadár-kultuszokban keresnek valami eretnek világítópontot. De bárhová fordulnak is belső megvilágosodásért és irányításért: végül mindig az Én titkával kerülnek szembe, amely – bár hallgatólag – állandóan mélyebb kutatást követel. Ezért sürgősen fontos, hogy az ember ezt belássa végül és Énje megértését élete főmotívumává tegye. Mindaddig, míg ezt nem teszi, a vallás, a bölcsélet, a parapszichológia – röviden: a nem érzékelhető tudáshoz vezető valamennyi út – csak megzavarja és kibillentí a egyensúlyából.

Az élet megteremtette ugyan az embert, ám ezzel a megteremtéssel kapcsolatos misztériumok mindeddig egyáltalán nem lepleződtek le előtte. Nem meglepő tehát, ha a természet legmélyebb és legkínzóbb titka egyben a legfontosabb is. Ne habozzunk azonban szembenézni vele.

Carlyle, a zord skót, nyolcvanadik évében, amikor fürdő után éppen szárítkozott, zavarodottan pillantott öreg tagjaira és ezzel a kiáltással: „Az ördögbe is, ki vagyok hát én tulajdonképpen?” – elkezdte ráncigálni hervadt bőrét.

Carlyle szavaira a szerző ezt felelné: „A kérdés a kinyilatkoztatás kapuja.”

A nagy háború óta néma forradalom ment végbe a természettudományokban. A XIX. század naiv anyagelvűsége nem látszik többé hihetőnek és szomorúan avulttá vált, míg a relativitás elmélete, a kvantumelmélet és a hullámelmélet megváltoztatta a világegyetemről vallott nézeteinket. Amint a szilárd atomot elektronokká rombolták szét és ez az ősi éterben feloldódott, a materialista elveszítette matériáját! Elkezdünk a régiek elméleteivel, Babylonia, Egyiptom és India tanításaival foglalkozni – de ezt most már a modern tudomány fényénél végezzük. Halmozódnak a bizonyítékok, hogy a tudomány nemsokára – ha más fogalmazásban is – ugyanazokat a dolgokat fogja mondani, mint ezek a feledésbe merült régiek.

A szerző könyveiben és cikkeiben ismételten megjósolta, hogy a XX. század széles keretek között fogja megélni az élet rejtélyének értelmes és a tudomány elismerte módon végbemenő leleplezését. Ez a jövődőlés nem alapos ok nélkül hangzott el. Mert csak akkor kezd majd az emberiség értelmes módon együttműködni a természettel, hogy világegyetemünk rejtett tervét megvalósítsa. Nem véletlen, ha olyan jelentős tudós, mint Millikan is kénytelen elismerni: „Életünk folyamán több új kapcsolatot találtunk a természettudományok között, mint amennyit valamennyi megelőző kor együttvéve napvilágra hozott, és úgy látszik, hogy a felfedezések áramlása mind mostanáig sem apadt el.” Még nem is oly régen történt, hogy a tudomány a világot a géptervező művészet fogalmaival fejezte ki. Az anyag egyszerűen csak tömör és változhatatlan képződmény, szilárd atomok gyűjteménye volt és semmi több. A világmindenség – gép, amelyben nincs semmi rejtélyes. A tudomány most a matematikai fizika kifejezéseit használja megállapításaiban. A mindenség egy sor matematikai vonatkozású jelképpé vált. Így tettük meg az utat az anyagszerútól a szellemiig. A következő lépést akkor tesszük meg, amikor majd minden mai kutató kinyilvánította már véleményét. A fizika akkor majd barátságosan kezét nyújt a metafizikának. Akkor fogja majd a tudomány a világot bölcséleti kifejezésekkel magyarázni. Az Univerzum nem lesz se gépies, se tisztán jelképi. A haladottabb gondolkodók máris közelednek azokhoz a következtetésekhez, amelyekre ez a könyv rámutat és amelyeket a szerző egy jövődőlő munkája majd még tisztábban megvilágít.

Nem volt tisztára véletlen, ha a XIX. század tudósai, mint Kelvin, Poincaré, Raleigh és Helmholtz a feltűnést keltő és váratlan felfedezések láttán indíttatva érezték magukat a világegyetemről való régebbi nézeteik megváltoztatására. A Röntgen-sugár, az elektron és a kvantumelmélet volt az a három felfedezés, amely meggingatta a szilárd talajt a magabizó materialista lába alatt. Egyben összerombolták

gépszerű világépületét is és a kutatások olyan sorát indították el, amelyek a mai fizikust már teljesen eltérítik saját területéről.

Hogyan kezdjen most hát hozzá az ember, hogy az Én titkába behatoljon? A szerző nem tartja érdemesnek, hogy belebocsátkozzék egyrészt a szellemi kutatás mai állásának általános felvázolásába, másrészt a különböző hitvallások és bölcsesetek pozitív értékeibe és korlátainak ismertetésébe, amelyek ennek a kutatásnak a szempontjából az emberiség feleletét jelentik. Egy ilyen áttekintés kritikailag mérlegelő ítéletre kényszerítené, amit elutasít magától, mert enélkül is már túlságosan sok fölösleges bírálat és túlságosan kevés hasznos építőmunka mutatkozik a világon. Hadd törődjön tehát csak a maga dolgával, ne zavarjon senkit, mindenki iránt a jóakarat szellemében dolgozzék és örüljön, hogy van még más olyan fény is, amely a lét veszedelmei között megmutatja az embernek a biztos utat. Kizárólag ebben a szellemben ajánlja fel munkálkodását és reméli, hogy az egyeseknek hasznára válik, mint ahogy élete sötét napjaiban maga is örült volna, ha hasonló segítséget kaphat.

*

Mi a lélek? Van-e halhatatlanság? Mit jelent az „örökkévalóság” szó? És hol az Ég? Ezekre a kérdésekre nincs rövid és meggyőző felelet. Ezek a problémák már az őskor és különösen a Kelet bölcseit foglalkoztatták. Ők mélyre nyúltak, megtalálták a megoldásokat és felfedezéseiknek olyan nyelven és olyan stílusban adtak kifejezést, amilyen éppen országukhoz illett. Ezek az ősrégi bizonyítékok és primitív kultúrák tartalmazzák a valódi és korrekt választ a létnek a modern szellemet is nyugtalanító rejtélyeire. Ezek a bölcsek ezenfelül mások számára is lehetővé tették, hogy ugyanezeket a felfedezéseket maguk is megtehessék. Kidolgozták a vallási megközelítés és lélektani technika módszereit, amelyek kulcsként szolgálnak a lényeges személyes tapasztalatokhoz a szellem területén. Ezek a módszerek valóban hatásosak voltak, de aligha felelnek még mai ízlésünknek, kedélyállapotunknak és életkörülményeinknek. India magányos *jógi*-jai, Kína szelíd bölcsei, Egyiptom hatalmas beavatott papjai, Perzsia Istentől elszakadt *sufi*-jai, az ősi Britannia eltűnt druidái és Amerika előkelő Inka-papjai voltak többek között a pszichológiai tudomány őrei. Ismertek bizonyos utat – némelyik közülük járt is rajta –, amely csodálatos szellemi változást idézett elő bennük. Mai jelentéktelenebb utódaik nagyrészt megfélemedtek erről az útról vagy nem méltatták figyelemre, és csak kevesen vették gyakorlati hasznát. Számunkra, napnyugatiak számára a megmentést jelentené, ha ezt a homályos őskor árnyékában már csaknem feledésbe merült módszert ismét megtanulnánk, saját körülményeinkhez alkalmaznánk, modern kifejezőmódba öltöztetnénk és szabályos gyakorlások révén elsajátítanánk.

Erre az újkori revízióra feltétlenül szükség van. Egyes emberekkel tett tapasztalatok arra mutatnak, hogy a régi indiai módszer, amely ezeket a kérdéseket szóban és írásban vitatta és oldotta meg, látszólag távol esik világi tevékenységünkötől. Az európaiak hagyományai és kedélye számára túl idegenszerű és szokatlan, semhogy hasznat vagy vonzerőt jelentene nekik. A valóságban azonban nem így van. De minthogy tekintettel kell lenni a külső formára, mi európaiak

modernebb és gyakorlatibb módszereket használunk ugyanazoknak az igazságoknak a megvilágítására, amelyeket időtlen-időkkel ezelőtt a Gangesz partjánál szakállas *jógi*-k, a Himalája sziklabarlangjaiban pedig tiszteletben álló *rishi*-k tanítottak. A régifajta megjelenítés nagyon is valószínűtlen jellegű és túlságosan híjával van a gyakorlatiasságnak, semhogy olyan modern nagyvárosoknak, mint London, Párizs és New-York, megfeleljen. Ha valamilyen új technikát tanulunk, még nem szükséges időnként új terminológiára is pocsékolni.

Nem érzünk többé rokonságot azzal a titokzatos néppel, amely szellemi problémáit Egyiptom magas templomfalain és pylon-kapuin belül oldotta meg, és abban sem tudunk hinni, hogy Yukatan groteszk építésze a mienkéhez hasonló szellemi vágy kifejezése volna.

A régi tanítások közül a legkiemelkedőbb Indiáé, mert az még ma is él, míg a többiek elpusztultak és mert India az a föld, amely a legmélyebb gondolatokat szülte az emberről, mint ahogy Egyiptom a legcsodálatosabb mágia apja volt, Görögország pedig a szépség után való legmagasabbrendű törekvést testesítette meg.

Minden bölcseletnek és vallásnak, amely Európában megjelent, megtalálható az ellendarabja India hosszú történetében. Ehhez járul az is, hogy ennek az országnak a szellemi iskolázás tekintetében volt egy titkos rendszere, amelyet az erdőkben vándorló és sziklaszakadékok között élő *jógi*-k tápláltak. Ezeknek a remetéknak feje Patanjali volt, aki az első könyvet írta a *jóga*-módszerekről. Egyesek benne tisztelik a rendszer megalapítóját – ez a nézet azonban kétségtelenül helytelen. A *jóga* lényegében az emberi szellem megtérése a maga isteni Énjébe. Nem mesterséges rendszer tehát, hanem természetes valóság, amelyet más emberek is akaratlanul felfedeztek. Más országokban, mint például a történelem előtti Egyiptomban, bizonyára Patanjali előtt is akadtak olyanok, akik ezt a belső megtérést gyakorolták. Könyvét sohasem szánta nyilvános közreadásra, csak kiválasztott tanítványok adták elő és magyarázták előszóval – senki más nem férközhett hozzá.

Amit ily módon a magányban tanítottak, nem különbözött teljesen attól, amit egyes görög bölcsészek a nyilvánosság előtt adtak elő – mert a világ szellemének ugyanaz a mély réteg alkotja alapját kelettől-nyugatig és ugyanazt az ősi utat tanítja: ***Ember, ismerd meg önmagadat!*** Sokrates például a legmélyebb elmélkedés módszereit használta, ugyanazokat, amelyeket Patanjalinak a közvetlen elmélyülésről szóló tanítása fejt ki világosan. Mindkettő a transz-állapotban csúcsosodik ki, amelyet Sokrates saját testén demonstrált, amikor időnként látható transzba merült.

Egyszer barátjával, Aristodemusszal egy lakomára igyekezett. Sokrates hirtelen támadt mély szórakozottságában lelkileg teljesen önmagába merülve hátramaradt, és Aristodemus nélküle érkezett meg. Szolgát szalajtottak a bölcs keresésére, aki azonban visszatért és jelentette, hogy Sokrates az egyik ház kapubejárata alatt áll és ha megszólítják, nem felel. „Hagyjátok békén – mondta Aristodemus. – Szokásai közé tartozik, hogy időnként visszavonuljon és ott maradjon, ahol éppen véletlenül van.” Sokrates később utánajött. Egy másik esettel kapcsolatban Alcibiades megemlíti, hogy Sokratest egy hadjárat alkalmával az egyik katona ugyanazon a helyen találta, ahol már kora hajnal óta mély elmélkedésbe merülve állott. Dél felé figyelmesek lettek rá és a sokaság csodálattal nézte, hogy a nap már lemegy, de

Sokrates még mindig ugyanabban a transz-állapotban van. Így állt egész éjszakán keresztül. Hajnalhasadáskor aztán imát mondott a Nap felé és visszatért foglalatosságához. Pontosan ugyanaz az állapot ez, mint a hinduk „*Nirvikalpa Samadhi*”-ja.

A hinduk, akik Patanjali módszerét szakadatlan hagyományok révén már a Sokrates előtti idők óta gyakorolják, ugyanezt tapasztalták. A szerző különböző példáit látta hasonló transz-állapotoknak a ma élő *jógi*-k között. Bármilyen érdekesek is azonban ezek a primitív elgondolások és eljárások a mai olvasó számára, való igaz, hogy azok csak saját régebbi koruknak felelnek meg, nem pedig a mi korunknak; csak egyszerű környezetükhöz illenek, nem pedig a modern ember bonyolult háttéréhez. Valóban szükséges tehát revíziójuk és a mai tudományhoz való alkalmazásuk. Bár az őskor bölceit a legnagyobb tiszteletben tartjuk és Indiának, az átfogó vallások, nagyszerű bölcséleti tanítások és jelentős *jóga*-rendszerek anyaföldjének a legalázatosabb hódolattal tartozunk, mi európaiak mégis kénytelenek vagyunk meggondolni, hogy a szellemi megközelítésnek ezek a régi formái életkörülményeink és szükségleteink között nehezen alkalmazhatók. Akár akarjuk, akár nem, az őskortól és annak a mai Keleten élő örököseitől csak azt a táplálékot vagyunk kénytelenek átvenni, amely számunkra megemészthető. Ezt a látszólag olyan távoleső tudományt gyakorlati hasznát hajtó cikké kell változtatnunk. A bölcsesség pedig nem lesz kisebb, ha a XX. század felfrissíti.

A feladat nem könnyű. Ellenkezőleg, nagy nehézségekkel jár, és a szerző nem is tartaná magát hivatottnak rá, ha ma is élő keleti adeptusok és bölcsek nem ígérték volna meg neki közvetlen irányításukat és segítő tanácsukat. Néhányan közülük átlátták annak szükségességét, hogy ezt a tiszteletreméltó tudást modern nyelven fejezzék ki és követelményeit a XX. század tudatához alkalmazzák anélkül, hogy egyetlen jottáját feladnák azoknak az alapvető feltételeknek, amelyek örök időkre jellemzői minden valódi szellemi önfegyelemnek. Ez nem lekicsinylése sem az őskornak, sem a Keletnek. Ellenkezőleg: amit mi kiterjedésben nyertünk, az mélységben az övék és kérdés, hogy a két dimenzió közül melyik a kívánatosabb. Nem szükséges azzal a pusztán ténnyel hivatkozni, hogy a nyugati féltekén és a huszadik században élünk. Míg a primitívek az emberi élet forrásaihoz hatoltak, a modernek kutatásait az egész földgolyóra, az életnek erre a színterére terjesztették ki. Míg atyáink a korai középkorban azt állították, hogy az igazi tudás belülről jön, mi kijelentjük, hogy kívülről kell jönnie. Az élet könyörtelen folyamatát azonban abban a környezetben kell folytatnunk, amelyben tartózkodunk. Kísérleljük meg tehát a következőkben – amennyire csak képesek vagyunk rá – egybeolvasztani a legjobbat, amit a Kelet és Nyugat, a régi és az új idő számunkra adhat.

A szerző a különböző *jóga*-rendszerek és gnosztikus bölcséletek hosszas tanulmányozása után ezeknek legértékesebb elemeit leszűrte és ebben a könyvben foglalta össze. Az olvasótól azonban nem lehet elvárni, hogy ismeretlen indiai, vagy más nehezen érthető kifejezési módokkal megbarátkozzék.

A legjobb keleti módszerek magva tehát, olyan nyelven található itt, amely a napnyugati szellem számára is ismeretes és érthető.

*

A régebbi időkben a haladottabb szellemi módszerek általában csak azokat kötelezték, akik a világról és kísértéseiről lemondva kolostorokba húzódtak vissza, vagy a sivatagba, a dzsungelbe vagy hegyi barlangokba menekültek. Az ilyen menekülés a modern emberek többsége számára nemcsak keresztülvihetetlen, hanem – mint azt nyugodtan állíthatjuk – nem is ajánlatos. Mégis sokunkat nem kevésbé nyugtalanítanak a szellem sürgető követelményei, mint ezeket a régi népeket. A magasabbrendű élethez vezető utat a világban és a világon keresztül, nem pedig *rajta kívül* kell megtalálnunk.

Amikor a szerző ilyen meggyőződésen alapuló eljárást készített elő, tudatában volt, hogy az nem lehet tökéletes. Meg volt győződve azonban, hogy a normális emberek többsége számára – akik nem az ember számára elérhető célok végsőjét, az abszolút igazságot keresik, hanem megelégszenek azzal, ha bölcs, nyugodt és szabályozott életet élhetnek – teljesen elegendő az itt adott eljárás. A tőlük megkövetelt fegyelem nem olyan magas fokú, hogy hasztalan erőfeszítések után elveszíthetnék kedvüket, sem olyan nehéz, hogy türelmetlenül elfordulnának tőle. Olyasvalami, ami teljességgel lehetőségeik területén belül fekszik. Mégis meg lehet, hogy akadnak olyan emberek, akiket a túlzott vágyak varázsa, a zabolátlan szenvedélyek forró gőzölgése és a szünni nem akaró tevékenység sodra túlságosan elfoglal, annyira, hogy ezt az egészet mint zavaros és jelentéktelen dolgot lekicsinylik. Tegyük! De amint az élet – ha titkon is – végül győzedelmeskedik a halálon, éppúgy fog a szellemi élet és minden, ami fejlődéséhez és gazdagodásához hozzájárul, végső eredményben – de nyíltan – a jelenlegi lélektelen anyagelvűségen diadalmaskodni.

Az emberiség legmélyebb kérdéseire végül az a felelet, hogy bizonyos erőfeszítést és bizonyos szellemi és személyes eljárást várnak el tőle. Egy belső folyamat útján – amely úgy hat, mint a fűrő – lassan és állandóan mélyed bele lényének alapjába, míg végül a valódi isteni Én sziklájára bukkan, amely látszólag mélyen fekszik a felület alatt. Ebben az eljárásban van valami az ima természetéből, valami abból az egyetlen vonalon hosszasan keresztülvitt szellemi erőfeszítésből, amelyet általában elmélyedésnek, ezeken az oldalakon „szellemi csöndnek” és „koncentrációnak” is nevezünk. Ezzel egyidejűleg – legelőrehaladottabb szakaszában – különösképpen megszűnik minden erőfeszítés. Ilyen gyakorlat útján, ha kitartóan és bizakodva csinálják, az ember végül felfedezi saját halhatatlan szellemét még akkor, amikor a halandó testben tartózkodik. Különböző országokból származó tanúk szakadatlan sora, a történelem előtti időktől kezdve a legmagasabb civilizáció mai koráig igazolja ennek valóságát.

*

Igyekeznünk kell, hogy megvilágítsuk ezt a rendkívül kényes kérdést. A szellemi önuralmat tényleg nem lehet egy sor határozott szabály és elv határain belül megvalósítani, mint egynémely más művészetet. Az előírt gyakorlatok nagyon is

törekenyek és bizonytalanok ahhoz, hogy lélektelen, nyomtatott lapokon taníthatók lennének. A régi, bevált módon: személyi adottságokkal rendelkező tanítótól kellene megtanulni őket. Ilyen tanítót azonban nehéz lenne találni az elmélyedést kevésre becsülő korunkban. A legtöbb jelölt már a kezdetnél csődöt mond, ha a szerencse kedvezése egy időre látókörukbe is hoz ilyen mestert. Ennek oka az, hogy még nem tudják megállani azokat a hallgatóg próbákat, amelyeknek azok a törvények, amelyek hatása alatt dolgozik, alávetik őket – vagyis nem érettek ösztönös adottságaik, szellemi érettségük, buzgóságuk és a hűség próbáira. Nagyon is lehetséges azonban az elmélyülés kezdeti okait és közbeni fokozatait tanító segítsége nélkül is elsajátítani és uralmunk alá hajtani és ezt a tanítást már könnyen írásban is lehet adni. Ennek a könyvnek célja éppen az, hogy ennek a művészetnek egyszerű, pártatlan és gyakorlati magyarázatát adja, bár lehetetlen néhány oldalra összeszorítani mindent, amit a sokesztendő kutatás erről a minden tárgyak legfontosabbjéről felfedezett.

Számos útja van annak, miképpen lássunk hozzá ezekhez a gyakorlatokhoz; mindegyik útnak megvannak a maga követői és egyik ezt, a másik azt az embert juttatja gyorsabban sikerhez. A végső cél szempontjából egyik módszer ugyanolyan jó lehet, mint a másik, feltéve, hogy személyes adottságainknak, kedélyállapotunknak és hajlamainknak megfelel. Rendszerint azonban továbbsodródik az ember anélkül, hogy tisztán látná, milyen mélységek rejlenek lényének felülete alatt, hasonlóan az úszó jéghegyhez, amelynek legnagyobb része a víz alatt rejtőzik. William James professzor, a Harvard-egyetem ismert pszichológusa a „tudatalatti”-nak felfedezését a legnagyobbak tartotta mindazok között, melyeket az ember valaha is tett. Mert ez a felfedezés azt jelenti, hogy annak, ami értelmünkben végbemegy, csak egészen kis részében vagyunk tudatában. Agytevékenységünk kilencven százaléka tökéletesen tudatunk nélkül, a tudat alatt zajlik le. Az elmélyülés valamennyi módszere tehát egy határozott elven alapul, azon, hogy a tudatos gondolkodást néhány lelki, szellemi és érzelmi műfogással kikapcsoljuk, hogy azután a tudat mélyebb rétegeibe ereszkedhessünk.

Az emberek végtelen különbözősége folytán ennek az eljárásnak nincs mindenki számára egységes módszere. A bölcs ember tehát nem fog az „út”-on vitatkozni. Mindenkinek tökéletes szabadságot ad, hogy azt az utat válassza, amely neki a legmegfelelőbb – mert pontosan tudja, hogy a végső tökéletességnek mindenki számára ugyanannak kell lennie. Csak **egy** magasabb hatalom van a világegyetemben, és aki azzal ma kerül érintkezésbe, ugyanolyannak fogja találni, amilyen kétezer esztendővel ezelőtt volt és amilyen a következő kétezer esztendő múlva lesz. Az isteni lényeg nem változik – csak az embernek Istenre vonatkozó elgondolásai módosulnak.

Az elmélyülésnek a nyugati népek között legismertebb formája: a vallási miszticizmus. A kereszténység nagy szentjei, mint Augustinus, Justinus, Keresztelő János, Teréz, Kempis Tamás beszámoltak misztikus élményeikről, arról, hogy miképpen emelkedtek a vallási extázis és belső szemlélet csodálatos magasságaiba azzal, hogy fennkölt vezérük, Jézus Krisztus szellemi képét, életét és tanítását újra meg újra maguk elé idézték, miközben gyakran szigorú aszkézisnek vetették alá magukat és az önmegettartóztatást gyakorolták. Felesleges hangsúlyoznom, hogy

ennek a formának hatásos volta részben az illető vallásos érzületének mélységétől, részben attól a bensőséges odaadástól függ, amely az ilyen néma imádat során felbuzog.

Az ember Istennek, vagy testet öltött küldötteinek bensőséges imádata révén és megtisztult érzületének segítségével a vallási tapasztalatnak valóban ugyanabba a magasságába emelkedhetik, amelyben aztán ő is érzi, hogy egyénisége a lélek távolabbi létébe olvad bele. Ebben az okos, mindent átkutató és meglehetősen kétkedő korban azonban sok ember akad, akit az ilyen út nem vonz. Semmiféle vallásos személyiség nem kelt már mély tiszteletet vagy örvendő bámulatot bennük, bár őszinte becsülésüket meg tudja nyerni. A vallás és törvényei elvesztették meggyőző erejüket és az ilyen emberek gyakran valami félig kritikus, félig közömbös légkörben élnek. Legjobban az értelmet tisztelik, míg a tudomány hideg szobra megkülönböztetett helyet foglal el szentélyükben. Nem szabad ócsárolni őket. A vallási dogmáknak és üres formáknak értékelése oda vezetett, hogy az igazságból szofizma keletkezett. És ez a teológiai tanok akrobatáit az emberiség uraivá tette.

*

Ki cserélne fel egy valóságos helyet a tőzsdén egy kétséssel az égben? A kételkedés korában élünk és ezt nyugodtan elismerhetjük. Akit a kételkedés fagyos levegője megremegtet, az a valóságban félig megmaradt meggyőződéseire remeg, örökölt dogmáinak rozszant építményéért és egy olyan hit kényelmes nyugalmaért, amelyet az ember tisztelhet anélkül, hogy követné. Jobb tehát, ha az ember nem válik túlságosan sötéten látóvá korunk kétkedő hajlama miatt, hanem inkább köszönetet mond érte az égnek, mert így talán közelebb kerülhetünk a dolgok igazságához. Ezzel nem azt mondjuk, hogy a vallásoknak nincs valóságos értékük. Ha az egész világ valamennyi egyházának kapuját bezárnánk, minden mosét, minden templomot és minden zsinagógát lerombolnánk, minden dogma eredetét kétségbe vonnánk, ha előkotornánk minden vallás történetének legszegényesebb fejezeteit és megcáfolhatatlan érveléssel bebizonyítanánk, hogy Mózes, Jézus, Mohamed, Krisna és Buddha sohasem éltek, még mindig maradna az emberi lélekben valami éhség, amely csak akkor csillapulna, ha a régi vallásokat visszaállítanák, vagy újra megfogalmaznák.

Miért?

Mert az ember nem veszítette el és nem veszíthette el az abszolútból való eredetét.

Többé már nem tudatosan tapasztalja. De a vallások emlékeztetik erre a veszteségére. És ezt a hatalmas élményt ismét át kell élnie.

De nincs-e út, amelyen ezek a kétkedők eljuthatnának az elmélyülés ígérte titokzatos igazsághoz és békéhez?

Bizonyára van.

A nyugat népei elemző szelleműek. Ez a feltűnő jellegzetesség készítette a szerzőt arra a következtetésre, hogy manapság csakis az elemző út lehet a számunkra megfelelő. Mindent elemzünk, ami kémiai anyagokból van összetéve. Ideje most

már, hogy önmagunkat is elemezzük. Ehhez, a modern emberben mélyen gyökerező hajlamhoz idomuló módszernek tehát az ész használatán kell alapulnia.

Van azután még egy járható, minden teológiai sallangtól tökéletesen mentes út, amelyet a szerző azoknak ajánlana, akik minden kultusztól és „izmus”-tól távol akarják tartani magukat. Ez a módszer a befelé néző önvizsgálat útja, amely az elemzés értelemszerűségét az elmélyülés hatásosságával egyesíti. Ahogyan az ember egy hagyma külső rétegeit lehántja, úgy hántja le ez a módszer az emberi személyiség alkatrészeit, amíg valódi vonásai napfényre nem kerülnek. Ez járható út, amely az ember legbensejéhez vezet és ezért mindenki számára nyitva áll. A szerző maga is gyakorolta és alapelemeit a misztikus Keleten tanulta meg, (ugyanott, ahol most ezeket a sorokat írja. Keleten az emberek egész sokaságában megvan az elmélyülés képessége. Ezeknek az volt a szerencsájük, hogy már gyermekkorukban kifejlesztették bennük ezt az adottságot. A nyugati vérmérséklet azonban nem szívesen adja fel a tevékenységet az elmélyülés kedvéért. Ezért a szerző kénytelen volt a kapott utasításokon számos javítást, változást és simítást végezni, hogy így a Nyugatnak megfelelőbb és elfogadhatóbb formában adhassa át.

A megközelítés itt bemutatott módszere lélektani és bölcséleti és egyenesen arra irányul, hogy összhangot teremtsen a modern világ tudományos felfogásával. Az önvizsgálat módszere önmagában külön kategóriát alkot. Egyedülálló annyiban, hogy mindenki és minden időben gyakorolhatja. Csaknem minden más eljárásnak van valami jellegzetes címkéje, mindegyik megkíván valami tiltó aszkézist vagy a gyakorló részéről mély hitre, vagy széles körre kiterjedő, élethosszig tartó fáradságra, erőfeszítésekre tart számot. Az önvizsgálat művészete azonban egyszerű, közvetlen, értelmes és mentes minden kultusszal vagy vallással való összefüggéstől. A mohamedán ugyanúgy gyakorolhatja, mint a keresztény és nem kevésbé eredményesen, mint a buddhista; a munkás éppúgy, mint a társaságbeli ember. Ezért az önvizsgálat művészete az egyetlen eljárás, amelyet itt ajánlunk. Ez az út nem csupán gondolatbeli elvonatkoztatás, képzelt eredményekkel – megvalósítható tényeket mutat fel és nem agyrémeket. Az ember megismerkedik a lélekkel, nemcsak beszélni hall róla. Igaz, hogy vannak más, rövidebb eljárások is – azok azonban nem a vezető nélkül dolgozó tanuló számára valók. Azokba csak hivatott tanító avathatja be kevésszámú tanítványait, akiknek rátermettségét és hűségét az idő már kipróbálta. Az ilyen tanító kegyét rendkívüli odaadással kell megnyernie az illetőnek, mielőtt a beavatást elvárhatná. Akik súlyt helyeznek rá, foglalkozhatnak tehát a szellemi önvizsgálattal, amely ésszerű megalapozottsága és minden egyoldalúságtól mentes volta miatt az egyetlen, amelyet a szerző több év óta általános használat céljaira kifejtett. Ez nem a miszticizmus és a jóga régi, ortodox módszereit utánozza, hanem egyszerűsített és rövidített eljárás, amely éppen a mai időkhöz illik. Korunkban, amely az emberek többségét szakadatlan tevékenységre kényszeríti, a kizárólag elmélyülésnek szentelt élet úgyszólván lehetetlenség.

A szerző belátja, hogy az átlag-európainak sem ideje, sem türelme nincs a keleti keresők hosszú gyakorlataira számára, de azt is felismeri, hogy valódi értékű gyakorlatok is vannak bennük – épp ezért kivonatolja őket. Kevesen vannak ma, akik az elmélyülést idejüket betöltő főtevékenységükké tehetik; kevesen vannak, akik

naponta félóránál többet szentelhetnek neki. Az itt ismertetett út az ilyen emberek számára való, nemcsak álmodozók és megszállottak, hanem a gyakorlati üzletemberek, hivatalnokok és gyári munkások, vagy más hivatásrendbeliek és az olyan kolostori lelkületek számára is, akik készek a világról lemondani.

A szerzőnek ezt az utat, ennek az útnak minden lépését analitikusan kellett végiggondolnia, az ember normális hétköznapi állapotától egészen a belső szellemi végeredményig és ezt a mindennapi életbe való fokozatos visszatérésig meg is kellett ismételnie. Igyekezett ezt a könyvet tudományosan megírni, amennyiben benyomásait saját gyakorlatainak minden lépésével kapcsolatban analizálta. Megfigyelte azokat a változásokat, amelyek a „szellemi csend” alatt és a transz-állapotba való belépésnél és kilépésnél benne magában végbementek és tanulmányozta, hogyan folytatható újra a megszokott tevékenység anélkül, hogy az ember ezt a „belső csendet” elveszítené.

Aki ezeket az igazságokat elfogadja és ezekkel a módszerekkel gyakorlatilag is él, szellemét megszabadítja a nyugtalanságtól, békességet ad neki, bensőségesebbé teszi és megerősíti összpontosító erejét. Így felszerelve készen fog állni arra – mint már az előző fejezetben jeleztük – hogy egy magasabb fokú utat járhasson: a végső valóság, a megdönthetetlen igazság útját. Ám legrosszabb esetben is át fogja élni a lélek nagy megújódását, a fény zuhatagát és élete új tavaszban fog kivirágozni. Emersonról beszélnek, hogy azok között a hallgatók között, akik felolvasásait leggyakrabban látogatták, volt egy egyszerű, műveletlen mosónő is. Amikor ettől megkérdezték, hogy mennyit értett meg a filozófus magasrendű fejtegetéseiből, ezt felelte: „Bármilyen is, amit nem értek – egy dolgot mindenesetre mond nekem, mégpedig azt, hogy nem vagyok Istentől elhagyott bűnös és hogy valóban jó asszony lehetek. Megmutatta nekem, hogy még én is érek valamit Isten szemében és nem vagyok megvetendő teremtmény, mint ahogy mondják.”

Ha ezek a lapok az illető mai embereket meggyőzhetik arról, hogy ehhez a mosónőhöz hasonlóan nem kell pillanatnyi bűnös voltuk tanúival törődniük, és megjósolhatnák nekik egy isteni állapotba való felemelkedésüket, akkor a szerző boldognak érezné magát.

III. FEJEZET

A FIZIKAI ÉN ELEMZÉSE

Az első fontos pont, amelyet meg kell fontolnunk, mielőtt hasznosan továbbhaladhatnánk, az, hogy megértsük az „Én” szó pontos jelentését. Mielőtt ez megtörténne, csak *egyetlen* határozott képzetünk lehet arról, amit tulajdonképpen keresünk:

Tudjuk, hogy *vagyunk*.

Ez a fogalom természetes, közvetlen és vitathatatlan belátás, valamint éber létünk minden pillanatának közvetlen tapasztalata folytán megvan mindannyiunkban. A tudomány tényei kevésbé bizonyosak, mint az az ősi bizonyosság, hogy vagyunk.

Énünkől nem szabadulhatunk és nem képzelhetjük magunkat létünkön kívülállónak. ***Még létünk kétségbevonása is feltételezne egy kételkedőt.*** Még ha tudatunkat teljesen üressé tudnánk is tenni, megmaradnánk mi, akik ezt az ürességet látjuk és tapasztaljuk. Így normális állapotunkba való visszalépésünk után tanúi lehetünk ennek az új fázisnak.

Mert a tudatnak megoldatlan rejtélyével születünk. A tudós, szemlélődő bölcsésztől kezdve a szerény, ugráló békáig az a tény, hogy valaki ***él***, azt is jelenti, hogy az illető: ***önmaga***. Nem kell bölcsésznek lenni ahhoz, hogy Descartes-tal, a francia metafizikussal kijelenthesse: „Gondolkodom, tehát vagyok”, vagy német kartársával, Immanuel Kanttal elfogadja, hogy az Én a gondolkodás szükségessége, mert saját létét mindenki magától, mint megdönthetetlen tényt fogadja el. Ebben az irányban szükségtelen minden magyarázat, vagy bizonyítás. Önmagunk tapasztalásának alapvető ténye elől nem térhetünk ki.

De ha az Én léte minden állítások legbizonyosabbja is, valódi természetéről viszont a legkevesebbet tudjuk. Azt mondani: „Én vagyok”, egyszerű állítás és igen könnyű dolog. Ám nincs nehezebb, mint felelni arra a kérdésre, hogy „Ki vagyok Én”? Vizsgáljuk csak meg egy pillanatra kissé behatóbban ezt a rövid kérdést: „Ki vagyok Én?” A felelet, mondaná az ember, igen egyszerű. Elég a név, a személyes azonosság.

Például: S. M. vagyok.

De vajon csakugyan elegendő-e ez? Mert S. M. nagyon változó lény. „Én”-jének nem mindannyiszor ugyanaz a jelentése, valahányszor ezt a szót használja. Reggel, amikor iskolába induló gyermekének búcsút mond, az „Én” atyát jelent. Egy órával később, amikor bevásárolni induló feleségétől búcsúzik – férjet. Két órával később, amikor Y. M. meglátogatja – testvért. Három órával később, amikor titkárijának üzleti levelet diktál, az „Én” üzletembert jelent.

Meg aztán: tökéletesen testünkkel érezzük magunkat azonosnak, ha egy ideig tartó éhség után eszünk valamit. Egy órával később a tapasztalat áramlata megint megváltoztatta ezt a fogalmat és ellenfelünkkel szemben oly haragosakká válunk és valakire, aki megtámadott bennünket, annyira haragszunk, hogy szinte egyetlen dühös érzelmecsomónak tűnünk fel önmagunk előtt. Két órával később helyet foglalunk egy kényelmes székben és teljes figyelmünket valami komoly tudományos könyvre fordítjuk úgy, hogy pillanatnyilag értelmünkkel azonosulunk.

Így tehát önmagunk szemlélésére a lehetőségek végtelen sora kínálkozik. Melyiket lehet jogosan kiemelni és a valódi Én-nek, tulajdonképpen önmagunknak minősíteni?

Hogyan állapítsuk meg azonban az „Én” szó pontos értelmét; azt a jelentést, amely minden időre és minden alkalomra érvényes? A legkövetkezetesebb út az lenne, ha megkülönböztetnénk, ami minden egyes emberi lényre vonatkozóan általános, lényeges körülmény, ami minden emberben változatlan, de maga az, ami az egyéniség változásait észleli, az egyetlen, ami nem a tudatok tömege, hanem maga a Tudó, lényünk minden változásának ősoke. Hogy ezt a célt elérjük, neki kell látnunk, hogy elemezzük magát az emberi személyiséget, amely bennünk mindent megvizsgál és semmitől sem retten vissza.

Van-e vajon bennünk valami, ami minden különböző életjelenség közepette is ugyanaz marad? Van-e olyan lényeges feltétel mindezekben az élményekben, ami számunkra legmagasabb értékű? Mert valahogy érezzük, hogy az Én-ben, amely környezetét látja, amely beszél és amelyhez beszélnek, amely gondolkodik és érez, valóban van valamilyen megfoghatatlan belső lényeg, ami nem mulandó, nem változik és bizonyos értelemben középpontunk.

Ezt már az önmagunkra alkalmazott tulajdonképpeni megjelölés, a rövid „Én” szó is kifejezi. Egyedülálló ez a szótárban, mert sohasem lehet más személyre, vagy más valamire alkalmazni, senki sem nevezhet mást Én-nek; ez a szó csak saját tulajdonosára vonatkozhatik. Mert legbensőbb, legmélyebb, de tudattalan valóságunkat fejezi ki, azt, hogy az „Én” lényünk legmélyén gyökerezik.

Egy pillanatra hunyjunk le a szemünket, húzódjunk vissza az elemző gondolkodás területére és kezdjük el „Én”-ünket tervszerűen, legteljesebb jelentése tekintetében megvizsgálni.

Vizsgálatunkat azzal kezdjük, ami számunkra legmegszokottabb, legszembeesőbb és legismertebb: saját szerves testünkkel. Ha Én-t mondunk, ezen fizikai testünket értjük? Én *a test* vagyok? „Igen” – nyilván ez az a felelet, ami rögtön agyunkba villan; olyan felelet, amelyet az általános logika és a köznapi tapasztalás diktál. Valamennyien tudattalan materialistáknak születünk, mert a természet munkálkodása életünk első negyedében legelőször és szükségszerűen egy rendkívül fejlett fizikai eszköz kiépítésének szól, amelyen keresztül minden ember többé-kevésbé hatásos érintkezésbe kerül azzal a planetáris játszótérrel, amelyet a természet teremtett gyermekei számára és ahol azok önmagukról szóló tapasztalatokat szerezhetnek.

Csaknem valamennyi gondolatunk – bármily különbözőek legyenek azok a tárgyak, amelyekkel foglalkoznak – rendszerint gyöngyszemekként ennek a képzetnek a zsinórjára vannak felfűzve, hogy „Én *a test* vagyok”.

De jelenítsd meg a testet, mintha valami idegené volna és gondolatban boncold fel a műtőasztalon, vizsgáld meg darabról-darabra – és kiderül, hogy az nemcsak csontok és hús, vér és velő, érzék- és belsőszervek szövődéke. Ezeknek a részeknek egyike sem az „Én”, mert különben tudatunk nyilván *arra az egy részre* korlátozódnék.

Az emberi tudat elve a születés és a halál közé eső évek során még akkor sem csorbul meg, ha csontok széttörnek, kezeket vagy lábakat levágnak, vagy ha az egész test megbénul is. Ilyen szörnyű körülmények között sem érzi senki kevésbé azt, hogy „Én vagyok”. Még ha az Én-t az aggyal azonosítjuk is, meg kell gondolnunk, hogy ha a fejet olyan ütés éri, amely a múltat illető minden emléket eltöröl – ilyen okból sokan hónapokra is elveszítették emlékezőtehetségüket –, az Én-érzet akkor sem törlődik el, hanem csorbítatlanul megmarad.

*

Keress, ahol akarsz: látszólag testednek egyetlen különálló részében sem lakik az Én. Felfedezhetjük talán valami különleges alkímia segítségével a testen belül,

mint tökéletes szervezetet, vagy a szervek, tagok és részek összességében, amelyek vizsgálat szempontjából egyenértékűek? Vajon az öt érzék: a látás, hallás, szaglás, ízlelés és tapintás összessége volna-e? Vedd az olyan ember esetét, akit mélyen foglalkoztat valami probléma. Esetleg ott áll valami tárgy, vagy személy előtt és mégis, ha megkérdezzük: „Láttad ezt a tárgyat?” talán azt feleli: „Nem, nem vettem észre, gondolataim máshol jártak.” Ez a példa bizonyítja, hogy a szem, bár tudott volna, nem működött, ha az „Én” más irányban volt elfoglalva. Hasonló módon megszólíthatunk olyan embert, akit látszólag teljesen leköt valami, számára érdekes dolog – nem felel! Ha megkérdezzük: „Hallottad, amit mondtam?” – nyíltan beismeri: „Nem, szórakozott voltam.” Ez mutatja, hogy a hallószerv, bár mint fizikai szerv kifogástalan, nem működik, ha az Én figyelmét más köti le. Ugyanez a bizonyítás alkalmazható a másik három érzékszervre is. A végkövetkeztetés tehát az, hogy minthogy a testnek sem egyes részei, sem egyes érzékszervei nem azonosak az Én-nel, ezeknek összessége – az egész test, az érzékszerveknek, tagoknak és egyéb szerveknek ez az összessége – sem lehet a tudatos, valódi Én.

Ennek a pontnak további bizonyítékaul szeretnék egy érdekes példát felhozni, amely mestereim egyikével szerzett tapasztalataimon alapul. Az illető idősebb férfi, aki nem tart számot titokzatos erőkre és egész normális életet él, csak éppen rendkívül fejlett értelmű. Nemrégén egyik karján hatalmas, rút daganat keletkezett, amelyet egy orvos barátja tanácsára műtét útján kellett volna eltávolítani. A fájdalmakra és a páciens előrehaladott korára való tekintettel az orvos kloroformot akart alkalmazni, a mester azonban éppen korára és ingatag szív működésére hivatkozva ezt elhárította. Nyugodtan arra kérte az orvost, várjon öt percet és csak aztán kezdje a daganatot kivágni. Ezután pillantását erősen karjára szegezte és többször egymás után nyomatékosan mondta magában: „Ez a test nem az én Énem.” A gondolat olyan mélyen belevésődött, hogy bár mereven nézte a daganatot, nem látta, amikor az orvos a kés után nyúlt, hogy eltávolítsa, és a legcsekélyebb fájdalmat sem érezte. Csak mikor már a műtét tökéletesen befejeződött, ébredt tudatára annak, ami történt, csak akkor vette észre a szivárgó vért és kezdte a fájdalmakat érezni, abban a mértékben, amint magát ismét testével azonosította.

Ennek az analízisnek egész tartama alatt tudatában van az ember annak, hogy ezt a vizsgálatot, teste belsejében, az a valami végzi, amit „Én”-jének nevez. Ha az „Én” csak az egész test volna, akkor még a következő probléma is megoldásra várna:

Ki, vagy mi az „Én”, amely tudatában van annak, hogy teste van?

Annak elismerése, hogy *testi* Én-ünk van, nem feltételez-e egy második vagy magasabb Én-t, amely ezt felismeri? És ez a második Én nem tisztán *szellemi*-e, olyan, amely a testnek minden tekintetben felette áll? Mert az ember valódi Én-je kell, hogy valamennyi tapasztalatának végleges *alanya* legyen, márpedig semleges szempontból tekintve: a test csak *tárgy*, amelyet tapasztalunk és szemlélünk.

Ha a fizikai testen gondolkodunk, amint ezt most is tesszük, öntudatlanul felteszünk a háttérben, a test mögött, valamit, ami ennek a testnek tanúja és amire világosan ráeszmélünk. Mi az észlelők, nem pedig az észleleteink vagyunk.

Én-ünk ésszerű tudata attól az érzéstől, hogy testünk van, tökéletesen különböző és másnemű. Prabhu, a nagy hindu bölcs mondotta: „Ismerd meg önmagad anélkül,

hogy Én-ed tudatát elveszítenéd... Ha te magad vagy a test, miért mondod: „Az én testem”, stb.? Az ember csak a tulajdonáról beszél így: „Az én ruháim”, vagy „Az én aranyam” stb. Mondd meg nekem, vajon mondja-e valaha valaki magáról: „Én vagyok a ruháim” vagy „Én vagyok az arany” stb. Egy feltevést összetévesztesz egy ténnyel. Mérlegeld annak az embernek az esetét, aki azt mondja: „Elveszítem életemet”. Az élet elveszíthet egy másik életet? Az élet szónak első jelentése: „Életlehellet”, míg a második jelentése maga az Én. Az Én, a tudatos Lét. „Én gondolkodom” vagy „Az én testem” csak kapcsolatot jelent a gondolkodás képességével vagy pusztán a testtel. A test tőled idegen valami.”

Az „Én” tehát fizikai szempontból nézve valóságos valami – de szigorúan véve nem azonosítható sem az egész testtel, sem annak egyik részével.

*

Tegyük azonban engedményt azoknak, akik azt állítják, hogy a test minden és az analízis kedvéért tegyük fel, hogy valóban így van. Akkor azonban mérlegelnünk kell azokat a jelenségeket, amelyeket a test alvó állapotban szolgáltat nekünk, mert nem szorítkozhatunk arra, hogy az embert csak éber állapotában vegyük szemügyre. Mélyebben kell az „Én” után kutatnunk az álom és az álomtalanság területén belül, mintha aranytartalmú földben aranyat ásnánk. Csak ha ennek a három állapotnak – az alvásnak, az álomnak és a mély alvásnak – adott tényeit összefoglaljuk, csak akkor ismerhetjük fel tapasztalati úton önmagunk tudatáról az igazságot.

Adva van egy lény, amelyen napi munkája folyamán a tudatos értelem és életerő valamennyi tulajdonsága észlelhető. Ez a lény azonban a materialisták nézete szerint semmi másból nem tevődik össze, mint kémiai elemekből, amelyek az agyban specializálódva idézik elő a tudatot. Adva van egy teremtmény, amely az éjszaka beálltával egy teljesen megváltozott létformába merül – az álom állapotába, amelyben az éber érzékek elködösülnek, és a test maga mozdulatlanul elnyúlva fekszik puha pehely-, vagy kemény szalma-ágyán. A szem szorosan lezáródik, a tagok teljesen mozdulatlanok, és már csak a test, a szív, az emésztés és a tüdő ösztönös funkciói vannak működésben. Az életerő, az életerő látszólag a legmélyebb pontra süllyedt. Mi lett az értelemmel, melyről az ember kisebb-nagyobb mértékben tanúbizonyságot tett? A szemlélő látszólag azt is tétlennek találja. Az ember kérdéseket intézhet az alvóhoz és nem kap választ: az alvó nem tud senkiről, nem ismeri fel a látogatót, nem érti kérdésünket. Közeledhetünk hozzá veszedelmes fegyverrel, megpróbálhatjuk megsebezni, sőt meg is ölni: alvó értelmé nem tudja megvédelmezni a fenyegető veszedelemtől.

Így adódik valami látszólag különös ellentmondás egy teremtményben, amely éber állapotában elég magas fokú életet és értelmet mutat, míg alvó állapotában nem tudja ezeket a tulajdonságokat tudatos és természetes módon kifejezésre juttatni. A tudatos Én valóban meghal a világ számára, minden éjszaka, az alvásban, míg a fizikai test folytatja életét, mert a szív dobog és a tüdő lélegzik.

A test tehát nem lehet az örökkévaló, valódi Én.

De azt kell kérdeznünk: milyen tekintetben különbözik ez az alvó test kémiaiilag ugyanattól a testtől, mikor az teljes munkauzemben van? Még mindig pontosan ugyanazok az alkatrészek alkotják az emberi alakot, még mindig megvannak benne ugyanazok az elemek, legfeljebb mennyiségileg csekély eltéréssel. A hidrogén, a nitrogén, a szénsav és egyebek, amelyek vegyületeikben az emberi testet alkotják, mind megvannak, noha a tudatos értelem és szabad tevékenység megnyilvánulásai, úgyszólván teljesen eltűntek. Hogyan van az, hogy ez a test éber állapotban meg tudta saját természetét és létét vizsgálni és ítélni, míg most már nincsen meg ez a képessége? Az egyetlen kielégítő válasz az, hogy az ítélő értelem elhagyta a testet. Ennek a válasznak a bizonyítéka maga az álom-állapot valósága.

Az értelemnek, gondolkodásnak, érzésnek és életnek egyetlen gyűjtőpontban, a fizikai testben való egybekapcsolódása az, amit a személyes **Én**-nek vagy egyéniségnek nevezünk. Ha azonban a mély álom folyamán a test tudata, tehát fizikai gyűjtőpontja, eltűnik is, tudjuk, hogy az álomállapotban ez a kapcsolat továbbra is fennáll. Változatlanul fennmarad a benyomásoknak, emlékeknek, érzéseknek, gondolatoknak, vágyaknak, félelmeknek és reményeknek az a keveréke, amelyből az éber egyéniség összetevődik. Sőt, álom-alkotásán olyan erősen dolgozik, mintha külön álom-teste is volna. Mind az öt érzékszerv tevékeny: az ember lát, hall, szagol, érint és ízlel álmában. Álomvilágunk olykor az egyetlen valódi világgént tűnik fel és az ember sohasem hinné, hogy kevésbé valóságos, mint az éber állapot. Ugyanúgy gondolatok vezetnek és vágyak hajtják, mint azelőtt. Az ember ismeretlenekkel és idegenekkel találkozik. Menekül képzelt veszélyek elől és teljes kielégülést talál ezekben az álom-eseményekben. Mozog, utazik és repül is álmában. Beszél, szeret és ítél ezeknek az élő éjszakai látomásoknak során. Bár a **fizikai Én** látszólag halott, a **tudatos Én** önmaga létezéséről ismét más módon, nevezetesen, mint álom-lényről szerez tudomást.

Ha az egyéniség megnyilatkozása a fizikai világban eltűnik, az álmok finomabb világában gyakran visszatér.

Bármilyen fantasztikusak legyenek is egyes álmok, mégis vannak olyanok is, amelyek elég ésszerűek ahhoz, hogy meggyőzzenek: a tudatos, értelmes **Ego** megváltozott formájában, mint álom-személyiség kétségtelenül továbbél, mert ugyanazok a gondolati, érzékelési és emlékezési csoportok vannak meg benne, mint éber állapotban.

Megállapítottuk, hogy a fizikai világ az egyetlen valóságos – az alvó azonban, aki összefüggő és értelmes álmodik, joggal kételkedhetnék ebben az állításban, mert az álom-világban való tevékenysége nem kevésbé valóságos számára, mint a mi éber tevékenységünk a fizikai testben és mert maga a természet felelős a tevékenység és az alvás, az ébrenlét és az álmodás ritmikus folyamataért. Az álmok **valódi tudatot** tükröznek, amely nem kevésbé valóságos, mint az éber tapasztalatok tudata, bármilyen fantasztikusak is maguk az álmok. Enenmagunk tapasztalása tehát csakis ebben az összefüggésben a valóság próbája. Ennélfogva nem állíthatjuk jogosan, hogy fizikai területen, az éber tevékenység állapotán kívül minden más állapot személyes képzelődés, mert az alvás és az álom jelenségei teljesen természetesek, melyek a fajnak **mint egésznek** tulajdonai és nemcsak az egyes egyéneknek.

mutatkoznak. Az érzéketlen test az alvás folyamán sohasem állítja, hogy ő az „Én”. Miért? Mert az „Én” fizika-fölötti, vagyis szellemi; a testből egy szellemi világba távozott. Az „Én” tehát valódi mivoltában a szellemhez és nem a testhez tartozik.

A test az alvó ember számára csupán azért nincsen, mert a szellemi Én elhagyta. Ennek az állításnak a tartalma tehát az, hogy az egyéniség az álom állapotában a fizikai testtől teljesen különválasztva él és működik tovább. Röviden: a **személyes Én** olyan valami, ami természetét illetően elválasztható, megnyilvánulásában pedig független fizikai eszközétől.

A két állapot egyszerű összehasonlítása elegendő annak kimutatására, hogy mivel az álom-egyéniesség vándorlásaiban nem használhat fizikai testet és a fizikai Éntől különbözik, mindkettőben kell lenni valami **állandó és változhatatlan** elemnek, amely az éber Én számára lehetővé teszi, hogy álom-élményeire visszaemlékezhessek. Ennek a legmélyen fekvő rétegnek, a fizikai testtel összehasonlítva – és mert nem-fizikai „állag” – a **valódi Én**-nek kell lennie. Az ilyen állag pedig csak **szellemi** természetű lehet.

Az „Én” nem a test, hanem valami tudatos lényegesség, amely a testtel egygyé válik, ha abba teljesen belemerült – ez lenne az a fogalom, amelyet a gondolkodó ember megformulázhatna, ha értelmét átmenetileg a planetáris történelem jelenlegi időszakában ideiglenes elméletek el nem homályosítanák.

Amennyiben ez utóbbi megállapítást tagadnánk, akkor a tagadásban foglalt fontos következtetéseket is el kell fogadnunk. Mert ha az értelem **nem** választható el a testtől; ha a lélek mint egy rögzített léggömb **nem** lebeghetne porhüvelyé fölött, ha a tudat **nem** szabadítható ki testi gyújtópontjából, akkor az olyan állapot, mint az alvás, nem volna lehetséges. Az ember fizikai testének tudatát nem veszíthetné el és arra lenne ítélve hogy a nap és az éjszaka huszonnégy óráján keresztül állandóan tudatában maradjon testének, amellyel a természet oly felbonthatatlanul összefűzte. Az embernek, mint szerencsétlen és talán akaratlan munkatársnak, talán a természetnek azoknál az éjszakai fáradtságainál is ott kellene lennie, melyek arra irányulnak, hogy a testnek elhasznált szövetékeit pótolják és az újra való helyreállításuknak folyamatát tudatosan kellene átélnie – mert a pihenés jótéteménye meg lenne tagadva a szellemétől. Ebből is felismerheti az ember a természet csodálatos bölcsességét és jóságos könyörületességét.

Ez a következtetés oly nagy jelentőségű, hogy az olvasónak alaposan meg kell értenie és annál kevésbé szabad hipnotizáltatnia magát egy orthodox-materialista nézőpont naiv és fantasztikus véleményeitől, mert ez a nézőpont az újabb felfedezések világában kezd már amúgy is divatjamúlnak és nem helyénvalónak bizonyulni. Az ilyen bátor és független gondolkodás révén szabadulhat meg végül az ember a szellemi tudatlanság bilincseitől.

Az alvás és a tudat sohasem állhatna harcban egymással, ha az ember nem volna egyéb, mint azoknak az atomoknak a gyűjteménye, amelyekből fizikai teste összetevődik. Ez a harc azonban éppen abból keletkezik, hogy az ember **nemcsak test, hanem erő is** – sokkal finomabb valami, mint a fizikai anyag.

Az alapvető *személyes Én* finomabb a fizikai testnél és a tudat világosságát viszi bele – ha másként lenne, nem keletkezhetne szétválasztódás a kettő között abban az állapotban, amelyet alvásnak nevezünk.

Így nézne egy szellemi szemlélő ezt a tárgyat. Az ilyen felfogás azonban nem szükségszerűen foglalja magában a halhatatlanságot, sőt még a testnek a halál utáni fennmaradását sem. Ez a felfogás csak *az élő testre* vonatkozik és se el nem fogadja, se ki nem zárja azt a lehetőséget, hogy az ilyen megosztott tudat akkor is fennmaradhat, amikor a halálsújtotta test nincs már meg. Futólag vegyük szemügyre ezt a lehetőséget is.

*

Nézzük az előbbi választ más nézőszögből és lássuk, vajon akkor is megállja-e a próbát.

Van az anormális állapotoknak egy csoportja, amelyet az általános „*transz*” fogalommal jelölünk meg. Modern tudósok, akik a hipnózis és a lélektani kutatás jelenségeit tanulmányozták, jól ismerik ezeknek az állapotoknak különböző fázisait. Az esetek egész soráról szólnak tudósítások és leírások pszichológiai folyóiratokban és könyvekben; a legtöbbje olyan kísérletekből származik, amelyeket legszigorúbb tudományos ellenőrzés mellett végeztek. Hogy ez az állapot lehetséges, az ma már vitathatatlan – és éppen így nem tagadható az sem, hogy a transz egy mélyebb szakaszában elérhető a tudatnak a testtől való csaknem tökéletes, időnként szándékolt, legtöbbször azonban szándéktalan elválasztása. Azok, akik ebben az irányban nem folytattak tanulmányokat és az erről a tárgyról szóló irodalmat elfogulatlanul akarják megvizsgálni, csodálkozni fognak a bizonyítási anyag tömegén, amelyet az utóbbi száz esztendő folyamán a tudósok és orvosok – akikben volt bátorság ennek a területnek a kikutatására, amelyet különösképpen „*anormis pszichológiának*” neveznek – felhalmoztak.

Képzettségükről és részrehajlatlanságukról ismert emberek – mint amilyen az elhunyt F. W. H. Myers is, aki a maga idején Cambridge-ben minden más kutatónál több dicsőséget szerzett – óriási tömegű kísérletet végeztek tökéletesen tudományos módon. Azután nyilvánosságra is hozták az elért eredményeket. Akinek elég türelme és ideje van ezeknek a köteteknek átböngészésére, elegendő bizonyítékot fog találni, hogy meggyőződjék róla: *az ember tudatának élő állapotában is elválasztható testétől*. Ha ez az elválasztás az álom-állapotban legtöbbször csak szakaszosan és bizonytalanul érhető is el, viszont igen tiszta és feltűnő rendellenes állapotokban, mint például az ájulásnál, amelyet a heves érzelmi hullámmás idéz elő.

Azok a kutatók, akik különösen a *hipnotikus transz* jelenségébe igyekeztek behatolni és – tekintet nélkül azoknak a szenvedélyes hitetlenségére, akik maguk sohasem vették azt a fáradságot, hogy ilyen kísérleteket végezzenek – ki is tartottak mellette, a következők: Dr. James Braid manchesteri sebész; Faria abbé, a francia lelkes, aki ezt a művészetet Indiában ismerte meg; Charcot, a francia ideggyógyász, aki a párizsi Salpétriére-kórház kísérleteit vezette; a nancy-i dr. Lebeault és Bernheim professzor, a tanítványai; a német dr. Moll, aki szép értekezést írt erről a tárgyról,

amennyire az az ő idejében ismeretes volt; néhai Alexander Erskine Londonban; dr. Esdaile, a kalkuttai állami kórház főorvosa, aki háromszáz nagyobb és több ezer kisebb műtétet végzett mindenféle érzéstelenítőszer alkalmazása nélkül és pácienseinek mégsem okozott fájdalmat, mert testüket magnetizmussal tette érzéketlenné.

Azok a személyek, akiket mély transz-állapotba hipnotizáltak, testüket tökéletesen elfelejtették, múlt eseményeknek voltak szemlélői, tanúskodtak távolról történt dolgokról, vagy megfigyeltek embereket, akikhez ebben az állapotukban elküldték őket. És bár testük visszamaradt, személyes, de *testfölötti* tudatuk tökéletes birtokában voltak.

Nincs valóban semmi új a hipnotikus kísérletekben, mert ezeket már a régi egyiptomi papok és a korai káldeus jósok idején is gyakorolták. Az őskor kísérleteinek azonban kevés bizonyító erejük van a modern kor számára.

*

Ha valami, akkor az ilyen kutatás mutatja, hogy a tudatos Én *nem a test*, egyszerűen azért nem, mert a hipnotikus transz legmélyebb és ennél fogva legritkább fokán a kettő szétválasztható és mint két elkülönített egység ábrázolható. A szellemnek az az egész része, amely az öntudatot tartalmazza, ily módon *autonómmá* vált. A harmadfokú, valóságos transz sokkal ritkább jelenség, mint bármilyen más a hipnózis kutatásában és ez manapság a Nyugaton kevésbé gyakori, mint a XIX. század folyamán volt. Keleten még ma is előidézik az önhipnózis bizonyos fajtája révén, amelyet *jógi*-k, fakírok és az afrikai négerek „orvosságos emberei” gyakorolnak. Az ily módon hipnotizált (régibbi kutatók a „mezmerizált” vagy „magnetizált” kifejezéseket használták) olyan megmerevedett állapotba kerül, hogy szinte halottnak látszik. Nem hall meg semmilyen zajt és néma, mint a sír. Szemének pupillái felfelé fordulnak. Ha visszatér éber tudatára, megerősíti, hogy a transz-állapot tartama alatt tökéletes fizikai öntudatlanságban volt. Másrészt, különösen a transz könnyebb szakaszaiban gyakran bekövetkezik az egyéniség középpontjának áthelyeződése, amelynél az illető még valamennyire ura a beszédnek és részletes leírást tud adni távoli jelenetekről és eseményekről, amelyekről azt állítja, hogy éppen most látta, vagy személyekről, akikkel pontosan tudja, hogy együtt volt. Ennek a könnyebb fajtájú transznak egyik szemléltető esetét írja le Erskine. Hogy a Sir Arthur Conan Doyle kívánta próbával szolgálgjon, egyik páciensét hipnotikus transzba helyezte. A páciens szelleme bejárta az egész, a Lady Doyle London-Westminster-i lakásáig elnyúló teret és beszámolt arról, hogy az asszony ott ül egy szobában, amelyet azután teljes részletességgel leírt. A tudósítás és a leírás tökéletesen helyesnek bizonyult! A telepátia nem magyarázza meg az ilyesmit, mert Erskine még egy másik esetet is elmond, amelynél a hipnotizált személy háromórás leírást tudott adni apjának, a portugál követség egyik tisztviselőjének tevékenységeiről, utazásairól, cselekményeiről és beszélgetéseiről. Az apa azután később megerősítette a leírt tudósítás pontos voltát. De sem a hipnotizálónak, sem a

fiúnak előzőleg semmiféle tudomása nem volt a tisztviselő tartózkodási helyéről, vagy szándékairól!

Annak bizonyítása, hogy a szellemet a testtől el lehet választani, elegendő annak az állításnak alátámasztására, hogy az Én nem azonos a testtel. Ez a bizonyság világosan megmutatja, hogy az Én mint tud mindenféleképpen hatni és működni, mégpedig a hipnotikus transzban éppen olyan tökéletesen, mint a köznapiságban – csak éppen fizikai eszközét, a testet, a hipnózis előidézte élettelen állapota miatt nem tudja használni.

Ahol tudatos értelem van, ott életnek is kell lennie, amely foglalkoztatja. Ezekből a kísérletekből is látjuk, hogy az élet a szellemet a fizikai test-tudattól való különválásánál is elkíséri, anélkül, hogy a test halálát okozná, mert ez a különválás csak átmeneti. Elégé nyilvánvaló tehát, hogy a szellem és az élet a test útján nyilvánul meg, mint ahogy például az elektromos áram a villanykörte keresztül válik láthatóvá, bár saját léte mégsem tőle függ egészen. A kettő valóban mindenképpen abban a helyzetben van, hogy a másiktól függetlenül is funkcionálhat, amint ezt az alvás és a hipnotikus transz anormális állapota is megvilágítja.

További bizonyítékot – olyat, amely talán könnyebben visszautasítható – szolgáltatnak a lélektani kutatás és a spiritizmus eredményei. Ezek talán kevésbé lesznek megfelelők, mert ezzel a tárggyal kapcsolatban a nagy tömeg bizonyíték minőségileg rendkívül különböző és míg az egyik szembeszökően világos, a másik felháborítóan sületlen, vagy nyilván magán viseli a szélhámosság bélyegét. Ha azonban részrehajlatlanul vesszük szemügyre az ilyen jelenségekről szóló beszámolókat, felfedezhetjük bennük a valódi tényeknek olyan kis maradványát, amely szintén arra mutat, hogy az egyéniség fennmarad még a test totális elpusztítása után is, mint például a halottégetésnél.

A lélektani kutatásokra alakult társaság több mint félszázadon keresztül számos jelentést gyűjtött össze szellem-jelenségekről, médiumok üléseiről, stb. Sir William Crookes, Sir Oliver Lodge, Hans Driesch professzor és Sir William Barret – csupa tekintélyes tudós – a médiumok felhasználásával folytatott kiterjedt kutatások után kénytelenek voltak amellet a spiritizma alaptétel mellett állást foglalni, hogy **a halottak tovább élnek, és hogy bizonyos körülmények között érintkezni lehet velük.** A médiumok egyike, akinek szolgálataihoz Sir Oliver Lodge gyakran folyamodott, az elhunyt Alfred Vout Peters, véletlenül a szerző egyik barátja volt. Peters rendkívül ritka és nevezetes adottságokkal született: a „halottakat” nemcsak tisztán látta, hanem velük beszélgetve a hátramaradottak számára üzeneteket is át tudott tőlük venni. Életének nagy részét egész Európára kiterjedő utazásokkal töltötte el és a továbbélés valóságáról próbákat és bizonyítékokat szolgáltatott számos híres személyiségnek, akikhez – mint egyszer tréfásan megjegyezte – Európa valamennyi koronás fejének legalább a fele tartozott.

Elegendő lesz képességeinek egyetlen példája, amelyről a londoni intézet titkára, Mr. Wallis Mansford tett nyilvános tanúbizonyságot. Mr. Vout Peters 1922-ben a következőt közölte Mr. Mansforddal: „Egy rendkívüli fizikai szépségű, finom vonású, sűrű hajú, élénk szellemű és erős magnetikus egyéniségű fiatal ember szelleme van most önnel. Szép kertben látom őt – flanel ruhát visel. Az volt a

szokása, hogy összefont karokkal, lovagolva ült a székén, arccal a támla felé fordulva. Nincs róla fényképe a lakásában, amely ebben a helyzetben ábrázolja? A szellem még elég fiatal emberé, aki a háború folyamán külföldön halt meg. Az éghajlat, mely alatt látom, meleg, az utolsó óráiban nagyon szenvedett a szomjúságtól. Igen közel van egy vele összefüggő évforduló.”

Mr. Mansford azt válaszolta, hogy nincs ilyen fényképe – mikor azonban hazament, elkezdett keresgélni a papírai között és felfedezte Rupert Brooke, az ismert katonaköltő fényképét. A kép kertben ülve ábrázolta Brooket, pontosan abban a helyzetben, melyet a médium említett. Mr. Mansfordot érdekelte Brooke, sőt erősen vonzotta is. A férfi anyja ajándékozta neki a képet. Ami a közlés leíró részét illeti, mindenki tudja, hogy az pontosan megfelel a költő külsejének, míg a legutolsó szavak helyességére vonatkozólag meg kell említeni, hogy Brooke a Földközi-tengeren egy kórházhajón halt meg. Halála napjának évfordulója öt nappal azután volt, amikor Peters beszélt róla. Olyan emberek, mint Peters – bár számuk kevés azok sokaságában, akik állítólagos médiumi képességeikkel nemcsak magukat tévesztik meg, hanem másokat is elbolondítanak – azokra a primitív adottságokra emlékeztetnek, amelyek a szellemi és fizikai emberi képességek jogos és szükségszerű fejlődése következtében elsatnyultak és örökre elvesztek.

Azok, akik szellemüket nem engedik elposványosodni, tudják, hogy a hipnotikus és lelki kutatás a maga egészében már akadémiai körökben is kezd bizonyos tekintélyre szert tenni. Különböző országok egyetemi tanfolyamokat nyitottak a lelki kutatás előmozdítására, míg Dr. J. B. Rhine, az amerikai Duke egyetemen az extra-szenzorikus benyomások laboratóriumi vizsgálatát addig a pontig vitte, ahol a telepátia és távolbalátás valóságát oly kétségtelenül igazolni lehetett, hogy azok az elismert kísérleti tudományok sorába léptek. William Mc. Dougall professzor, ez a kiváló amerikai, akinek a rendellenes lélektant illető kutatásai közismertek, nem habozott kijelenteni, hogy Dr. Rhine munkája az élettani materializmusra a legsúlyosabb csapást mérte.

Más hiteles esetek százairól számol még be a jelentések egész sokasága azoknak, akik nem sajnálják a fáradságot, hogy átvizsgálják ezt az irodalmat. Ezek a kutatások mind azt mutatják, hogy van egy **nem-materiális világ**, amelyben az ember tudatos énje vagy szelleme értelmesen és a testtől – még ha az a sírban fekszik is – teljesen függetlenül tud működni.

Sokan vannak, akik mélyen gyökerező ellenszenvvel viseltetnek a lélektani kutatás, illetőleg a spiritizmus tárgyköre iránt. Ezeket részben igazolják azok a nyilvánvaló visszaélések, amelyek ezen a területen a valódi és igaz jelenségekkel felbonthatatlanul össze vannak kötve. Ha az említett hitetlenek vallásosak, akkor az ördög fekete alakját sejtik az ilyen kísérletek mögött – ha tudományos beállítottságúak, akkor az egész dolgot pusztá szélhámosságnak tekintik. Röviden, mivel magát a témát nem tartják elfogadhatónak, valamennyi bizonyítékát sem tartják annak. Az ilyen emberek azonban azt a kérdést: „Ki vagyok én?”, a testre vonatkozóan a spiritizma irodalom segítségével is megvizsgálhatják. Van ugyanis a tanúbizonyságoknak egy figyelemreméltó sora, amelyeknek bizonyosságai kétségtelenek és amelyek következményei világosak. A szerző különböző

alkalmakkor és Ázsia meg Afrika különböző részein találkozott *jógik*-kal és fakírokkal, akiknek megvolt az a rendkívüli képességük, hogy lélegzésüket kikapcsolják, szívtevékenységüket és vérkeringésüket megállítsák, sőt, miután néhány órán vagy napon keresztül légüres koporsóban vagy a föld alá „eltemették” őket, életre is tudtak újra ébredni. A szerző, hogy meg tudja különböztetni a csalókat a rendkívüli erők valódi birtokosaitól, az említett teljesítményeket gondosan megvizsgálta és így szilárd meggyőződése, hogy ilyen erők valóban vannak. Személyes tapasztalataival azonban ebben az összefüggésben nem akar előhozakodni, bár ezeknek a *jógik*-nak egyike legutóbb egy lepecsételt és kicementezett kősrában nem kevesebb mint negyven napot töltött bezárva. De vannak független és kevésbé megtámadható bizonyítékok, amelyek mind 1936 óta merültek fel.

Az első egy kivágás az egyik megbízható indiai újságból, a „*The Madras Mail*”-ből, amely angol tulajdonban van és szerkesztője angol, akinek egy egész életre visszanyúló alapos újságírói tapasztalatai vannak:

HARMINC PERCIG ELEVENEN ELTEMETVE JÓGI-MUTATVÁNY 15.000 TANÚ ELŐTT

Masulipatam, 1936. december 15.

„Említésre méltó *jóga*-teljesítményt mutatott be Sankara Narayana-swami mysorei *jógi* vasárnap este a Srí Ramalingeswarasvami templom előtt, mintegy 15.000 emberből álló gyülekezet jelenlétében. Körülbelül félóra hosszat elevenen volt eltemetve.

K. W. Ramana Rao alezredes, kerületi egészségügyi tiszt, aki mint megfigyelő működött, a kísérlet előtt átvette a *jógi* levelét, amelyben kijelenti, hogy cselekedetét saját felelősségére viszi végbe.

A *jógi*-t egyenesen erre a célra készült ládába helyezték, majd leeresztették egy gödörbe, amelyet azután földdel fedtek be. Miután körülbelül félórával utóbb a ládát felhúzták, a *jógi*-t transz-állapotban találták benne. Újabb félóra múlva visszanyerte öntudatát. A tömeg tapsolt.”

A második bizonyíték barátomtól, F. Yeats-Brown őrnagytól származik, aki húsz esztendőn keresztül a Bengal Lancers indiai lovasezrednél szolgált. Ő tette közzé az alábbi jelentést a londoni *Sunday Express*-ben:

„A „halálból” való feltámadás meglehetősen elterjedt gyakorlat az indiai mágiában. Magam is kétszer láttam. Az adeptus huszonnégy órai titkos előkészületet végez, amely tisztálkodásból, böjtölésből és a levegő „nyeléséből” áll.

Mielőtt a transz-állapot bekövetkeznék, az adeptus, a beavatott oxigénkábulatban van. Aztán összeszorítja ütőereit és öntudatlanná válik. Tanítványai eltemetik.

Egyik alkalommal, amelynél magam is ott voltam, az adeptus egy óra hosszat, a másikinál csak tizenöt percet töltött halálos transzban.

Orvosok, akik a „holttestet” megvizsgálták, megállapították minden életmegnyilvánulás hiányát. Miután a jelzett idő letelt, az adeptus visszatért az életbe.

A kísérlet nem a nyilvánosság számára való – a merev test hajlékonnyá válik, a szorosan összezárt ajkak szétválnak és olyan sóhajt hallatnak, melyet senki, aki hallotta, soha el nem felejtet.”

A harmadik bizonyosság a madrasi *Sunday Times* 1936 februári számából való. A következőképp hangzik:

AKI URALKODIK A SZÍVÉN ÉS ÉRVERÉSÉN

„Harry ezredes, Ahmedabad hatósági főorvosa, továbbá különböző más orvosok jelenlétében Swami Vidyalankar *jógi* azzal a különös mutatóvannal lepte meg közönségét, hogy meglehetősen hosszú ideig irányította szíve és érverése tevékenységét. Lehunyt szemmel, a földön guggolva, hirtelen elállította szívét és érverését. Ugyanakkor szívét megvizsgálták és elektrokardiogrammot is csináltak róla. A vizsgálat azt mutatta, hogy mindkét szervét tökéletesen hatalmában tartotta.

Több más csodatételt is bemutatott, köztük azt, hogy huszonöt órán keresztül sírban feküdt.”

Ennek az utóbbi esetnek bizonyító ereje különösen abban rejlik, hogy egy képzett angol jelenlétében történt, aki a hadsereg tagja és egyben képesített orvos is. Ennélfogva bizonyos, hogy szigorú ellenőrzésre került a sor.

Akinek van ideje alaposabb vizsgálatokra és nem sokallja a fáradságot, hogy néhány esztendőn keresztül hasonló esetekről szóló jelentésekben kutasson, gazdag eredményre számíthat, bár a szerző tudja, hogy különböző rendkívüli erővel rendelkező *jógi*-k elzárkóznak minden nyilvánosság elől, mert kerülnek a nagyvárosokat.

Mit mondanak nekünk az ilyen esetek?

Vajon nem azt állapítják-e meg, hogy a testi életlehellet nem azonos a valódi Énnel? Nem azt a kétségtelen bizonyítékot nyújtják-e, hogy bár a fizikai élettevékenység szünetel és a lélegzés megállt, a személyes valóság, az Én, bizonyos idő múlva mégis újból csökkentetlen és sértetlen létben jelentkezhetik?

Nem azt mutatják-e, hogy a test betű szerinti értelemben igazi holttestté válhatik anélkül, hogy az egyéni személyiség fennmaradása korlátozódnék?

Nem azt bizonyítják-e, hogy azok az életerők, amelyek a testnek egész napon át a mozgás és tevékenység lehetőségét adják meg, nem szükségképpen *testi* szövetek és izmok eredményei? A testtel való kapcsolatuk egyszerűen olyan lehet, mint az elektromos áramnak a lámpával való előbb említett viszonya.

Nem tartalmazzák-e ezek az esetek azt is, hogy az Én-tapasztalat az egész életen keresztül fennmarad, míg a test-tapasztalat csupán ennek a mélyebb tudatnak a tartalma volt?

Ha ez az utóbbi a testtel, mint állandó birtokosával lenne összekötve, akkor sohasem lehetne tőle elválasztani. Például: a hő a tűznek egyik tulajdonsága. Ahol tüzet találunk, ott szükségképpen hő is kapcsolódik hozzá. Hideg tűzhöz hasonló jelenséget nem tudunk elképzelni. Hasonlóképpen: ha az Én a testi szervezet egyik funkciója lenne, sohasem lehetne elválasztani tőle, mint ahogyan az a mély alvásnál, hipnotikus transzban, vagy fakírok eltemetésénél történik. Más szavakkal: a

valóságos ember, a lélek – ha szabad így nevezni – nem azonos a testével. Mert az Én semmiféle anyagi nagyítóüvegen keresztül nem látható.

Nem valószerúsíthatjuk a magunk számára bizonyossággá, hogy abban a pillanatban, amint Én-tudatunkat az agytól elvonatkoztatjuk, az nem egyéb többé, mint egy darab élettelen anyag, olyan, mint a hús a hentesüzletben. Az Én jelenléte nélkül egyetlen gondolatot sem termelhet, egyetlen eszmét sem valósíthat meg sem önmagáról, sem környezetéről, sem elvont tulajdonságokról, sem anyagi dolgokról.

A materialistáknak, akik azt állítják, hogy az értelem és az élet **fizikai** szervek eredményei, joguk van ehhez a nézetükhöz, de minthogy életet és értelmet laboratóriumaikban nem tudnak előállítani, semmi ok nincs annak feltevésére, hogy az ő elméletük megalapozottabb, mint a bölcseké, akik ennek ellenkezőjét tartják igaznak: mégpedig azt, hogy az értelem és az élet áramlata a testben lakozik, de **nem terméke annak**. Ezek a látnokok és bölcsek ezenfelül azt is állítják, hogy kijelentéseik bizonyítékát is megtalálták azon az egyetlen úton, amelyen az ilyen valóban megtalálható: mégpedig ennek a két mineműségnek valóságos elválasztásával. Más szavakkal: **a személyes Énnek a fizikai testtől való elkülönítésével**. Bizonyítékaik szerint ezt már évszázadok óta gyakorolják. Ennélfogva az olyan elméletek, amelyek egy szellemi és minden kémiai elem fölött álló nem fizikai elem feltevését tartalmazzák, legalábbis érdeemesek a megvizsgálásra. Sőt, még többet érnek meg, mert a megkívánt bizonyítékot nyújtják mindenkinek, aki az előzetes feltételeket hajlandó teljesíteni és belsejében türelmesen és őszintén akar érte dolgozni. Sőt ennél még értékesebbek, mert mindenkinek olyan bizonyítékkal szolgálnak, hogy – a pusztán elméletiektől eltekintve – egyetlen materialista, egyetlen tudós sem tud a jelzettekkel **ellentétes** bizonyítékkal szolgálni.

Mindaddig az időpontig, amíg valamely tudós emberi lényt nem tud teremteni és ezzel be tudja bizonyítani a materialista elméletek igazságát, az emberfeletti, anyagtalan Énnek itt nyújtott magyarázata éppen olyan joggal tarthat számot az értelmes emberek értékelésére, mint akármelyik más, eddig kifejtett és elfogadhatónak tartott elmélet. Ennél a megállapításnál az emberfeletti Én-t olyannak fogjuk fel, melynek a test alá van rendelve. A fenti magyarázat magától értetődően felteszi az állandó öntudatot, melynek háttérében a test élettartama alatt – de nem tovább – a fizikai benyomások független, önálló létben nyilatkoznak meg. Ez az elmélet ezenfelül egész határozottan állítja azt is, hogy bizonyítéka közvetlenül kéznél van, ott van minden ember szellemében és szívében és hogy az itt kifejtett módszerek hűséges gyakorlata révén feltétlen igazságáról meg is lehet győződni.

Miért féljünk tehát hűtlenné válni az általános anyagelvű szemlélethez, amely az ember egyéniségét **kizárólag az ismert fizikai világra** igyekszik alapozni? Miért utasítanánk vissza azokat a látható jeleket és intéseket, amelyekkel mind a természet, mind pedig a kísérletek világosan rámutatnak arra, hogy a hús csak a lakása, de nem a **teljessége** az embernek? Akiben van bátorság és türelem ahhoz, hogy értelmét a szokványos ideológiától függetlenül ilyen irányban működtesse, az végül az emberre vonatkozó örök igazság felfedezését kapja jutalmul. Megelégedni közkeletű tudományos és filozófiai elméletekkel, amelyek néhány évtizeden belül tökéletesen megváltozhatnak és meg is változnak, vágy amelyek a következő nemzedék már

tökéletleneknek vagy téveseknek fog minősíteni – annyit jelent, mint a szellemi élet lustaságáról és gyávaságáról tenni bizonyosságot. Az igazság nem a lusták és a félénkek számára való.

*

„Én” vagyok-e a test?

Végső és legmagasabbrendű megfontolással kell most már ezt a kérdést megvizsgálnunk. Minden eddigi érvet és feleletet valóban elfelejtethetünk, mert felemelkedhetünk a tiszta gondolat birodalmába, a fizikából a metafizikába, ahol **egyetlen** valódi fogalom elegendő arra, hogy azt az illúziót, amely szerint az Én **csak a testben és sehol másutt** nem tartózkodik, megdöntsük.

Hogy ez az utóbbi elmélet nem lehet helyes, azt a mély, álomtalan alvás, vagy az öntudatlanság (ájulás, üres transz) állapota csodálatosan megmagyarázza, mert ezeknél az Én tökéletesen eltűnik a testből. Ilyen állapotban az érzéketlen fizikai test minden ember számára teljesen eltörlődik és elfelejtődik, hogy aztán, ha ismét magához tér, felébred és emlékezik, újra felfedezze. Az a hiba, amelyet a nyugati filozófusok az öntudat igazságának kutatásánál elkövetnek, abban rejlik, hogy **nem tekintik egyenértékűnek az ébrenlét, az álom és az álomnélküli szunnyadás három állapotát.**

Elkülönített tények azonban csak elkülönített eredményeket adhatnak. Kizárólag a tények **összessége** nyújthatja a teljes igazságot. A pszichoanalízis azonban az álmok eredetének és jelentésének vizsgálatával a helyes úton indult végre meg, bár ennek a vizsgálatnak az eredményei még erősen vitásak. Az élet embrionális állapotában megvan, mielőtt még az ember „Én”-t tudna mondani. Az embrió szellemi állapota pontosan megfelel a felnőtt személy mély-álombeli állapotának. Az utóbbiban a fizikai test minden része sértetlen marad, de az „Én” eltűnt, a személyes lét érzése hiányzik és minden élmény megszűnt, még ha tudjuk is, hogy az Én-tudat biztosan ismét napvilágra kerül és eltűnése csak átmeneti. Érezzük, hogy a tudatos értelem, amely az „Én” révén jelentkezett, sértetlenül és változatlanul vissza fog térni.

Az egész személyiség minden öröm- és fájdalomemlékével, felhalmozott tudásával, önző tudatával távol van a mély alvásban. Az „Ego” olyan tökéletesen eltűnt a fizikai testből, mint amikor beáll a halál. Még csak álomteste sincsen. Ez a lényeges pont, amelyet most szem előtt kell tartanunk. Sem a testben, sem az értelemben nem marad az én-tudatnak legcsekélyebb nyoma sem. Az Én a maga jellegzetes, titokzatos módján elvált a testtől. A mély alvás tehát azt mutatja, hogy a test nem is olyan feltétlen szükséges alapja az ember személyi Én-jének.

Ez az utolsó bizonyíték – amely szükségszerűen metafizikai, mert itt már átléptük a fizikai határát, sőt elhagytuk a szellemek és az álom-én határterületeit is – a legmeggyőzőbb bizonyítéka annak, hogy a lélek, az „Én” titokzatos esszenciája, a ködszerűségek legködszerűbbike, a mély alvásban elkülönül a testtől és magasrendű hazájába, egy **nem-materiális létvilágba** tér vissza, egy világba, mely olyan finom, hogy még a testünkre terített ideghálózaton is keresztülszivárog.

Kérdésünkre a felelet tehát úgy szól, hogy *az „Én” önmagában létező és a testtől különböző valami.*

A test nem azonos az Én-nel?

– De hát mi akkor a test?

Szemmel láthatólag olyan eszköz, amelynek segítségével az ember felismeri a tárgyi világot, azt, amely tökéletesen elütő az Én-nek amellyel egyek vagyunk – belső világától. Érezzük, hogy ez a külső világ tőlünk egészen különálló valami. Az érzelmek, amelyek értelmünkben jelentkeznek, egyetlen összekötő kapcsaink a tárgyi világgal. Vagy mint Bertrand Russel kénytelen beismerni: „Amit a pszichológus lát, mikor egy agyat vizsgál, az *a pszichológusban, nem pedig a vizsgált agyban* van.”

A filozófikus tudós könnyen lemond valamely tárgy élénk piros színéről, minthogy tudja, hogy a szín a valóságban *csak saját képzetében* van meg. Éppen így értelemszerűen elkülöníthetjük a külső testet énségünk érzésétől, mert tudjuk, hogy az utóbbit valójában a szellem és a szív mélységeiben kell keresnünk. Nincs más hely, ahol kereshetnők. És ez az énség körülbelül az egyetlen valami a világon, aminek *valódi* léte kétségtelen.

Hasonló természetű más gondolatok is eszünkbe jutnak, ha az önanalízisnek ezzel a szokatlan formájával foglalkozunk. És ha ezeket a gondolatokat mind a logikus végkövetkeztetésig követjük, a maga teljes hamisítatlanságában foghatjuk fel a valódi tény: nevezetesen azt, hogy bár azzal szoktuk áztatni magunkat, hogy a testtel vagyunk azonosak, az önvizsgálat bizonyossága szerint ez nem felel meg a valóságnak. A haladó gondolat befelé vonzza az Én érzetét és bebizonyítja, hogy az „Én” valóságos, a testtől elkülönült lényeg és hogy az „önmaga” szó valamivel többet jelent, mint a külső megjelenést. Modern felfedezések és ősi tanítások hatnak együvé, hogy ezt az igazságot megerősítsék. Miért fogadjuk el tehát az ezzel ellenkező értelmezést és mi az oka, hogy az emberek többsége másképp gondolkozik és ezt az igazságot visszautasítja? Mi az oka, hogy csaknem mindenki szokásszerűen, de hamisan, összetéveszti magát testével? A felelet most már világos. A valódi „Én” megengedte, hogy önmagának egy része a testtel összekapcsolódjék és étellel hassa át, ezért tart az Én-érzet egészen természetesen tovább a testben.

Az igazság mindig elérhető az elmélkedés csodálatos erejének segítségével – csak ezt az utóbbit bizonyos módon kell működtetnünk. Ezért – de nemcsak ezért – feszíti magát neki lelkünk a hús börtönrácsának és idéz fel bennünk kimondhatatlan vágyakozást és megmagyarázhatatlan kívánczóságot. Mert egyikünk sem szeretne arra ítélni, hogy csúszómászó férgeket tápláljon, vagy pusztá porrá váljék – és nem is kell, hogy így legyen, mert *nem vagyunk csupán mulandó test!*

IV. FEJEZET

AZ ÉRZELMEK ELEMZÉSE

Miután keresztkérdéseknek vetettük alá magunkat és az ember földi porhüvelyét „Ego”-jának, személyisége gyökerének tekintetéből átvizsgáltuk, úgy találtuk, hogy

az „Én” a testet csak mint átmeneti tartózkodási helyet használja. Szükséges tehát, hogy maga valami *lényegileg testtelen* legyen.

Ezt a tudatos eljárást most az Én-re kell visszairányítanunk és megnéznünk, hogy ez a láthatatlan vendég az emberi természetnek nem abban a másik tágas alkatrészecsorozatjában – az indulatokban, az érzelmekben – található-e meg? Szükséges, hogy ismét feltegyük magunknak a kérdést: miből állunk? Pontosan fogalmazva: vajon indulataink, érzelmeink nem választhatók-e el teljesen a gondolatainktól. Mindkettő közös gyökérből ered: a szó tágabb értelmében vett – lélekből. A kettő között a különbség a köznapi életben a közöttük állandóan változó egyensúlyi helyzetből keletkezik, de azért mindkettő állandóan együtt van. Érzelmek, indulatok nem képzelhetők el gondolati megfogalmazásuk nélkül. Egy különleges lélektani kutatás céljából azonban külön-külön is elemezhetjük őket.

Érzelmek, indulat vagyok-e? A szeretet, bosszúság, kívánság, szenvedély, félelem, öröm, melyek oly gyakran elfognak – ezek lennének az Én-em? Ezt kell magától kérdeznie az embernek, ha Ego-jának titkos zugaiba akar behatolni és működését megfigyelni szándékozik.

Az égi jellegűektől a démoniakig – más-más időben – a legkülönféle indulatok és érzelmek kerítenek bennünket hatalmukba.

Az indulatok egész sora váltakozva uralkodik fölöttünk. Az ember testének és érzelmi állapotainak összehasonlítása nagyon feltűnő eredményeket mutat. Végül is teste aránylag stabil és szilárd marad, míg indulatai, kívánságai és szenvedélyei az állandó mozgás állapotában vannak. A test külső megjelenési formáját csak lassan, évről-évre változtatja, míg ez ember érzelmi hullámváltozásai gyakran óráról-órára változnak. Ez az állhatatlanság, a hangulatoknak ez a gyors hullámváltozása megbízható jellemzője az ember érzelmi természetének. A régi látnokok érzéseinek apályát és dagályát a víz elemével hasonlítják össze, míg testének szilárdságát a föld elemével vetik egybe. Mindkét összehasonlítás éppen olyan igaz, mint találó.

Az ember ma vidám és bizakodó, holnap szerencsétlen és félénk. Az ember mindig áldozata az érzelmek ilyen áramlásának, melyet a testi tapasztalatok és szellemi tevékenységek előidéztek vonzások és taszítások ide-oda hajtának.

A hirtelen bosszúság kitörései, vagy a szexuális vágy fellángolása olyan cselekedetekre bírhat rá bennünket, amelyeket később megbánhatunk; innen az az érzésünk, hogy az ilyen cselekedetek nem valódi énünknek képviselői, hanem inkább meghamisítói.

Még személyes természetünk túlnyomó nagy részének is megvan az a hajlamossága, hogy nagyobb időközökben megváltozzék úgy, hogy egyéniségünk húsz év előtt talán szégyenkezve hökkent volna vissza olyan sugallatoktól, amelyek most csábítóknak tűnnek fel számára.

Azok az aggodalmak, amelyek ma gyötörnek bennünket, egy-két nap vagy hónap folyamán eltűnhetnek, hogy talán soha vissza ne térjenek többé – az ember azonban tudja, hogy az „Én” érzése nem tűnik el. Ő az egyetlen *állandó* valósága életünknek.

Van-e ezek között a változó és sokszor zavarba ejtő érzelmi hullámváltozások között egyetlenegy szilárd, amelybe megkapaszkodhatnánk és amelyről elmondhatnánk: „*Ez*

vagyok Én?” Az ember végighaladhat az emberi érzelmek egész hangsorán: a szereteten, gyűlöleten, féltékenységen, félelmen, félszepségen, bátorságon, gyászon, lelkesedésen – egyetlenegy érzelem sem akad, amelyről joggal állíthatnánk: „**Ez** vagyok Énmagam!” Mert a valóságban érzelmileg ugyanolyan összetett lény az ember, mint fizikailag. Tapasztaljuk ezeket az átmeneti érzelmeket és indulatokat, de egyikről sem mondhatjuk: „**Ez** a változhatatlan Én.” Amit azonban mégis mondhatunk, az a következő: „Az „Én” **tapasztalja** a gyűlöletet, szeretetet, féltékenységet, stb.” Az ember különböző időkben felismerheti magában a tigrist, a papagájt vagy a majmot; más alkalmakkor megint az angyalt és a szentet – amíg azonban ezek a változások csak érzelmiek, nem lehetnek azonosak az Énséggel, vagyis az alapvető Én-nel.

Ha az ember elnyom egy szenvedélyt: ki az, aki azt elnyomja? Az elnyomó, mélyebb „Én”-t tehát már magában foglalja. Másrészt az a pusztán tény, hogy az ember ezt mondja: „ettől félek” vagy a „bosszúságom”... ahelyett, hogy „érzelmeim ettől félnek” vagy „érzéseim bosszúsak”, rögtön arra mutat, hogy az „Én” egész természetesen mint más érzelmektől elkülönített valami jellemződik – és magában foglalja, hogy ő az, aki az ilyen érzelmek tapasztalatán végigmegy. Ez nem is lehet másként. Mert ha az ember valamely meghatározott érzelem, vagy ilyen érzelmek gyűjteménye lenne és nem több, ha Énségének fogalmát azokból a különböző nemes, vagy nemtelen ösztönökből vezetné le, amelyeket véletlenül pillanatnyilag érez, ha alaptermészetét ezek a hullámozó érzelmek alkotnák, kifejezésmódja is ennek megfelelően változnék, és **önmagát nem birtokosi értelemben említené**. Az érzelmek tehát az **enyém, de nem azonosak velem, magammal**.

Szerencsés vagyok, szerencsétlen, tudatlan, kimerült vagyok, látok, ez az enyém – ilyen és ehhez hasonló eszmék foglaltatnak az Én-ben. Az „Én” fogalma mindezekben fennáll, mert egyetlen ilyen eszme sem gondolható el az „Én”-fogalom nélkül.

Valahányszor az imént említettekhez hasonló szófordulattal él az ember, öntudatlanul azt az igazságot mondja ki, hogy az „Én” a valóságban az érzelmektől független, csupán azoknak háttérében húzódik meg.

Az a bizonyosság, hogy érzelmeimről tudok, nem azt jelenti, hogy ezek teszik ki „Én”-emet. Más dolog valakinek létezése, aki érez és egész más annak öntapasztalata. Ez a különbség nagy jelentőségű és pontos kifejezésre tart számot. Érzelmi hullámozások, amelyek jönnek és mennek, nem lehetnek azonosak az állandó „Én”-nel. Az utóbbinak **állandónak és folyton jelenlévőnek** kell lennie, amit az is mutat, hogy saját létünket illető kétely sohasem merül fel bennünk. Ha nem lenne állandóan jelen, az ember talán kételkednék olykor abban, hogy van benne ilyen állandó „Én”.

Mindezek mögött a váltakozó hangulatok mögött megmarad tehát az „Én” változhatatlan érzése. Valamennyi között ez az egyetlen statikus. Az Énségnek ez az érzése olyan mélyen gyökerezik az emberben, oly mélyen rejlik lényé tulajdonképpen középpontjában, hogy kénytelen elismerni: valamennyi érzés közül ez az egyetlen állandó. Hangulatai jönnek és mennek, de Énségének érzése éber

állapotban általában sohasem távozik tőle. Valamennyi érzelem végső eredményben csak hullámverés az „Én vagyok” óceánjának felületén.

Erre más területen is lehet bizonytságot találni. A legmélyebb alvásban sem haragot, sem vágyat, sem örömet nem érzünk. A remény és a gyűlölet az érzelmek egyéb tömegével együtt eltűnik, ha ebbe az állapotba kerülünk. Minden személyi érzés megszűnik, mintha csak sohasem lett volna meg. Az ember nem szeret semmit, nem gyűlöl semmit, nem vágyik semmire. Ha valódi Énünk érzelmeinkből tevődne össze, állandóak lennének. Szükségképpen a mély alvásban is éreznék őket és sohasem lehetne őket eltörölni a tudatból. Mindaddig, míg az élet megszakítás nélkül fennáll, tudjuk, hogy az „Én”-nek ugyanolyan szakadatlanul kell meglennie. Az érzelmeknek és az énségnek a mély alvásban való elválása bizonyítja, hogy természetét illetően mindkettő különálló valami.

A bennem keletkező érzelmek tehát nélkülem, az érző nélkül, **az alany nélkül, amelynek tárgyai**, egyáltalán el nem képzelhetők. Van bizonyos érzésem – de ha száműzném is, mint a transzban, az ájulásban, vagy a mély alvásban, „Én”-em léte azért tovább tartana. Ezért tehát nem az érzés az életem valódi kezdete, hanem a titokzatos, megfoghatatlan, sokkal mélyebb „Én”, haragomnak, félelmemnek és reményemnek ez a láthatatlan tanúja. Minden érzelmi hangulatot lényegében magában foglal az alapját alkotó „Én” eszméje. Az érzelmek úgy sorakoznak az „Én”-en, mint a gyöngyök a zsinóron.

Ezt az eredményt még más módon is megvilágíthatjuk, mégpedig úgy, hogy a fehér mozivászonra vetített képeket a különböző érzelmi hullámmásokkal hasonlítjuk össze.

Mindezekhez még további megfigyeléseket is hozzá lehet fűzni – de felesleges a fizikai „Én”-re alkalmazott elemzéseket, amelyek az érzelmi „Én”-re is érvényesek, még egyszer részletesen elismételni – elég, ha csak röviden megint megemlítjük őket.

Az ilyen metafizikai elmefuttatások lehetővé teszik számunkra, hogy az anyag valódi gyökeréig eljussunk és kimutassuk, hogy az érzelmi állapotok önmagukban – bármi legyen is a tapasztalat váltakozó szakasza az „Én”-en belül – sem egyenként, sem összességükben nem alkotják az ember valódi lényét. A személyes azonosság meggyőződése, amellyel minden ember rendelkezik, még akkor is fennállhat, ha nincs olyan érzelem, amelyre támaszkodhatna. Azonossága tökéletes maradna minden érzelem hiánya mellett is, mert realitása nem enged meg fokozatokat és részletekre sem osztható.

Ez bizonyíték – de még sokkal több is: kísérlet abban az irányban, hogy az olvasó szellemét a pontos elemzés felé irányítsa, ami bensejében egy önmagával szemben megváltozott magatartást fog előidézni. Erőfeszítés ez abban az irányban, hogy pontosabban tudatosítsa számára azt, ami benne, szívében és értelmében végbemegy. Ha az ilyen meggondolások gyakrabban áthatják szellemét bizonyos következetes gondolatok sora révén, amelyeket az értelem magasrendű képessége irányít és a komoly kutatás szelleme tölt el, akkor értelmi eszközökké válnak a valódi ön-megértés elérésére. A mély elmélkedés ereje oly jelentős, hogy helyesen alkalmazva és szabályosan végrehajtva nemcsak új vágányokra irányíthatja az ember nézeteit, hanem ami még többet jelent: hamis nézőpontjait helyesekké alakíthatja.

Bár látjuk, hogy az ember – analitikusan tekintve – a valóságban olyan lény, amely végső fokon nem az érzelmi életben, hanem valami mélyebben gyökerezik, mégis a gyakorlati életben általában úgy viselkedünk, mintha az ellenkezője volna az igaz. Érzelmi hullámzásainkat tartjuk valódi Énünknek és engedjük, hogy ezek előbb kizökkentsenek az egyensúlyunkból, majd hogy azok váltakozó apálya és dagálya ide-oda sodorjon bennünket. Sőt annyira feloldódunk ezekben az érzelmeinkben, ezekben a rokonszenvekben és ellenszenvekben, amelyek naponta kísértenek, hogy végül – legalább ami mindennapi életünket illeti – „Én”-ünknek tekintjük őket és megfontolás nélkül mélyebb életérték kritériumainak fogadjuk el őket. A főtebb megkísérelt gondolkodási folyamat azonban az igazság törét döfi tetszetős illúzióinkba.

*

Kényelmesen ülve, zárjuk ki közvetlen környezetünkben eredő érzelmeinket és benyomásainkat, amelyek napközben rendesen szellemünket foglalkoztatják, és lássunk hozzá, hogy lassan, lépésről-lépésre belső természetünkben az Énünk után kutassunk. Ez a legjobb *jóga*-út. És ha az eredmények eddig csak negatívak voltak annyiban, hogy egy kizárási folyamat során előbb az öt érzék, majd a testi szervek és azok funkciói és végül maga a test éppúgy, mint az érzelmi tapasztalatok egész sora vált pszichológiailag elhanyagolhatóvá, és az ember csak azt találta, hogy mi nem az „Én”, már ez is rendkívül nagy értékű előkészület, mert kiküszöböli az elkopott, vagy hamis képzeteket. A valótlanságok kizárása után végül fennmarad: a való.

Most felmerül a kérdés: „Ezt az értelmi ön-analízist napról napra ugyanilyen módon kell-e megismételni?” A felelet: „Semmi esetre!” A tanuló a naponta soronkövetkező analízist ne az előzőek pusztá ismétléseként végezze, de mindenekelőtt arra törekedjék, hogy bizonyításában teremtő és eredeti legyen és új nézőpontokat találjon.

Az introspektív ön-analízis itt ismertetett módszerének csak az a célja, hogy az olvasó személyes gondolkodása számára szélesebb alapot nyújtson. Az olvasónak emellett arra kell törekednie, hogy ezt az alapot vérmérsékletének, tudásának és nevelésének megfelelően kiszélesítse és hogy azután lassan, óvatosan a saját lábán haladjon tovább. Itt csak az irányt mutattuk meg neki – most már gondolkodásának teljes függetlenségével haladjon előre és maga is váljék teremtővé. Ennélfogva nem szükséges ugyanazokat a régi bizonyítékokat mindig újra megismételni, ha a tanuló azt érzi, hogy már elkopottak. Másrészt viszont a haladásra irányuló elhamarkodott kísérlet – mielőtt annak mélyebb értelmébe behatolt volna – hiábavaló lesz és végül kudarccal kell végződnie.

Ha a tanuló ezeket az elővigyázati rendszabályokat emlékezetében tartja, most már áttérhet arra, hogy olvasása és gondolkodása során önmagát kikérdezze és személyi alkatát tisztán formulázott gondolatok útján analizálja, miközben ügyelnie kell, hogy ezeket a gondolatokat lassan fejlessze ki, hogy pontos jelentést és elegendő súlyt kapjanak. Ezeket a gondolatokat azután szigorúan logikus bizonyítékok láncává kell egymással összekötnie. Teljesen hibás eljárás lenne, ha a tanuló az ön-analízis

értelmi formuláit vakon követné. Amit itt adunk, az csak arra való, hogy egyéni gondolkodását ösztökélje és hogy egy különleges légkört teremtsen körülötte. De ettől függetlenül, azon kellene lennie, hogy maga teremtsen meg és dolgozza ki analitikus gondolatainak külön, egyéni vonalát. Az a módszer és az a bizonyítás, amelyet itt és „*A titkos ösvény*” című korábbi könyvünkben nyújtottunk, csak ilyen ösztökélésnek tekinthető. Ezeket nem kell vakon utánozni, hanem arra való, hogy a kereső fáradozásainak irányt szabjanak és számára új gondolati területeket nyissanak meg. Kell, hogy élete belső tapasztalat tárgyává váljék az ezt kísérő magas feszültséggel és felszabadító megoldással együtt. A szempontokat önmagának kell kigondolnia, az „Én” problémáját mindig újra alaposan átdolgoznia, míg e szellemi boncolás révén annak alkata tisztán és közel áll előtte. Meg kell kísérelnie új és egyéni érveket találni és a témát saját kezdeményező hozzájárulásával kiszélesíteni és gazdagítani, nem pedig pusztán a tárgyra szorítkozni. Vissza kell tekintenie napi tapasztalataira és azon igyekeznie, hogy ezekből tanulságot és magyarázatot merítsen, amelyet azután önmaga megismerésére irányuló célja érdekében felhasználhat.

Mert mindezeknek a gondolatoknak célja az, hogy a tanulóban olyan lelki hangulatot, olyan szellemi légkört, sőt az igazság utáni vágyak olyan érzelmi állapotát keltse fel, amely előkészíti az alkalmas színteret a megvilágosodás számára. Ennélfogva az olvasottak vagy hallottak puszta papagájszerű elisméltése teljesen haszontalan. A tanulónak komoly erőfeszítéseket kell tennie, erősen átgondolnia mindent és saját lényé valódi középpontjába éles értelemmel behatolnia – mások bizonyítékait és tényeit csak mint fáklyákat használhatja az úton. De *ő maga az utas*, ennélfogva óvatosan kell haladnia.

Igyekezete tehát arra irányul, hogy az „Én” problémáján keresztülvágja magát, hogy lényének rejtett alapjához érhesen. Kell hogy saját természetének pártatlan szemlélője legyen; saját egyéniségét csaknem mint idegen valamit kell tekintenie, ha önmagát helyesen akarja értékelni. Hogyan lehetséges ez, ha nem kíséri meg, hogy felszabaduljon a mindennapi élet szilárdan gyökerező meggyőződéseitől és filozófiáitól, lényegileg szellemellenes alapjától? Hogyan remélheti, hogy valóban meggyőződést szerezhet független gondolkodás nélkül arról az igazságról, hogy a test csak az „Én” lakóhelye, vagy hogy később felfedezhesse, hogy az „Én” csak egy csepp az „emberfeletti Én” óceánjában?

A tanulónak szellemi kutatását nem kell azokra a percekre korlátoznia, amíg csendes szobájában üldögél. Hasznos húzhat alkalomszülte gyakori pillanatokból, amikor a nap folyamán tétlen, akár úton, akár irodában, akár a gyárban vagy odahaza. Ilyen időpontokban is visszaidézheti emlékezetébe belső kutatásának egyes pontjait. Ekkor nem kell megismételnie az „Én” lakhelyére vonatkozó teljes bizonyítási eljárást, hanem csak kérdező magatartást kell felvennie, mintha hirtelen így fordulna önmagához: „Ki ez a lény, aki ebben a testben jár vagy ezzel az értelemmel gondolkodik?” Akkor nem kell tovább törődni a felelettel és a kérdést lassanként ki kell ejtenie emlékezetéből, anélkül, hogy válaszra várna. Minden egyébről azután a tudatalatti lélek maga gondoskodik a kellő időben.

Ez az alkalomszülte „villámgyakorlat” igen egyszerű, de rendkívül hasznos. Hatályossága abban áll, hogy saját természetünk ismeretlen tényezőjével van

kapcsolatban. Mennél inkább fordítja a tanuló figyelmét a saját egyéni eljárás módjára és mennél inkább hozzászoktatja magát, hogy ezt a tényezőt, ezt az ismeretlen, titokzatos „felsőbbrendű Én”-t keresse és minél inkább azon van, hogy létét megállapítsa, annál előbb fog érintkezésbe kerülni vele. A kérdezés módja különböző lehet – alapja azonban mindig ugyanaz: a befelé irányuló önvizsgálat.

V. FEJEZET

AZ ÉRTELMI ÉN ELEMZÉSE

A test és az érzelmi adottságok boncolása nem járt „Én”-ünk nyomának végleges kimutatásával. Az ember testétől felszabadítva: lélek lesz. Ennélfogva tovább kell az „Én”-t nyomozni, tovább kell arra törekednünk, hogy megkülönböztessük a valódi Én-tudatot, az őt beborító fátyoloktól, hogy az ész megismertessük önmagával és hogy a vizsgálat céljára megjelenítsük. Ezzel az emberi természet utolsó főalkatrészéhez: az értelemhez fordulunk. Az értelem és tartalma között kapcsolat áll fenn. Ezt kell most megvizsgálnunk.

Mindenekelőtt azt kell világosan megállapítanunk, hogy az „értelem” szót a következőkben arra használjuk, hogy azoknak a gondolatoknak, eszméknek, fogalmaknak, benyomásoknak és szellemi behatásoknak *összegét* jelöljük meg vele, amelyek a tudaton mennek keresztül. Nem használjuk itt arra, hogy a megkülönböztető és válogató értelemnek azt a magasabb rendű képességét jelöljük meg vele, amely a gondolatokat mérlegeli és döntőbíróként lép fel, hogy a gondolatok és igazságuk fölött ítéljen.

Ki vagyok én? Én vagyok a gondolkodó értelem? Ezt a helyesen alkalmazott kérdést az ember az elmélkedésnek önmaga felé fordításával oldhatja meg – mert így jutunk el idővel megmentésünk jelszavához, amennyiben gondolkodás révén az igazsághoz közelebb kerülünk.

Csaknem valamennyi bizonyíték, amelyet a testre alkalmaztunk, itt ugyanúgy felhasználható.

Igen fontos az a megfontolás, amely a birtokos jelentés természetes, automatikus és ösztönös használatára utal, amikor az ember értelmére hivatkozik. Sohasem mondja az ember: „agyam ezt vagy azt gondolja” vagy „agyam Los Angelesbe utazik” – hanem a természetes ösztön arra kényszerít, hogy így szóljunk: (én) „ezt vagy azt gondolom” vagy (én) elutazom Los Angelesbe”. Ha bölcséleti úton megfigyeljük, hogy miért használja az ember ezeket a kifejezési formákat, ráeszmélünk, hogy egy belső, élő „Én” – amely lényegében az agytól független és ezért anyagszerűtlen – tudata az, ami ezt mint *logikus szükségszerűséget* kiszabja. Ennek a pontnak alapos felismerése mutatja az úgynevezett „tudatalatti” valóságát és segít hozzá, hogy a tudatba emeljük fel.

A gondolatok még szélesebbre tárják szárnyukat, még gyakrabban hullámszanak, mint az érzelmek és változásukban semmiféle állandó „Én”-t nem mutatnak. Akár tárgyi forrásból származnak a gondolatok és érzékek közvetítette tényeken alapulnak,

akár az alanyi és végső tudatos forrásokból fakadnak: mindig a mulandóságnak ugyanazon törvénye alá esnek, amely az érzelmeket is irányítja, és így semmiféle állandó Énséget nem mutatnak fel. Ezenfelül pedig értelmi képességünk időről-időre változik a nap folyamán a külső környezet váltakozó befolyása alatt és az embernek az idén vallott véleményével egészen ellentétesek lehetnek azok, melyek a következő évben jelzik felfogását. Egyetlen gondolatot sem lehet tehát állandónak minősíteni: Csak az „Én” gondolata marad mindig ugyanaz.

Az állandó változásnak az a tulajdonsága, amelyet az érzelmeknél találtunk, éppolyan szembeötlő az értelemnél is. Ennek a változásnak higanyszerű mozgékonyasága olyan gyors és szakadatlan, hogy az embert semmiféle határozott gondolatsor nem fejezheti ki. És az értelemnek ezt az át- és átszövődése egészen gépiesen történik. Eszmék, képzetek, felismerések, képzelődések és emlékek állandóan, mint forgó kerekék keringenek az agy kamrájában, ebben a csodálatos anyagban, amely koponyánk csúcsát elfoglalja. Gondolataink tehát csak egymás után következnek és nincs szakadatlan létük, amivel szemben az „Én”, amelyhez tartoznak, **állandó** és minden ilyen változó gondolattal mindenütt ugyanazt a kapcsolatot tartja fenn.

Aztán az ember azt is mondja magáról: „Én gondolkodom!” És ezzel öntudatlanul bevallja, hogy van valami, ami ettől a folyamattól **különállóan** is megvan és a gondolatfolyamatot irányítja. A belénk ágyazott valóság, a természet, ezzel erősíti meg, hogy az értelem pusztán eszköz vagy műszer a mögötte lappangó gondolkodó használatában. Az ember homályosan felismer egy tudatot, amely a gondolatok, képzetek és emlékek végtelen sorát teremti és ismét elejti; elfogadja és ismét visszautasítja. Ez a tapasztalat nem lehet csalóka. Van valami bizonyosság Descartes híres mondatában: „Gondolkodom, tehát vagyok”, ami ezt a megállapítást az élet egyik kétségbevonhatatlan tényévé teszi. A „gondolat” magában foglalja, hogy kell lenni valakinek, aki a „gondolkodó”.

A külső tárgyak világa olyan valami, ami tudatunk számára részünkről történő bármilyen erőfeszítés nélkül kínálkozik – valami adottság. A gondolatok világa azonban cselekvő jelenlétünket, együttműködésünket és erőfeszítésünket követeli. És minthogy a fizikai testet ezek közé a tárgyak közé kell számítanunk, nyilvánvaló, hogy a test is a közvetlen szemlélhető dolgok címszáva alá tartozik. A gondolati folyamatok mozgása azonban rendszerint megfigyelhetetlen – de mégsem történhetnék meg, ha az ember nem venne benne részt. Amikor az ember a szükséges belső erőfeszítést megteszi, majd megállapodik, hogy önmagán elgondolkozzék és a gondolati mozgást ugyanolyan módon állandósítja, mint ahogy a testet állandósította, az ember kezd hozzáidomulni ahhoz a mélyebb elemhez, amely a gondolat rugója és amely az utóbbinak **másneműségét** hirdeti. Mert minden gondolat az „Én”-tudaton **belül** keletkezik és ezért **előtte** nem merülhet fel. **A gondolat nem más, mint az „Én”-tudat állandósított megnyilvánulása.** És annak elismerésével, hogy az értelem valami önmagában meglevő, elméletileg az „Én” elkülönített létét is igazoljuk. Az ilyen megfontolások és kutatások azonban kivételesek életünk túlságosan tele van személyes és külső szórakozásokkal, semhogy megengedné „Én”-ünk valódi átélését

– innen van, hogy az „Én”-t nem tudjuk megkülönböztetni a gondolat folyamatától és hogy nem tudunk valójában bepillantani a magunk lényébe.

Következik az a már alkalmazott, de megcáfolhatatlan bizonyíték, hogy mind a mély, álom nélküli alvásnál, mély ájulásnál vagy öntudatlanságnál, mind a fakír önmaga-felidézte transzállapotánál: a gondolati tevékenység tökéletesen megszűnik. A valóságban ez alatt az idő alatt valóban feltétlenül szünetel. Az értelem megszűnik dolgozni és a pusztta nemlét állapotába megy át. De nem merjük azt állítani, hogy maga az „Én” is megsemmisül – mert az élet áramlata tovább dolgozik a fizikai testben. Ha az ember a gondolatok tömegével volna azonos, akkor lehetetlenné válnék az ilyen tökéletes kialvás anélkül, hogy az „Én” értelmét is örökre ki ne oltaná – a felébredésnél azonban az „Én” mint *első* gondolat ismét megjelenik. Honnan vette újra a szellem ezt az „Én”-érzetet, amely az éj folyamán meghalt? Nyilvánvaló, hogy annak egész idő alatt lappangva jelen kellett lennie. (Ez a tapasztalatnak csupán az éber tudat szempontjából való értékelése és nem az ébrenlét, álom és mély alvás három állapotának teljes értelmezése.) Ahhoz a végkövetkeztetéshez jutunk tehát, hogy az „Én” sohasem tűnik el valóságosan, még akkor sem ha valamennyi gondolat tökéletesen eltűnik, így hát mind a test, mind az értelem az „Én”-en *belül* van. Kérdésünkre helyes válasz így hangzik: **„Én” nem a gondolat vagyok, hanem fölötte állok! „Én” olyan valami vagyok, ami gondolkodik.** Ennélfogva a tulajdonképpeni tudat, amely gondolkodik, maga a legmagasabb „Én”, amely tökéletesen független és maga kormányoz.

Vajon az értelem csakugyan behatolhat-e olyan területekre; amelyek eddig zárva voltak előtte? Segíthet-e nekünk a végső, alapvető tudatba belépni? Van-e valami ismeretlen felismerőképessége? Egyetlen probléma sem olyan homályos, hogy a kitartó koncentráció fénye meg ne világítaná, vagy valamilyen más módot ne találna teljes megoldására. Az emberi „Én” problémája ugyanígy megoldható – és meg is oldódik tartós koncentráció segítségével. Említettük már, hogy ez az út értelmi, befelé fordított kereséssel kezdődik; az értelemnek éles, önmagába mélyedő használatával. Az előbbiekhöz hasonló elemző szemlélődések nemcsak szemmel látható bizonyosságot teremtenek az „Én” szellemi természetéről, hanem valóban utat mutatnak, amely a vizsgálódó értelmet rejtett valóságának felismeréséhez vezet.

Ezután kellően kell értékelnünk azt a rangot, amelyet az értelem természetünkben elfoglal – ő az „Én” műszere, az az eszköz, amelynek segítségével a szerves világgal érintkezik. A szem nem láthatna, ha nem állna mögötte a gondolkodás, amely a látást közvetíti. Éppígy nem dolgozhatna az értelem; ha nem állna mögötte az élő elv, amely működését étellel tölti meg. Az értelem az alacsonyabb, az ész a magasabb foka ugyanannak a gondolkozási képességnek. A gondolat anyaga valóságos médium, összekötő szerv, amely az „Én”-t az anyagszerű testhez és ezen keresztül az anyagszerű világhoz kapcsolja. Ez – a két szféra között elfoglalt központi helyzete – az, ami a valóságát alkotja és mutatja, hogy milyen értéket jelent, ha tökéletesen uralkodunk rajta. A gondolat-anyag nélkül az ember sohasem tudatosíthatná külső környezetét. A test élettelen, öntudatlan holttest lenne, amelyben az öt érzékszerv egyike sem működik többé. Ha tehát a szellemi jellegű értelem hatalmát dicsérjük, amely az embert az igazsághoz vezet, ezen azt értjük,

hogy megmutatja számára az igazsághoz vezető irányt, amíg önmaga határához el nem érkezik.

Az effajta gondolkodás nem hamis körben mozog, hanem a tanulót valóban hozzásegíti az „emberfeletti Én” határáig való eljutáshoz, mint ahogy a kút peremének kötéllel való tartós dörzsölése végül is kivájja a követ. Iskolázott, erős értelemre van szükség az ilyen igazságok felismerésére. A szellemileg kiskorúak képtelenek rá – ezek számára azonban vannak könnyebb, vallásos utak.

Az értelem, amilyenek általában ismerjük, vagyis az az értelem, amely a mindennapi élet gyakorlatával foglalkozik, amely képessé tesz bennünket arra, hogy számoljunk, szervezzünk, elrendeljünk, leírjunk valamit, hogy irodában dolgozzunk, vagy a gyalupadon elkészítsünk valamit, hogy újságot olvassunk, nézeteinket kifejtsük, vagy akár kémiai vegyületeket elemezzünk, ez az értelem többé-kevésbé jól megbirkózik ezekkel a napi tevékenységekkel – kizökken azonban a kerékvágásból, ha látókörét messze túlhaladó problémákkal kell foglalkoznia. Veleszületett hiúsága és fennhéjázása következtében azonban ezt a korlátozottságát nem hajlandó elismerni, hanem szellemi és lelki problémákról is ítéleteket mond, amelyek azután teljesen alaptalanok és értéktelenek. Ha szerényebb volna, belátná, hogy a szellemi erőnek egészen különleges fokára volna szüksége, hogy az ilyen problémák mérlegelésére alkalmassá váljék és mindenekelőtt igyekezne ezeket a képességeket megszerezni vagy kifejleszteni, mielőtt ilyen ítéleteket merne megkockáztatni. Ez a képesség az értelemnek merész használatát kívánja meg; a vonakodást attól, hogy bármely pontnál, ami nem a végső valóság, megálljunk és határozottságot, hogy a szokatlan gondolatok vonalán haladjunk, egészen a szokatlan végkövetkeztetésig. Ezenfelül megköveteli a személyes balhitektől és a világi kapcsolatoktól való mentességet, ami már önmagában is szokatlan. És végül magában foglal bizonyos koncentrálóképeséget, az értelemnek borotvapenge finomságú élességét, hogy bánni tudjon a leglégiesebb elvont fogalmakkal. A közönséges *jóga*-technika értéke abban áll, hogy hozzásegíti az embert a tulajdonságok egy részének kifejlesztéséhez: a személytelenséget, a szellemi derűt, a gondolatok tartós koncentrációját fejleszti, továbbá azt a képességet, hogy minden lényegtelen eszmét, érzelmi hullámozást vagy szórakozottságot távol tart, hogy a szemlélt tárgy igazsága megvilágosodhassék. Az ilyen technika azonban nem fejleszt ki élesebb és áthatóbb értelmet, nem adja meg a tartós elemző szemlélés képességét. Ebben a tekintetben a legnagyobb értékű a tudományos, matematikai vagy bölcséleti iskolázottság. Az értelmet élesítő és megnyugtató módszerekkel kapcsolatban kifejlődnek az igazság felismerésére valóban alkalmas tulajdonságok. Egyik a másik nélkül tökéletlen. Az itt nyújtott rendszer arra irányul, hogy ezt a kettőt egymással összeegyeztesse.

A leszűkítés és feloldás eljárásával az „Én” elemzése a felismerésnek ahhoz a pontjához ért, ahol az „Én”-t *mint egységet* ismertük el amelynek megnyilvánulásai titokzatos változatosságot mutatnak: egységet, amely élni, mozogni tud és amelynek meglehet a maga külön mivolta – függetlenül a fizikai testtől, az érzelmektől és az értelemtől, ha az utóbbiakat a minden tartalomtól és kifejezéstől mentes „Én” szempontjából szemléljük. Ha a vizsgálat ezt kiemelte feltételezett lakóhelyéről, de a

keresett „Én” még mindig kisiklik a kezünkből, mégis tudjuk, hogy van; érezzük, hogy létünk **valóságos**, sokkal valóságosabb minden más meghatározhatónál.

Most gondolkodásunkat szabadjára kell engednünk, a megszokott tapasztalat vonalán túlra és hozzá kell látnunk, hogy szemügyre vegyük az „Én” lehetőségét abban a formájában, amilyen a valóságban – gondolatoktól és érzelmektől szabadon, a test húsanyagától korlátozatlanul. Mindig is kevesen vannak – ha ugyan egyáltalán vannak –, akik megpróbálják ezt a lehetőséget mérlegelni, de ez az út az, amelyen az emberre vonatkozó tulajdonképpeni igazságot megtalálhatjuk éppúgy, mint ahogy felszabadulhatunk attól a sok tehertől, amely valódi belső természetünkre vonatkozó tudatlanságunk következtében lelkünkre súlyosul.

Az ilyen elemző megfontolások hatása – ha eddig a pontig jutottak és kellő idő után elegendően megértettük – annyit jelent, hogy megteremtettük az értelem forradalmi ébredését, az éjszakából kijutottunk a kora hajnali derengésbe. Mert az „Én” titka most már határtalan távlatokban kezd kibontakozni. Egy átfogóbb élet lehetőségei – amelyek megnyílni látszanak immár számunkra – olyan érzést szólaltatnak meg bennünk, amely a tisztelet és a várakozás borzongásával rokon. Mert a szellem rendszerint a testhez van kötve és csak ha fogságából kiszabadul, sarjadjhat ki egy magasabbrendű élet reménye.

Mennyire közeledhetünk most már ehhez a valódi „Én”-hez? Túl van a testen, túl az érzelmeken és gondolatokon, mégse más, mint egyetlen különálló gondolat – az „Én”-gondolat. Ez az első tudatos gondolat a gyermek szellemében, de ugyanúgy az utolsó is a felnőtt éber tudatában. Ha minden más gondolata és emléke elapad – mint az közvetlenül az elalvás vagy a halál előtt történik –, utolsóként csak ezt az Én-gondolatot élheti meg. Amint a gyerek semmi külső tárgyra vagy személyre, még saját anyjára sem gondolhat, mielőtt az „Én”-re vonatkozó első gondolat feltámad benne, ugyanúgy a felnőtt végül minden gondolatát elejti, mielőtt az alvást vagy a halált megelőző öntudatlanságba merül és minden gondolata közül, amelyben megkapaszkodik, az utolsó: az **Én** gondolata.

Ha valaki megkísérli ezt a lélektani helyzetet önmagában tudatosan felidézni, észre fogja venni, hogy az Én-gondolat az Én-érzéstől nem különböztethető meg, a valóságban **mindkettő egy és ugyanaz**. A személyes Én végső érzése joggal „gondolat-érzésnek” is minősíthető. Ez az Én-gondolatérzés az, ami változatlanul és változhatatlanul fennmarad tapasztalataink dagálya és apálya közben is és ami valóban mindkettőnek alapja. Minden érzelem, melyet az ember átél, minden gondolat és minden emlék, amely felmerül benne, ennek az Én-gondolatérzésnek a keretében keletkezik. Ha valahol, akkor **itt** van az értelem és az élet középpontja: **itt** van a személyiség.

A személyi gondolat az a törzs, amelyről számtalan más gondolat elágazik. Az eszmék egész seregét **saját** eszménknak tudjuk és az alapjául szolgáló **személyes** elemre támaszkodik. Az „Én” a valóságban emlékek és képzetek óriási magja – ha elemezzük, akkor valamennyi emlék e képzet gyökerére vezethető vissza.

Minthogy minden más gondolat ebben az első Én-gondolatban gyökerezik, valamennyi léte tőle függ.

Ebből az következik, hogy az értelem maga nem más, mint futó észrevételek és tovasuhanó fogalmak végtelen menete, továbbá az időben széttagolt gondolatok, képek és emlékek sorozatának közös névvel való megjelölése. Az úgynevezett intellektuális képességek, mint az emlékezőképesség, az észrevevőképesség, a gondolatkapcsolódások – egyszerűen: gondolatok. A valóságban nincs más személyes értelmi képesség, mint az eredendő Én-gondolat.

Innen van az Én-gondolatnak – mint az értelem és minden gondolatsor alapjának – fontossága.

Még ha az ember valóságos életében lehetetlennek találná is, hogy kizárólag az Én-gondolatérzelemre szorítkozzék, még ha az ember állandóan érzésekkel és gondolatokkal is kénytelen táplálni magát – a bölcséleti szemléletben be kell vallani, hogy annak az Én-gondolatérzelemnek saját független léte van, minthogy lényünk egyetlen valódi és állandó vonása, mely minden egymásra következő változásunknak alapja. Az ember nem tudja, hogy valamely különös érzelem meddig lesz jellemének része – de benne gyökerező Én-gondolat addig áll fenn, amíg az öntudat fennáll.

Vizsgálódásunk megköveteli tehát, hogy ezt az Én-gondolatot a pontos vizsgálat és megfigyelés érdekében a legélesebben megvilágított gyújtópontba helyezzük. Az értelemnek meg kell keresnie mozgatóját.

Ha az ember megkísérli az értelem legbensőbb magjának elemzését, akkor olyasmit tesz, ami hasonlít a kígyó eljárásához, amely összecsavarodva szemléli saját testét, de sohasem lesz képes testének azt a részét, amely „arcát” alkotja, meglátni. A figyelmet most vissza kell vonnunk a külső környezettől és az öneszmélet valóban csodálatos képességét önmagunkra kell beállítanunk, illetőleg bensőnkben valamire, ami láthatatlan és érinthetetlen – egyetlen gondolatra. A gondolatok nem bukkannak fel szemünk előtt és nem öltenek formát, mint az anyagszerű világ egyéb jelenségei. Mégis, minden személyes gondolatnak megvan a maga élete, noha sokkal futólagosabb és mulandóbb, mint a legtöbb anyagszerű tárgy élete. Az az erőfeszítés, hogy az Én-gondolatot áttekintsük, látszólag éppolyan lehetetlen, mintha az ember saját árnyékát akarná elfogni. Az Én-gondolat az a végső, kisebbitetetlen minimum, amelyet az ember „Én”-jére támaszkodva bensőjében kikutathat. Az Én-gondolat jellege csak úgy határozható meg, ha az ember azokat a leleplezéseket figyeli meg, amelyeket ez öntermészetéről tehet. A feladat csak akkor végezhető el, hogyha az ember az Én-gondolatot minden más gondolattól el tudja különíteni. A természet a kísérletet talán csak egy pillanatra engedi sikerülni – ez a pillanat azonban elegendő lehet arra, hogy a valódi Én, az önmaga fényében megjelenő Én egy villanását elkaphassa.

Ha az ember gondosan összpontosított figyelemmel megvizsgálja életének folyamatát és egy gondolat keletkezését – mint ahogy azt a szellemi nyugalom pillanataiban teszi, megszabadítva magát az értelemmel való kapcsolataitól – azt fogja találni, hogy a **figyelmes tudat** az, ami a gondolatoknak valóságot, életet és értéket ad. A figyelem valamire irányuló rögzítésének képessége nélkül az ember semmiféle világban, sem a fizikai, sem az értelmi, sem a transzcendentális világban nem élhetne tudatos életet. Ennek fontosságát nem lehet túlbecsülni. A valóságban a figyelem a gondolkodás lelke és a megismerés gyökere. Kifelé irányítva lehetővé

teszi számunkra, hogy tudatára ébredjünk a külső világnak, amelynek tárgyait megvilágítja. A figyelem befelé fordítása nélkül pedig sohasem remélhetjük, hogy felfedezhessük a gondolaton túl fekvő rejtett birodalmat – a szellemi lét, a **valódi Én** birodalmát.

Ha az ember ezt a felfedezést meg akarja tenni, a szemléleti sík megváltoztatására van szükség. A megszokás figyelmünket teljesen a külső dolgok területére és a vele kapcsolatos, illetőleg belőle eredő szellemi világra rögzíti. Azok a képzetek, amelyek vagy közvetlenül, vagy közvetve ebből a területből fakadnak, oly feltarthatatlanul hatnak ránk, hogy vizsgálódó „Én”-ünket akadályozzák abban, hogy saját lényegét tudatosítsa. Gondolataink egyre vándorolnak. Ha azonban az ember nem engedné meg a figyelemnek, hogy minduntalan ezeknél a szellemi képzeteknél időzzék, és így Én-jének vizsgálata céljából felszabadítaná, ezzel automatikusan megszabadulna az értelem korlátozásaitól és észre tudna venni magasabb horizontokat. A megszokás, amely az embert az anyagelvű világszemléletre készíti, bennünk él megfigyelő minőségünkben is. Ha ezzel a megszokással szakíthatnánk – amint szakíthatunk – akkor a szellemi világegyetemnek módjában lenne befelé fordított figyelmünk számára megnyilatkozni. Addig azonban, amíg a gondolatok tömkelegében evickélünk, lehetetlen, vagy rendkívül nehéz megállapítanunk azt, ami a gondolatok **mögött** rejtőzik.

Az embernek tanulmányoznia kell az értelem működését, fel kell ismernie a figyelemtől való végső függőségét és aztán a lehető legjobban fel kell használnia így nyert tudását. De mi jobbra használhatná fel, mint hogy áthidalja a gondolat és a lélek közti szakadékot és hogy hozzájusson ahhoz a csodálatos megértéshez, melyet az ilyen hódítás ígér?

A gondolkodást lehetővé tevő figyelem képességét a külső világról szükségszerűen befelé kell fordítani, mert ez az egyetlen módja annak, hogy alapvető „Én”-ünkbe behatolhassunk. A lét középpontjára irányítva viszont lehetővé teszi, hogy azt, amit mi magunk jelentünk, az „Én”-ből fakadó fény világosságánál szemlélhessük. A figyelem valóban az ember lényegének megnyilatkozása, azé a léleké, amely magasabb rendű, mint az értelem, az érzés és a test. Ha ezt a figyelmet odáig lehetne fejleszteni, hogy tetszésünk szerint irányíthassuk, más segítségre már nem is lenne szükség, hogy felfedezhessük a legmagasabb rendű lelki és szellemi igazságokat, vagy megoldhassuk az élet, az álom és a halál titkait.

A következő lépés most már az, hogy az Én-gondolatot figyelmünk teljes erejével elszigeteljük és egy időre fogva tartjuk. Be kell hatolnunk titkaiba és kényszerítenünk kell, hogy arra a nehéz kérdésre feleljen: „Ki vagyok Én?”

A logika ugyanis nem adhat számunkra továbbmenő megoldást, mint hogy úgyszólván csak az éber tapasztalatokra alkalmazható. A logika itt zsákutcába került és képtelen előrejutni. A bizonyítás csupán arról győzött meg bennünket, hogy a **Én** minden bizonyításon felül áll, minthogy az értelmén **kívül** esik. Ennélfogva vizsgálódásunk csak közvetlen észlelettel végződhet. Az olvasó tehát ezen a halvány vezérfonalon, az értelem világán keresztül jutott el annak a ragyogó nagyszerűségnek a határához, mely legbensőbb magvában tündöklök. Megmutattuk neki – amit eddig talán nem is sejtett – hogy éppen úgy, ahogy a külső világot fizikai testünk

érzékszervei segítségével kell érintenünk, a lélek belső világát viszont a lényegileg idegen gondolatok, állhatatlan érzések és külső benyomások zsarnokságától felszabadított figyelmes tudatosítás képességével kell érzékelnünk.

Az Én-gondolat feloldása és a vele szemben való állásfoglalás azonban nem azt jelenti, hogy gondolkodjunk rajta. Ez nem is érhető el azzal, hogy az ember gondolati megállapításokat, vagy bizonyító végkövetkeztetéseket tesz róla. Bár a bíráló önmegfigyelés és ésszerű bizonyítás sora lényegileg hozzásegített ahhoz, hogy eddig a pontig eljussunk, megghiúsítaná a továbbhaladást, ha azt az eljárást folytatnánk. A szellemi tevékenységet most a szellemi nyugalomnak kell felváltania. De abban a pillanatban, amikor az ember ezt a folyamatot megkezdi, ismét mellékvágányra csúszik és újra belezuhan a gondolatok és eszmék állandóan készenlétben lévő áradatába, amely az embert a legkülönbébb benyomásokkal önti el és megakadályozza „Én”-je elérésében.

Az egyetlen út ahhoz, hogy az Én-gondolatba behatolhassunk és rögzíthessük az, ha ebben a stádiumban most már minden rávonatkozó bizonyító gondolkodást elejtünk. Csak az egyszerű Én-érzékelés területére korlátozódó folyamatos figyelemre van szükség.

Mert kimutattuk, hogy a figyelem nem más, mint a gondolatban rejtőző lélek és ezért **egy síkkal magasabb rendű, mint a gondolat**. Az Én-gondolatot tehát kizárólag összpontosított, éber figyelem szemlélheti.

A valóságos gyakorlatban a gondolat nem szemlélheti saját arcát, kivéve, ha **valami magasabb nézőpontról** teszi. Amint azonban ez sikerülne, alaptermészete megváltozna és **tiszta figyelemmé** alakulna át.

Mi az értelme mindezeknek a megállapításoknak? Miféle fontos következtetés rejlik a gondolatfolyamat megfigyelései mögött, amelyek a régi látnokok és bölcsek figyelmes vizsgálódásainak eredményei? Íme a felelet: a gondolat-tevékenység a legmagasabb mértékben akkor éri el legmagasabb fokát, ha elérkezik oda, ahol az Én-gondlattal áll szemben és az Én-t határozottan lerögzíti ugyan, de ésszerű, logikus mozgásának megszokott útját nem folytatja tovább. Mielőtt az Én-jelentéséhez közeledhetnénk és a szellemi hullámok tömegén keresztül leplezetlenül felismerhetnénk, előbb meg kell szerezni az azt az erőt, mely a gondolatok áradatának kormányzásához szükséges.

A gondolat tulajdonképpen sorsa betelt, ha itt megállapodik és arra a belátásra jut, hogy önmagát el kell nyomnia és a tiszta figyelem finomabb képességének kell helyet adnia, amely kizárólag az „Én”-re korlátozódik, tehát állandó észrebevésre, mely nem egyik eszmétől a másikig mozog, hanem ellenállhatatlanul az ember eredeti gondolatához tapad.

Ezért kell minden lényegtelen gondolatnak eltűnnie, mielőtt az ember valamiképpen mélyebben behatolhatna az Én természetébe. Ezután már joggal várhatjuk, hogy a rejtett Én önként megnyilatkozik előttünk. Nem kell azt gondolnunk, hogy ez az „Én” valami metafizikai képzelődés. Ellenkezőleg: minthogy **ez** a legbelsőbb központ, amely gondolkodásunkban, érzésünkben és cselekvésünkben s háttérünkben lüktet, egyszersmind személyi életünk legnagyobb erejének is kell lennie.

Ez a tulajdonképpeni küzdelem – azért, hogy azt a titokzatos forrást, amelyből a gondolat ered, érzékelhessük – segít előidézni azt az állapotot, amelyben ez az érzékelés egyedül lehetséges – azt a feszült belső figyelmet, amely a tudat számára megtiltja, hogy akár csak egyetlen pillanatra is visszatérjen megszokott gondolat-tevékenységéhez.

Agytevékenységünket a koncentráció tűhegyes pontjára kell megszűkítenünk, ennek érdekében pedig szükséges, hogy megnyugtassuk. Csak ha már minden gondolat elhallgatott és az értelem lecsendesült, csak akkor szemlélheti „Én”-jét az ember teljes tudattal – előbb nem.

Gondolatunk tehát befelé fordult és önmagára koncentrált. Vizsgálódásunk kezdetén még nem tudta volna ezt megtenni. Előbb az kellett, hogy felszabaduljon a testtől és hogy testi Én-jét mint rajta kívül fekvő valamit szemlélje. Azután érzelmi adottságai felé kellett fordulnia, hogy ezeket is mint önmagától elkülönítetteket ismerje fel. Végül önmagával állott szemben és megtanulta, hogy a gondolatok tömegét, mint *tárgyi* jelenséget szemlélje. A mélyebb „Én”-be való behatolás titka tehát a figyelemnek a külső világtól a belső felé fordulását foglalja magában. Pontosabban kifejezve: az Én nem élhet háttérünkben, hanem csak *bennünk*.

Nem fenyeget az a veszély, hogy a tiszta fantázia területére tévedünk, amíg ezen a helyes úton járunk – mert semmi sem állhat közelebb hozzánk, semmi sem lehet számunkra meghittebb és valóságosabb, mint saját „Én”-ünk.

Amikor Mohamedet rokona, Ali megkérdezte: „Mitévő legyek, hogy időmet hiába ne vesztegessen?” – az arab próféta így válaszolt: „Tanuld meg önmagadat megismerni!” Ez a tanács felmérhetetlen értékű volt. Miért? Erre maga Mohamed felelhetne azokkal a szavakkal, amelyeket a Koránban leír: „Az, aki önmagát megértette, megértette Istenét.”

Mert az a bibliai állítás; hogy az ember Isten képmására teremtdött, véletlenül igaz – ez a képmás azonban *saját bensejében* van. Ez nem misztikus képtelenség. Isten mindig az emberben van, ugyanúgy, mint az ember mindig Istenben. Más dolog ezt a gondolatot unott helyesléssel elfogadni és megint más azt, mint élő valóságot, mint isteni erőt átérezni. Az az idő, amelyet lényünk alkatának tanulmányozására fordítunk, nem elpocsékolott idő. Olyan serényen foglalatostkodunk egész sereg probléma megoldásával, amely számtalan külső tevékenységünkől ered, hogy a legnagyobb probléma: „Ki vagyok Én?” – Válasz nélkül marad. Ha azonban hozzálátunk saját lelkünk vizsgálatához, akkor egy magasabb hatalom, a bennünk lakozó istenség sugallatára cselekszünk, ami egyúttal a legjobb kezessége a végső eredménynek. Ugyanannyi isteni tűz van bennünk, mint azokban a bölcsekben és szentekben, akik a történelemben fényeskedtek – ők azonban ennek tudatában voltak, míg mi szunnyadunk. Minthogy pedig ez megdönthetetlen valóság és nem metafizikai költészet – tapasztalati úton megállapítható, hogy az Én elkülönített állapotban, vagyis a fizikai testtől az érzelmeiktől, sőt még a gondolatoktól is elkülönítve is megvan. Ennek a leleplezésnek gyakorlati módszereit a második részben pontosan megmagyarázzuk – addig is elég, ha az olvasó felismeri, hogy ezek a bevezető szellemi analízisek a rendszernek ugyanolyan lényeges részei, mint az utánuk következő gyakorlatok.

VI. FEJEZET

TÚL AZ IDŐN – AZ ÖRÖKKÉVALÓSÁG FELÉ

Az embernek az előzőkben elvégzett lélektani elemzése után arra az eredményre jutottunk, hogy az Én meghaladja az értelmet és önmagáról csak akkor tudhat meg igazán valamit, ha az értelmet arra lehet bírni, hogy figyelmének fenntartása mellett önként tartózkodjék megszokott tevékenységétől. Lehetséges, hogy ez csak egy pillanatra sikerül, de ez a rövid időszakasz is elegendő lenne arra, hogy egy villanásra megláthassuk a gondolatképek mögött rejtőző valóságot.

Az effajta eredmény azonban olyan meglepő, hogy azt a gyanút kelti: a hozzá vezető gondolatsorba valami hibának kellett belecsúsznia. Ez az introspektív befelé irányuló módszer olyan szembeszökően személyes, olyan könyörtelenül megköveteli, hogy minden gyakorlatozó a maga eszméláncolatát kora kultúrájától teljesen független szellemben, alkotó módon a maga számára gondolja végig, hogy valósága szükségszerűen észrevétlen marad, ha az ember haladásának minden szakaszát valóban át nem élte.

Mégis ajánlatos ugyanahhoz a végkövetkeztetéshez még egy másik nézőszögből is közeledni, hogy meglássuk, vajon akkor is korrekt marad-e? Két ilyen nézőpont áll rendelkezésünkre: az első tudományos, vallásos és félig filozófiai és ezt most fejtjük ki – a másik, a különleges emberi tapasztalatból származik és azt a következő fejezetben beszéljük meg. Az előbbi címszó alatt az idő kérdését kell mérlegelnünk, ha nem is úgy, amint az a legújabb bölcséleti igazságokból ismeretes. Az ilyen emelkedett álláspont ebben a művemben nem foglalható el és sokkal szélesebb teret kíván, mint azt az egyetlen fejezetet, amelyet ehelyütt neki szentelhetünk. Ez a könyv mégis előkészület erre. A *jógá*-nak először fel kell szabadítania tanítványait, mielőtt a belső szentélybe vezetné őket, ahol a végső isteni lényegről hull le a fátyol. Már az is óriási feladat, hogy a következő gondolatokat konkrét élő mivoltukban rögzítsük papírra.

Az elmúlt évszázad második fele lassanként ébredt tudatára annak, milyen fontos szerepet tölt be az idő az embernek a környező világegyetemmel fennálló kapcsolatában. C. H. Hinton érdekes, de meddő, nem egészen világos utalásaitól, célzásaitól és Bergson professzor körülbelül ötven év előtti éles elméjű, de nem tökéletes elemzéseitől kezdve dr. Einstein Albertnak, a relativitás valóságára vonatkozó híres bizonyításáig, az idő problémájának megoldása egyre fokozódó tudományos szükségességgé vált, olyanná, amely megérdemelte, hogy a nyugat legjelentékenyebb szellemei foglalkozzanak vele. A régebbi, Sir Isaac Newton idejéből származó és vele foglalkozó elméletek természetesen az idő olvasztó tégelyébe kerültek.

Különösnek tűnhetik fel, hogy az Én keresése ezzel a problémával valamilyen összefüggésben lehet, de ha arra gondolunk, hogy minden megfigyelés az *időn belül* történik és értelmünk minden elmélkedése hasonló módon az időtől függ, akkor már kevésbé találjuk különösnek a dolgot. Ha az idő gondolatainkat és megfigyeléseinket valamilyen módon befolyásolja, akkor ezeknek a gondolatoknak és benyomásoknak,

sőt végül mindkettő mélyén fekvő „Én”-ünknek tulajdonképpen valósága is nehezen lenne felismerhető, ha az ember ennek a befolyásolásnak a természetét meg nem vizsgálná és az időt a maga valóságában le nem leplezné. Ezért kell megértenie az embernek az időt, ha önmagát meg akarja érteni. Pontosabban szólva, az idő nem választható el rokonaitól, a tértől és az okozatosságtól – minthogy azonban itt az emberbe és nem a világegyetembe akarunk behatolni, a két utóbbi mérlegelése elesik.

Az átlagember magatartása az idővel szemben nem megy oly messzire, hogy pontos analízisével törődnék – a valóságban túlságosan mély és nehéz rejtély ez számára – és legfeljebb iramló lábának feltarthatatlan léptei, amelyek sajnálatos gyorsasággal követik egymást, készítenek panaszra. Ám abban az értelemben, hogy az évek meggyógyítják a test és a lélek sérüléseit, e mellé a gondolat mellé kell állítani Sir Francis Bacon maximáját, amely szerint az idő az ember barátja.

Azok a dolgok, amelyek az idő megjelenésével létünkbe belépnek, méltó barátai annak a vén boszorkánynak, akinek szomorú arca és fáradt, csoszogó léptei olyanok, mint az emberi nem felett lebegő átok. Minden, ami arra készíten bennünket, hogy a kezünket tördeljük és minden, ami az életet kellemességeitől megfosztja, nem más, mint sötét ajándék, amelyet a boszorkány szolgásként bérül arcunkba dob.

Sok minden van a Kelet szokásaiban, ami sohasem fog a Nyugatra átszivárogni, ahol egynémely hajszolt üzletember irodájának falán szent szövegként függ: „Az idő pénz.” Ha a keletiek kevésbé hisznek az idő értékében, míg az örökkévalóság realitását magasabbra becsülik és ha tropikus éghajlatuk ezt az értékelést az élettel szemben elfoglalt egész általános magatartásban még különösen hangsúlyozza, mi Nyugatiak valószínűleg sohasem fogjuk oly mélyen elsajátítani ezeket a nézeteket, mint ők. Mi túlságosan erősen átérezzük a pillanat futó állhatatlanságát. Mi például sohasem érzük el annak a barátságos kövér hindu pénzkölcsönzőnek az álláspontját, akivel a szerző néhány esztendővel ezelőtt az észak-indiai Lahoreben találkozott. Ez azzal dicsekedett: „Ha reggel tíz órára van megbeszélésem valamilyik üzletfelemmel, rendszeresen két órákor érkezem.” A szerzőnek arra az ellenvetésére, hogy ez nem tehet jót az üzletének, nevetve felelt: „Ha tíz órákor jelennék meg, üzletfelem jönne két órákor!”

Kronos, az idő ura, valamennyiünket eltalál láthatatlan kaszájával. Emberek, állatok, növények, sőt még a bolygók is elhullanak suhintása alatt. Sohasem ér véget működése? Mi az a titokzatos elem, amelynek folyamata világok és lakóinak végleges sorsát meghatározza?

A radioaktív anyagok átalakulása alapján a geológusok kénytelenek voltak feltenni, hogy a földkéregben vannak sziklák, amelyek 1.000 millió évesek. Mégis, saját földünk kora egészen alacsony más csillagok és napok korához képest. A csillagászok idő-ciklusokat számítottak ki, amelyek szédtő terjedelmű „múltakat” és „jövőket” tartalmaznak, de még ezek is szegényesek a kozmikus kalendárium végtelensége mellett. Az ember nem merészel nekiülni és elgondolkozni az idő áramló folyamának végtelen tartamán, nyüzsgő világok folytonos megjelenésén és folytonos eltűnésén, mert az ilyen határtalan változások és váltakozások látványában van valami rémítő az emberi fantázia számára és megborzosgatja a szívet. Úgy látszik, valami borzalmas titok rejlik minden dolgok ilyen végtelen folyamata

mögött úgy, hogy az ember – ha eltöpreng rajta – végül ugyanúgy megdöbben az egyetemes élet kilátásától, amely mulandó formák miriádjain keresztül könyörtelenül örökké folyik, mint az egyetemes pusztulás és felbomlás gondolatától. Az ilyen elmékedések elállítják az ember lélegzetét és arra késztetik, hogy megkönnyebbülten kapaszkodjék azokba a különbségekbe, amelyek a föld forgása és a nap, hold és csillagok visszatérő változásai révén lehetségessé teszik számára, hogy a maga rövid céljait áttekinthesse. Ezek a csillagászati tünetmények bizonyos állandó szünetközöket szolgáltatnak, amelyek rendszeresen ugyanolyan módon ismétlődnek és megszabadítják az embert attól az erőlködéstől, hogy felfogja a felfoghatatlant.

Értelmünk véges és korlátolt és csak másodperceit, perceit és napjait tudja mérni, az időtudatot, mely szakadatlanul átlüktet testi szerveinken. Mihelyt megkíséreljük, hogy közelebbi kapcsolatba lépünk az idővel, belátjuk, hogy örökre a jelenben élünk. Elmúlt emlékek, jövőbeli várakozások csak valóság híjával levő és testetlen szellemek, amelyek ismét belehullanak a sötét semmibe – mert **a jelen elmúlhatatlan és minden pillanatot magába nyel.**

A jelen egyre és visszafordulás nélkül áramlik és mozog, egyetlen irányban a jövő felé, amelybe éppúgy beleolvad, mint ahogy a mellékfolyó beleolvad a folyamba, amelyet táplál. Ez az összehasonlítás is gyöngé és részben hamis – mert a téren belül tulajdonképpen nincsen valódi mozgás –, az ember csak azt mondhatja, hogy az idő mozgása a maga nemében egészen páratlan. Ilyen különös módon vagyunk örökre elválaszthatatlanul hozzákötve a jelen birodalmához, mint létünk magjához. A múlt csak emlék és a jövő csak sejtés – kizárólag **a jelen pillanat** emelkedik ki valósága révén.

A jelen pillanat ezenfelül felező pont a múlt és a jövő két végpontja között. Ennyi elég lesz elemzésünk céljaira és nincs rá szükség, hogy bele vesszünk ebbe a messze és nagyszerűen kitérő távlatba, amely mint végtelen vonal nyúlik ki, mihelyt az ember hátrafelé vagy előre pillant.

Mert minden elmúlt esemény jelenbeli volt, amikor valójában megtörtént. Éppígy minden jövőbeli történés idővel, mint jelenlegi esemény fog tapasztalódni. A múltat és a jövőt tehát az elemzés útján a jelen idő megnyilvánulásának fogjuk fel; teljességgel rajta alapulnak és nincs saját független létük. Ez az egész kérdés csomópontja.

Más szavakkal: az idő szakadatlan lánc, amely a jelenbeli események egymásra következő láncszemeiből képződik. Az igazságnak megfelelően nem választható szét abszolút múlttá és abszolút jelenné, minthogy önmaga oszthatatlan – örökké tartó **Most**. A kapcsolatot, amely a múlt és jövő között fennáll, az emberi emlékezés egységesítő ereje teremtette – és az **emberben**, de nem az **időben** van meg.

Minthogy a jelen mind a múltban, mind pedig a jövőben valóságos alkatként mindig jelen van, minden törekvés arra, hogy a kettőt megérthessük, azokba beletekinthessünk vagy azokat felderíthessük, mielőtt még a jelen valódi alkatát ismernők, éppolyan botor és értelmetlen, mintha megkísértenők, hogy számokat soroljunk fel, anélkül, hogy az „**egy**” számmal, mint vezető egységgel kezdenénk. Az „**egy**” nemcsak az első és legfontosabb szám, hanem mint alap, minden más számban is benne van.

Ha tehát megkíséreljük, hogy először is a jelen pillanat valódi jellegét állapítsuk meg, ez helyes és előkészítő módszere annak, hogy végül a múlt és jövő, vagyis a **totális idő** megértéséhez juthassunk el.

Bizonyára különös igazság, hogy az ember változhatatlanul hozzá van kötve a jelen pillanathoz és hogy az idő titka **csak benne magában** él.

Minden, amit az ember a korábbi évek során tett és minden, amit az eljövő esztendőkből még tenni fog, az örök jelenben van lefektetve.

Kizárólag a jelen a **valódi** idő.

A jelen pillanatot nem szabad összetéveszteni valami matematikai ponttal egy vonalon, amely a végtelenben kezdődik és a végtelenbe nyúlik. A jelen pillanat nincs a térben sehol, mert elválaszthatatlan az embernek a világot szemlélő módjától. Olyasvalami, ami az emberben, pontosabban szólva, tudatos figyelmében lakozik.

Miután pedig a jelen nem tekinthető **tárgyi** valaminek, szükségképpen kell, hogy **alanyi** legyen: vagyis a szemlélő tudatában kell meglennie.

Az idő, végső elemzésében, mindig valamilyen tárgyra vagy tárgyakból összekapcsolódó eseményekre vonatkozik. Időre van szükség ahhoz, hogy valamely tárgyra egy pillantást vessünk – bármily rövid legyen is ez a futó pillantás: van kiterjedési viszonya –, a szem kénytelen egyik szélétől a másikig vándorolni és a pillantás meghasad. Semmi sem jelenik meg valójában **egyetlen** másodpercben, hanem mindig bizonyos időfolyamatban. Csak ilyen térbeli elkülönülés révén nyer formát a tárgy a szemlélő számára. Ki mérheti meg azonban azt az időt, amelyre az ilyen folyamatnál **a jelen pillanaton belül** szükség van? Hol kezdődik és hol végződik a jelen pillanat? Lehetetlen ezek között a pontok között különbséget tenni, mert amikor valamelyik pontot meghatározzuk, ugyanaz a pillanat már múlthoz tartozik. Ennélfogva nem is alkothatunk abszolút, pontos elgondolást a jelenről.

Tudományosan szólva: a jelen nem figyelhető meg, ennek következtében megismerhetetlen. Nincs tartama, ezért tehát **csak bejárat valami időtlen Abszolúthoz**. Röviden: elszigetelve, valójában elvont eszme, amely csak értelmünkben van meg. Így jutunk abba a különös helyzetbe, hogy „az időben meglenni” annyit jelent: „a jelenben lenni”, ami viszont azt jelenti: „az időtlenben, vagyis az Örökkévalóságban lenni”. A valóság érzése, amely mindig a jelen pillanatban mutat bennünket, az alapját alkotó örök élet rejtett valóságából ered. Mindennapi életünk legmegszokottabb jelensége tehát mély titkot tartalmaz. Ennélfogva **itt és most a valóságos örök élet teljességében élünk – csak nincs róla tudomásunk**. Ennek a hiányzó tudatnak a helyreállítása szükségképpen teljes változást idézne elő életünkben. Hatalmas és döntő fontosságú pont ez.

Ez ugyanis az idő egész fogalmát az anyagszerű világból egy anyagszerűtlen vagy szellemi területre emelné. „Ó, nem az idő, hanem mi, mi haladunk!” – írja egy francia költő. Minthogy továbbá minden tapasztalatunkat mindig csak a jelenben éljük át, ebből az következik, hogy az időt csak mint az öntudat egyik formáját ismerhetjük. Ez a téma tudományos szempontból is megvilágítható. Az optika tudományának egyes rendellenességei juttatták dr. Einsteint arra a felfedezésre, hogy két különböző egyénnek különböző eszméi lehetnek az időről – mint azt az órák is mutatják – és mégis mindkét nézet egyidejűleg helyes lehet. Az időegységek mérése

tehát a megfigyelő álláspontjától és a mértékegységtől függ. Ezenfelül ráirányította a figyelmet arra, hogy vannak csillagok, amelyeknek fénye a Földet még nem érte el. A csillagoknak Földünkötől való hatalmas távolságára való tekintettel olyan események, amelyek e Földön évszázadokkal ezelőtt játszódtak le, egy más égitestről tekintve jelenleginek tűnnek fel.

Ha továbbá Földünk forgásának mértéke megváltoznék, ennek megfelelően megváltozna időérzékelésünk is. A Hold példának okáért huszónhét és fél nap alatt végzi el keringését. Ha a Föld valamelyik lakójának sikerülne azonnal a Holdba jutnia, ott rendkívül hosszúnak tünne fel számára az idő, mert folyása annyira lassúnak látszana, hogy hold-napja huszónhét és félszer hosszabb lenne, mint az, amelyhez hozzászokott. Ennélfogva minden embernek saját személyes nézete van az időről, ami a relativitás elvének egyik formáját mutatja. Végül, ha el tudnók képzelni, hogy mi magunk a megfelelő óriási sebességgel utazunk, néhány perc múlva visszatérnénk és csodálkozva fedeznénk fel, hogy bolygónk közben néhány évszázaddal öregebb lett.

Ez a négy példa mutatja, hogy az időnek nincs abszolút léte. A valóságban nincs abszolút időmérték, csak róla való egyéni benyomásunk: az idő olyan, amilyennek magunkban elgondoljuk.

A relativitás törvénye nemcsak a természet jelenségeire, hanem ugyanígy az őket szemlélő értelemre is alkalmazható. Ez az értelem nem tehet egyebet, mint hogy a múlt, jelen és jövő eszméire szorítkozik minden fogalma változhatatlanul ezeken a kereteken belül mozog.

Az idő újabb tudományos felfogása is kénytelen elismerni, hogy az időről ábrázolás nem adható. Nem lehet megjeleníteni és ezért nem is lehet megvizsgálni úgy, ahogy a tudomány a természet más jelenségeit megvizsgálja. Csak *önmagából* lehet megérteni.

Nem ábrázolható egy krétavonallal a fekete táblán, mint ahogy az ember minden mást a természetben – a legkisebb atomtól a leghatalmasabb naprendszerig – jelképesen ábrázolhatna. Mert a szemlélő, a szemlélés művelete és a meghúzott vonal egyaránt annyira az időhöz kapcsolódik, hogy a normális tudományos kutatás már eleve hamissá válik. Minden külső dolog a jelen pillanatból nézve válik szemlélet tárgyává – minthogy azonban az utóbbi nem *külső* valami, tehát a gondolkodás tárgyaként maga sem szemlélhető.

Hogy tehát a tudomány végső parancsát teljesíteni tudjuk és a jelenbe mélyebb pillantást vethessünk, mint amelyet az a felületes fogalom adhat, amely az emberben általában mint faji örökség maradt fenn, az időt *tiszta lélektani tényezőnek* kell tekintenünk, nem pedig olyasvalaminek, ami csillagászati mérésektől függ. Az embernek át kell lépnie belső lényének küszöbét, ami egyáltalán nem oly különös és rendkívüli teljesítmény, mint amilyennek látszik.

Az ily elemzés talán szokatlannak és távolesőnek látszik, de igen nagy jelentőségű. Olyan tanulmány ez, amely – ha türelmesen végigcsináljuk – kétségtelenül fel fog szabadítani attól a felületességtől, amely az idő titkát alá akarná értékelni.

*

Az előző fejezetben arra a megállapításra jutottunk, hogy az Én egyetlen állandó alapgondolatra vezethető vissza, amely láthatólag soha sincs összekapcsolva azokkal a végtelen gondolatsorokkal, amelyeket összességükben értelemnek nevezünk. Minthogy ilyen módon állandó jellegű szellemi tevékenységbe bonyolódunk, természetesen soha sincsen alkalmunk, hogy az Én-gondolatot ettől a folyamattól elkülönítve figyeljük. Az ember tulajdonképpen rabszolgája ennek az állandó szellemi mozgásnak, a külső benyomások és belső eszmék feltartóztathatatlan folyamatának.

Eljutottunk oda is, hogy felteszünk egy abszolút Jelent, jóllehet nem tudjuk elképzelni. Most pedig olyan útra mutatunk rá, amely ezt a vizsgálatot rövidesen meglepő magasságba tudja emelni. Az idő eszméje elválaszthatatlanul kapcsolódik a mozgás eszméjéhez. Az egymásrakövetkezés kérdése ez. Így keletkezik tehát az értelmén belül képzetek és eszméletek bizonyos mozgása, amelyek közül egyik a másikat úgy követi, mint a kinematográfiai film pillanatfelvételei – olyan folyamat ez, amely az egész napon keresztül tart. Ugyanakkor óráról órára, ha ugyan nem percről-percre végbemegy a fizikai test mozgása is.

A szellemi benyomásoknak, fizikai érzéseknek és a tudatunkon keresztül áramló eseményeknek ehhez a sorozatához való tapadás az, ami idő-érzetünket és személyi emlékezésünket életre kelti, mert nincsen mozgás idő nélkül. A figyelemnek az Én-gondolaton *kívül* eső más gondolatba való örök elmerülése akadályoz bennünket abban, hogy ezzel a valóságos Én-ünkkel bizonyos mértékben szemtől-szembe kerülhessünk. Ebből következik, hogy e között a két tényező között kell valami összefüggésnek lennie és hogy addig, amíg az ember képtelen figyelmet ezekről a gondolatokról és emlékekről felszabadítani, addig az idő múlékonysága érzetének is foglya marad.

Az, hogy ettől az állandó mozgástól nem tudunk szabadulni, magyarázza meg, miért nem vagyunk normális körülmények között tudatában annak, hogy a jelen pillanatok az időtlen Abszolútban egymást áthatják és nem egymás mellett terjeszkednek ki, mint ahogy ezt már kimutattuk. Ha két tökéletesen egyenlő pillanatot tudnánk átélni, az első és a második pillanat között nem lenne az emlékezésnek semmiféle átvitele szükségképpen az Abszolútba való elmerülés következne be.

Ennek megértését egy egyszerű analógia fogja megkönnyíteni. Képzeljük, hogy az ember egy vasúti fulkében ül; a vonat az állomáson vesztegel és az utasok felszállására vár. Ha az ember kinéz az ablakon, egy másik, ugyancsak veszteglő vonatot lát. Akkor a vonatvezető jelt ad és az embernek az az érzése, hogy vonatja elindult. Minden percben fokozódik a sebesség és a mellettünk lévő vonat ablakai egyre gyorsabban villannak el szemünk előtt.

De ha az ember a másik oldal felé fordul, ahol az állomásnak rövidesen el kellene tűnnie a szem elől, csodálkozva fedezi fel, hogy az teljes terjedelmében még ott van és vonatunk még mindig előtte áll.

Egy újabb pillantás a másik oldal felé meggyőz bennünket, hogy **a másik vonat** volt az, amely az állomást elhagyta, minthogy az a vonat most már nincsen seholl!

Az egész idő alatt a másik vonat mozgott – nem mi magunk és nem a mi vonatunk!

Az ilyesmit optikai csalódásnak nevezzük, de emlékeznünk kellene rá, hogy ezt az egyszerű „illúzió”-t bizonyos szellemi tapasztalat idézte elő. A szemünk előtt mozgó tárgy helyes érzékelése helyett azt az érzetet keltette, hogy mi magunk mozgunk.

Pontosabban ez felel meg az átlagember helyzetének. Egész egyszerűen azt hiszi, hogy élete nem más, mint mozgás az időben, meghatározott pillanatokon, napokon, heteken és éveken keresztül.

A valóság azonban az, hogy ő, valódi „Én”-je, az, ami értelmé **mögött** fekszik, egyáltalán nem mozog – ellenkezőleg: mozdulatlanul az örökkévalóságban gyökerezik.

Így kerül azután az ember szembe egy lélektani csalódással. Csak egy mód van ennek eloszlatására, mégpedig az, hogy fejét ellenkező irányba fordítsa, éppúgy, mint a vonatban tette. Ezt a „hátrafordulást” lélektanilag úgy érzük el, hogy figyelmünket kívülről befelé fordítjuk és a szellemet saját forrásához vezetjük vissza.

Az idő relatív volta kimondatlan felszólítás arra, hogy a mélyén fekvő örökkévalóság abszolút értékeit kutassuk. Ez az örökkévalóság **most** van, a jelenben, nem mindig valahol a távoli jövőben.

Az „elevenen eltemetett” fakírok, akiknek esetét az egyik korábbi fejezetben tárgyaltuk, arról tudósítanak, hogy merész kísérletük tartama alatt tökéletesen híjával vannak minden gondolatsorozatnak és ugyanígy minden időérzetnek is. A valóságban, ha a gondolat megszűnik számukra, megszűnik az idő-érzet is.

E miatt a hézag miatt – amelyben az időérzet kihagy és ő maga boldog, mély, álomtalan alvásba merül – adja rendszerint a fakír szellemének már előre azt a parancsot, hogy bizonyos idő múlva ismét normális tevékenységre ébredjen és csaknem mindig az következik be, hogy maga is pontosan ugyanabban a pillanatban felébred. Itt következik egy Észak-Indiában jól ismert újabb esetről szóló hírlapi tudósítás:

EGY JÓGI NEGYVEN NAP UTÁN FELÉBRED A SAMADHI (TRANSZ)-BÓL

„Érdekes esete játszódott le a **samadhi**-nak, vagyis a gondolat tökéletes elmerülésének – a **jóga** nyolcadik és utolsó fokának – Rishikesben, a Hardwar közelében fekvő szent zarándokhelyen. Dehra-Dun kerületben, ahol egy fiatal hindu **jógi** lesóványodott testét nézők ezreinek jelenlétében a minap emelték ki erre a célra előkészített sírjából.

A **jógi** 1935. október tizedikén transz-állapotba merült egy alig 16 láb hosszú és körülbelül 4 vagy 5 láb magas befalazott üregben. A bejáratot kő zárta el, amelyet rögtön a **jógi** belépte után becementeztek. Őrséget állítottak fel megfigyelésére. Az élő sírját azután fallal vették körül és a falon kívül hat héten keresztül óriási hindu

tömeg várakozott ájtatosan, miközben a **jógi** a bűnbánatnak ezt a legmagasabb formáját végezte. Az egész idő alatt se nem evett, se nem ivott. A sírba való belépése előtt a **jógi**, aki akkor már több napja böjtölt, rendelkezést hagyott hátra, hogy a belépése utáni negyvenötödik napon, reggel hét és tíz óra között, ha hallják, hogy kimondja a szent „**Om**” szót, emeljék ki és testét olajjal dörzsöljék be.

Ez a **jógi** ezúttal már harmadszor került ilyen transz-állapotba. Első transz-állapotában kezét részben elrágták a fehér hangyák.”

Az utolsó mondat igen jelentős és önkénytelenül is sokatmondó választ ad azoknak a bírálóknak, akik a fakírok minden cselekedetében kizárólag csak bűvészmutatványt látnak. Ez az eset mutatja, hogy a gondolat szünetelése együtt jár az időérzés szünetelésével is. De ugyanígy helyes az a hozzátoldás is, hogy mialatt az emberi tapasztalatok egymásutánja lassul vagy gyorsul, ugyanolyan mértékben változik az idő mértékegysége is. Ezt rövid meggondolás igazolhatja.

Csak kevesen tudják személyes tapasztalatból, hogy a fuldokló ember a teljes öntudatlanságot megelőző villanásszerű eszméletben egész elmúlt életét elvonulni látja lelki szeme előtt. Megjelennek gyermekkorától egészen érettségéig minden esztendő főbb eseményei és, ezeket nemcsak látja, hanem ismét átéli, összefoglalja és megérti. Ilyen módon esetleg egy ötvenesztendő között néhány pillanat alatt zajlik le.

De még éber állapotban is gyakran tapasztalja az ember, hogy a szenvedések meghosszabbítják, míg az örömek túlságosan rövidre szabják óráinkat. A fájdalmas betegség lustán, lassú, kínzó léptekkel vonszolódik át életünkön, míg extatikus napok forgószerű módjára viharoznak el. Lángoló szerelmeseknek, akik csak néhány hétre szakadnak el egymástól, az az érzésük, hogy legalább egy hónap múlt el fölöttük. Ez világosan mutatja, hogy megvan bennünk az idő gyorsaságának vagy lassúságának érzése, de nincs semmiféle matematikai időmértékünk, mert az időt mint valami teljesen szubjektívet éljük át: mégpedig **a felismerő értelmén belül és rája vonatkoztatva.**

Ilyen tréfákat űz a váltakozó tudat az ember időérzőkével! Ugyanígy alvás közben néhány pillanat alatt egész sor álom-eseményt érhet meg az ember, amik éber állapotban több órát töltenének be. Vannak bizonyos álmok, amelyeknél időérzőnk gyorsul, mert ilyenkor az értelmet nem akadályozza a fizikai agy lassúbb munkája, ugyanúgy, mint ahogy egy fizikai atomban az elektromos erők gyorsabban és intenzívebben rezegnének, ha felszabadulnának korlátozó materiális kereteik közül. Ugyanígy gyorsul az idő-eszmélet, ha az eszmélő szelleme felszabadul a testtől.

Bombaytól San Franciscóig három hétig tart a tengeri út, ha éber állapotban teszi meg az ember – álomban csak öt percig tart. Ebből azt a következtetést kell levonnunk, hogy maga az idő is kizárólag **szellemi függvényállapot.** Ebben a különleges összefüggésben az álombizonyítékok ugyanolyan értékűek, mint az éber bizonyítékok, mert a valóságos tapasztalat érzése mindkettőben csökkentetlenül megvan. Az alvó külön **szellemi** világot alkot magának és ebben a világban él, míg ha ébren van, ugyancsak **szellemi** világban él, mert minden, amit a külvilágról megtudhat, a saját szellemi felismerésének műve. Amíg az érzéki benyomások az

agyhoz el nem jutnak és szellemi benyomások nem változnak, sem ő, sem más nem alkothat tudatot az anyagi világról.

Hogy az ideges érzékelések összetételében beállott változás és az ezekből adódó szellemi benyomások megváltoztatják az emberi időérzetet, annak egészen különös bizonyítékát szolgáltatta a *Morning Post* című tekintélyes londoni lap nemrégiben megjelent tudósítása, amely így hangzik:

„Egy elektromos áramütés áldozata beszámolt érdekes emlékeiről az idő meghosszabbodásával kapcsolatban. Ez az ember, aki egy meglehetősen sebességgel haladó kerékpárost figyelt, az elektromos áramütés után azt állította, hogy a kerék minden küllőjét fel tudta ismerni és ezek úgy hatottak rá, mintha egyáltalán alig forogtak volna.

Ugyanez az ember azt állította, hogy a váltóáram minden ütését másodpercenként hatvan teljes-ciklusos ütemben tudja érezni.”

Tudatunk mezején egymásra következő érzéklések vonulnak keresztül. Ha ez a keresztülvonulás normális gyorsasággal történik, akkor normális időköz áll elő. Ha azonban – mint ebben a különleges esetben is – valami feltartóztatja az idő tevékenységét, nem a külső fizikai világegyetemben, hanem az ember belső tudatában, azzal, hogy az agy rendellenes befolyás alá kerül, akkor ezek az érzéklések meglassúbbodhatnak és lassított filmfelvételhez hasonlóan, elkésve haladnak keresztül a tudaton.

Ismeretes, hogy olyan személyeknél, akik műtét közben narkózisban vannak, vagy kábító ital befolyása alatt állnak, az időérzés fantasztikus határokig emelkedhetik vagy eshetik.

Ezek az esetek azt tanítják, hogy az időérzés magában a szellemben van, azokban az eszméletekben és képzetekben, amelyeket a szellem kelt életre. Az idő tehát nem az emberi szervezeten kívül, hanem rajta belül van. Ennélfogva eszme, nem pedig szemlélhető tárgy – a gondolkodás képzelete és az öntudat mellékterméke. Nincs független és sajátos léte, elkülönítve attól az értelemről, amely kigondolja és elképzeleli. Mozgása a közönséges tudat lényeges feltételeinek egyike.

Minden külső tapasztalat, amely bizonyos pillanatban kezdődik, egy ideig tart, majd végül bizonyos pillanatban ismét befejeződik, önmagát méri tudatunk finom műszerével. A tudatunkon belül végbemenő lényeges változás szükségszerűen befolyásolja az ilyen mérést és rendellenes gyorsaságúvá fokozhatja, vagy rendellenes lassúságúvá csökkentheti.

Az idő alapvető valami, amiben a rendes gondolkodás gyökerezik.

Kant, a német filozófus, a nyugati gondolkodók egyik legnagyobbika, rendkívül széleskörű, de csodálatosan pontos bizonyítási eljárással kimutatta, hogy a gondolatoknak és az érzéseknek a tudaton átmenő, képszerű folyamata idézi elő az idő érzéklését. Ebből azt következtette, hogy az idő – más szavakkal kifejezve – egyszerűen a tudatnak egyik formája. Nem ismerte fel azonban gyakorlati lehetőségként azt a kiegészítő tényt, hogy az ember egy gondolatoktól, benyomásoktól és emlékektől mentes tudathoz érhet el – mégpedig nem távoli reménység, hanem jelenbeli valóság formájában. Végül kimutatta, miért hiszi, hogy a modern tudományos módszerek sohasem hozhatnak bennünket közelebb a

valóságnak a dolgokon túleső, az örökkévalóságnak pedig az időn túleső megértéséhez. Ehhez valami más, ettől elütő módszer lenne szükséges, de nem látja a lehetőséget, hogy ezt az eszközt megszerezhessük. Ha az ő XVIII. századbéli értelme ezt nem látta, a mostani XX. század néhány embere mégis felismerheti. A magasabb felismerés elérésének egyik módszerét itt és a következő lapokon adjuk, úgy, amint azt valamikor India látnokai, a régi kor igazságkeresői számára kifejtették.

A közönséges értelemben vett idő valóságába vetett hitünk alapjait bizonyos mértékben megrendítették az újabb gondolkodók, akik az időt megvetően **illúzió**nak minősítették. Pontosabbak volnának, ha az időt **eszmének** jelölnék meg.

Időérzékünk nem annyira illuzórikus, mint relatív – igazinak és valódinak tűnik fel számunkra, érezzük, hogy az időben haladunk, de azért sohasem valóban abszolút. Természet-szemléletünkben minden csak a nézőpont kérdése, mert minden mindig a szemlélővel van kapcsolatban. Az utas, aki a hegyre felkapaszkodik, észrevehet valamit, ami feje fölött fekszik, ami azonban a síkság lakója számára tökéletesen láthatatlan. Ugyanez az utas azonban láthatja a síkságot is, amelyet elhagyott, ha tekintetét lefelé fordítja. A nem gondolkodó ember szempontjából az idő olyan tény, melyet nem lehet letagadni. Magasabb síkról tekintve azonban **tiszta eszmének** lehetne mondani, mely az értelmén belül van meg és eltűnhet, vagy nem tűnhet el, anélkül azonban, hogy örök létünket érintené. A moziképpel hasonlítható össze, amely egy pillanatra az örökkévalóság fehér vetítövásznán remeg, aztán eltűnik. Mindenesetre jellegzetes, hogy a külső világra való vetítődése olyan feltételeknek, amelyek bennünk önmagunkban vannak meg és ennél fogva csak relatívek, mert saját belső adottságainak megfelelően megjelennek, eltűnnek és ismét felbukkannak.

Az idő tehát az emberi agy teremtményének fogható fel, olyasvalaminek, ami a lelki rend részese. Nevezhető szellemi képzetnek, a tudat egyik formájának, szubjektív mozgásnak, vagy a gondolkodás melléktermékének is – amely azonban a tudatos lét együttműködésének híjával nyilvánvalóan nem lehetne meg.

Amíg az ember önmagát a gondolatokkal azonosítja, az idő is befolyásolni fogja életét. Az időt csak az lépheti túl, ami az értelmet is túllépi. Ennél fogva az Én-nek az időt is túl kell lépnie. Hogyan létezhetnék a véges idő az olyan birodalomban, mint amilyen az „emberfeletti Én” birodalma, amely a gondolkodás működésén **túl** fekszik?

Most már a legmagasabb fokra emelhetjük az elemzést: ha ezek a szellemi működések a valódi „Én”-ben nincsenek meg és – mint előbb kimutattuk – a zavartalan figyelem eltűnésük után is megmarad, akkor a jelen pillanat tudatosítása fennáll majd ezen a magasabb síkon is, cselekményektől és gondolatoktól befolyásolatlanul, mert ez az Én: **a töretlen tudatossá válás**. A „most” értelme valami abszolúttá, változhatatlanná és végtelenné – röviden: örökkévalóvá – válik, mert semmiféle egymásra következés, semmiféle mozgás és semmiféle emlék nem marad az „emberfeletti Én” tudatában.

A gondolatoktól mentes, időtlen Én szükségképpen örökkévaló. Ugyanúgy, mint a jelen pillanatnak, **minden időn kívül és túl** kell élnie és ugyanakkor – paradox módon – **időtlennek** kell maradnia. Hogy az Abszolútból leereszkedő tudat mint

gondolat-működés nyilvánulhasson az emberi agyban, a közönséges testi Én-ben verődik vissza és véges időbe burkolózik. Ettől a gondolatmozgástól felszabadulva felülemelkedik a Véges korlátai fölé és visszanyeri örök lényegének értelmét.

Amíg az ember önmagát – tévesen – fizikai énjével azonosítja, amíg az ember – még mindig tévesen – önmagát az értelemmel és az Én-re való emlékezésekkel azonosítja, szükségszerűen időhöz kötött teremtményként él, aki foglya az elmúlt emlékeknek, pillanatnyi eseményeknek, jövőbeli reményeknek és aggályoknak. Amint azonban helyes önszemlélet és pontos elemzés révén felismerte az igazságot az időről és ezt az igazságot az idő forrására korlátozott figyelmével lerögzíti, arra a maradandó belátásra jut, hogy legbensőbb Én-jének ismeretlen tartalma túllépi az időt és így ő maga örökkévalóvá és gondtalanná válik. Eredete az angyaloknál van, mert isteni. Ezt az Én-t semmi időleges nem érintheti, bár az Ego az időn belül folytatja tovább is működését. Ez az Én az, amit ezeken a lapokon keresünk és melyet a szerző korábbi munkáiban ismételten az „*Overself*”¹ névvel jelölt meg. A szó maga eddig még semmiféle angol szótárban nem fordul elő és maga a szerző alkotta, hogy kifejezzen valamit, ami a kimondhatatlannal határos, mert az általában használatos szavak egyike sem volt egészen kielégítő ennek az útnak végcélját jelentő isteni állapot megjelölésére. Az olyan szavakhoz, mint Isten, Szellem, Lélek stb., amelyek a legrégebbi eredetűek, túlságosan sok teológiai mellékjelentés fűződött, amelyek mind nem azt jelentetik, amit a szerző megértetni kívánt. Szükséges volt ennél fogva új szót találni, amely pontosabban és kevésbé zavaróan adja vissza azt a jelentést, melyet közölni óhajtott. És bár végül az „*Overself*” szó mellett döntött, ez sem volt olyan teljesen kielégítő, mint ahogy kívánta. Ez ugyanis súrolja azt az eszmét, hogy ez az isteni állapot olyasvalami, ami felhőként lebeg fejük fölött. De bár ez a szép valóság bizonyára teljesen meghaladja az ember személyi állapotát és az egyetemesség tudatát adja meg neki, különösképpen titokzatosan és egyidejűleg valamilyen pontként van meg lényének legbelső rejtekében. A szerző mégis remélte, hogy az „*over*” és „*self*” szavak szembeállításával vissza fogja tükrözni az embernek önmagán túllépő és mégis legbelül maradó istenségének paradoxonát. Pontosan szólva, szükséges volt két szót gyártani, amelyek közül az egyik az „*Overmind*”, „az emberfeletti lélek” lett volna, de akkor még nem szándékozott ilyen messzire menni. Az emberi természet lelki részének titokzatos, okkult erői azonban megkövetelik ezt az emberfeletti Lelket valódi eredetének minden pontos kifejtésében. Mert **a lélek nem az emberben van, hanem ellenkezőleg: az ember van egy lélekfeletti lélek belsejében.** Mindenesetre kisebb nehézséggel járt egy új szó kialakítása, mint az, ha az ember a régi megjelölések egyikét használná, melyekkel gyakran olyan jelentések rokonok, amelyek különböző személyek és gondolatrendszerek szerint változnak.

Az „emberfeletti Én” tehát az örökkévalóság elemében lakozik. Ezzel nem azt mondjuk, hogy egész figyelmének szükségképpen egyidejűleg a múlt, jelenre és jövőre kell kiterjednie. Ez hamis gondolat, bár a „lélekfeletti Lélekre” vonatkoztatva helyes.

Az örökkévalóság nem lehet egy egyidejűleg lefolyó **egymásra következőzés**, amely az idő két pontja között terjed el, bármilyen távol legyen is a végtelenben ez a

¹ Németül: Überselbst

két pont egymástól. Nem is **összege** az átmeneteknek a múltból a jelenbe és ebből megint a jövőbe – az ilyen eltorzított elképzelés is hamis következtetés, mely az örök életet inkább borzadállyá, mint áldássá tenné. Ennek szerencsétlen részese ugyanis szomorú emlékek, szörnyű sejtelmek és gondolatképek tömegének rabja lenne, amelyek belsejében halmozódnának fel és soha békéhez jutni nem engednék! Az örökkévalóság csak független létforma lehet, amely teljesen túlhaladja az „akkor”-ról, „most”-ról és „azután”-ról alkotott minden képzetünket. Szakadatlan egész, végtelenbe terjedő, emlékezet nélküli tudat, nem pedig az időformák számtani összege. Az a forrás, amelyből a múlt, a jelen és a jövő fakad és amelybe ismét beletorkollanak. Ez a forrás azonban – tekintet nélkül a múlt, jelen és jövő keletkezésére vagy be nem következésére – önállóan tovább tart, amiért is az idő teljességének kérdése a valóságban fel sem vetődik. Az örökkévalóság az ég háttere, amelyen az idő mint villámcsapás tükröződik. De semmiféle villámcsapások összege nem alkothatná soha az eget. Töröld el az Időt és még mindig megmarad az Örökkévalóság!

Az emberiség a kozmikus idő egy részét gyakorlati célokból napok, hónapok és évek időszakaszaira osztotta, mert a gondolatfolyamatok minthogy egymásra következnek – **oszthatók**. Az Örökkévalóság azonban, amely a gondolatnál mélyebb dimenzióhoz tartozik és ennél fogva meghaladja az Időt – **oszthatatlan**. Nincs egymásutánja, sohasem új és soha sincsen átmenete az „akkor”-tól a „most”-hoz és az „azután”-hoz. Az Örökkévalóság mindig jelen van, még a jelenlegi pillanatban is itt van velünk és valójában benne foglaltatik. Statikus lét – míg az idő csak a létezés vetítővászna.

Mélyen minden csillag belsejében van egy terület, ahol az energia elveszíti irányát és ahol az uralkodik, amit a fizikusok „**termodinamikus egyensúly**”-nak neveznek. Ez azonban nem akadályozza a csillagot abban, hogy a téren keresztül keringjen. Míg a folyamatos élet, mint amilyen a gondolat élete, időérzést tesz föl, ez az érzés az „emberfeletti Én” mozdulatlan, statikus létében megszűnik. De azért nem kell halott létnek lennie. Ellenkezőleg, valódi életnek kell lennie, mert ez az Énség valóságos magja. Az Én és az Élet rokon jelentésű fogalmak, mert egy holttestben nem volna lehetséges az Én megélése. Ezenfelül pedig ez az Élet nem mulandó és szellemi, mert nincs alávetve az anyagszerű véges formák változásainak.

Mellékesen említve, a szabad akarat tanának és a sors változhatatlanságáról szóló tanítás védelmezőinek végtelen vitája tárgytalan és sohasem dönthető el, mert mind az ember akarata, mind sorsa végső fokon az „emberfeletti Én”-nek ugyanabból a világból származik. A dilemma teljesen önkényes és a természetben nincsen meg. Az események életünkben egy **kettős ok** következményeiként jelentkeznek, amely kettős ok végül maga is egy **egységben** olvad fel.

Íme tehát az „emberfeletti Én” örökké tartó életében való tudatos részvételnek dicsőséges lehetősége nyílik meg számunkra, olyan életé, amely a fájdalmat forrásában megsemmisíti és a tévedés gyökereit kigyomlálja.

A következő új kérdés most már az, hogyan realizálható ez az élet? Milyen úton juthat az ember a lét magasabb dimenziójába?

Ezt az utat a következő lapokon az elemzésekben, az előkészületekben és gyakorlatokban és végül az „emberfeletti Én” iránti önkéntes odaadás legmagasabb kiteljesítésében fogjuk megmutatni. Ezeknek a gyakorlatoknak fő jellegzetessége a szellemi csönd helyes használata lesz, amely már önmagában is kulcs az Örökkévalóság kapujához.

A képzett európai nem tudja majd túllépni az Idő határait – nem tudja majd a halandó homály birodalmát a szellemi fény birodalmáért elhagyni –, ha nincs előkészítve arra, hogy megértsen olyan eszméket és vállalkozzék olyan gyakorlatokra, mint amilyenekre e helyütt fogunk rámutatni és amelyeknek híjával a köznap gondolkodás a gondolkodót rendszerint nem vezetheti el a rejtett igazsághoz.

Rámutattunk, hogy az értelem szakadatlan működése mint idézi elő az időérzetet és hátráltatja belépésünket az időtlen Abszolútba.

Eszerint tehát ennek a működésnek a leküzdésével az idő zsarnoksága is leküzdhető.

A működés ellentéte a nyugalom. Az Idő ellentéte az örökkévalóság.

Arra kell tehát törekednünk, hogy a nyugalomnak – mind a lelkinak, mind a fizikainak – ezt az állapotát elősegítsük, ha le akarjuk gyúrni az időt. Tudat, mint szellemített mozgás-Idő – tudat, amely önmagában olyan mély nyugalomban marad meg, mint a feneketlen, hullámok nem szántotta tenger-örökkévalóság.

Ha az ember az értelem körforgását feltarthatná és valamennyi gondolatot az eredendő Én-gondolatra vezethetné vissza, ezt pedig szellemi csöndbe oldhatná fel, akkor rögtön felszabadulna az Időhöz való kötöttségétől. Egész lényéhez a halhatatlanság egy lehelete tapadna.

Ha az ember a keresést és az értelem megfigyelését befelé, magára az értelemre irányítaná és saját kiinduló pontjáig, az Én-gondolatig nyomon követné, beleolvadna az ebből következő csöndbe és így érné el a célját.

Megtaláltuk a kulcsot. A gondolatból származó csöndből emelkedik ki az első szellemi képzet – az „Én”. Ezt a fonalat kell követnünk, mint ahogy a kutya távollévő urát szimatával követi és csálhatatlanul meg is találja. Most egész figyelmünket latba kell vetnünk és erre az Én-érzékre, erre az Én-tudatra kell összpontosítanunk és határozottan vissza kell utasítanunk minden más gondolat és emlék közeledési kísérletét. Ha ezt helyesen valósítjuk meg, a kísérlet végül visszavezet a csöndbe és ott felfedezzük a bujkáló, titokzatos „emberfeletti Ént”-t.

A gondolat elnyomására irányuló tulajdonképpeni erőfeszítés felteszi, hogy van valaki, aki elnyomja és aki ennél fogva nem lehet azonos magával az értelemmel. Az „Én” ennél fogva kétségtelenül **mélyebb** rétegben fekszik, mint a gondolat.

A gondolat alkalmazása csak egy lépés ezen az úton. Ugyanúgy van ez, mint a postakocsinál, amely a tudás messze elterülő földjének utasát valamilyen ismeretlen faluból a legközelebbi vasúti állomásra viszi. Ha az utas már kényelmesen elhelyezkedett a vasúti fülkében, nincs többé szüksége a postakocsira. Ugyanígy, ha az embert agymunkája szemléletének és az élettél szemben elfoglalt magatartásának bizonyos pontjáig eljuttatta, készen áll a további lépésre: arra, hogy teljesen és tökéletesen feladja a gondolatot és a tudat más formájához meneküljön. A

gondolkodás betöltötte hivatását és folytatása ezen a ponton túl is nemcsak tisztán negatív eljárás lenne, hanem a további előrehaladást is meglassítaná.

Mindenki, aki elemzését összpontosítással és kitartással eddig a pontig folytatta és hajlandó azokat a különleges gyakorlatokat vállalni, amelyek ezen a ponton túlvisznek, a maga egész valóságában élheti át az „Én” értelmét, amely a hangulat ingadozásaitól, az érzelmektől és az értelemtől teljességgel különáll. A lehetőség így azután valósággá válik hacsak egyetlen pillanatra is. De aki egyszer elérte, az ezt a tapasztalatot mindig újra megismételheti, míg végül életének belső harmóniája új szemléletet teremt számára. És ez a csodálatos új állapot le fogja leplezni, milyen hamis az a teológiai felfogás, amely a mennybeli örökkévaló életet a véges idő végtelen és határtalan kiterjedésévé torzítja. A szárnyaló angyalok és éneklő megdicsőültek mennyországa nem más, mint az idő kombinációja. Mert az idő mozgást feltételez – vagy a tudat, vagy a gondolat, vagy a fizikai tevékenység mozgását –, míg az örökkévalóság legfontosabb jellegzetessége a tökéletes csönd. Ennek az állapotnak minden egyéb elképzelése hamis. Ez az örök élet pedig a lakott földön is megtalálható, mert az emberi szellem éppúgy hajléka az időnek, mint az idő ellentétének.

Mindnyájunkban megvan az erő, hogy ezt az utat követhessük. Az emberi gondolkozás folyama igen távoli forrásáig visszavezethető. Így juthat át az ember a Styxen, amely az idő világa és az örökkévalóság világa között hömpölyög.

Ha ennek a módszernek hallgatolagos következményeit és még inkább azokat a bámulatos eredményeket, amelyeket a XX. század lélektanában elő fog idézni, jól felfogjuk és megértjük, meg fogjuk élni a gondolkozás forradalmát, amely nem kevésbé lesz korszakalkotó, mint az, amelyet Einstein dr. relativitási elmélete a XX. század fizikájában előidézett. Úgyszólván már a materiális tudás határán állunk – ebbe az új módszerbe való beilleszkedés azonban az elhanyagolt igazságok egész világát fogja feltárni előttünk, amely igazságok a világegyetemet Isten különös paradoxonának, az embert pedig Isten titkos kisugárzásának fogja feltüntetni.

Korábbi korok számos filozófusa szükségtelenül és önkényesen zárta be a szellemet szűk határok közé, míg mások nem vették észre, hogy az értelem Achillesének sebezhető sarka van.

Új látóhatár tárul föl előttünk, ha ezt a témát megértjük és belátjuk, hogy az időtlen lét, vagyis az örök lét **a gondolat belső szabályozása révén** érhető el. Elismerjük, hogy rendkívül nehéz a kibékülés az időtlen abszolút és az óra jelzette idő világa között és hogy erre gyakorlatilag csak a **jóga** valamelyik mestere képes. De ez a lehetőség az, melyet az emberiségnek legnagyobb tanítói megmutattak és titkuk annak a megértésében rejlik, hogy a jelenlegi pillanat az örökkévalóságot **állandó alapotívumként** foglalja magában, továbbá annak a ténynek a felfogásában, hogy a mozgó értelem mögött mindig a nagy nyugalom rejtőzik.

Az értelem úgy dolgozik, mint valami gép, amely tudatunkat állandóan különálló gondolatok és érzetek végtelen sorára bontja fel. Létünk belső jelentését évek, hónapok és napok aránylag kis szakaszaira osztja és így az idő foglyaivá tesz bennünket, holott a valóságban az örökkévalóság gyermekei vagyunk. Amit felfog, azt ezzel a korlátozással és az idő közvetítésével fogja fel. Fontos megérteni, hogy

ezek az elkülönített részek a valóságos Én-ben benne foglaltatnak és az „emberfeletti Én” tudata a jelen minden pillanatában tudatosítja és áthatja őket és hogy ha ez másként lenne, az emberiség sohasem ébredhetne tudatára a gondolatok és benyomások különbözőségének.

Ha azt az érzésünket, hogy *az időben vagyunk*, megbéníthatnók, minden nehézség nélkül ráébredhetnénk arra *az érzésre, hogy az örökkévalóságban vagyunk*. Azok a magasztos néma pillanatok tehát, amikor az időhöz kötöttség láncait levetjük és az „emberfeletti Én” imádatába merülünk, így a végtelenségig kiterjeszthetők.

Minthogy az idő az értelemnek, nem pedig valami rajtunk kívül fekvő tényezőnek terméke, a korlátozásainak megbénításához vezető út először az értelem megbénításán, azután a szellem abszolút elcsendesítésén keresztül vezet. Abban a pillanatban, amikor a gondolkodás tevékenysége fölé emelkedünk, egyúttal a normális fölötti, X-dimenzionális rétegbe is felszárnyalunk, amelyben az az elképzelésünk, hogy az idő foglyai vagyunk, eltűnik.

Ez a titokzatos terület az, amely a múltat, jelent és a jövőt elnyeli! Csak itt található a hindu bölcsek „Örök Jelen”-je.

Sokan azt fogják ellenvetni, hogy az efféle gondolatellenőrzés lehetetlen és hogy az ember isteni életének ezek a fogalmai tisztára illuzórikusak. Állításuk elég helytálló saját korlátozott álláspontjukból nézve, de miért fogadna el az ember ilyen korlátozásokat? Miért maradjon az ember börtönben, ha kezében van a kulcs, az a kulcs, amely megnyitja a szellem kapuját és bebocsátja őt a szabadság tágas térségeibe? Az ember ne hagyja hipnotizáltatni magát közkeletű elméletektől. Eszmék, amelyek ma divatban vannak, holnap gyakran a visszautasítottak közé kerülnek és csak azok segíthetnek hozzá másokat a felszabaduláshoz, amelyek saját koruktól már előre függetlenítették magukat.

Az ember szellemének önmaga ellen kell fellázadnia, ha a dolgok természetébe tökéletesen és nem csupán részlegesen akar belelátani. A megszokott egocentrikus magatartás természetes, de nem ez az utolsó álláspont, amely az embernek rendelkezésére áll. Az Örökkévalóság csak a magasabbrendű Én számára áll nyitva. Az ár, amelyet megtalálásáért fizetnünk kell, az, hogy lemondunk alacsonyabbrendű Én-ünkről, arról az Én-ről, amely a másodperceket és hónapokat számlálja és önmagát tökéletesen a testtel azonosítja. Ennek a lemondásnak eszköze pedig a szellemi nyugalom. Ennek a magasabb Én-nek a gyökere bennünk van, de ugyanott van a belső akadály is. „Nem tudsz beszélgetni az Óceánról a kúti békával – egy szűkebb szférához tartozó teremtménnyel. És nem tudsz a gondolattól mentes állapotról beszélni egy pedagógussal – látóhatára túlságosan szűkös hozzá” – sajnálkozik Csuang-Cse, a bölcse kínai. A legnagyobb nehézségekbe ütközik az a kísérlet, hogy a gondolatoktól mentes, időtlen lét lehetőségét megértessük valakivel, akinek az idő határain *kívül* eső semmiféle eszméje, vagy tapasztalata nincsen. Az ilyen világ az átlagember számára valóban egészen elképzelhetetlen, holott ugyanő különösképpen, de egész természetesen felteszi, hogy mivel túlnyomó többségben vannak, szükségképpen ő a normális ember, vagyis olyan ember, amilyenek a természet szeretné. A fáradozás azonban mégsem hiábavaló, mert azokat, akik

figyelemre méltatják, szellemük szunnyadó régióiba vezeti. Éppen a kezdetben hiúknak és hiábavalóknak látszó erőfeszítéseknek a megértése szüli a derengő megsejtést. Saját természetünk tartalmazza azokat a kötelékeket, amelyek bennünket a tökéletlen és hamis véleményekhez láncolnak, de azokat az eszközöket is, amelyek segítségével szabadulhatunk tőlük. Aki komolyan fáradságot vesz hozzá, hogy ezeknek a kijelentéseknek egész tartalmát felfogja, adott időben megállapíthatja, hogy éppen ezeknek az erőfeszítéseknek van mágikus értékük – hozzájárulnak ahhoz, hogy benne egy új értéket ébresszenek életre.

És hogy visszatérjünk rá: az Örökkévalóság **megvan**. Az ár azonban, amelyet tudatáért fizetnünk kell, az, hogy belsőleg úrrá legyünk az egyre hullámló gondolatáramlatok fölött. Az értelem teremti az időt – az „emberfeletti Én” pedig elnyeli, valahányszor az értelmet elnyeli.

El kell sajátítani a dolgok szemléletének új módját és egy új szokást: mégpedig az **időtlen, belső nyugalmat**. Meg kell tanulnunk, hogy megkülönböztessük az egynapos érzékléseket az állandó élettől, még akkor is, **mialatt mindkettő egyidejűleg van meg bennünk**. A szellemet meg kell szabadítani az elporosodott múltba való visszatekintéstől, vagy a lepecsételt jövőbe való kandikálástól és nem szabad a futó pillanattól elsodortatnunk magunkat. Meg kell tanulni a valóban ösztönző gondolatok megértését, amelyek az Abszolút belső hangjának megérzései. Bár az ember az Örökkévalóság eszméjét nem tudja közvetlenül értelmével felfogni és kénytelen képes kifejezéshez folyamodni, közvetve mégis megértheti, ha az értelmet használja ugródeszkául. Ha az ugrás sikerül, az Örökkévalóság rendíthetetlenül gyökeret ver a szívben, mert az ember eggyé vált vele.

Ezt a magasabb szemléletet kell elérni és az Örökkévalóságban élni, abban a belső nyugalomban, amely tegnap, ma és holnap ugyanaz marad és amelyet semmiféle változás nem érint. Ez nem egyértelmű azzal, hogy vonakodjunk a múlt tanulságaiból hasznot húzni, vagy pedig azzal, hogy figyelmetlenül haladjunk át a jelenen. Jelenti a tudatos „Én”-ünk középpontjában folyamatosan meglévő állandóságot, amelyet sem a múlt emlékei, sem jelenlegi átmeneti jellegű valóságok meg nem rendíthetnek állandóságot, amely visszatekinthet, vagy előrenézhet anélkül, hogy a kettő közül bármelyiknek is áldozatául esnék. Az ilyen ember azonban legtöbbször nem fog töprengeni az eseményeken, ha már elmúltak. Az események okozta szellemi benyomások leperegnek róla, mint a víz a kacsza tollazatáról. Mert jobb közömbösnek lenni a jövő iránt, ha az örök élet a díj – előnyösebb a múltat elfelejteni, ha ugyanerre a jutalomra számíthatunk. És így haladhat tovább az ember, önvádaktól befolyásolatlanul és töprengő reménykedésektől mentesen.

Az egyéniség tanulmányozása tehát végül az értelem tanulmányozásában, ez pedig ismét a tudat tanulmányozásában oldódik fel, míg a tudat a maga részéről végül a jelen örök szeráfi és titkos kihasználásában, minden pillanatnak az Örökkévalósággal való összeolvadásában jelentkezik. Ez az az isteni élet, amely bennünket **az időn túl** emel.

Végül még az idő vallási szemlélete marad hátra. Vajon ez megerősíti-e ezeket az eszméket? Nézzük először az Ótestamentumot.

Amikor Mózes Istenének, Jehovának színe előtt állt, megkérdezte, mit mondjon Izrael népének, amikor majd vezetőjüként visszatér hozzájuk. „Lásd, ha elmegyek Izrael fiaihoz és így szólok hozzájuk: – A ti atyáitok Istene küldött engem hozzátok – és ők azt kérdik: – mi a neve? – mit feleljek nekik?” – Ez volt az első kérdése és Isten valamiből – ami lángoló bokornak látszott – így felelt: **„Én vagyok, aki vagyok”** és később: „Mondd meg Izrael fiainak: **„Én vagyok”** küldött engem hozzátok.”

Nos, a múlt és a jövő változást, időt jelent, míg az „Én vagyok” az örök jelent jelöli. Ezért használja Jehova ebben az értékes kijelentésben a jelenidőt, mert – alaposan értelmezve – csak a jelen mutat az Örökkévalóságra. Isten számára nincs idő. Erre céloz a további magyarázat: **„...aki van, aki volt és aki lesz, a Mindenható.”** Még mélyebbre is behatolhatunk ebbe a titokzatos mondatba. Mert **„Én vagyok, aki vagyok”** a mondatban egyszerűen annyit jelent: „Én”. Csak egyik módja ez annak a kijelentésnek, hogy az ember „Én”-je a benne lakozó isteni elem és ennél fogva örök.

Később ugyanebben a könyvben azt mondta a Zsoltáros: **„Légy csöndben és tudd, hogy Én vagyok az Isten.”** Isten mindörökre a változhatatlan csöndes Örökkévalóságban lakozik.

Ezért az önmagunk fölötti uralom a csöndön át az Istennel az örökkévalóság birodalmába vezeti az embert: ott azután része lesz az örök, az időtől mentes életben.

De tekintsünk bele az Újtestamentumba, oda, ahol a Mennyei Jelenéseknek X. könyve a legmagasabbra szárnyal, ahol a hatalmas angyal az égből leszállva kijelenti, hogy **„idő többé nem léssen!”**

Mi más lehet az ebben a mondatban jelzett állapot, ha nem az örökké tartó lét tudata?

„Most van az üdvösség napja” – hangoztatja Pál apostol, a korintusiakhoz intézett levelében. Tudta, hogy nem kell a halálig várakozni az Örök Létre.

Elolvashatjuk magának Jézusnak szavait is.

Kijelentette a zsidóknak, akik gögösen büszkélkedtek vele, hogy ők Ábrahám utódai: **„Ábrahám, a ti atyátok örült, hogy napomat megláthatta – és meglátta és örvendezett.”** Ekkor a zsidók így szóltak hozzá: „Te még nem vagy ötven esztendő sem és láttad Ábrahámot?” Jézus ezt mondta nekik: **„Valóban, valóban, mondom néktek: mielőtt még Ábrahám lett, én már vagyok.”** Nem mondta: **„voltam”**, hanem **„vagyok”**. A **„voltam”** az időre vonatkozik, de a **„vagyok”** a változhatatlan valóságot ábrázolja.

És annak a tanácsnak, amelyet Krisztus adott tanítványainak: **„Elegendő, hogy minden napnak meglegyen a maga nehézsége”**, mély értelme ugyancsak annak a hangsúlyozásnak, hogy az időn *kívül* éljünk, a gondolattól, amely bennünket foglyul tart, meneküljünk. Éppúgy, mint másik parancsa: **„Ezért ne gondoljatok a másnapra, mert a másnap fog gondoskodni az övéiről.”** A jövő gondjait magunk mögött hagyni, nem nézni sem előre, sem hátra, annyit jelent: belépni egy új élet

időtlen valóságába és érezni az igazi halhatatlanság ízét. Kizárólag így kapja meg valódi értékét a világfolyamat.

Ennek a tárgykörnek helyes megértése adja meg nekünk a kulcsot a bibliai teremtetéstörténet egyik rejtélyes kinyilatkoztatásához. Erre célzás található Szent Ágoston „*Vallomásai*”-ban is, ahol kifejti, hogy a teremtés nem az *időben*, hanem az *idővel* kezdődött – ami annyit jelent, hogy az idő *már a teremtés előtt* is megvolt.

De évezredekkel ezelőtt, mielőtt a kereszténység ujja a történelem könyvét megérintette, élt már a régi Egyiptomban az a nevezetes vallás, amely elődje volt. Ez az eltűnt kultusz sem hallgatott erről a témáról. Legszentebb írása a „*Halottak könyve*”, amely olyan vegyes és misztikus jellegű formulákat tartalmaz, hogy legfontosabb helyei tulajdonképpen csak a misztériumok tanával és gyakorlásával vonatkozásban érthetők meg, azt mondja az „elhunyt” beavatottról, aki Osirisszel egyesült, vagyis szellemileg újjászületett, hogy a következő tanúbizonyságot teszi: „*Én vagyok a tegnap, ma és holnap. Én vagyok az isteni rejtett lélek!*” Az ilyen elnyerte az örök lét tudatát. És ugyanilyen jelentős az a hieroglifamondat, amely papiruszra írva a Földközi-tengeren keresztül a párizsi Louvre-múzeumba jutott és amely kijelenti, hogy Isten az Első Ok, nemcsak „*maga a jóság*”, hanem „*az idő ura*” is, „*aki az Örökkévalóságot vezeti*”. Ha továbbá a korai Egyiptomban utazott volna az ember, mint azt egykor az ifjú Plato tette, Isis óriás templomának legbelsőbb szentélyében egy feliratot talált volna, amely ezeket a jelentős szavakat tartalmazza: „*Én vagyok az, aki volt, van és eljövendő. Soha halandó még nem lebbentette fel fátyolomat.*” Az utolsó mondat értelme nem az, hogy az Örök Lét meg nem található, hanem, hogy a keresőnek mindenekelőtt azt kell legyőznie, ami őt a halandósághoz köti, vagyis mulandó személyes Én-jét. Ezt pedig csak úgy viheti végbe, ha gondolatait legyőzi. És ha az utas magába az istenség szentélyébe is behatolhatott volna, ott találta volna Isis ábrázolatát, jobb kezében a horogkereszttel, az örökös élet jelképével és a misztériumok kulcsával, bal kezében pedig egy négyszögletes vitorlával, a lélekzet jelképével, tehát az éter szimbólumával. Isis fejét magát hieroglifája, egy trón, koronázza. Így találná ábrázolva Isist, az öröklétben trónolva.

A hinduizmusban is megtaláljuk ugyanazt az értékelését „az idő rejtegette” titoknak. Így szentírásuk, a *Véda* ezt mondja: „*Ez a legmagasabb szellem volt, van és lesz.*” De vizsgáljuk át tovább a Védák-nak ezeket az évezredes pálmalevél-szövegeit: „*Örök és változhatatlan a legmagasabb szellem*” – jelentik ki, és annak, aki még mindig kételkedne, egyszerűen ezt mondják: „*Ami a tért és időt meghaladja, az a legmagasabb szellem.*”

Még egy pillantást vethetünk a hinduk egy másik szent könyvére: a *jógi*-k híres kézikönyvére, a *Mester Énekére* (Bhagavad Ghita) is.

Ebben Krisna, a hindu-Krisztus beszél áhítattól remegő tanítványával, Ardjuna-val és elmondja, hogyan tanította a hosszú évszázadokkal ezelőtt élt bölcseknek a szellemi tudásnak ugyanezeket az igazságait, aztán kifejti, hogy ez azért volt lehetséges, mert „*Én vagyok a meg nem született, a lélek, amely nem hal meg.*”

A végtelenség matematikai ábrázolása két egymással összekötött kör: ∞ . A hinduk írásai és más ősrégi írások az Örökkévalóságot az önmaga farkába harapó és így tökéletes kört alkotó kígyó szimbólumával ábrázolják. Ha az idő – mint a kígyó –

önmagába tér vissza, örökkévalósággá lesz. Valóban, ki lehet-e találni az idő számára jobb jelképet, mint ezt a vonalat, amely visszatér kiindulási pontjára, ezt a vonalat, amelynek nincs kezdete és vége sem, amely – maga is végtelenül – a végtelen időnek egy részét zárja magába? A múlt, jelen és jövő tökéletes kört alkot, amelyet tetszőleges pontból kiindulva bejárhatunk anélkül, hogy valóságos kezdetét vagy végét megállapíthatnók.

Igen szellemes volt Mahatma Ramalingamnak, a XIX. század egy délindiai adeptusának a megjegyzése: *„Az idő az értelem egyik találmánya – mondta –, hogy saját működését, rohanását és szárnyalását kiszámíthassa.”*

Ha most végül még tovább vándorlunk Kelet felé és átlapozzuk az egykor híres, de most már leromlott taoista kultusz vékony, klasszikus könyvét, *Az erény kánonját* (Tao Teh King), megtaláljuk Lao Cse próféta intelmét:

*„Nyugalomnak nevezik a visszatérés törvényét,
A visszatérés törvényét Örökkévalóságnak nevezik,
Az Örökkévalóság ismeretét megvilágosodásnak nevezik,
Megvetni az Örökkévalóságot annyi, mint szerencsétlenséget
zúdítani magunkra,
Ismerni az Örökkévalóságot: a lélek nagysága.”*

Így erősíti meg bölcs szavakkal a kínai próféta, hogy az Örökkévalóság ismerete lehetséges – céloz rá, hogy az ember nincs arra ítélve, hogy ennek az időleges életnek a foglya maradjon és szellemileg sem olyan szegény, hogy az ég királysága zárva legyen számára. Akik az Örökkévalóság tiszta tudatát kelletlen érzéssel szemlélik és úgy vélik, hogy annak a bölcsnek, akinek szeme az örökkévalóság felé irányul, élete végtelen unalmat jelent, töltsenek csak néhány hónapot társaságban ha olyan rendkívül szerencsések, hogy szerény külseje alatt felismerhetik. A tapasztalás azután bebizonyítja majd tévedésüket és jóváteszi tudatlanságukat.

Az időtlen „felsőbbrendű Én” a bennünk lakozó örökké élő Istenség. Királyi vérből származunk és ma mégis koldusok rongyaiba burkolódzunk. Valóban halhatatlanok lehetnénk, eldobhatnánk az éveket és dacolhatnánk az idővel, ha eljutnánk ennek az igazságnak a felismeréséhez. Itt van hát az ideje és a helye e tudás megszerzésének.

VII. FEJEZET

A LÁNGÉSZ KELETKEZÉSE

Van egy szellemi jelenség, egy állapot, amelyben az a magasabb értelem – amely titokzatosan kihat az „emberfeletti Én”-ben lakozó tudatos értelmünkre és ami tulajdonképpen az egyetlen, általános „lélekfeletti Lélek” – látszólag határozottabban szól az emberhez és közvetlen, bár csak időleges parancsokat ad ki számára. Ezt az állapotot joggal „ihletettségnek” lehet nevezni – ez megmaradhat titkosnak és

statikusnak, de dinamikusan láthatólag is megnyilatkozhatik valamilyen határozott formában, így például valami ragyogó műalkotásban. Az ihletettség az embert a vallásos extázisba emelheti, nagy teljesítményekre készítheti vagy alkotó művésszé teheti.

Ha valaki a közepszerűség határait bármilyen területen sikeresen átlépi, általában ihletett személynek, zseninek tekintik.

Minden nagy művészet, minden hagyományos szellemi megnyilatkozás, minden valóban teremtő munka, minden újabb materiális találmány, amely a zseni bélyegét viseli magán, annak az ösztönös állapotnak az eredménye, amelyben az ihletettség angyala kézen fogja az embert.

Ebből a felsorolásból látjuk, hogy semmi sem esik kívül az ihletettség tág keretein. Nem mondhatjuk, hogy ez vagy az a dolog túlságosan anyagszerű ahhoz, hogy ihletett kinyilatkoztatás tárgya lehessen. Az ihletettség: a megvilágosodás állapota, amely lehetővé tesz minden tárggyal való foglalkozást: a szellem legmagasabb fokra emelkedését éppúgy, mint földünk materiális lehetőségeinek legpontosabb vizsgálatát.

*

Szorosan véve miben áll ez a ritka és csodálatos állapot, amely felé olyan sokan törekednek és amelyet olyan kevesen érnek el? Először is vizsgáljuk meg, miképpen keletkezik az emberben, hogy aztán később megkeressük azt a filozófiát, melyet ez a folyamat magában foglal. Ha lélektanilag megvizsgáljuk egy nagy feltaláló életét, aki egy technikai kérdés megoldását keresi, azt fogjuk találni, hogy újra és újra gondba merülten és elkínzottan töpreng és gondolkodik feladatán, míg a helyes megoldás, amely eddig bujkált előle, végül villanásszerűen megvilágosodik értelmében és aztán a kiteljesedés egész folyamata alatt tökéletesen hatalmában tartja lelkét. Más szavakkal: a feltaláló a kísérletek és erőfeszítések révén az egyre fokozódó figyelemmel és egyre élesebb érdeklődéssel járó időleges önkonzentrációjának állapotába kerül, míg elmélyültsége olyan mélyé válik, hogy valóban azt mondhatjuk: problémája mellett teljesen megfeledkezett önmagáról és környezetéről. A szokásos észleletek megszűnnek és az időt mutató óra sincsen többé számára. A bogaras feltalálót, akit nem lehet étkezéshez csalogatni, amikor problémájának megoldásához közeledik: jól ismerik az életrajzok olvasói. Ismeretes, hogy a feltalálók az ilyen terhességi periódusokban gyakran bezárkóznak laboratóriumaikba vagy műhelyeikbe és nem akarnak senkit látni, semmi más dologgal foglalkozni. Találmányuk megszületőben van, tehát a magányt keresik éppen úgy, mint ahogy a nőstény állat magányos helyet keres, hogy életet adjon kölykének. Figyelemre méltó bizonyossága ez az elmélyülés fokának, amelybe ezek az emberek egész természetesen merülnek alá, ha olyan megnyilatkozásért harcolnak, amely túlhaladja az értelem rendes határát. Tökéletesen úrrá lesz fölöttük valami, ami szinte magasabb hatalomnak tűnik fel. A legcsodálatosabb anyagszerű találmányok is ilyen különös módon keletkeztek.

Az ilyen elmerülést nem szabad az önmagával való rendkívüli elteltség állapotának tekintenünk, feltennünk, hogy a feltaláló csak kis *személyes* ügyeiben veszíti el kapcsolatát minden mással. Ellenkezőleg: minél inkább halad szellemében a cél felé és minél többet töpreng rajta, gondolatai annál kevésbé foglalkoznak személyes énjével, noha különösképpen úgy látszik, mintha jobban magába vonult volna. Az ár, amelyet problémájának megoldásáért fizetnie kell, éppen a magáról való tökéletes megféledezés. Eggyé válik problémájával – annyira tökéletes a koncentrációja – és ezalatt a folyamat alatt felszabadul saját énjétől. De mihelyt megtörtént és befejeződött a feltalálás, szelleme annál nagyobb erővel ugrik vissza a régi vágányra és megszűnik az ihletett személytelenség előbbi állapota. Így azt mondhatjuk, hogy az embernek *önmagáról való megféledezése* az ihlet egyik legnagyobb fontosságú feltétele.

Ennek igazságára hasonló bizonyítékokat találhatunk a képzőművészetek lángelméinél is. A zeneszerző, aki azon fáradzik, hogy a földre felséges szimfóniaként leáradó végtelen szépségnek visszhangját magába szívja, egész természetesen ilyenkor a magányt keresi. Nem ritkán még élelmet és minden egyebet is visszautasít ebben a koncentrált figyelmi állapotban, amely szükséges ahhoz, hogy a visszhangot felfoghassa. Itt a valóságos zenéről van szó, amely az ember szíve legmélyéről fakad és ott még sokáig megmarad, miután az utolsó hang is elhangzott, mint Beethoven Kreutzer-szonátájának utolsó negyedhangjai. A zeneszerzőt, aki hűséges hivatásához, aki komolyan veszi feladatát, sohasem fogják elcsábítani a világ szórakozásai, amikor az ihlet közeledtét érzi. Ellenkezőleg, esetleg kifejezett ellenkezést érez minden világi tevékenységgel szemben és egy ideig olyan szigorúan és lemondóan él, mint akármelyik régi remete.

Mi megy benne végbe, szobája csöndjében, azokban az isteni pillanatokban, amikor az ihlet megjutalmazza munkáját? Nem azt mondaná-e az ember, hogy annyira feszülten igyekszik minden leghalkabb hangot hiánytalanul magába szívni, hogy már csak pusztá hangszerré vált, amelyen valami más hatalom játszik? Túlzunk-e, ha azt mondjuk, hogy megféledezett saját személyiségéről, családjáról, barátairól, vagy kötelességéről, teljes odaadásában a zene iránt, amely feléje áramlik és amelyben teljesen elveszett? Mi ez az egész; ha nem a gátló „Én” feladása?

A valóban tehetséges, szellemes táncosnő azzal az elragadtatott elmélyüléssel végzi kecses, ösztönös mozdulatait, amely zsenijének ismertető jele. Abban a mértékben, amint a csodáló nézőről megféledezik, ismeri fel igazi küldetését, mint a szépség közvetítője, aki jelképesen rámutat arra a végső szépségre, amely felé öntudatlanul törekszik.

Ha a festő vagy szobrász munkája felé fordulunk, ugyanezt a szembeszökő jelenséget tapasztaljuk. A zseniális festő, aki félig kész munkáját nézegetve óraszámra áll ecsettel a kezében a festőállvány előtt, egyszer-másszor gyors ecsetvonásokat vetve a vászonra, amelyet képzeletének és megfigyelésének színes megtestesítésével fedett be, nincs tudatában sem az időnek, sem a műtermén kívül felmerülő zajoknak vagy eseményeknek. Minden festő, aki művészetének természetén elgondolkozott és ítélt rőla, el fogja ismerni, hogy az ilyen sugárzó

pillanatokban mélyen és boldogan él – annál mélyebben és boldogabban, minél elmélyültebb.

Az ilyen órák a művész tulajdonképpeni jutalmai, mert ezek ajándékozzák meg azzal a szelíd, de mély elragadtatással, amelynek csak gyöngé pótléka a nyilvános siker vagy a magas protekció. A műalkotás tulajdonképpeni öröme öntudatlanul is az egyéniség ideiglenes elfeledéséből fakad.

Szükséges, hogy a művész teljesen belemerüljön témájába és az magával sodorja, mint a folyó árja. Hogy ezt valóban elérhesse, minden mást el kell felejtene. El kell hallgattatnia az emberi élet más területeiről fakadó minden idő-követelményt és gondolatot és bele kell merülnie a szellemi csönd állapotába. Személyes énjének ez a nyugalma, ez a némasága vezeti őt ahhoz a forráshoz, ahonnan minden művészet kibuggyan és ez az, ami lehetővé teszi, hogy nagy remekművet alkosson. Ezért díszíthette Carlyle kemény mondatait a következő kis stílusvirággal: **„A művészet minden valódi alkotásában megtalálhatod az Örökkévalóságot, amely túlnéz az időn, mint maga a láthatóvá vált isteniség”**. Egy Madonna mosolya – mint Raffael ismeretes képén látható – meggyőzőbben hathat, mint egy tucat teológiai prédikáció. Ki tudja, hány kételkedőt nyugtalanított a vallás értékére vonatkozó új eszmékkel?

Különbséget kell itt tennünk a tehetség és a lángész között. Egyedül a lángész ihletett és teremt diadalmas természetességgel – a tehetség olyasvalami, amit a technikán való uralkodás fejleszt ki az emberben. A művésznek, magától értetődően, mesterségének technikáját már fiatalabb éveiben meg kellett tanulnia, aminek folytán bizonyos mértékig a magaválasztotta kifejezési formák beavatottja lesz – ez azonban csak az előkészítés. A technika szükséges minden művészet materiális táplálására. A nagy művésznek éppúgy szükséges, éppúgy a kisujjában kell lennie, mint az utánzójának. A lángésznek és a tehetségnek frigyre kell lépniük, hogy az éhes világnak lakomát rendezhessenek. A lángész, aki művészetének technikáját sohasem tanulmányozta, nem tud jó művet alkotni – másfelől azonban a tehetséges ember sem teremthet az ihlet belső forrása nélkül kimagasló művészi alkotást. Ugyanígy, ha egy pillanatra az irodalom szemlélete felé fordulunk – a gyakorlott író számára nem nehéz, hogy írását erősen vörösre mázolja be, hogy aztán könyvét az Olympos oltárán a Géniusznak áldozatul mutassa be. Az istenek azonban megvetik a hamis adományt és visszadobják az emberek világába, ahol ha lelkesen fogadják és hangok ezrei üdvözlik is, élete végül – mint az olvadó gyertya – fellobban és kialszik. Az ügyesség egyedül nem elegendő szükséges még **a teremtő megvilágosodás** is.

*

Egy ismert francia festő ezt mondja párizsi műterme növendékeinek: **„Tanuljanak meg technikájukon uralkodni, aztán felejtsek el mindent, ami ezzel összefügg.”** Tudta, hogy bármilyen művészi munkát kezd is az ember, először uralkodnia kell a rávonatkozó szabályokon és részleteken, míg azok mélyen a tudatalattiba nem merülnek. Ha ez megtörtént, akkor befelé kell fordulnia és ihletet keresnie, amelynek meg kell jelennie és át kell világítania a formászerű technikán. Ha az ember nem feledkezik meg mestersége szabályairól és mindig újra és újra

aggodalmasan gondol rájuk, akkor csak tehetséges ember lesz, de nem lángész. Ha valakinek mindig a technika szabályaihoz kell fordulnia, hogy műalkotást teremtsen – Isten legyen neki irgalmas! Az ihlet a lényeg. Ez viszi bele a művészt a teremtő, de csendes extázis állapotába. Ez szabadítja fel az idegek és az agy szűk korlátaitól.

Az ihletett művész maga formál önálló elképzelést tárgyáról és ez valóságosabb lesz, mint a művészeti iskolák stereotip alkotásai és magának a műnek is feltűnő felsőbbisége lesz fölöttük.

A japánok nyelvében – egy a mainál kevésbé kereskedelmi korban – volt egy jellegzetes kifejezés a művészi emelkedettség eszméjére: a „*fu-in*” szó, amely szó szerint „*szél-ihlet*”-et jelent. Ha egy művészi munka ennek az ihletnek a befolyása alatt sikeresen befejeződött, azt mondták, hogy „*kokoromochi*” van benne, ami szó szerint „*szívtartalmat*” jelent. Ezeken a kifejezéseken bizonyos emelkedettséget értettek, ami az isteni megnyilatkozás eredménye, valami, amit a teremtő közölt a művésszel. Azt állították, hogy az ilyen művészi ihletet sem más emberre átruházni, sem szorgalommal vagy erőfeszítéssel megszerezni nem lehet, mert az csakis isteni kegyelem útján kapható. Ez az a tulajdonság, melyet legmagasabbra értékelt műalkotásaikban kerestek, legszebb festményeikben, amelyek szépsége mintha szivárványfonalakból fonódott volna. Ma sajnos eltűnt ez a magatartás – kevésbé kritikusokká váltak és sokkal hajlamosabbak rá, hogy csillogó cifraságot fogadjanak el „*szél-ihlet*” gyanánt.

A hinduknál vannak hagyományos írások, a „*Silpa Shastra*”-k, amelyek gyakorlati szabályokat foglalnak magukban a szellemi szépségideál megvalósítására, a technikai művészetek és iparművészetek gyakorlásában. Az első művészek és iparművészek, akik a korábbi időkben a templomok alkalmazottjai voltak, *jóga*-eljárást gyakoroltak, mielőtt munkáikat ezekben az épületekben elvégezték. Csak miután szellemüket az átható koncentráció alkalmas állapotába hozták, volt szabad hozzákezdeniük a festéshez vagy a kőfaragáshoz. Az ihlet volt az a fonál, amelyre ezek a teremtő művészek kimagaslóan gyönyörű műveik gyöngyeit felfűzték.

*

Most a költészet és irodalom terén fordulhatunk az ihletettség feltételei felé. Minden ország hozzájárulhat egy ihletett költészet megteremtéséhez és ezzel megmutatja, hogy ez a sajátosság *általános*, az emberi faj tulajdona és nem a nyugati civilizáció, nem is az okos újkor terméke. A Keleten rendelkezésre állnak címek százai, amelyek mindegyike valóban ihletett mű címlapján olvasható. Sadi bölcs és tréfás költeményei, Jami *Lawaiih*-jének extatikus prózája, az izmos Sikh Bhavir Singh lírai dalai, a *Mathnavi* misztikus elbeszélése és Omar Kayyam értékes *Rubaiyat*-ja, valamint a „*Mennyei dal*”-nak (Bhagavad Ghita) Sir E. Arnold-tól származó zenei, ritmikus fordítása – meggyőző példái az ihletett költészetnek. Mindegyike csordulásig tele van magasztos költői képekkel márpedig a képes beszéd a lélek világának tulajdonképpeni nyelvezete. Itt is tapasztalható az elzárkózásnak ugyanaz a vágya, mint a technikai feltalálónál és a zeneszerzőnél. Ez azt jelenti, hogy a lelki befelé fordulásnak bizonyos folyamata megy végbe és a zseniális író, aki

időtlen tollal akar írni, feltétlenül rossznéven venné magányosságának minden zavarását az alatt a teremő időszak alatt, amíg a gondolatok feléje áramlanak. Balzac az ilyen időszakokban szobájába zárkózott, éjjel-nappal dolgozott, ennivalóját az ajtó elé tétette, hogy később kinyithassa az ajtót és táplálékát idegen jelenlététől meg nem zavarva fogyasztassa el.

Csak valami rendkívüli költeményt kell elolvasni, mint például Coleridge mesterművét, a „*Vén tengerész dalá*”-t, hogy érezzük, amint lassan-lassan valami misztikus befolyás lopakodik szellemi légkörébe és megértsük, milyen nagy mértékben lehetett telítve maga a költő ettől a titokzatos ihlettől az alatt az idő alatt, míg költeményét megírta. Egy alkalommal valami könyv olvasása közben elszunnyadt. Mikor felébredt, azt érezte, hogy alvás közben 2-300 sört költött és nincs más tennivalója, mint hogy leírja őket, mert a képek olyan tisztán rajzolódtak eléje, mintha tárgyak lennének, amelyek a szóbeli kifejezést szinte automatikusan és azonnal az ő közreműködése nélkül szóltatták meg. Fogta a tollát és megírta a „Kubla Khan” című különös költeménytöredéket. Ez bizonyítja, milyen könnyen keletkezik műalkotás a tudatos értelem lebegési állapotában.

Az ilyen alkotások látszólag nem az ember közönséges értelméből, hanem valami magasabbrendűből származnak, valamiből, ami rajta tökéletesen uralkodik, miközben ritmusát rögzíti. Kis egyéniségét ki kell szolgáltatnia és engednie kell, hogy ez a magasabb értelem, az a „lélekmindenség” tökéletesen birtokába vegye. Ha ez valóban megtörtént és a szellemi folyamat tökéletes technikával kapcsolódik, akkor a világ egy kimagasló lángész művével lesz gazdagabb. A tökéletes személytelen felszabadulás pillanataiban bensőjéből egy szellemi elemet választ ki, amelyet munkájába helyez és amely őt megihletetté varázsolja.

Innen van az, hogy egy író nem lehet mindig könyveiből megítélni. Szellemének és jellemének rendes állapota nem ritkán alacsonyabb színvonalon áll, mint írásai. Máskor meg bölcsőbb és jobb, mint művei néha viszont ezek bölcsőbbek és jobbak nálánál. Tennysson utólag beismerte, hogy az „*In memoriam*”, a túlvilági életnek ez a hosszú diadaléneke olyan igazság kifejezése, melyet – mielőtt leírta – maga sem érzett át teljesen. „*A mű optimisztikusabb, mint én vagyok*” – mondta egyik barátjának.

Mert mialatt az ihlet uralkodik, az alkotót átmenetileg megszokott síkja fölé emeli – amint azonban az utolsó szó leíródott, egy időre ismét visszaesik szokásos állapotába. Ezért lehetnek egyes művei ragyogó csillagok és ihletett bizonyágtételek, míg mások ihletnélküli hangulatainak termékei – egyesek lehetnek legmagasabb minőségű örökéletű mesterművek, mások meg egyenesen rosszak. Ha ezt lelki adottságnak ismerjük fel, megértjük azt is, hogy egy nagy lángelme miért teremt néha kevésbé értékeset is és hogy hattyúinak egynémelyike néha miért – lúd. Nem várhatjuk, hogy egy költő minden strófájában poétikus ihletet találjunk, sem azt, hogy tollából állandóan drágakövekhez hasonló szikrázó igazságok peregjenek a papírra.

Gyakran hallja az ember, hogy az ihlet állhatatlan és minden költő elpanaszolja, hogy belső zsenijét nem tartja hatalmában és nem is tudja felidézni. Váltakozva dolgozik, de mindig kufárkodik hangulataival. Teljesítményei legtöbbször különbözőek, egyes gondolatai csodát mondanak, művét nem tudja előbbre vinni, a

szavak élettelenül folynak tollából. Könnyű szárnyú múzsája a saját és nem a költő tetszése szerint jön és megy s nem idézheti kedve szerint, amikor akarja, maga elé. Milyen gyakran ül leverten egy fehér papírlap előtt! A teremtő hangulatok kikapcsolódnak. Az ihlet nem állandó – az ember számára lehetséges a folyamatos gondolkodás, de nem a folyamatos ihlet. A zseni virágai hirtelen bimbóznak ki, de gyorsan elhervadnak.

Nem szükséges elméleteket kitalálni ennek a váltakozó ritmusnak a megmagyarázására: ami történik, az ennenmagát magyarázza. Ez a feltétel – mint láttuk – az intenzív szellemi elmélyülés, minthogy az ember hozzá van szokva, hogy külső tevékenységekben és személyes emlékezésekben éljen. Ezekről a faji szokásokról nem könnyű lemondani. A nagy dolgok alkotásáért küzdő zseni tehát egyenetlenül él és alkalomadtán saját „Én”-jével is harcba keveredik. Néha vakon és tudatlanul maga zavarja meg az ihletet, amely őt körüllebegi és így néha maga támaszt akadályokat önmagának.

Szellemét a testi erőfeszítések a tevékenység területén tartják foglyul, élettelen szavak zárják körül – nem tudja elzavarni őket, mint világosabb pillanataiban. Közönséges értelme állít eléje korlátokat, amelyek közül nem a legkisebb a saját teremtő erejéről való indokolatlan képzelődése. A tudás – bármily ragyogó legyen is – nem helyettesítője a lángoló felsőbbségnek. Ha az ember azonban értelmét koncentráció révén önmagába mélyesztí, visszatér az ihlet és a teremtő folyam akadálytalanul újra hömpölyögni kezd. Meg kell tanulnia, hogy egy időre elernyedjen, hogy testét és lélegzetvételét nyugodtabbá tegye, hogy értelmét erős koncentráció útján befelé fordítsa – és akkor ismét leszáll az isteni ihlet.

Személyes énje saját képességeire szorítkozik, hogy minden nehézséggel megbirkózzék és minden problémát megoldjon – de a bölcsesség, szépség vagy hatalom legmagasabb lehetősége csak akkor jelenik meg valóban horoszkópja tetőpontján, ha személyiségéről megfélemedezik és teljesen belevész a személytelenségbe. Ez az önmegfélemedezés, a személyes „Én”-nek ez a pillanatnyi elvesztése a valódi oka annak a boldogságnak, mely a teremtő állapotot kíséri. Mert a halhatatlan művészet finom szövevényét csak az isteni öröm fénylő narancssárga fonalaiból szöhetjük. Hol az az ember, aki állt és figyelte, amíg keze és szelleme a művészi alkotás örök csodáján munkálkodott, anélkül, hogy minden homály, amely a szürke világgal való mindennapi érintkezés során benne felgyülemlett, vállairól le ne hullott volna az isteni ösztönzés első rezzenésére?

A valóságban a személyiség csak edény vagy levezető csatorna és ha ez tudatunkat teljesen felszívta magába, akkor egyrészt akadályozza az isteni „Én” érzését bennünk és másrészt akadályozza azt a teremtő elemet is, amely oly világosan nyilvánul a lángelmében.

„A költő néha visszhangja szavaknak, melyeknek hatalmát nem ismeri – csatára szólító trombita, amely azonban azt, amire buzdít, nem érzi” – írta Shelley angol költő. Különös körülmény, hogy egyes írók és művészek nem tudják előre, mit fognak alkotni és néha művük fejlődése egészen más irányba halad, mint ahogy várták. Sibelius, a híres finn zeneszerző mondta utolsó két szimfóniájáról abban az időben, amikor még nem készültek el, hogy **„a terveket esetleg még megváltoztatom**

a zenei eszme fejlődésének megfelelően. Mint általában, a téma rabszolgája vagyok és alávetem magam követelményeinek”. Ez szembeszököen mutatja, hogy az ihletet a személyiségről való lemondással lehet elérni. Ha a személyes akarattól függne, minden zeneszerző munkájának valamennyi fázisát előre kitervelhetné. Hogy az ihlet természeténél fogva ösztönös valami és ennél fogva minden ihletett műalkotás tökéletes és egész, mielőtt még a fej vagy a kéz első mozdulata megtörténik, azt jó néhány példa igazolja. Mozart, a zenei csodagyermek egyszer ezt mondotta zeneszerzésének folyamatáról: **„Feltéve, hogy nem zavarnak, témám kiszélesül, határozottá válik és az egész csaknem készen és tökéletesen jelenik meg szellememben úgy, hogy egyetlen pillantással áttekinthetem, mint valami szép szobrot. Ennél fogva papírra vetése már elég könnyű, mert hiszen, mint mondtam, az egész már készen megvan.”**

Arnold Bennett, a regényíró elmondja, hogyan jut át rendesen az elvesztett ihlet holtpontjain. Ahelyett, hogy egész nap a fejét törné, egészen mást szokott csinálni. Londonban elmegy a South Kensington múzeumba, szönyegeket és bronzokat nézeget; Párizsban pedig a Szajna mentén sétál és régi könyves bódék körül őgyleg. Mialatt így szellemét szórakoztatja és problémájáról megfeledkezik – azzal, hogy eltéríti attól a tárgytól, amely körül hiábavalóan tapogatózik –, hirtelen megszállja a keresett ihlet. A gondolatfolyamatok megtették a magukét és elérték határaikat. Hogy mellékvágányra juthasson, a tudatos, személyes „Én”-t fel kellett szabadítani a készülő műtől, ami azután a szellem mélyebb, tudatalatti részének, vagyis a „lélekmindenségnek” alkalmat adott arra, hogy működésbe léphessen.

Fontos itt megjegyezni, hogy ha Bennett nem egy könyvet forgatott volna fejében és így értelmét nem ez az egy téma foglalkoztatta volna, nem használt volna ez a módszer sem. A dolgozó értelemnek is meg kell tennie a magáét, utána azonban vissza kell vonulnia és engedni, hogy a mélyebb szellem emberi műszerével dolgozhassék. Csak ha ez megtörtént, akkor térhet vissza tevékenységéhez, hogy az elvégzett munkát átnézze és kisimítsa. Ha az első szikra behullott az értelembe, az **önfeledkezés** révén kell lánggra lobbannia. Ha azonban – mint a legtöbb intellektuális embernél – az „Én” makacsul ragaszkodik uralmához, ezzel a saját célját hiúsítja meg és megakadályozza az ihlet beszívargását.

Az író értelmének az a kötelessége, hogy először az intenzív összpontosítás hosszabb erőfeszítése segítségével a kidolgozandó témát tudata területén rögzítse. Ha ez megfelelően megtörtént és a tudat érzi az izzó ihlet beáramlását – ami az egyéni „Én” elfeledése révén történik –, akkor teljes passzivitás állapotába kell felolvadnia, de mégis ugyanolyan ébernek és tudatosnak kell maradnia, mint egyébként. A leheletfinom sugallatot azután gondolatokba kell foglalnia és megfelelő szavakkal kifejeznie.

Az ihlet eredetű szónoklatnál az előadó gyakran maga sincs tudatában küszöbönálló beszéde tartalmának, sőt sokszor témájának sem. A technika minden kiválóságán és a beszédorgánium tökéletességén felül még marad **valami**, ami a hallgatóságot megfogja és megborzongatja, valami, ami éppúgy, mint a légkör, nem fogható meg és nem fejezhető ki.

Így tartott az elhunyt Sir Sahabji Maharaj, az indiai Agra melletti Dayalbaghban lévő Radhasoami jogakolónia vezetője, több éven keresztül 2-3.000 hallgató előtt nevezetes éjszakai vallási szónoklatokat úgy, hogy minden éjszaka más beszédanyagot választott. Nemcsak hogy jegyzeteket nem készített, de közölte a szerzővel azt is, hogy sohasem tudta előre, miről fog este beszélni.

Sokrates beismerte, hogy ha a dolgok legmélyebb igazságához jutna, már nem ő volna az, aki beszélne, hanem a bensőjében lakozó „*daimon*” hangja. Mi más lenne ez a hang, mint az ihletett szellem hangja?

Ha a vallásos és szellemi ihlet felé fordulunk, a művészi alkotásnak itt is ugyanazokat a törvényeit és jellegzetes ismertető jeleit találjuk, csak rendkívül felfokozott formában. A kereszténység ókori, középkori és modern szentjei, az iszlám fakírijai és az indiai *jógi*-k valamennyien szert tettek vallási természetű érzelmi tapasztalatokra olyan folyamatok révén, amelyekben a művészi ihlet jelensége tisztán felismerhető. A művészeknek, íróknak és feltalálóknak szükségképpen valami materiális eszköz közvetítésével kell megnyilatkoznia, az ihletett szent azonban nem esik ilyen korlátozás alá és önmagában nyújtja az átélte lelki változásokat.

Mert a vallási misztikus – ha valamit ér – az Isten felé irányuló teljes odaadás vágyakozása példájával magyarázza az ihlet alapelveinek működését. Ha sikerül ezt buzgó imádság és mélyen átértett vágy segítségével megvalósítani, személyes énjé mély hallgatásba merül, míg látszólag teljesen birtokába keríti az a magasabb hatalom, amelyhez fohászkodott. Szent tapasztalatait valószínűleg különleges vallási hitéhez fűződő képek, szimbólumok és tanok segítségével fogja magyarázni, tulajdonképpen tapasztalata azonban valami befelé áramlásnak, egy olyan állapotba való átvándorlásnak tapasztalata, amelyben a közönséges „Én” látszólag megszűnt működni és egész lényét derűs, extatikus, szent harmónia önti el. Ha ez az átélés tetőpontjára ért, valószínűleg transzba fog merülni – olyan állapotba, amelyben minden Istenben látszik feloldódni. A hindu jógi, aki gondolatait könyörtelen koncentrációval szorítja sarokba és aztán egy végső erőfeszítéssel teljesen száműzi szelleméből, ugyancsak az ihletett lét olyan állapotába kerül, amelyben a gondolkodó értelem nem akadályozza többé az áhított béke és megnyugvás beáramlását. Keresése tetőpontján – a szentekhez hasonlóan – talán ő is mély transzba merül. Bár útja a gondolatokon való uralkodásé volt, míg a szent a legmagasabb érzelmek útján jár, az a hatalom, amely mindkettőjüket felemeli az extatikus állapotba és kiemeli kis személyiségükből és korlátozott értelmükből, ugyanaz. Megelégedetten élvezik az ezzel a hatalommal való érintkezés boldogságát és nem próbálják meg, hogy azt a nemes virágot valami materiális eszköz – amilyen a művészet, találmány vagy ékesszólás – segítségével közvetítsék és ábrázolják; mindkettőjük mélyén ott nyugszik az a magasabb elem, amely köpenyét rájuk borítja. Ez az elem fajtára és minőségre nézve ugyanaz, mint amely a lángelmét tartja hatalmában. A zene, a szobrászat, költészet és építészet már az ókor szemében is szent volt és a régi Egyiptomban, Görögországban, Indiában és Kínában csak a templomok egyes papjai vagy a nagy misztériumok tehetséges beavatottjai művelhették.

Fontos megfigyelni, hogy az összpontosító tevékenység és a rákövetkező beáramlás sajátosságára nézve ugyanaz, mint az ihletett festőknél és költőknél – csak megnyilvánulásában különböző, mert míg a művész erős ösztönzést érez víziója vagy eszméi közlésére és a külső világ felé fordul, hogy tapasztalatát kifejezze, a misztikus megelégszik azzal, hogy elmélkedésbe merül. A művészet a meditáció egyik formája – út ahhoz a kielégült állapothoz, melyet a misztikusok Istennek neveznek –, csak éppen a művész a maga istenségét Szépségnek nevezi.

Az isten kegyelem, amely misztikus vágyódását megjutalmazza, hasonmása az ihletnek, amely a művész erőfeszítésének jutalma. Mindkettő ugyanabból a gyökérből ered. Ha az intenzív összpontosítás a személyes „Én”-t a személytelen „lélekmindenségben” oldja fel, jóságos kegyelem száll le a misztikusra vagy **jógi**-ra és teremtő ihlet a művészre.

Azok, akik bármilyen rendű művészi alkotásban annyira elmerülnek, hogy önmagukról és környezetükről megfeledkeznek miatta, valóban olyan belső állapotba jutnak, amelyben utat nyitnak a „lélekmindenség” számára és amely nem nagyon különbözik attól, melyet Isten keresői transz-állapotukban tapasztalnak. A lényeges különbség az, hogy a **jógi** belsőleg önmagára, legbelsőbb szellemére van beállítva és teste mozdulatlan marad, míg a művész aktívan foglalkoztatja testét, mert eszközre – legyen az papír, vászon vagy kő – viszi át a szellemét elvarázsoló ragyogó képeket vagy gondolatokat. A lelki elmélyülés foka mindkét esetben ugyanakkora lehet. Mert a művészt nem kevésbé szenvedélyesen ragadják meg és tartják fogva a közvetített képek, mint a **jógi**-t az osztatlan tudat fénye, amit valamennyi gondolatának elcsitulásakor él meg. Egyiknek sincs tudata az eltelt időről, mikor eléri a legmagasabb ihletet, mely ugyanabból a szent forrásból táplálja őket és így öntudatlanul is igazolja, hogy az idő a valóságban csak – *eszme*.

*

De még olyan embereknek, is akik nem művészek, feltalálók, szentek vagy **jógi**-k, van néha hasonló fajtájú tapasztalatuk, ha kisebb mértékben is, amikor az összpontosított, elmélyült szellem kísértéseinek hatalmát érzik. Miért ne nyilatkozhatnék meg a zseni az íróasztalokkal megtöltött irodában, a zsúfolt áruházban, vagy a tőzsde tülekedésében is? Annyira szorosan körülhatárolt volna, hogy le kellene mondania megjelenéséről a nagyvárosban, azok között, akik az emberiség leglényegesebb tevékenységeinek némelyikét végzik? Hatalmas terjedelmű szervezeteket irányító nagy üzletemberek gyakran bukkantak rá nagyértékű új eljárásokra, mialatt a mély álmodozás lelkiállapotában üzleteikre és azok problémáira összpontosították gondolataikat. Az a megvilágosodás, amely meglepte őket és talán megmutatta a siker útját, mély koncentráció nyomán következett be. Gondolataiknak nagy állhatatossággal egyetlen pontra való koncentrálása révén kerültek végül – ha csak egy pillanatra is valami különös visszahatás segítségével az önmagukról való megfeledkezés és a környezetüktől való szellemi elzárkózás ihletett állapotába. De ez az egy pillanat elegendő volt arra, hogy az új gyártási terv vagy eladási eljárás keresett problémáját megvilágítsa.

Az ihlet, amely az üzletembert az elérni kívánt irányban prófétai pillantással ajándékozta meg, nem fogja szükségszerűen végleg elhagyni, hanem visszamarad majd egy tartósabb, emelkedett befolyás, amely segítségére lesz abban, hogy a munkát kezdettől fogva helyesen végezze. Az ihlet nemcsak víziót ad, hanem erőt is a cél elérésére. Aki ezt a belső befolyást felismeri és enged neki, azt fogja találni, hogy az eredmények mindig igazolják az útmutatást. Az önmagába-mélyedés első kábító pillanataiban bizonyos törekvést vagy célt tart szem előtt, belsőleg feléje törekszik, egyre meggyőzőbben és meggyőzőbben világosodik meg és magában hordja az ihlető érzelmet, a siker pozitív biztonságát, vagy a hozzá vezető út helyességének tudatát.

Az ihletett szellem ilyen, a vallásostól a világiig terjedő különböző megnyilatkozásai között nyilvánvaló a párhuzam. Ugyanaz az elv, ugyanaz a forrás van mindezeknek a különböző jelenségeknek a mélyén. Mélyen bennünk csodálatos és végtelen készlete rejtőzik a tudásnak, bölcsességnek, hatalomnak, szépségnek és harmóniának. A lángelme felidézheti és felhasználhatja ezeket a tulajdonságokat, hogy művét, gondolatait és lényét megihlessék. Ha az ember ügyvéd, akkor még jobb ügyvéd lesz és nem kevesebb, hanem több bizalmat fog ébresztetni, ha ihletett. Ha tanító, jobban megérti a tanulók lelkét és jobban tud majd velük bánni, mert megérti egyéni álláspontjukat.

Senki sem érintheti saját legbelső „Én”-jét anélkül, hogy ki ne fejlődne benne a másokkal való harmónia és együttérzés. A tanító és tanuló közti válaszfal leomlik és a tanulónak nagyobb kilátása lesz a sikerre.

A tökéletes technika és az ihlet együttműködése tudja csak megteremteni a valóságos lángelmét. Hogy ez utóbbi jelenség oly rendkívül ritka közöttünk, annak az is az oka, hogy valamennyien meglehetősen kevert és egyenlőtlen lények vagyunk. Még elismert lángelméink sem képesek mindig legmagasabb színvonalukon mozogni, ha birtokukban van is a technika, nincs meg bennük mindig az ihlet. Az embernek csak az a reménye lehet, hogy az izzó ihlet varázslatát rövid időre fogva tartsa, hogy aztán figyelje, hogyan huny ki. Ezzel nem azt mondjuk, hogy egy napon nem lehet megvalósítani az ihlettel való tartós kapcsolatot. Ez a lehetőség azt jelenti, hogy ha az ihlet forrását nyomkövettük és tanulmányoztuk, majd megkezdjük érteni megnyilvánulása feltételeit, akkor talán módunkban lesz felfedezni, hogyan lehet **gyakrabban** előidézni fennkölt felvillanását és kidolgozni olyan módszert, amelynek segítségével ezt az ihletet **tartósabban** birtokunkban tarthatjuk.

A szerző úgy véli, hogy ez megtörténhetik és hogy az emberben, ha művészetének, vagy üzletének technikáját a lehető legtökéletesebben bírja és ugyanakkor szellemét az önmagába való elmélyedésben gyakorolja – ez a kapcsolat csalhatatlanul életre kelti a zsenit a maga legteljesebb kivirágzásában. Az ilyen ember mindig és kivétel nélkül ihletett műveket tud alkotni. Míg elismert lángelméink csak életük egyes óráiban tökéletes zsenik, más órákban pedig csupán technikusok – kizárólag az imént említett kapcsolat vezethet a valódi „felsőbbrendű ember” még távoli lehetőségeinek állandó megnyilatkozására és életretámadására.

Így hát minden az önmagunkról való megfélekezésnek attól a fokától függ, amelyet a tökéletes koncentrációval elérhetünk. A köznapi tevékenység során az embert túlságosan lefoglalják a személyes „Én” érdekei, amelynek az ember megengedi, hogy tudatát korlátozza és hogy megkísérelje önmaga elfelejtését. És mégis, ez a fontosnak tartott „Én” végül csupán a létnek egy parányi töredéke, az emberiség és a világ végtelenül sok egyéb létformáján belül. Hatása olyan, mint a választófalé, amely – minthogy nem egyéb, mint zabolátlan gondolatok keveréke – kizárja a legfőbb valóság, az életünket tápláló „emberfeletti Én” felismerését. Csak ennek a falnak a lerombolásával tud az ember a transzcendentális tudáshoz, az „emberfeletti Én” erőihez és lehetőségeihez eljutni. Minden dolog *ebből* a valóságból ered; segítségével minden lehetséges és minden tudás összecsavarodott kígyóként pihen karjai között. Ami az embert megakadályozza abban, hogy birtokába vegye ezt a csodálatos nagy örökséget, amely a valóságban az övé – az kizárólag ez a szűk „Én”, a tudatos létnek ez a parányi töredéke, amelyet mint börtönudvart épített ki maga köré és amelyből kilépni makacsul vonakodik.

*

Ennek a fejezetnek a végével zárul egyben a mű első, az analitikus rendszer tanát tartalmazó része is. Az olvasót eddig előkészítő úton vezettük. Megadtuk neki az értelmi elemzés anyagát és ha a maga részét komolyan és lelkiismeretesen feldolgozta, eléggé elkészült az előtte álló útra. Ez az út szellemi gyakorlatok csoportjaiból áll, amelyek arra valók, hogy áthidalják a földi tapasztalatok és a misztikus valóság közt tátongó szakadékot. Tovább vezetjük ezen a második úton, hogy saját életében megvalósíthassa az eddig talán csak halvány körvonaláiban felismert szellemi igazságokat.

Elvezettük oda, hogy felismerje egy ismeretlen „Én” létét, amely mint villódzó gyöngy a kagylóhéjban – lelke legmélyén rejtőzik. Megtanítottuk az Idő valódi jelentésére és lelepleztük az örök élet titkos lakóhelyét. Megtanulta az olvasó, hogyan kell az emberi faj áldását, a legértékesebb ihletettségek forrását buzgásnak indítani.

Végül a magasabb emberi tapasztalat különböző pontjairól megláthatta, hogy az a fal amely az „emberfeletti Én” felismerését elzárja előle, nem más, mint saját személyes „Én”-je, továbbá képtelensége arra, hogy gondolatait kormányozza. Ehhez az isteni „Én”-hez lehetetlen közeledni addig, amíg a saját személyes „Én”-t elnyomni, a gondolatokat pedig irányítani nem tudja, ami a valóságban – mint kimutattuk – egyidejű művelet, amint az kiderült, mikor mind a kettőt elemeztük és egy gyökérre vezettük vissza.

Most gyakorlati módszert kell találunk, melynek segítségével mindez elérhető. Ilyen módszer van és ennek egy részét a Kelet bölcsei és a Nyugat illuminátusai már a korai évszázadoktól kezdve ismerték. Az európai és amerikai igényeknek megfelelően megváltoztatva, átformálva és kiegészítve, a modern szellem számára élvezhető formában adjuk a következő oldalakon, bizalommal, mint az emberi faj kiszámíthatatlan értékű, kipróbált örökségét.

MÁSODIK RÉSZ A GYAKORLATOK

VIII. FEJEZET

MAGASABB ÉRZELMEK KULTÚRÁJA

A gyakorlati szellemi iskolázás, amely értekezésünk második részének első fejezetével kezdődik, az emberi lény legfontosabb részén kifejtett munkálkodást tartalmazza, de az *érzelmi* elem szintén rászorul bizonyos nevelésre. Csak kevés temperamentumnak fog jobban megfelelni egy tisztán *értelmi* módszer, mint az olyan, amely az *érzelmeket* is figyelembe veszi. Az emberek különbözők és leginkább az a fajtájú tevékenység vonzza őket, amely valódi kedélyállapotuknak megfelel.

Az érzelmeket elsősorban a vallás foglalkoztatja, amely csúcspontját a vallási miszticizmusban éri el. Általános szempontból nézve a múltban az emberiség nagy többségénél a vallási elem volt az uralkodó. Az áhítat akkor nyer magasabb értéket, ha az ájtatoskodó oly módon állítja át gondolatait, hogy azok saját személyiségéről egy magasabb szellemi rendhez tartozó *másik* felé forduljanak, legmagasabb fokát pedig akkor éri el, ha afelé a végtelen hatalom felé irányul, amelyet Istennek nevezünk. Különösen hatályossá akkor válik, ha életre kelti az áhítóaszt, azt a forró vágyat, hogy közönséges törékeny állapotából egy isteni és szent állapotba emelkedjék. Az ilyen vágy – ha legmagasabb pontját eléri – a közkeletű vallást valóban miszticizmusná alakítja. Ezért mondhatjuk, hogy csak az valóban vallásos, aki misztikussá vált – minden egyéb csak az imádás szegélyét súrolja.

Vallási fogékonyágú személyek haszonnal követhetik ezt az utat. Vegyük példának Urunk alakját és életét, és mint eszményi léten elmélkedjenek rajta. Vágyódásuk egész erejét affelé irányítsák, olyan erősen, hogy minden más gondolat kizárassék. A képet a lehető legpontosabbra formálják, élénk részletekkel és élő színekkel – az értelem akkor szeretettel tartózkodik majd az inspiráló személyi életének eseményeinél, vagy tanításának valamelyik pontjánál, vagy pedig kiemelhető ennek a szemlélődésnek folyamán valamelyik mondásának belső tartalma. Oly pontosan kell Őt „látniok”, hogy testi alakként jelenjék meg, amely nem kevésbé valóságos, mint fizikai környezetük. Meg kell jeleníteniük a helyzeteket és eseményeket, míg azok „élökké válnak”. Ennek a gyakorlatnak misztikus eleme tulajdonképpen akkor kezdődik, ha Krisztus – amennyiben ő a kiválasztott vezető – már nem a gyakorlón *kívül*, hanem *benne* látszik lenni, ha személyiségét túlhaladva *jelenné* lesz. Ez annyit jelent, hogy az áhítat tetőpontján képének háttérbe kell vonulnia, míg tulajdonképpen lényének, életének, a Krisztus-Énségként kell a hívó előtt megnyilvánulnia. Ha megvalósul a szellemi újjászületésnek ez a magasrendű

állapota, akkor Ő már nem különálló, elválasztott lénynek tűnik fel, hanem a gyakorló egész személyisége feloldódott Benne s tökéletesen és feltétel nélkül engedelmeskedett hívó szavának. Akkor személyisége helyébe megszületett a Krisztus-Én: egy mindent átható jelenlét, amely a mi valódi, elpusztíthatatlan örökségünk. Az isteni személyiség felé irányuló valódi vágyódás és a hozzávaló magával ragadó szeretet szükséges ahhoz, hogy az ilyen elmélkedés végül sikeres eredményre vezessen. Kegyelméért kell könyörögnünk, de a kiáltásnak a szív mélyéről kell jönnie, hogy valóban el is nyerjük. Ha Krisztusra ezen a kizárólagos módon, őszinte vágyódással vágyunk, ha Őt őrizzük szívünk néma szentélyében és az áhítat ideje alatt minden más gondolatot távol tartunk magunktól, ha az elmélkedés folyamán az Ő szellemi jelenlétében időzünk és ezt a jelenlétet egyéb tevékenységeink alatt is megőrizzük magunkban: eljön bizonyára az idő, amikor a misztikus önkívület felejthetetlen élményében lesz részünk. A különböző nehézségek, a személyes élet elmaradhatatlan gondjai, megpróbáltatásai és szenvedései akkor átmenetileg feloldódnak az embert eltöltő kimondhatatlan örömben. Akkor fogjuk megérteni a sokszor helytelenül alkalmazott „szeretet” szó valódi jelentését és barátságot akarunk kötni az egész világgal, még a saját vértanúságunk árán is. Ettől kezdve arra fogunk törekedni, hogy az Ő akaratát teljesítsük, egyéniségünket feláldozzuk az isteninek és örömmel fogjuk felismerni, hogy a világegyetem fejlődésében minden teremtő dolog ugyanazon csodálatos, dicsőséges cél felé halad.

Ha az odaadó elmélkedések közben könnyek öntik el a gyakorló szemét, ne tartsa őket vissza, hanem tekintse őket az elkerülhetetlen jutalom egy részének. Ezek járulnak hozzá ahhoz, hogy a köztünk és az isteni eszmény közt emelkedő láthatatlan akadályok leomoljanak. Azok, akik szellemi számkivetettségükben sírnak, nem sírnak hiába.

Azokat, akik nem tartoznak a nyugati kontinenshez és a keresztény valláshoz sem, megnyugtathatjuk, hogy ugyanezt az eredményt lehetett és lehet elérni Jézus követőinek nyáján kívül is és ugyanilyen gyakorlati irányelvek segítségével. Van egész sor misztikus, akiben Krisna, Mohammed, vagy Buddha nevének pusztá említése a szív legmélyebb áhítatát váltja ki és aki komoly törekvés és tartós elmélkedés révén elnyerte az isteni léttel való boldog, önkívületi egyesülést. Ilyen magas rangú, tiszteletben álló vallási személyiség vonzóereje pozitív segítséget jelent a szellem összpontosításánál és képessé teszi gyöngeségek és hibák leküzdésére. Ezért helyezik Indiában és Perzsiában a vallási misztikusok még ma is – mint évszázadok óta tették – élő tanítójuk képét, vagy valamely régi szellemi mester lelki ábrázolatát elmélkedésük gyújtópontjába. Ennek a gyakorlatnak, amely a szívhez szól és egyidejűleg a további erőfeszítések utáni vágyat kelti fel, hathatós segítséget tulajdonítanak a csapongó gondolatok megfékezésére. Szükséges azonban rámutatnunk arra is, hogy az önkívületi boldogság nem az a végcél, amellyel az elmélkedő élet megajándékozhat bennünket. Az ilyen boldogság nem az igazság legfelsőbb ismertető jele, noha közeli szomszédja az igazságnak. Való igaz, hogy néhány misztikus így gondolkodott és ennek az igazságnak elérése után felhagyott erőfeszítéseivel, amiért a lélek sötét éjszakájának, illetőleg a szellemi homálynak

súlyos büntetését zúdította magára. A szemlélődő misztikusnak meg kell tanulnia, hogy ne sokáig tartózkodjék a derűs szellemi hangulatok területén, hanem sokkal inkább haladjon túl rajta. Mert arról van szó, hogy egy magasabb birodalomba érjen, amely nem más, mint a minden értelmet meghaladó, mély béke országa a mérhetetlen csend és a felmagasztosult nyugalom birodalma.

Még az olyanok számára is kíváncsi a vágyódásnak bizonyos gyakorlása, akik természetüktől fogva nem vallásos hajlandóságúak és így közömbösen hagyja őket az előbb említett út rövid leírása. De nekik nem szükséges, hogy ezt a vágyódást valami vallásos személy, vagy elv felé irányítsák; irányíthatják bármely eszmére, amely őket vonzza, főleg az igazság eszméjére és eszményére. Bár ennél a műveletnél az **értelem** a tökéletesedés főeszköze, mégis szüksége van egy belső erőre, amely a siker felé hajtja. Ezt a hajtóerőt a **vágyódásnak** kell szolgáltatnia.

Ennek a tényezőnek értékét nem lehet eléggé megbecsülni. Ismételten néma, vagy hangos kiáltást küldeni a világegyetembe, vágyódni az igazság, béke és útmutatás iránt annyit jelent, mint mozgásba hozni a Világmindenségben lévő bizonyos, szellemi erőket, amelyek végül a vágy erősségi fokának pontosan megfelelően fognak válaszolni. A Világegyetem nem vakon dolgozó gép, hanem öltözet, amelyet tudatos, intelligens lények hierarchiája visel. És ha előbb nem tanultuk meg, legalább akkor kell feléje törekednünk, amikor a kemény sorscsapásokat követő mély kétségbeesés a földi lét mulandóságának és ürességének mélabús érzését kelti bennünk életre.

Akár vallásos hajlandóságú azonban az ember, akár nem, akár vágyódik az intellektuális igazságra, akár nem: van még egy harmadik fajta érzelmi fejlődés, amely felé törekedni kellene. Ezt részben a természet és a művészet keltette esztétikai benyomások iránti fogékonyság, részben a magasabb etikai érzélem, részben a nemtelen indulatok kerülése jellemzi.

A természet szépségében olyan élvezetet találunk, amilyent a városok utcái nem adhatnak meg. Kit ne indítaná meg a szép tájak, amelyekhez csak a költészet magas szárnyalású szava méltó! Ki ne találkozott volna életében olyan emelkedett pillanatokkal, amikor beleveszünk a környezet nagyszerű szépségébe, amely arra kényszerít, hogy szemléletében tökéletesen elmerüljünk! Ebben a földi szemléletű nyugati világban egyszer vagy időközönként sokkal több embernek, mint sejtenők, támadnak olyan érzelmi élményei, amelyek életüknek egy időre egészen más képet adnak. Ez a célzás azokra a villámszerű, extatikus megvilágosodásokra vonatkozik, amelyek a materiális mindenség burkolatában rejtőző szép, derűs valósággal való érintkezésből keletkeznek. Váratlanul szállnak alá és egy örömmel teli vagy békés felemelkedés hangulata marad meg utánuk. Ilyen pillanatok bekövetkezhetnek, amikor az ember éjszaka a széles óceántól körülveve egyedül áll egy hajó fedélzetén, vagy amikor azt figyeli, hogy a reggeli nap első rózsaszín derengése lassan emelkedik a hegyhátak fölé; de hirtelen visszássággal és mégis kényszerítő erővel felbukkanhatnak egy vásártér lármás zűrzavarában is. Jönnek, amikor az ember szívébe fogadja a természetet; nem mint a botanikus, aki egy virágot széttepedes és levélszirmait könnyörtelenül lefejt, hogy szerkezetét tanulmányozza, hanem mint buzgó szerető és barát. Jönnek ha egy tájat a költő szemével szemlélünk és ha

ráeszmélünk, hogy a mennybolt házunk közelében egy gyepfolton is kezdődhetik. De amikor jönnek, az ember elfelejti egyéni gondjait és aggodalmait és úgy érzi, hogy a dolgok személytelen szemléletéig emelkedett, ahová azelőtt sohasem tudott eljutni és melyet még kevésbé tudott megrögzíteni. Úgy látszik, mintha az idő megállt volna, gondolkodásunkba benyomul az élet örökkévalóságának érzése, a fizikai környezet elveszíti kézzelfoghatóságát és valósága valami álomszerű anyaggá foszlik. Egy sohasem érzett éteri béke száll fel a szívben és olyan átható kielégüléssel jár, amilyent semmiféle földi kívánság teljesülése sohasem adhat meg. A megértés világossága dereng fel bennünk, az élet megmagyarázottnak tűnik fel és az ember inkább érzi, mintsem látja minden dolgok szívében az ésszerű célt. A borzadály és a káosz, a harc és az ellenségeskedés, amelyek látszólag elválaszthatatlanul össze vannak kötve az emberi és állati léttel a világban, egy időre eltűnnek a tudatból, mert durva emlékezetük nem élhet meg ebben az isteni légkörben. A szép, a felfoghatatlanul kimondhatatlan igazság érintette meg a szívet. Az ember *tud...* Az élmény maga azonban sajnos elmúlik, habár emlékezete örökre meg is marad. Sohasem lehet elfelejteni, még ha akarná is az ember – lényege állandó és nem kopik, mint a földi lét közönséges tapasztalatai. Újra és újra kísért ez a felemelő emlékezés és az ember vágyódik az ilyen isteni pillanatok megismétlődése után.

Mit jelent ezeknek a ritka pillanatoknak az újjáébredése? Újra összegyűjtheti magának az ember, mint ahogy naponta friss, illatos virágokat gyűjt a bőkezű földről?

Az első kérdésre az a felelet, hogy a mögött az „Én” mögött, melyet mindenki ismer, van egy *másik*, amelyről az embernek általában nincs tudata és ez az a titokzatos bujkáló lényeg, melyet szellemnek vagy léleknek nevezünk. Ez az „emberfeletti Én” az emberi természet legtitokzatosabb – és mégis a legfontosabb – része. Az a személytelen boldogság, amelyből csipetnyi részecskéket kapunk, ennek a másik „Én”-nek az alkatához tartozik. Ihletettségeink tehát csak morzsák, amelyek az örök lakoma asztaláról lehullanak.

A másik kérdésre a felelet: igen. Ezeket a magasrendű érzelmi állapotokat, ezeket a sugárzó, elvarázsolt pillanatokats tetszés szerint ismét el lehet fogni és meg lehet hosszabbítani, ha az ember az öniskolázásnak ebben a könyvben leírt egész módszerét megértette és kellőképpen begyakorolta előbb, mert magasabb értelemünk valódi kultúrája egy része ennek az iskolázásnak.

*

A szív bizonyos gyöngéd hangulatainak megfigyelésével és ápolásával kell kezdeni. Ilyen hangulatok a legtöbb embert életének különböző időszakaiban megszállják, gyakran véletlenül és váratlanul, de általában csak egész rövid időre és minthogy senki sem törődik velük, hanem félretolja őket, sokat veszítenek értékükből. Az ilyen hangulatokat gyakran öntudatlanul az esztétikai élvezet kelti életre: extatikusán szép muzsika hallása, ihletett költemények olvasása vagy az, hogy odaadjuk magunkat azoknak a benyomásoknak, amelyeket felejthetetlenül nagyszerű természeti színjátékok tesznek érzékeinkre és szellemünkre. Sokkal ritkább a mély

áhitatnak az az értékes hangulata, amelyet az olyasvalakivel való személyes találkozás kelt életre, aki bizonyos fokig maga is egy szintre jutott az „emberfeletti Én”-nel. Valahányszor a hatalmas varázslat, az átható borzongás vagy mélységes békesség ilyen hangulatát éljük át, mindig egész figyelmünket rá kell fordítanunk, hogy felismerjük benne a fontos hírhozót és hallgassunk üzenetére. Sokáig és mélyen kell gondolkozni róla, meg kell kísérelnünk, hogy mélyebb eredetére vezessük vissza és hogy hatásait beleiktassuk saját jellemünk szerkezetébe. Minthogy ezek a hangulatok – ha meglepnek bennünket – nincsenek ellátva annak a titokzatos országnak a jegyével, amelyből származnak, hajlamosak vagyunk értéküket alábecsülni. Legtöbbje csak pillanatnyi tartamú, mégis fel kellene ismernünk valódi értékét és tudatosan magunkévá tenni belső tartalmát, mert ezek a pillanatok valóban nagyon hasznosak lehetnek számunkra és azok a tapasztalatok, melyekkel járnak, nem bizonyulnak hiábavalóknak. Mindent, ami a lelkesítő szépség szeretetét előmozdítja, mindent, ami arra szolgál, hogy bennünket nemesebb magatartásra befolyásoljon – az életnek egy mélyebb tudatosítására, mint amellyel a változásoknak az a pusztán materiális sorozata szolgál, amelyekből a mindennapi élet rutinja összetevődik – el kell fogadnunk és ápolnunk, mert ezzel fokozódik belső fogékonyságunk azok iránt a finomabb erők iránt, melyeket ez az út megkövetel.

A természet, ez a nagy művész, fogékony kedélyeket olyan hangulatokkal tud eltölteni, amelyek éppoly felemelők vagy mélyek, mint azok, amelyekkel az emberi művészet tölti el. Az ember mindig odamenekülhet jóságos karjai közé, hogy a földi nyomorúságban enyhülést és segítséget találjon. Ő a földde és kővé változott szépség és derű. Ha az ember például az erdő hallgatag mélyén barangol, behatol lüktető csendjébe és egyedül van mérhetetlenségével, figyelmét rögtön – mihelyt érezhetőkké válnak – a titokzatos varázs és derűs nyugalom első benyomásaira kellene összpontosítania. Ezeket azután olyan fokra kellene emelnie, hogy szellemi értékekké váljanak. Ezeket a benyomásokat szent jeleknek kell tekintenie, hosszasan el kell rajtuk töprengenie és álmodoznia és egyre növekvő elragadtatással kell őket élveznie. Ilyenformán, mialatt az ember a levelek borította talajon jár, kialakulhat a lassanként mindjobban elmélyülő koncentráció állapota, míg végül – ha az embernek szerencséje van – előtör és felejthetetlen élménnyel ajándékozza meg a minden esetleges hangulatunk mélyén rejtőző örök derű.

Éppígy járhat az ember a tengerpart egy magányos része mentén és figyelheti a hullámok megtörését. Letelepedhet egy időre egy sziklatömbre vagy egy száraz foltra a fővenyen és onnan tekintheti át a kék tenger távoli ívelését az ametiszt-színű láthatár felé. Ilyenkor az embernek ki kellene nyílnia, hogy mindent befogadhasson, amit a természet közölni kíván. A hullámok ritmikus csapkodása és a tenger végtelensége üzeneteket hoz az emberhez. Hassa át egész lényünket ez az üzenet és ne próbáljuk ésszerűen vizsgálgatni. Mialatt az ember – amilyen csendesen csak lehet – ott üldögél, koncentrált pillantással és szívvel, és passzív felfogóképes lélekkel, engedje, hogy szeme és a füle egy magasabbrendű hangulat közvetítőivé váljanak. Ha ez az új hangulat valóban és erősen megteremtődött, akkor az ember engedje át neki teljesen magát, engedje meg, hogy *benne magában* éljen, anélkül azonban, hogy azt valamilyen értelmi elemzésnek vetné alá. Az ilyen magasabbrendű hangulat

felkeltésénél és ápolásánál igen fontos, hogy kritikus képességeinkkel ne terheljük, ne próbáljuk meg ésszerűen boncolgatni, amíg teljesen el nem tűnt, hanem inkább hagyjuk, hogy bennünk lágyan feloldódjék. Mert ha az ember közbelép, annak az lehet az eredménye, hogy elszakítja önmagát a hangulattól és azt, ami értékes szellemi tapasztalatává válhatnék, elpocsékolja.

Van annak bizonyos finom lélektani oka, hogy a messze elterülő síkságoknak, tágas pusztaságoknak, távoli hegláncoknak és messzi tengeri látóhatároknak különös erejük van egy szellemi állapot felkeltésére. Ha a szem először szemléli az ilyen színteret és legtávolabb pontjára tapad pillantása, a szellem – amely a látási folyamat valódi tudatos okozója és amely a látószervet csak eszköznek használja – önmagát a térbe vetíti bele mindaddig, amíg határát el nem éri. Az egész folyamat villámszerűen zajlik le, mert a szellem elképesztő gyorsasággal száguld. Az eredmény az, hogy a távoli tárgyhoz rögzítődik, mialatt még megkapaszkodik alapjában, a fizikai agyban. Ez a tevékenység hasonlít a hernyó különös eljárásához, amely másik hely felé igyekezve valósággal meghosszabbítja önmagát, mialatt eredeti tapadási pontját éppen elhagyni készül.

Az emberben magában az a lelki eredmény áll elő, hogy az a pillanat, amelyben először rögzítette pillantását a távolba, a tudatot részben kiemeli a testből és a szellemet megszabadítja szokott egocentrikus magatartásából. Az ember önkénytelenül, villámszerű gyorsasággal felcseréli a tisztán személyi álláspontot a személytelennel – nem merül többé állandó mérlegelésbe, miután egész figyelmét a szemlélés művelete köti le –, utána azonban ismét visszatér megszokott állapotába. Ez a misztikus időhégzag azonban elég arra, hogy az „emberfeletti Én” állapotát megteremtse.

Ha az ember ezeket az isteni pillanatokat gondosan és figyelmesen elfoghatná, ha nem engedné őket figyelmetlenül feloldódni, hanem hathatósan táplálná őket, miközben szellemi aromájukat ízelné, egy áldott napon tudata egészen az „emberfeletti Én”-be csúszhatna át és egy pillanatra benne időzhetne. Ez a nap – az extázis emelkedettsége következtében – felejthetetlen lenne.

Az a pillanat, amikor éppen egy hegy csúcsához közeledünk, csendet ébreszthet szellemünkben, némaságot ajkunkon és nyugalmat szívünkben, mert a hegykoronáknak és hegycsúcsoknak magasabbrendű atmoszférájuk van, mint a síkságoknak és völgyeknek. Kevésbé szennyezettek az embertömegek kigőzölgéseitől, kevésbé ismerik az emberi mohóság, nyomorúság és durvaság megnyilvánulásait. Meredek csúcsaikban a tökéletes életre irányuló törekvés felemelő eszméjét testesítik meg. A tágas égbolt fölöttük olyan, mint Isten mindannyiunkat körülölelő végtelensége. Hegyek és dombok minden időben kapcsolatban voltak az istentisztelet és a szentség eszméjével. Alig akad ország vagy nép, amelynek ne volna hozzájuk fűződő meséje, mondája vagy története.

Éliás próféta negyven napig bőjtölt a Hóréb-hegyen, hogy alantas természetét mindörökre megtörje, aztán szigorú és félelmet nem ismerő vádakkal tért vissza Ahab bűnei és a zsidó nép bálványimádása ellen. Azon a kopár magaslaton kapta meg azt a hajlíthatatlan erőt, hogy a királlyal és a Baál-t imádó Isebel királynéval szembeszálljon. – Mohammed Arábia pusztáiban találta meg Istenét és hitét,

miközben magasan, a Hira sziklahegység lejtőjén, egy barlangban imádkozott. A régi perzsák a legmagasabb hegyeken gyűjtötták meg szent lángjaikat, amelyeket szüntelenül tápláltak, mint az Istenség örök természetének jelképét. Ott, a szabad levegőn imádták Istent és ezeket a tűzkoronázta dombokat templomaikként tisztelték. Prófétajuk, Zoroaszter, egy magas csúcson imádkozott, amikor megjelent előtte Ahura-Mazda isten és kihirdette a „Törvények Könyvét”, amely azután népének isteni törvénykönyve lett. Hasonlóképpen a Dicta-hegyén történt, hogy Minos királynak az egyik istenség átadta a törvényeket, amelyekkel azután Krétán uralkodott. A tibetiek és a hinduk számára a Himalája hatalmas hóóriásai azok a szent örökségek, amelyekhez hasonló szentség nincsen országaikban. A régi Britannia druidái nagy tiszteletben tartották dombjaikat és az istenség felszentelt lakhelyének tekintették őket. Mexikó papjai magas hegycsúcsokat választottak ki minden más hely közül, legszentebb rítusaik számára. Melanthes, aki nálunknál sokkal közelebb állt az ókorhoz, biztosítja olvasóit, hogy a régiek általános szokása volt, hogy leghatalmasabb istenségeiket az elérhető legmagasabb hegyeken tiszteljék.

Még a mi korunkban is hegyeket választanak még mindig menedékkül azok, akik a világi életről le akarnak mondani, hogy minden kísértéstől és tevékenységtől távol, szigorú aszkétikus életet éljenek. A Nakshabendi-dervisek, akik Kairó fölött a sziklás dombokba vájják barlangformájú lakásukat – a görög szerzetesek, akik a kopár Athos hegyén zárkóznak el a szépnem elől – vidámabb olasz testvéreik, akik Firenze mellett csinos kertekkel borított dombon építettek nagy kolostort – vajon mindezek nem éppen úgy a magányos hegycsúcsokon található megvilágosodásról és erőről tesznek tanúságot, mint Mózes, aki negyven napot töltött a Sinai-hegyen, hogy népe törvényeinek isteni kinyilatkoztatását megkapja, vagy Jézus a Karmel-hegy visszavonultságában, mikor az Atyával való érintkezés közben arca a szellem, megvilágosodás szépségében sugárzott!

A természetnek ez a szeretete és tisztelete lényünk legmélyéből fakad. Ezért az olyan kedélyhullámmászásokra irányuló koncentráció, amelyek eredetüket illetően a „lélekhez” tartoznak, igen értékes gyakorlat. Fontos az, hogy a fent jelzett módon reagáljunk a természettől kapott benyomásokra.

*

Ha elhagyjuk a természet birodalmát és a művészethez fordulunk, ahol az ember megkísérli a természet szépségét, rendjét és példáját utánózni, további alkalmat találunk az érzelmek kifejlesztésére azon az úton, amely önmagunk szellemi feltárlásához vezet. A költészet, a festészet, a zeneművészet és a plasztika elragadó ösvényt nyit az isteni birodalom felé és mindmegannyi erő a szellemi fejlődés szolgálatában.

A művészet nemcsak díszítő toldaléka az életnek, bár felületes szellemek gyakran csupán annak tartják. Mély szellemi módon is befolyásolni tudja az emberi lényt. Felhasználható olyan módon, hogy értékes lélektani tapasztalatokat szolgáltatson. A sikeres művész éterikus szépségű benyomást és extatikus emelkedettségét átviszi a nézőre vagy hallgatóra, hogy azok is részesedhessenek,

megérthessék és átérezzék ugyanazokat a benyomásokat. Ahelyett, hogy felesleges fényűzési cikke volna azoknak, akik megengedhetik maguknak élvezését, a valódi művészet lappangó ereje a valódi istenség küszöbéig emelhet bennünket. A nagy művész felfogásának magasrendű szépségével tulajdonképpen öntudatlan leadója olyan értékeknek, amelyek normális felfogóképességét meghaladják. Az élet szokott tevékenységeit egy időre elhanyagolni és a valódi művészi teremtés világába belépni annyit jelent, mint a tisztán személyes látóhatárt kiszélesíteni és átélni az érzelmeknek a pusztá anyagszerűségeen túlhaladó lendületét. Megfelelő tapasztalattal a művész alkotását nemcsak élvezhetjük, hanem emelőnek is használhatjuk, hogy szellemünket a tudatnak a megszokottól teljesen különböző fokára emeljük. Amikor az ember ihletett művész alkotásával kerül szembe, a leggondosabb és legösszpontosítottabb figyelmet kell neki szentelnie. Ezzel önmagában is létrehozza a szellemi elmélyülésnek azt az állapotát, amely a művészt munkája legszebb részén magával sodorta és csak akkor tudjuk talán azt a mély forrást megérinteni, amelyet a művész érintett. Ha az ember a tehetséget nem tévesztette össze a lángelmével, a művészi alkotás nézését csodálattal kezdi, imádattal folytatja és ihlettel végzi. Meg kell keresni és meg kell ragadni az elektrizáló érintkezés pillanatát; nem szabad figyelmetlenséggel elpocsékolni a felemelkedés és varázslat első érzéseit, hanem ellenkezőleg, fonalakként kell őket értékelni, amelyeket követve az ember a méltatott állapothoz juthat. Fontos, hogy ezt a felemelő érzést ne tékozzuk el azzal, hogy rögtön a következő szellemi benyomáshoz, vagy a legközelebbi testi szenzációhoz sietünk. Szükség van bizonyos akaratomegfeszítésre, hogy távol tartsuk az idegen gondolatokat és érzéseket úgy, hogy a lélek az egyéni rutintól felszabadultan valami magasabb légkörbe juthasson és ott azzal a szellemi vitalitásra koncentrálva maradjon, amellyel a zene hangjai, vagy bármilyen más műfaj eredményei táplálják.

Az ilyen reagálás csúcspontján kell elkezdenie az embernek a későbbi fejezetekben leírt különleges lélegzési, látási és szív-gyakorlatokat és egy pillanatnyi rövídséggel, de egymás után kell őket folytatnia. Ilyen módon húzhat legnagyobb hasznot a művészet révén úgy, hogy az nem csupán a fokozott élvezet pusztá eszköze lesz, hanem a szó szoros értelmében a különleges szellemi lét aranykapujává válik.

Ha az embert szerencséje kiegyenlített művészi és intellektuális természettel áldotta meg – ha megvan benne az igazi hajlam és felvevőképesség a szépség iránt és ugyanakkor elég értelmi önuralom is, hogy a talajt ne veszítse el lába alól – gyorsabb előrehaladást tesz majd ezen az úton, mint az, akiből az ilyen adottságok hiányzanak. Ezért általánosságban azt lehet mondani, hogy a művészi kultúra legigazibb és legmélyebb értelmében – rendkívüli értéket jelent az ember számára. Az ember nem lehet igazi művész, vagy műértő, ha az átlagon felül eső finomabb emóciók iránti felfogóképességét nem fokozza.

A zene különösen értékes a lélek rejtett képességeinek felkeltésére – az ihletett hangok ritmikus ütemei ismeretlen világba emelik a szívet. Beethoven nemes V. szimfóniájának szép akkordjai, vagy Chopin G-moll balladájának magasztos félelme például annak, aki helyesen tudja hallgatni, éppen annyi szellemi nyereséget jelent, mint amennyi művészi értéket. A szimfonikus zene, a dallam és az ének bizonyos

isteni elemet rejt magában, amely arra irányul, hogy bennünket az extázisnak vagy a fájdalomnak abba a szellemi állapotába helyezzen bele, amelyben ezek a nagy művészek műveiket megalkották. Az aszkéta, aki ezekben az alkotásokban csak csábító kísértéseket lát, amelyek elfeledtetik vele Istent és elveszik a vallásos célokra felhasználható időt, megteheti, hogy kerüli ezeket a veszélyeket – nem mindenki hivatott rá, hogy az ő rendkívül aggályos útját járja. Beethoven maga mondta: „*A zene közvetítő a szellemi és az érzéki élet között.*” De ha elég sokáig élt volna, hogy hallhasson olyasfajta zenebonát, amely ma zene néven ismeretes, talán közelebből is meghatározta volna mondatának első főnevét.

Figyelembe kell venni, hogy erre az útra tökéletesen alkalmatlan az olyan típusú művész, aki túlzott és kiegyenlítetlen fellángolásokba vész bele, aki erőit vad szórakozásokban pocsékolja el, vagy olyan templomokban ájtatoskodik, amelyeket az örültekházának légköre tölt el – minthogy alkotásai ahelyett, hogy a nézőt, vagy hallgatót az életre vonatkozó magasabb látókörhöz segítenék, ziláltságuk következtében valósággal elvonják tőle. Inkább olyan alkotásokat kell keresnünk, amelyek az embert nem ráncigálják le nemkívánatos érzelmek közé, hanem ellenkezőleg, felemelik, megnemesítik és a szellemi öröm emelkedettségével ajándékozzák meg a lelket. Vannak általánosan elismert, sőt hódolatot keltő zsenik, akik vagy ihletük lelkileg zilált hordozóivá lettek, vagy médiumi tehetetlenségükben csodálatos képességeiket és tehetségüket a pokol hatalmainak engedték át zsákmányul. Ha ilyen emberek műveivel találkozunk, nyugodtan elismerhetjük zsenialitásukat – de ugyanakkor jusson eszünkbe, hogy az igazság eltorzításával, tehát hamisítással állunk szemben, illetőleg olyan láthatatlan romboló erők kifejezésével, amelyek alacsonyabbrendű világokból származnak. Ezért bölcsőbb dolog, ha nem mélyedünk bele az ilyen alkotások légkörébe, hanem tisztább és egészségesebb levegőt keresünk.

A zene ugyanazokat az érzéseket, az irodalom ugyanazt a lelkiállapotot, a képek a nézőben ugyanazt a hangulatot keltik életre, mint amelyben megfogantak – ezért fontos, hogy a szellemileg legjobb ihletett művészetet válasszuk ki. Könnyen megtéveszthet a művész látszatvilága. A nagy művésznek a szellemi élet tolmácsának kell lennie a kisebbrendű halandók számára. A művész szellemi ihlet nélkül olyan, mint az áramvezetőjétől elvágott villamoskörte. De ezenfelül tudatosan kell ápolnunk az olyan érzelmeket és tulajdonságokat is, amelyek a magasabbrendű élet felé irányuló törekvésünket szolgálják. Különösen nem kívánatosak tehát az olyan érzelmi megnyilvánulások, mint a bosszúság, gyűlölet, féltékenység és félelem. Talán nem látjuk ezt tisztán, hiszen oly láthatatlan valamiről van szó, mint amilyen az érzés, de a keserű, ellenséges és gyanakvó hangulat nagy mértékben rombolóan hathat nemcsak saját magunkra, jellemünkre és viszonyainkra, hanem főleg abban a tekintetben, hogy kikapcsolja azt a szellemi világosságot, amely segíthetne rajtunk. De károsan hat másokra is, mert némán és telepaticusan lebeg a téren keresztül, míg láthatatlanul eltalálja azt a személyt, aki felidézte. Ezért gondosan őrizkednünk kell az ilyen nemkívánatos érzésektől – első érzéklésük talán nem akadályozható meg, de be kell látnunk, hogy a belső világban, amelyben a szellem telepaticusan működik, ezek a dolgok határozott valóságoknak számítanak. Amint az ember nem tartana

tudatosan saját házában egy sereg vadállatot, éppúgy igyekezzék szívétől távol tartani a vadság tigrisét, a mohóság párducát és az árulás kígyóját.

Sok panasználivaló akad a mai idők történetében, de mindennek nem gyűlöletet, félelmet és romboló erőt, hanem egy magasabb megvilágosodás megértését kell kiváltania – nem a viszály és a zűrzavar szaporítását az enélkül is már túlságosan ellenséges világban, hanem az építő tevékenység, jóság és igazság gyarapodását. Az érzelmi életnek ez az ápolása teremti meg a szellemi kinyilatkoztatás elérésének igazi feltételeit és mozdítja őket elő a mindennapi élet keretében. Valahányszor az ember olyan érzelmeket szólaltat meg, mint amilyen a tisztelet, áhítat, odaadás, csodálat vagy hódolat az emberben és a természetben lakozó nagyság és magasabbrendűség iránt, elősegíti annak a napnak elérését, amelyen ez a kinyilatkoztatás megtörténik.

Gyakran felmerül az a kérdés: nincs-e szükség bizonyos aszkétikus jellegű, radikális változtatásokra a mindennapi életben, ha az ember elhatározta magát, hogy erre a szellemi útra lép. A legtöbb ember valóban azt hiszi, hogy ilyen újításokat várnak tőle és sokan már előre félnek az ebből támadható nehézségektől.

Ami az itt ajánlott utat illeti, ezek az aggodalmak teljességgel feleslegesek. Semmiféle fajta aszkétikus változást nem követelünk, sem aszkétikus szabályokat nem adunk. Az alapvető munkának belsőleg kell lefolynia és az esetleg szükséges külső változásoknak lassanként és saját belső irányítás folytán kell megtörténniük, nem pedig külső tekintélyparancsra, vagy e tárgyat illető előzetes útmutatás következtében. A fizikai szokások feláldozásánál sokkal fontosabb a szellemi szokások felhagyása. Így hát egészen észrevétlenül léphetünk erre az útra úgy, hogy azok, akikkel egy házban, vagy egy családban él az ember, sokszor semmit sem vesznek észre abból, hogy az illető egy magasabbrendű életbe lépett át. Mindamellett igaz való, hogy ahol fölösleges sűrűlődség nélkül megtehető – és anélkül, hogy ezzel az emberre magára vagy környezetére fölösleges teher hárulna – ajánlatosak lehetnek a fizikai élet bizonyos egyszerű módosításai.

Felesleges a világ szükségszerű, tevékeny életéből remeteségbe, *ashram*-okba, vagy hasonló magányos helyekre visszavonulni. Gyötrő gondolatai és személyes „Én”-je úgyis elkíséri az embert, akárhová is megy. A megváltás tisztán személyes ügy – az a hit, hogy ezt csak szellemi csoportokban, társaságokban vagy kolostori rendekben lehetne megtalálni, nem egyéb, mint furcsa illúzió. **„Lelkeket nem kötegekben mentenek meg”** – mondta Emerson és a tapasztalat megerősíti szavait. Másrészt azonban mindig hasznos a rövid időre szóló átmeneti visszavonultság. Ezekre az időszakokra azonban a természet jobb és harmonikusabb kolostort nyújt számunkra, mint az emberek.

További nehézséget jelent a fizikai önmeztartóztatás kérdése. E tekintetben is akadnak emberek, akik azt hiszik, hogy minden nemi kapcsolatról, mint valami szégyenletesről, le kell mondaniuk és a tökéletes cölibátus életformáját kell felvenniük. Ha erős belső ösztönzést éreznek az ilyen életre, akkor nyilván kötelességük, hogy ezt a vágyukat megvalósítsák. Az emberi lét azonban elég széleskörű ahhoz, hogy más utak is vezessenek az „emberfeletti Én”-hez. A szerző ennek az alkalomnak kapcsán szeretne eloszlatni egy félreértést, amely azokban

támadhatott, akik „*A Himalaya remetéjé*”-ben az erre a pontra vonatkozó utalását olvasták. Erre a tárgyra vonatkozó megjegyzése csupán tökéletlen jegyzet volt a naplójából, tehát magyarázatra szorul. Azt akarta vele mondani, hogy a házasság nem akadálya a szellemi tökéletesedésnek és, hogy az ember élhet normális házasságot és mégis tudatára juthat az „emberfeletti Én”-nek. Semmi esetre sem úgy értette, hogy az ember szenvedélyeit csak a vágy intésére engedhetné szabadjukra. Ellenkezőleg, az a meggyőződése, hogy a nemi erő okos megőrzése és irányítása révén az ember dinamikus hatalommá válhat az anyag és a szellem világában.

Egy magasabb civilizáció a házasságban fel fogja ismerni azt, amit ma még csak a fiatal párok kis töredéke lát benne: alkalmat két lélek számára, hogy egy szellemi-materiális cél érdekében együttesen érjenek meg. A fizikai érintkezés akkor csak kísérő jelensége és nem célja lesz a házasságnak. Lelkész jelenléte és a templomi ének dala még nem teszi szükségképpen szentté az esketés szertartását. Csak ha a férfi és a nő megérti, hogy végső egységüket a magasabbrendű világosság közös imádatában találhatja meg, válik a házasság a közönséges polgári szerződésnél magasabbrendűvé. De ezzel nem azt mondjuk, hogy a tökéletes cölibátus és a házasság emberi vonatkozásainak tagadása lenne az egyetlen útja az átszellemülésnek, mint azt némelyek türelmetlenségükben és tudatlanságukban állítják.

IX. FEJEZET

AZ ÖNURALOM GYAKORLÁSA

Az átlagember felelőtlenül csapong egyik gondolattól a másikig és szellemét gondatlanul engedi saját tetszése szerint működni. Gondolatai azonban olyasvalamik, amikért felelős és ezek a maguk részéről rá és egész materiális életére visszahatnak. Hogy a nemkívánatos gondolatokat kikapcsolni, a nemes gondolatokat pedig elsőbbségben részesíteni tanácsos – olyasmi, amit nem ismer fel pontosan. Fantasztikusnak és távolinak tűnhetik fel az az állítás, hogy bizonyos kapcsolat van aközött, amit az ember gondol és amivel a külvilágban találkozik, tehát szellemi állapota és anyagi boldogulása között, de azok, akik az itt ajánlott módszert elég hosszú ideig gyakorolták és gyakorlataik eredményét saját életükön megfigyelték, tudják, hogy ez nem képzelődés, hanem valóságos igazság és hogy az ember külső élete a legtagabb értelemben visszatükröződése szellemi világának. Korunk azonban, szerencsétlenségre, annyira átitatódott az életre vonatkozó materiális nézetekkel, hogy nemcsak az ember finomabb szellemi erőit, hanem belőlük vetett hitét is nagymértékben elfelejtette. Ez a veszteség azonban nem változtathat és nem is változtat azon az alaptételen, hogy valójában megvannak. Mindaddig, amíg a szellemi tudatlanságot részesítjük elsőbbségben, kénytelenek leszünk a materializmus szürke hálójával a szemünkön keresni az utunkat. Ennek eredménye a sok haszontalan szenvedés és a tökéletes képtelenség arra, hogy a természet mélyebb céljait felismerhessük és fajunk sorsába behatolhassunk.

Csapongó gondolatainkon és érzelmeinken uralkodni annyit jelent, mint ismét megalapítani elveszített hatalmunkat. Az embernek korlátlan úrnak kell lennie szelleme birodalmában, hogy tökéletesen véghez vihesse azt a fejlődési folyamatot, amelyet a természet számára megszabott. Tekintheti ezt a feladatot olyannak, amely nem éri meg a fáradságot, de csak ő lesz a vesztes, mert a gondolatok irányításának képtelensége titokzatos elágazásokon keresztül mindenféle fajta szenvedéshez vezet. Köztudomású ugyanis, hogy életünk számos döntését, eseményét és véletlenét szokásos gondolkozásunk erősen befolyásolja. Ennélfogva a gondolkodás módjának megváltoztatása annyit jelent, hogy bizonyos mértékig életünk körülményeit és kereteit is megváltoztatjuk és így önbizalomra és belső jóérzésre teszünk szert. Továbbá véghez kell vinnünk a lélek meghódításának belső csodáját, mielőtt valami külső csodát valaha is véghez vihetnénk. Azok számára tehát, akik az étellel bizonyos tekintetben elégedetlenek, egyetlen gyakorlat sem lehet fontosabb, mint a gondolatok ellenőrzése. És ebben a gyakorlati korszakban, amikor az emberek inkább kézzelfogható eredményeket, mint megfoghatatlan elméleteket keresnek, bizonyára hatalmas indító oknak számít, ha így szólhatunk a világhoz: „Tedd ezt! Gyakorold ezt! És idővel látni fogod, hogy életed folyama egyenletesebb mederben, naposabb úton és barátságosabb környezetben hömpölyög.”

Már ebből az okból is a legnagyobb figyelmet kell szentelni a gondolatok életének. De vannak még más és magasabbrendű okai is annak, miért szükséges a szellemet újra átdolgozni: mert az ember csak így hatolhat be a mennyei királyság titkaiba és önmaga számára felfedezheti, vajon van-e valóban lélek és tulajdonképpen micsoda. Alapvető elv, hogy a szellemi lét bizonyossága sohasem alapulhat tárgyilagos bizonyítékokon, hanem mindig csak valami intellektuális és érzelmi kísérleten. A helyesen irányított szellemen keresztül nyilatkozik meg a legbelső „Én” és ennek fátyolburkolta szentélyén keresztül juthatunk az isteni állapotba. Ez az irányítás – amelyet váltakozva „szellemi csend”-nek, „meditáció”-nak, „jógá”-nak és „miszticizmus”-nak neveznek – alakítja át a szellemet és kényszeríti a gondolatot, hogy zsarnokoskodás helyett szolgálja az embert. A szellemi csönd gyakorlatainak olyan rendkívül nagy az értékük, hogy a jezsuita rend megalapítója, Loyola Ignác egyszer bevallotta Laynez páternek, hogy Manrézában egyetlen órai elmélkedés több megvilágosodást nyújtott a mennyei dolgokról, mint amennyit a teológusok valamennyi tanából együttvéve valaha tanult.

Ha az olvasó most készen áll arra, hogy a léleknek ezt a nagy kalandját megkezdje, előbb teljesítenie kell az előzetes feltételt, amely így hangzik:

A nap huszonnégy órájából ki kell választani egy körülbelül félórás, határozott időköz, amikor az ember abban a helyzetben van, hogy a szokásos napi tevékenységekből visszahúzódhassék, hogy csendben és nyugalomban magára maradhasson gondolataival.

Akinek életkörülményei olyan könyörtelenek, hogy erre a magasrendű célra még félóra ideje sem jut, naponta húsz vagy akár csak tizenöt percet azért mégis kihasználhat. Nem annyira a neki szentelt idő fontos, mint inkább a gondolkodás mikéntje és az a komoly koncentrált tudat, melyet ez alatt a néhány perc alatt fenn kell tartani. A legtöbb ember azonban, aki azon panaszkodik, hogy nem futja az ideje

az elmélkedésre, rendszerint talál időt színházra, a legújabb filmdarabokra, a legfrissebb újsághírek elolvasására, fölösleges fecsegésre, tea- és ebédmeghívásokra és más összejövetelekre. Hát ezek sohasem fognak egy kis megbeszélésre együvé kerülni isteni „Én”-jükkel? Valójában azt hiszik, hogy az elmélkedés megkívánta kényelmetlenség, erőfeszítés és könnyű áldozat nem éri meg a fáradságot, az ígért jótétemények pedig némileg távoliaknak, határozottaknak és ködöseknek tűnnek fel számukra. Holott, ha megértenék, miről van szó, belátnák, hogy a napnak ezek az elmélkedésnek szentelt kis töredékei az élet legértékesebb pillanatai és végtelenül fontosak, mert a türelmesen kitartó számára örök értékeket és határozott nyereségeket jelentenek. A szellemi csöndnek áldozott pillanatok nem vesznek kárba. Az istenség, amelyet ilyen módon imádunk, dúsan megjutalmazza hűségés híveit.

A napi gyakorlatokra szentelt idő hosszát előre kell eldönteni és természetesen csak az egyes ember különös életkörülményeinek és helyzetének figyelembevételével lehet meghatározni. Nem kell és nem is szabad a szellemi gyakorlatok kedvéért a hivatás és az otthon rendes napi kötelességeit elhanyagolni, de olyan botornak sem szabad lennünk, hogy azt hangoztassuk: túlságosan elfoglaltak vagyunk ahhoz, hogy egyáltalán időt szakítsunk rá. Nincs emberi lény, aki jelentéktelen tevékenységének vagy szükségtelen szórakozásának kis feláldozásával ne tudna időt szakítani a gyakorlatokra. Egy félóra körülbelül jó átlagidő a legtöbb ember számára és ilyen félórát mindig lehet találni a napi munkarend keretében, ha a tanuló valóban elhatározta, hogy ezt a keresést megkezdje. Ha úgy kívánja, naponta *két* ilyen időszakot is felhasználhat reggel és este, ez azonban – bár ott, ahol megvalósítható, ajánlható is – nem fontos.

Olyan időt kell választanunk, amely a legkevésbé zavarja napi kötelezettségeinket és azoknak az embereknek, akikkel véletlenül együtt élünk, a legkevesebb kényelmetlenséget okozza. Vannak azonban a napnak bizonyos órái, amelyeket szinte maga a természet jelöl ki ezekre a gyakorlatokra és amikor ezek könnyebbek és gyümölcsözőbbek. Ilyen órák körülbelül a korareggeli órák, napfelkelte után és a koraesti órák, naplemente előtt.

A korareggeli órák termékeny volta abban rejlik, hogy a szellem olyankor friss, nyugodt és zavartalan. A napi izgalmak még nem kezdték el csendes felületének fodrozását. Az ilyen időben való gyakorlásnak az a jó oldala, hogy az eredmények a nap további részére is átvivődnek s az élet és a munka ennek következtében a gyakorlatok utóhatásának légkörében zajlik le. A szellemi csönd kitűnő kiindulópontja a munkanapnak. Ha sikeres, akkor valódi kapcsolatot teremt a világegyetem végtelenségével és harmóniájával. Az ilyen belső összhang külső harmóniával is kecsegtet minden tevékenység számára, melyet a küszöbönálló nap folyamán kifejtünk. Csökkenti a kellemetlen súrlódások valószínűségét, hozzájárul ahhoz, hogy a nap kellemesen teljék el és minden problémával szemben a nyugalom és bölcsesség készletét teremti meg. Ihlet és eszmék a további gyümölcsei. A hajnali derengés különösen a keleti országokban élők számára alkalmas. A nyugatiak ezt az időt illetőleg két okból vannak hátrányban. Élénken dolgozik bennük a kívánság a világi tevékenység újrafelvételére, kivágyódnak önmagukból és az a legfőbb gondjuk, hogy napi munkájukat ismét megkezdhessék. De éppen ez a kívánság és gond a

komoly akadály ezeknél a gyakorlatoknál és szépségüket és méltóságukat is befolyásolja. Az ilyen elmélkedéshez csak magasfokú türelemmel szabad hozzákezdeni, anélkül, hogy az embert hajszoznak és nyugtalanítanak a külvilági teendőire vonatkozó gondolatok. A második ok az, hogy a korareggeli órák Európában és Amerikában gyakran rendkívül hűvösek, márpedig a test hidegérzése eltereli a figyelmet a gyakorlatokról.

Egyes emberek számára megfelelőbb az alkonyat, mert olyankor a napi munkától elfáradva, kellemes várakozással tekintenek a nyugalom és a kikapcsolódás elé. Másrészt vannak emberek, akik azt állítják, hogy a napi munka után túlságosan fáradtak ahhoz, hogy elmélkedéssel, vagy általában evésen és szórakozáson kívül bármivel foglalkozzanak. Ezeknek a nap vagy est olyan félórát kell kiválasztaniuk, amikor nem fáradtak.

A napfelkelte és az alkonyat azonban a *jógi*-k hagyománya szerint olyan érintkezési pontok, amelyeken bolygónk légkörének szellemi erői különösképpen tevékenyek. A napfelkeltére közvetlenül következő és naplementét közvetlenül megelőző időszakok a természetes idő nagy egyesülési pontjai, amelyeken a nap és az éjszakai nyugalom tevékeny erői találkoznak és egyesülésük teremti meg azt a finom, termékeny csendet, mely a fogékony természetűek szellemére olyan mélyen hat. Az ilyen pillanatokban lehetséges – sőt valahogyan könnyebb is – hogy az ember legmélyebb lelkével érintkezésbe kerüljön.

Miután meghatároztuk az órát, komolyan be is kell tartanunk. Ily módon pontos időmegszokás keletkezik, amely hónapok vagy évek folyamán ezt a szellemi pihenőórát a napi munkarend határozott részévé teszi, annyira, hogy ha kimarad, az ember érzi, hogy valami hiányzik neki, éppúgy, ahogyan érzi az éhséget, ha egy étkezési időpontot elmulasztott. Ezért jobban tesszük, ha naponta szabályszerűen, ugyanabban az időben áldozunk néhány percet gyakorlatainkra, mintha ötletszerű, szabálytalan időben hosszabb időszakot szentelünk nekik. Miután a szellem ebbe az újonnan megszokott elmélkedésbe beleilleszkedett; természetesen könnyebben fog a gyakorlatokhoz visszatérni, ha elvégzésükre minden napra határozott időpontot szabott meg magának.

Nem tanácsos olyan időpontot választani, amely közvetlenül étkezésre következik, mert akkor a test energia-elnyelése az emésztés tevékenysége folytán hozzájárul, hogy a szellem lustábbá és kevésbé éberré váljék és így nem lesz alkalmas a szükséges koncentráció szép és finom gyakorlatára. Való igaz, hogy a legjobb eredményt úgy lehet elérni, ha könnyű, vagy üres gyomorral elmélkedik az ember.

De bármilyen időt válasszon is: van két napja a hónapnak, amelynek különös jelentősége van ebben a rendszerben. Ezeken a napokon bizonyos erőfeszítést kell tennie: nemcsak, hogy el kell végeznie a rendes gyakorlatot, de még hosszabb időt is kell neki szentelnie. Ezek azok a napok, amikor a Nap és a Hold kapcsolatba, illetőleg ellentétbe kerül egymással: vagyis az újhold és a telihold éjszakáján. Ilyenkor szellemi erők sugároznak a Földre és a keresőnek ki kell használnia ezeket az erőket, mert minden rendelkezésére álló segítségre szüksége van; ezek az erők pedig bizonyos „kegyelmet” jelentenek a készenálló és elmélkedő lelkek számára.

Azon, hogy az égitestek időszakaszaival kapcsolatban ilyen befolyások érvényesülnek, nem fogunk csodálkozni, ha emlékezetünkbe idézzük, hogy a Hold a víz tonnáinak millióit befolyásolja a tenger ár-apályának folyamán éppúgy, mint ahogy befolyásolja a növényék gyöngéd növekedését is. Akkor hát a Nappal együtt miért ne befolyásolhatná az ember belső életét is? Lélekbúvárok már régen megállapították, hogy az emberi érzelmek ilyen behatás alatt vannak – mert tudjuk, hogy bizonyos szellemi bajoknál a betegség legrosszabb, illetve legkönnyebb szakaszai éppen a hónapnak ezen a két napján jelentkeznek.

Ennélfogva ügyelni kell arra, hogy újhoid, illetve telihoid estéjén vagy éjszakáján, vagy a rákövetkező napfelkeltekor hosszabb ideig gyakoroljunk. Megéri a fáradságot a félóra megduplázása, mert a cél elérése ilyenkor sokkal könnyebb. A Nap és Hold két szakaszának ezt a szellemi hatalmát csaknem minden régi bölcs és látnok elismerte. A buddhista szerzetesek legfontosabb szertartásaikat ma is újhoid napján tartják, míg a magasabb kaszthoz tartozó hinduk a hónap legszentebb napjának tekintik. Köztük a legszigorúbban hithűek a bájít, a hallgatás és a munkaszünet napjává avatták, amelyre azután egy ébren töltött, szemlélődésnek és imának szentelt éjszaka következik.

Amikre, ezek után, gyakorlati szempontból kell elsősorban figyelemmel lennünk, azok a fizikai feltételek. Az első szabály az, hogy fürödjünk meg, vagy legalábbis mossuk meg arcunkat és könyökig kezünket, mielőtt az elmélkedésbe kezdünk. Ezt a magnetikus tisztaság korrekt felfogása indokolja. Aztán még a testtartás kérdéseit is figyelemre kell méltatnunk. Az állás például láthatólag alkalmatlan testtartás, mert magára a talponmaradásra irányuló erőfeszítés igen gyorsan elfáraszt. Hanyatt feküdni, vagy oldalt feküdni – bár sokkal jobb – még mindig nem egészen alkalmas, mert ez a szokásos alvási testtartás és így könnyen eltompítja a szellem élet és éberségét. A legjobb testtartás tehát az, amikor a combokra nehezedve, egyenes és mozdulatlan hátgerinccel ülünk. Akár szőnyegen, akár széken, akár pedig pamlagon, az a legjobb ülőhelyzet, amely kényelmes és a legkevésbé téríti el a szellemet választott tárgyától a fizikai test felé. Ehhez a gyakorlathoz semmiféle fizikai kicsavarodásra, vagy **jóga**-helyzetre nincs szükség. Hozzáfűzhetjük még, hogy középtermetű személyek részére, akik nem szeretnek a földön guggolni, a legjobb ülőalkalmatosság e gyakorlatok eredményének elérésére egy körülbelül tizenöt hüvelyk¹ méretű alacsony szék, vagy zsámoly. A lábakat keresztbe lehet vetni – ilyenkor a kezét felfelé fordított tenyérrel egymásra kell helyezni; vagy lehet a lábat egyenesen a földön nyugtatni, ilyenkor a kezeket legalkalmasabb a térdre fektetni. Kezdők számára, akik ebben a guggolásban gyakorolni óhajtják magukat, hasznosnak fog bizonyulni, ha háttal a falnak támaszkodnak. De bármelyik helyzetet válassza is az ember, ez olyan legyen, melyben a legjobban érzi magát és amely egy félórán keresztül ne juttassa eszébe testét. A gyakorlatok végzése közben mindig egy és ugyanazt a helyzetet foglaljuk el.

További fontos pont az ellentétesen ható környezetek elkerülése. A környezetnek nagy hatása van a szellemre – itt tehát a főkövetelmény: a magány, a nyugalom, az emelkedettség, az ihlet és a szélsőséges hőmérsékletek kerülése.

1

kg. 45 cm

Miközben az ember „Én”-jének legbelső zugába igyekszik behatolni, nem szabad, hogy ettől a kísérletétől fizikai teste eltérítse. Jó ennél fogva emlékezni arra, hogy ha az ember kényelmes helyzetben el is helyezkedett, a testi érzékek változatlanul folytatják rendes tevékenységüket és az érzéki benyomásokat az agyba továbbítják. Amikor az embernek szelleme mélyébe kell behatolnia, ezeket a fizikai érzékszerveket is rá kell kényszeríteni, hogy nyugton maradjanak. Ennél fogva amennyire csak lehetséges, tökéletesen magányos, vagy teljesen csendes helyen kell gyakorolnunk; ha szobát használunk erre a célra, legyen zárva, nehogy valaki hirtelen beléphessen. Ha az ember vidéken, vagy annak közelében él, még helyesebb ha egy erdei tisztást, folyópartot, vagy domboldalt választunk, ahol a természet szépsége és némasága támogatja a szellemi törekvést. Nincs kitűnőbb hely az elmélkedésre, mint azok a csendes tájak, amelyek a természet rejtett kincsei és amelyek híjával a városlakóra csak rákényszerített pótlék lehet valami szoba egy házban, amelynek falaihoz gyakran rossz emocionális légkör tapad. De valamely szoba szellemi légkörét is nagymértékben meg lehet javítani azzal, ha a leggondosabban tisztán tartjuk, ha tarka virágokkal, ihletet adó képekkel és a faldíszek és bútorok ízléses összhangjával derítjük fel. Akik súlyt helyeznek rá, némi tömjént is égethetnek, de csak legjobb minőségűt használjanak, és olyat, amelynek illata egyénileg kellemes számunkra.

*

A rendellenes hideg éppúgy, mint a rendellenes meleg kényelmetlenül hat a testre és így megnehezíti az elmélkedést. A nyugati országokban a hideg gyakran igen nagy és ha nincs az embernek megfelelő fűtési berendezése vagy elég meleg ruhája, a test zavarása és kényelmetlensége a szellemre is visszahat és akadályozza a valóságos szellemi nyugalmat. A meleget azonban nem szabad olyan módon biztosítani, hogy a szobát túlságosan felhevítjük, mert a rossz levegő tompítja a szellemet.

Az elmélkedés tartama alatt jól teszi a gyakorló, ha szemét zárva tartja, hogy a koncentrációt megkönnyítse és a figyelmet elvonó külső benyomásokat kizárja. Ha a szem nyitva van, akkor fényérzeteket közvetít az agyba, amelyek azután a fizikai világot túlságosan rárögzítik a figyelem mezejére. Mind az erős napfénynek, mind az erős elektromos fénynek zavaró hatása van, ezért az ablakot és a lámpákat el kell homályosítani.

Akkor azután elkezdi az ember elernyedni és minden feszültsége felenged. A gyakorlatok korábbi szakaszaiban ajánlatos a meditációt hirtelen megszakítani és pontosan megállapítani a test állapotát. Vajon nincs-e megerőltetve? Kemények-e az izmok, feszültek-e az idegek? Állandóan ilyen módon kell magunkat ellenőrizni, hogy a magatartás helyes megszokását kifejlesszük.

A jó zene, melyet esetleg gramofonon a koncentráció előtt lejátszunk, elősegíti a szellem felemelését és befelé fordulását.

A szerző az előző fejezetben már röviden körülírta a vallási miszticizmus útját azok számára, akik fontosnak tartják követését. A fejlődés különböző fokain lévő,

különböző ízlésű és vérmérsékletű emberek számára van néhány más út is, ezeket mind legáltalában a **koncentráció útjának** címszavával lehet egybefoglalni; majdnem valamennyi csak változata a sokat emlegetett, de kevésbé megértett keleti **jóga**-nak. A veszedelmes **jóga**-módszerekről, amelyek a tudatlant csodálatos okkult erők csalétkével próbálják magukhoz édesgetni, minél kevesebbet beszélünk, annál jobb. Azok, akik ezt gyakorolják vagy terjesztik, azt saját veszélyükre és felelősségükre teszik. A legbiztosabb és legjobb **jóga**-rendszer nem más, mint hogy kiválasztunk valamilyen materiális tárgyat, vagy értelmi fogalmat, szellemi tulajdonságot, vagy személyiséget és az ezzel kapcsolatos gondolatok sorozata révén a figyelem egész erejét rákoncentráljuk mindaddig, amíg a szellem a szó szoros értelmében egyé nem válik vele. A gondolatok láncolatának szigorúan logikusnak kell lennie az elmélkedés esetleges tárgya kevésbé fontos, mint azt a legtöbb újonc képzelet. Valóban fontos a neki szentelt koncentrált figyelem minősége és az az erő, amellyel a csapongó gondolatokat meghatározott időre feléje rögzítjük. Olyan gondolatok, amelyekből ez a központosító erő hiányzik, bujkálnak és elfoszlanak. Ha hosszú, több esztendőnyi gyakorlat után és kemény akaraterő alkalmazásával megszűnik a szellemi benyomások seregének az agyban való nyüzsgése és elérjük a szellemnek egy pontra való beállítását, sorra kerülhet a következő fokozat; ezt azonban nem érheti el az, akinek még nincsen kellő ereje a szellemi koncentrációra, hogy figyelmét szakadatlanul egyetlen pontra, egyetlen képzetre, vagy eszmére tudja rögzíteni anélkül, hogy a lelki médiumizmus ne kerítse hatalmába és mélyen az „emberfeletti Én” alatt álló lények eszközévé ne válnék.

Ezt a fokozatot nevezzük **kontemplációnak**. Ez megköveteli a gyakorlótól, hogy a szóban forgó tárgyat, eszmét, vagy szellemi képet a gyakorlat tetőpontján elejtse, anélkül azonban, hogy az elért, rögzített és rendületlen figyelem hangulatából kiesnék. Ha ezt helyesen véghezviszi és nem könnyű dolog – az elcsendesedett szellem egy futó pillanatra az üresség állapotában marad. Bekövetkezhetik az emlékezés átmeneti kihagyása, az önfeledkezés egy rövid kábulata – aztán azt találja az ember, hogy lényének középpontja a rendestől teljesen elűtő mélyebb síkra helyeződött. Ezen a síkon a szellemet sugárzó békesség, megvilágosodás, megértés, szabadság és vágytalanság tölti el. Ez a csodálatos állapot azonban nem tart sokáig, hanem éppoly észrevétlenül tűnik el, mint ahogy jött. Az elmélkedőre végül az a feladat vár, hogy ezt a kísérletet annyiszor ismételje meg, ahányszor csak lehetséges, és hogy ezt az emelkedett hangulatot addig nyújtsa ki, amíg csak tudja, úgy, hogy végül az az egész napra szakadatlanul és megszakíthatatlanul kihasson.

Ezen a síkon, amely közvetlenül a végső tökéletesség alattin fekszik, összeolvadnak és egyesülnek az elmélkedés valamennyi, különböző útjai. Mennél inkább közelednek ehhez a síkhoz, annál inkább hasonlítanak egymáshoz. Ugyanígy helyes, hogy bizonyos gyakorlati feltételek egy és más fokozatban valamennyi út számára meg vannak szabva így mindenekelőtt a gondolatok összpontosításának szükségessége.

A koncentráció az értelem folytonosan változó, szokásszerű kóborlásának feltartóztatásában és egy határozott gondolatba való mély belemerülése révén egyetlen útvonalra való lerögzítésében áll. Ennek elérésére szükséges, hogy a

környezetünk előidézze benyomásokra és lelki érzésekre ne figyeljünk, a világi élet lármáját elhallgattassuk és a zavaró, tárgyaltan gondolatok seregét távol tartsuk magunktól, mialatt az elmélkedés félórájának során a szellem tudatos ellenőrzését gyakoroljuk. Röviden: miközben az ember alaposan átgondolja a kiválasztott tárgyát, szándékosan ellent kell állania a kívülről jövő észleletek rajzásának és a belülről jövő idegen gondolatok feltámadásának. Ezeket nem lehet azonnal megsemmisíteni vagy elfojtani, de az ember kitűzhet valami határozott célt, valami eszményt és rendületlenül megmaradhat mellette, mint a szikla, amelyen hiába csapkodnak át a tenger hullámai, mégsem tudják szilárd helyzetéből kimozdítani. Gyakorlatának első felében az ember szinte leküzdhetetlen vágyat érez, hogy abbahagyja, felálljon és másvalamivel foglalkozzék. Az értelem keservesen fog panaszkodni, hogy szokásos vágányáról kimozdították, meg a zsarnokság miatt, hogy természetellenes módon befelé kell fordulnia, holott jómaga örült eddig annak a sokkal nagyobb zsarnokságnak, amely egész napi tevékenységére kényszerítette. A szellem nyugtalansága általános felfedezése mindenkinek, aki az elmélkedés gyakorlatához hozzákezd. Ezt a felfedezést minden kezdeti kísérlet megerősíti és ez bizonyos elkedvetlenedéshez vezet. Az első ügyetlen erőfeszítések után visszamarad a kudarcnak és a fáradtságnak érzése. Az ember belátja, hogy gondolatainak csak kis része a sajátja, a többi viszont fegyelmetlen, lázongó tömeg. Ha az ember átadja magát ezeknek a negatív érzéseknek, kudarcra van ítélve. Ha azonban számba veszi azt a való igazságot, hogy a vállalt feladat komoly és nehéz ugyan, de teljesen megoldható és megéri a fáradtságot s ha így bátran, lankadatlanul folytatja a gyakorlatokat, egy napon megkapja jutalmát, édes nyugalom árad szét az értelem zűrzavarában és kifelé irányuló sóvárgása megszűnik.

Eddig ellenállás nélkül engedelmeskedett az ember az értelem állandó mozgásának, ám abban a pillanatban, amikor nekifog nyugtalansága lecsillapításának, természetesen erős ellenállás is keletkezik. Ez várható. Ennélfogva bele kell törödnünk, hogy ez elkerülhetetlenül így van és ahelyett, hogy a terméketlennek és ihletettség nélkülinek látszó gyakorlatot abbahagynók, türelmesen és bizakodva folytatnunk kell, hogy értelmünket minden elmúló hónappal egy fokozattal megszilárdítsuk.

Mert a szellem a test foglya és kénytelen őt szolgálni; az elmélkedés célja, hogy ezt a helyzetet megfordítsuk és a szellemet ez alól a zsarnoki uralom alól felszabadítsuk úgy, hogy jogszerű urával, az „emberfeletti Én”-nel ismét egyesülhessen. Ha azután az elmélkedés közben kicsúszik a markunkból és azt idézi elő, hogy külső szenzációk, vagy a tárgyról való megfélemezés nyűgözik le figyelmünket, bátran neki kell látni a nehéz feladatnak, hogy csapongását ismét megszüntessük, szellemünket újra befelé fordítsuk és hogy figyelmünket türelmesen visszairányítsuk tulajdonképpen gyűjtőpontjára, bármilyen unalmas legyen is ez és bármilyen gyakran történjék is meg. A türelem és a kudarcokkal szemben tanúsított közömbösség elengedhetetlen a végső eredmény eléréséhez.

A gondolat koncentrációja hasonlít a lovagláshoz egy nyakas öszvéren, amely minduntalan saját kénye-kedve szerint igyekszik haladni. Valahányszor a lovaglót azt látja, hogy az állat letért az ösvényről, kényszeríteni kell, hogy fejét helyes irányba

fordítsa vissza. A bensőnkben lakozó „emberfeletti Én” mindig hozzáférhető számunkra, fűtőanyagaként azonban vándorló gondolatainknak kell szolgálniuk. Oly sokáig voltunk elveszett fiúk, hogy a visszatérés tekintélyes időbe telik. Ezért szükséges a türelem ezeknél az erőfeszítéseknél. Három hónap alatt senki sem válhat tökéletes zenésszé, és sokan közülünk mégis azt várják, hogy a legjobbat az életben néhány próbálkozással megkapják és levertnek érzik magukat, ha nem érnek el azonnal eredményt.

Még egy utolsó megjegyzést kell ideiktatni, hogy eloszlássunk egy tévedést, amelynek gyakran áldozatul esnek azok, akik a koncentráció **jóga**-jának akarják szentelni magukat. Ez az utóbbi csak átmeneti állomást jelent. Az előrehaladott koncentráció, vagyis a szemlélődésbe való teljes elmerülés abban áll, hogy az ember figyelmét egyetlen gondolatra, tárgyra vagy személyre tapasztja; rajta megrögzíti, anélkül, hogy további rávonatkozó gondolatoknak adná át magát. Ennélfogva az állandó mély gondolkodás az első erőfeszítés, amely a koncentrációhoz vezet, de **ez még nem maga a végleges koncentráció, mert az átmeneti gondolatok egész sorát is tartalmazza.** A valódi koncentráció csak **egyetlen** tárgyat vagy **egyetlen** gondolatot foglal magában. Meg kell tanulnunk, hogy az értelmet olyan gondolat-gépezetnek tekintsük, amelyet időnként – ha munkáját elvégezte – félre kell állítanunk és amelyet nem kell folytonosan kezelnünk. A fegyelmezett szellemi tevékenységre ellenőrzött szellemi nyugalomnak kell következnie – annak a nyugalomnak, amely a jelen pillanatot feloldva, az örökkévalóságba bocsátja be az embert és a gondolkodót kiszabadítja azoknak a gondolatoknak gubójából, melyet ő maga sző szakadatlanul.

Az ilyen gyakorlatok az átlagembernek kezdetben rendkívül unalmasnak tűnhetnek fel, mert itt nem valami kézzelfoghatóval van dolga, nem olyasmivel, amit kezével megérinthet, tapinthat, vagy szemével láthat. Talán természetes ellenkezéssel fogja fogadni azt a törekvést, hogy kiszakítsák fizikai világából és arra bírják, hogy ebben a látszólag árnyaszerű szellemi világban tapogatóddzék – a valóságban azonban ez a világ rendkívül fontos saját boldogulása tekintetéből. Jöhetnek és kell is hogy jöjjenek ilyen gondolatok, de ne engedje magát gyöngé módon befolyásoltatni tőlük. Rázza le a szellemi tunyaságot, ha szükséges, gondoljon az ezen az úton rá váró fennkölt jutalomra: a jutalomra, amely nem tisztán materiális irányban értékelhető, mert ez a jutalom mindenféle fajtában és formában jelentkezik – mint materiális harmónia, szellemi és érzelmi kielégülés és mindenekelőtt mint szellemi tudás. Ezeknek nincs áruk, de elegendők arra, hogy az embert rácsábítsák az önfelfedezésnek erre a napi munkájára, tekintet nélkül arra, hogy a feladat milyen hosszadalmasnak vagy fáradságosnak bizonyul.

Akadályok és nehézségek vannak – természetesek is és csaknem minden kezdőnél ugyanazok. Az értelem mint az öszvér, elkerülhetetlenül és konokul eltér a választott témától, vagy elejti a választott képet. Az ilyen kisiklás egy ideig olykor észrevétlen marad; a szemlélődő azonban hirtelen tudatára ébred, hogy vagy egy tucat különböző gondolata támadt egyetlen egy helyett, vagy hogy elmélkedésének tulajdonképpen tárgyát egyáltalán elfelejtette. Csodálkozhatunk-e, hogy az indiai **jógi**-k az értelmet egy céltalanul ide-oda ugráló, örült majomhoz hasonlították? Legtöbbünk egész napon keresztül a zajló gondolatok és kívánságok folyóján

sodródik, vagy örült és botor sietségnek adja át magát – az elmélkedés igyekszik kikötni egy szigeten, ahol az ember ismét megtalálhatja a nyugalomban önmagát – ezért elkerülhetetlen az áramlás ellenállása ezzel a törekvéssel szemben.

Ha az erős vágyakozás felszította a gondolatokat és nagyon kívánjuk a harmóniát, a haladás gyorsabbá válik és az ember gyakrabban és kevesebb erőfeszítéssel kerül a koncentráció állapotába.

A tanuló számára – aki ezt az iskolázást hűségesen és szabályszerűen elvégzi és komolyan nekiáll, hogy gondolatai fölött uralkodjék – előbb-utóbb eljön az idő, amikor érezni fogja a haladás bizonytalan érzését és amikor elkezd majd kikecmeregni abból a ködös állapotból, amely kezdeti kísérleteit szükségképpen kíséri. Ennek a sejtésének hihet az ember, ez megerősíti a reményt és a bizalmat, amelyek mindketteje rendkívül hasznos ezen az úton. A remény különösen fontos, mert a kudarcok – amelyek aközben érik az embert, amíg valami határozott és szembeszökő előrehaladást tesz – szükségszerűen számosak és sokszor évekre kiterjednek és ezalatt a szellem újra meg újra elkóborol kitűzött feladatától. De az az ember, aki mindamellett kész gyakorlatait folytatni, akinek a végső eredményben vetett hite mégis helytáll, egy napon csodálkozva fogja felfedezni, hogy türelméért és bizakodásáért hirtelen gazdag belső jutalmat kapott.

Végül már csak rövid ideig kell naponta gyakorolnia. A nap többi részét a szokásos módon töltheti és értelmét ugyanolyan serényen foglalkoztathatja, mint egyébként. Az értelem e naponkénti elcsöndesedésének hatása azonban lassanként mégis különböző és különös módon fog mutatkozni.

Mindaz, ami az embert ezen az útján leginkább segítheti, ingyenes – az irányítás, a bátorság, a hűség, a munka és a türelem még mindig nem kerül semmibe sem, a gyakorlóra váró jutalom viszont nem csekélyebb, mint – még a legrosszabbat téve is fel – a szellemi nyugalom, legjobbra gondolva pedig maga az isteni „emberfeletti Én”.

A bizalom és a türelem fontos – nem a vak bizalom és a tunya tűrés, hanem az értelmes, észszerű hit és a nyugodt bizakodás abban, hogy az erőfeszítések helyes módja előbb vagy utóbb szükségképpen meghozza az igazi eredményt.

Végül még hozzáfűzhetjük, hogy egyes embereknél a koncentráció különösen könnyen fejlődik ki bizonyos hangok hallatára. Ennek a művészetnek keleti tanítói az illetőt valami kis vízeséshez vezetnék és arra kérnék, hogy figyelmét minden más hang és gondolat kizárásával csak ennek zenei csobogására rögzítse. Ily módon az értelem egyesül a hanggal és elhárul a csapongásra irányuló kezdeti hajlandóság. Ugyanilyen eredmény érhető el akkor is, ha az ember hallását a villamos ventilátor bűgő keringésére összpontosítja.

Az az ember, aki nyugodtan folytatja az elmélkedést a szobája magányában vagy egy békés erdőben és aki talán hosszú hónapokon esetleg éveken át küzdött azért, hogy önmaga intellektuális megértéséhez eljusson, ezalatt az egész idő alatt lassanként egy háttért és egy színpadot épített fel; ez lesz később az a színtér, amelyen szellemi újjászületésének drámája lejátsszódik. A fokozódó elvont gondolkodás erejének révén megtanulja, hogyan vonuljon vissza tisztán materiális környezetéből, hogyan felejtse el a fizikai világot és hogyan hatoljon be az eszmék

világába, amely a közbenső terület az anyag és a szellem között. Ha ezek alatt a tisztán előkészítő gyakorlatok alatt semmi meglepő és feltűnő sem történt is, nem kevésbé kell tisztán átlátnia, hogy ezek az utat készítik elő olyan állapot számára, amely meglepő és feltűnő dolgokat tesz majd lehetségessé. Ez is, mint minden a természetben, lassú növekedés dolga. A gondolatok, amelyek látszólag bizonytalan absztrakciókban végződnek, a valóságban – anélkül, hogy sejténé – elvezetik az értelem világának határához, ahol már új irányítás és a haladásnak újabb módszerei fognak rendelkezésére válni. Ha semmi más okból, már ezért is sok türelemre van szükség.

Eljön az az idő is, amikor a gondolatok életében mélyebb jelentőségre tesznek szert, mint eddig. Ha valaki az itt leírt utat követi és tudatosan igyekszik úgy rendezni gondolatait, hogy olyasmihhez érjen, ami a mindennapi „Én”-en túl fekszik, tehát magasabb értékű, mindjobban megerősödik a gondolati élet fontossága iránt való érzéke és ennek most már az ediginél nagyobb figyelmet fog szentelni.

Mialatt belső absztrakciójának és szellemi koncentrációjának ereje növekszik, csodálkozva fogja felfedezni az összekötő vonalat kitartó vagy koncentrált gondolatai és külső életének eseményei között és ezt a vonalat meglepő tisztasággal követheti. Gondolatai alkotóerőkké válnak. Ez a felismerés arra fogja figyelmeztetni, hogy egyre kevésbé gondoljon el gyűlölködő, féltékenykedő, fukarkodó, gyáva, vagy félénk és általában romboló és fölösleges gondolatokat. Inkább ezeknek ellenkezőjét lássa szívesen.

Ha elérjük ezt az állapotot, ez jó jel és azt bizonyítja, hogy az ember valóban előrejutott az útján. Érezni fogja önmagában – de a külső megfigyelő számára is észrevehető lesz – hogy gyakorlatai eredményre vezettek. És ebből a keresésből származik azután a szellemi nyugalom fölényes nagysága – amely annyira szükséges a szenvedések világában és olyan pontosan felismerhető mindenkiben, aki az „emberfeletti Én” felé közeledik.

Ezeknek a koncentrációs gyakorlatoknak egyik különös eredménye rendkívüli szellemi képességek kifejlődése. De nagyon oktanul cselekszik, aki ezeket a képességeket magukért igyekszik megszerezni. Legfeltűnőbb közöttük a telepatikus képesség, amellyel más szellemekhez gondolatokat küldünk vagy azoktól gondolatokat kapunk. Ez a folyamat idővel oly megszokottá válhat, hogy már szinte köznapi dolognak tekintjük. Eljövendő események prófétikus megérzésének képessége szintén egészen természetes és ösztönös módon támadhat életre az emberben és az ilyen megérzés a legfeltűnőbb módon valóban meg is valósulhat. A kötelék, amely az embert hús-vér testéhez köti, ilyenkor lazulni kezd és a felszabadult lélek elszárnyalhat a világból és másoknak látomásokban vagy álmokban megjelenhet. Saját álm-élete egészen megváltozik és összefüggő, ésszerű létté lesz, amelynek az a rendkívüli tulajdonsága van, hogy az átélt álmállapot tökéletesen tudatossá válik. Ily módon ez az állapot elveszíti fantasztikus bizonytalanságát és valóságos folytatásává lesz a személyes napi életnek. Az álomélet elveszíti gyakran tapasztalt kaotikus, zürzavaros és értelmetlen jellegét és hasznos, következetes és értelmes állapottá alakul át.

X. FEJEZET

AZ ÖNVIZSGÁLAT ÚTJA

Miután a rendszer első meditációinak színterét kellőképp meghatároztuk, megkezdődhetik az alapvető periódus munkája. Ez nem áll egyébből, mint e könyv egyes részeinek és szakaszainak olvasásából és tanulmányozásából, melyeket koncentráció tárgyává kell tenni, míg végül az egész első rész – a lényegtelen bevezető fejezet kivételével – kimerül, mint ahogy egy folytatásokban megírt regény véget ér.

Így válik azután minden napi szöveg azzá az étellé, amelyet az olvasó szelleme táplálkozhat. Alapanyagának a szavakból kell összetevődnie; újra meg újra át kell őket gondolni, míg végül egyéni eszmékké fűszerezve és alaposan megrágva, lenyelhetők és megemészthetők – röviden: míg minden eszme elfogadhatónak nem tűnik fel. A bíráló rögtön megjegyzi majd, hogy ez olyasvalami, mint az olvasó gúzsbakötése és kísérlet arra, hogy egy csomó eszmét lenyelessünk vele.

A szerző erre azt válaszolja, hogy a tekintetnek az igazság előre meghatározott kritériumától való elfordításával – igazságon e helyütt a fizikai éber tapasztalatot értve – sohasem lehet valódi képzetet alkotni az ember belső konstrukciójáról és ezen az úton előrehaladni sem lehet.

A helyes kutatás, az elfogulatlan önvizsgálat – ahogy itt megformuláltuk – talán más eredményekre vezethet, mint amilyenekhez akkor jut az ember, ha nem hajlandó elejteni azt az előre megformált véleményét, hogy fizikai határok korlátozzák. Az ilyen véleményhez való ragaszkodás annyit jelent, mint eleve feltenni, hogy az emberi egyéniségre vonatkozó igazságok legnagyobb része már ismeretes. Ez azonban végül is csak pusztá feltevés. A kérdések, amelyek ennek a rendszernek egy részét teszik, nem felületesen vannak megfogalmazva. Szándékosan így fogalmazták őket azok, akik a feleletet már ismerték. Régi látnokok szellemétől származnak, akik szánakozva néztek le a homályban tapogatódzó emberiségre és tervszerűen helyezték az emberek agyába ezeket a kérdéseket, mint valami Ariadne-fonalat, amely – ha helyesen követik szellemüket a világ útvesztőin és összevisszaságain keresztül a bennük rejtőző szellemi világ felfedezésére vezet.

Ha mármost a feleleteket itt lerögzítettük, az nem azért történt, hogy követőket toborozzunk, hanem abból a szükségességből fakadt, hogy járatlan területen utat törjünk azok számára, akiknek azt követniük kell. Ha a szerző maga nem jutott volna el a lét e rejtett szellemi világának felfedezéséhez, szükségképpen ő is annak tartaná ezeket a feleleteket, aminek oly sokan tartják: vagyis pusztán intellektuális véleményeknek.

Pedig jóval többek ennél.

Nemcsak korrekt értelmes válaszok, hanem megfigyelt valóságokon alapuló állítások.

Ezeket a megfigyeléseket megfelelő képességű emberek tették: látnokok és bölcsek, akik az évezredek szellemi fejlődés csúcspontját jelképezik.

Még nyíltabban ki lehet fejezni a dolgot azzal, ha azt állítjuk, hogy ezeknek a lapoknak megértő átolvasása és tartalmuk alapos átgondolása – egészen addig, amíg a bennük tartalmazott igazság nem annyira vakhit, mint belső felismerés révén kezd a szellembe beleszivárogni – végül az emberi természet legbelsőbb mélyén bizonyos visszahatásokra vezet. Az első rész tartalmazta minden lap azt célozza, hogy közvetlenül vagy közvetve hasson az olvasó szellemére, ha csak az illető belső elfogultsággal maga nem akadályozza ezt a befolyást és ha a szavakat a szellemi csönd napi időközeiben fogadja magába és oly figyelmesen gondolkodik el rajtuk, hogy a szellem, amelynek azok a szavak hordozói, maga is beléjük tudjon hatolni. Nemcsak olvasni kell tehát, hanem olvasás közben elmélkednie is, és a szavakban és mondatokban fel kell ismernie saját személyes irányítására vonatkozó esetleges fontos jeladásokat.

Ilyen elfogulatlan szemlélet révén és már előre megbízva a különleges tapasztalatokon alapuló megfigyelésekben és elképzelésekben – kapcsolatban a többi előírt feltétel teljesítésével – az olvasó váratlan egyéni szellemi tapasztalatokra tehet szert, mert felszabadítja azokat a rejtett erőket, amelyek saját egyéniségének küszöbe alatt lappangnak. Az itt leírt irányelvek alapján végbevitt önelemzés adja majd meg neki azt a valóképpen előkészítő értelmi iskolázást, mely belső tudását elmélyíti. Az olvasásnak nem szabad lusta vagy felületes módon történnie, mint ahogy az ember valami újságcikket vagy ahhoz hasonlót olvas – az ilyesmi csaknem teljesen hiábavaló lenne – hanem úgy kell megtörténnie, hogy az olvasó lényének egész erejét a figyelem tárgyára összpontosítsa. A tanuló ennél fogva kétségtelenül szükségesnek fogja találni, hogy bizonyos részeket többször is átolvasson, míg teljes tartalmukat fel nem fogta, aminthogy előbb valóban nem is haladhat tovább ezen az úton.

Még akik nem kezdők szellemi területeken és már van bizonyos fokú szellemi elképzelésük az életről, még ezek sem fogják az átolvasással idejüket elpocsékolni, mert lehetővé fogja tenni egyesek számára, hogy saját tapasztalataikat bizonyos rendszerbe foglalják, az „Én”-t illető tudásukat tisztázzák és fontos adatokkal gazdagítsák.

Minthogy ez a munka pontos gondolkodást követel, néhány kritikus azt vetheti ellene, hogy **„maga a pusztá gondolkodás”** nem teremthet ilyen mély változásokat az ember tudatában és nem adhat neki ilyen magasrendű tapasztalatot. Ezeknek a lapoknak felületes áttekintése valóban ilyen következtetéshez vezethet – de az mégis hamis lenne. Mi egyszerűen csak azért becsüljük alá a gondolkodás hatalmát, mert még nem ismerjük teljesen az értelem igazi mivoltát. Hiszen ha csak annyit tudna mindenki, hogy az értelmet magát is isteni szellem öleli körül és hogy működése – amellyel önmagát rejtett forrása felé kiterjeszti – maga is csalhatatlanul ehhez a szellemhez vezet! A tudatnak a lehető legmegfeszítettebbnek, legéberebbnek és legkoncentráltabbnak kell lennie. Azzal az érzéssel kell a gyakorlathoz hozzáfogni: „most megfeledekzem önmagamról és személyes feladataimról és figyelmem egész erejét erre a belső keresésre irányítom”.

Ennek a módszernek a lényege tehát igen egyszerű, bár a megvalósítására irányuló törekvés bizonyos fokú elvont figyelmet követel, olyant, amilyennel csak kevés ember rendelkezik, de amelyet sokan megszerezhetnek. Ha ennek a

tulajdonságnak egyelőre még híjával is van a tanuló, állhatatos gyakorlással megszerezheti ugyanúgy, mint ahogy állandó gyakorlás hatása alatt bizonyos készségre tehetünk szert valamely hangszer kezelésében. A hasonlóság ebben a tekintetben valóban igen nagy. A zenénél lassan kell nevelni a tanuló fülét, hogy előbb a hangok és hangzatok, majd később a finomabb fokozatok közt észlelhető különbségeket is felismerje. Éppígy az isteni lényeg megközelítésének ezt a lélektani és bölcséleti módszerét gyakoroló tanuló is azzal fogja kezdeni, hogy felfedezze a még szemmel látható különbségeket önmaga és érzései, gondolatai, majd később ezeknek a különbségeknek finomabb árnyalatai között. Végül megtanul **„befelé hallgatódzni”**, hogy felfedezze az isteni lényegét – amely személyes énjének alsó áramlása – mint ahogy a zenét tanuló megtanulja felfedezni a zenei kompozíció „alapmotívumát”.

A gondolat tehát az önfelszabadítás hatalmas eszközévé válhat azok kezében, akik helyes használatát megtanulták. Ezeken a lapokon az olvasó eszméket, szavakat, mondatokat, szakaszokat és kérdéseket talál, amelyek alaposan megfontolva gondolkodását valóban fejlesztik és lehetővé teszik számára a finom gondolkodás és megértés titokzatos területeinek felfedezését, majd a beléjük való behatolást, amelyek pillanatnyilag még szellemi tudásán kívül fekszenek, mint ahogy a zenét tanuló is zenei képességeit addig fejleszti, míg végül már meghallja azokat a törékeny harmóniákat is, amelyek korábban érzékelésének körén kívül estek.

Éppen az „emberfeletti Én” négy-dimenzionális tudatához vezető út tanulmányozása segíti hozzá az embert annak a szükséges új intellektuális látókörnek az elnyeréséhez, amely maga egyik része ennek a rendszernek.

Ennek a könyvnek fejezetei egy másrendű tapasztalt eredményei és ezért felszabadító és kinyilatkoztató vezetők. A mű funkciója abban áll, hogy megragadja és új nyomra vezesse az értelmet. Amint a hamis útra tévedt embert vissza lehet téríteni a helyes ösvényre, úgy lehet tovább vezetni is abban az irányban, melyet a természet kitervelt számára.

Az előző lapokon sok fontos, sűrített gondolatot szűk területre zsúfoltunk össze. A legrövidebb mondatban a legmélyebb igazság rejtőzhetik, ezért csak úgy hajthat valóban hasznót, ha az ember azzal az elhatározott lassúsággal dolgozza magát keresztül rajta, amely szükséges ahhoz, hogy egy újfajta tárgyat elsajátítson. Bárki elolvashat egy fejezetet, ha akarja egy óra, vagy még rövidebb idő alatt is, de egy hétre, vagy még többre is lesz szüksége, hogy áttanulmányozza és talán hónapokra vagy még hosszabb időre, hogy felszívja és tökéletesen magáévá tegye. Ha a terjedelem megengedné, a szerző minden egyes gondolatot elszigetelt és széles, fehér folttal választott volna el a következőtől és így véste volna az olvasó tudatába, hogy mielőtt tovább haladna, gondos szellemi munkára van szüksége minden új gondolat meghódítására.

Ha ez az átgondolás helyes módon és megfelelő figyelemmel történik, minden ábrázolt eszme gondolatcsírává válik, melyet az olvasó a maga szellemével kidolgozhat és amely öt idővel egy darabon tovább vezetheti az úton, célja: a tudás és az „emberfeletti Én” felé. Mert ezek az igazságok mélyebb rétegben gyökereznek és csak lassan nőnek ki a tudat felszíne fölé.

A gyakorlati út tehát azt követeli, hogy a tanuló néhány mondatot, vagy olvasmányának néhány szakaszát agyának csendes kamrájába zárjon bele, ott szellemében lerögzítse, mélyen és alaposan átgondolja és elvontan elmélkedjék rajtuk. Gondolkodásának és képzeletének aktív részvételére van szükség. Ebben az összefüggésben emlékeztetni kell mindarra, amit az előző fejezetben a gondolat összpontosításának és minden, a tárgyhoz nem tartozó téma kizárásának művészetéről mondtunk. A szellemnek nyugodtan és határozottan kell hozzálátnia minden gondolat alapos átvizsgálásához, mert csak úgy juthat el a torzítatlan megértéshez.

Minden mondat azzal a határozott szándékkal íródott, hogy az olvasó szellemében bizonyos erősebb hatást és bizonyos hangulatot keltsen. De valószínűleg csak azok fogják ezt a mély hatást átélni, akik kezdettől fogva valóban személytelen, pártatlan és helyes álláspontra helyezkedtek és csak azok fogják úgy találni, hogy gondolkodásuk jelentőséget nyert szellemi életük tekintetében.

Ezek a lapok tehát bizonyos kötött energiák rejtőznek és arra várnak, hogy helyes felfogóképesség és ésszerű méltánylás révén felszabadulhassanak.

„Ki vagyok én?” Ennek a kérdésnek mélyen kell lemerülnie a tudatba. Némán kell megfogalmazni és áhítattal, komolyan, sőt később szinte imádkozó szellemben kell majd feltenni.

El kell kezdenünk ennek a kérdésnek a tudatosítását és legalább minden nap egy körülhatárolt időszakában annak kell betöltenie gondolatvilágunkat. Meg kell kísérelnünk, hogy komoly és alapos szellemben elemezzük ennek a kérdésnek belső mivoltát, boncolnunk kell az „Én” fogalmát úgy, ahogy az anatómus a fizikai testet szétszabdálja, mindaddig, amíg az ember tudatára jut, hogy tulajdonképpen ki- és micsoda. Az ilyen elemzésnek többnek kell lennie, mint pusztán vájkálásnak az emberi szenvedélyekben. Pedig egyes modern lélekbúvárok ezt már elegendőnek tartják. Az erőfeszítésnek arra kell irányulnia, hogy kérdések és keresztkérdések segítségével az emberi tapasztalatokat a maguk egészében, a legsűrűbbtől a legfinomabb rétegekig feltúrjuk.

Az ember mindig újra visszatér ahhoz az egyetlen tényezőhöz, melynek az első helyet kell elfoglalnia mind az elméleti bölcsleletben, mind pedig a gyakorlati életben – a magunkra, az „Én”-re vonatkozó tudáshoz. A titkos út tehát közvetlenül efelé a cél felé tart: a személyes „Én” értelemszerű elemzése felé, amelyből a szellemi „Én” felfedezése adódik. Az ilyen felfedezést sohasem lehet boncoló asztalon megtenni. Lényeges tehát a mély elmélkedés arról a témáról: „Ki vagyok Én?”

Ennek a módszernek tehát az az alapelve, hogy felvessük ezt a kérdést és megkíséreljük az Én-fogalom belső mivoltának és eredetének nyomon követését – nagy összességükben elemezzük azokat a részeket, amelyekről az ember általában felteszi, hogy saját egyéni lényüket alkotja – és alapelve ennek a módszernek még az is, hogy sorban egymásután megvizsgáljuk a test minden egyes alkotórészét, különösképpen az érzelmeket és gondolatokat – és hogy mindezeket keresztül azután azt kutassuk, hogy mi az, amit valóban „Én”-nek nevezhetünk – és hogy minden egyebet egyelőre a feledés fátyolával borítsunk be.

*

A magunk-iskolázásának ez az útja két fokozatra oszlik. Az első **intellektuális** és különböző olyan gyakorlatokat tartalmaz, amelyek a megértést szolgálják. A második **misztikus** és ez a megértetteket fejleszti tovább. Az első fokon az önmagunkhoz intézett ésszerű kérdések sorozatát vetjük fel, hogy kinyomozzuk, mi az ember a valóságban és hogy nyomon kövessük azt az élő lényeket, amely testünk belsejében gondolkodik és érez. A második fokon kikapcsoljuk a gondolkodó értelmet és működésen kívül helyezzük az úgynevezett tudatos „Én”-t, hogy így a tévesen annak nevezett **„tudatalatti”** megkezdhesse működését.

Az elmélkedés időszaka alatt az egyéniség alkatrészei szigorú elemzés alá kerülnek. A testet és részeit, szerveit és érzékszerveit gondosan megvizsgáljuk, azzal a szándékkal, hogy megtudjuk, vajon az „Én” bennünk lakozik-e? Különböző elemzések során kiderül azután, hogy az „Én” fogalma nem található meg bennünk. A test azután az elemzés folytán elkülönül és akkor az érzelmek kerülnek ugyanilyen analízis alá. Itt azután ezek mulandósága és az ösztönösen fogalmazott „Én gondolkodom” mondat hallgatólagos tartalma arra mutat, hogy az „Én” valami **önmagában létező**. Ugyanígy megvizsgáljuk és elemezzük az értelem képességeit – a fantáziát, a következtetést, a megfigyelést is – és azt találjuk, hogy az „Én” ezekben a működésekben sem foglaltatik. Kritikusan felboncoljuk magát az értelmet és megállapítjuk, hogy nem más, mint gondolatok sorozata. Megfigyeljük a gondolkodás folyamatát, aztán kapcsolatba igyekezzük hozni azzal a misztikus csönddel, amelyből ered. Végül a tudatos „Én”-t **egyetlen gondolatra** vezettjük vissza.

Az értelem háttérében nehezedő nagy csöndből és űrből eredő Én-gondolat az első, amely az egyéni Ego tudatában felmerül. Ebből ered egész sokasága azoknak a gondolatoknak is, melyek a függetlenül önmagában létező személyes „Én” fogalmát megteremtették. Az egész személyiség ebből a gondolatgyökérből hajtott ki. Ha ez az első gondolat gyökértelenné válik, nem marad más vissza, mint a személytelen élet.

Ha az ember gyakran elmélkedik erről, az erőfeszítés a logikát legmagasabb fokú teremtmény használatáig emeli és az ember végül nyomon követheti ezt a gondolatot egészen eredetéig, az „Én”-t egészen hazájáig, és a tudatot egészen első, osztatlan állapotáig.

A szellemi elemzés végén tehát az értelmet a lehetőség szerint el kell csitítani és egy áhítatos, csaknem imádkozó hangulatba kell elmerülni. A csöndet, amelyből az „Én” ered, áhítattal kell érzékelnünk. Maga az „Én” rögzítődött és mozdulatlanul vált. Az egész figyelemnek a **mögötte** tátongó titokzatos ürességre kell irányulnia. Ez az a pont, ahol egy valódi adeptus elektrizáló irányítása – ha az ember olyan szerencsés, hogy találkozhatik vele – hatalmas segítséget jelent.

De mielőtt ezt a csendet megvalósíthatnánk, zaboláznunk kell a gondolat csapongási hajlamát és el kell jutnunk a figyelemnek annyira fontos rögzített koncentrációjához. Ezért szükség van bizonyos kisegítő eszközökre és ezeket röviden felsoroljuk. Mindenekelőtt lélegzési gyakorlatot kell végezni, amely a szellemet megnyugtatja. Aztán látási gyakorlat kívánatos, amely a figyelmet rögzíti és

koncentrált állapotot idéz elő. A külső területekre irányuló figyelem megszűnése felszabadítja azt belső területen. Mi következik; ha ezt az állapotot elértük? Amennyiben az erő kifejtés helyesen történt, a tudatban átmeneti úr képződik – a természet azonban, amely irtózik az úrtól, gyorsan rendbe hozza a dolgot. A most bevégeződött értelemszerű kutatásra egy belső kinyilatkoztatás következik. A száműzött gondolatokat az általános „lélekmindenség” (*Overmind*) helyettesíti, amely a maga részéről később a tudatunk mezejére belépő, isteni jellegű „emberfeletti Én”-nek ad helyet. Ez hozza magával „*a minden fogalmat meghaladó békességet*”, mint ahogy azt Pál apostol kifejezte (még jobb fordítás volna: „a minden *értelmet* meghaladó békesség”).

Mihelyt ez az áthelyeződés sikeresen megtörtént, a csodálkozó szellem előtt kinyilatkozik a valódi „Én”. Ekkor hirtelen elnémulunk a lelki csöndben, mert tudatára ébredünk, hogy most valami isteni jelenséggel állunk szemben. Olyan élmény ez, ami felülmúlhatatlan. Szétrombol minden balga illúziót és elfosztat minden téves álmot. Az éjszakával eltűnik a zavar és ellentmondás és a szellem homályos foltjait a megvilágosodás fénye önti el. *Tudni* fogunk és tudva *elfogadni*. Mert felfedeztük, hogy lényünk szíve a világegyetem szíve is – és hogy ez jó.

Ennek következtében az átmeneti elzárkózás feladatából kifejlődik a belső nyugalom megszokása, amelyhez – akárhol tartózkodjék is akár annyiszor menekül az ember a nap folyamán, ahányszor szükségesnek tartja, ami végül szilárd és uralkodó hangulattá válik, amelyben a szív mindig elmerülhet, még ha a fej és a kéz a maga külön feladataival van is elfoglalva.

Gondolnunk kell arra is, hogy az elemzés folyamán nem elegendő kizárólag a hideg; érzéketlen értelmi tevékenység – ez az út azt követeli, hogy értelmünkön kívül szívünket is beléfectessük.

Ennél a pontnál azt is fontos megérteni, hogy nem elegendő az elmélkedés elemzésénél megválasztott gondolat pusztá ismételése. Ha magának a hideg kritikai elemzésnek segítségével sikeresen be lehetne hatolni a szellem finom területére, a világ oly sok gondolkodója nem lett volna materialista, mint ahogy az lett – nem, ide *még valami másra* is szükség van. Ez a valami az igazság után belső vágyódás, a valóságos, szívből átérzett és megnyilvánult kívánsága annak, hogy szellemi magaslatra emelkedjünk. A magunk vizsgálatainak ideje alatt minden más kívánságot félre kell tolnunk. Ez a vágy hajtóerőként hat – nélküle az „Én” száraz, értelemszerű boncolása csak negatív eredményekhez vezetne. Szükséges tehát szándékosan előidézni olyan hangulatot, amelyben a gondolatot az érzés tüzei, vagyis olyan emóciókat teremteni, amelyek alatt a lélek lángra kap a szellemi erőfeszítés szikrájától. Ehhez vezet az utasítások gondos követése. Ilyen módon a kiegyensúlyozott fejlődés előkészíti az embert az úton való továbbhaladásra és bár az alapvető iskolázás értelmi jellegű, ezzel együtt jár az érzelmek szükségszerű felemelkedése is.

Így idővel olyan légkör teremődik, amely az isteni lényeg magasrendű belső megnyilatkozására – amely után az ember vágyódik – alkalmas.

Ha az ember elég hosszú ideig gyakorolt, lassanként lelepleződik a második fokozat, amelynél ezeknek a lapoknak átolvasása már fölösleges és csak az alapvető

gondolatokat vagy mondatokat kell szellemi emlékezetünkben ismét felébreszteniünk és rajtuk elmélkedni. Azt a kérdést, hogy meddig kell ezt az elmélkedési tanfolyamot folytatni, mindenkinek egyénileg kell eldöntenie. Addig van rá szükség, amíg azt érzi az ember, hogy előbbre juttatja. Szükséges addig, amíg az ezeken a lapokon tanított igazságok tökéletes intellektuális meggyőződéssé válnak. Szükséges addig, amíg azt az ember olyan könnyűnek, természetesnek, jólesőnek és kellemesnek találja, hogy már vágyódik a napi félóra után és siet gyakorlatozni. Szükséges addig, amíg az ember minden bizonyító gondolatsort el tud ejteni és agyában egyre terjedő világosságot érez úgy, hogy ebben a sugárzó fényben minden igaz eszme meglepően tiszta, csalhatatlan kép vagy ihletett bizonyosság formájában jelentkezik. A gyakorlatot addig kell folytatni, míg az ember a külső benyomások, testi érzések és nyugtalan gondolatok állandó zűrzavarában olyan belső figyelemig nem tud elérni, amely éles és átható, de látszólag semmi megerőltetést nem okoz. Az állapotot, amely így előáll, mindig újra meg kell ismételni mindaddig, amíg szokássá nem válik – csak akkor lehet azután abbahagyni a gyakorlást.

Sem sietségnek, sem türelmetlenségnek nincs helye. Amennyiben a tanuló ebben a szellemi világban nyugodt bizalommal és sietség nélküli határozottsággal mozog, el fogja érni célját. Felületes gondolatok, amelyek ki nem elégítő tényekről egyszerre általános végkövetkeztetésekre akarnak átugrani, a sietség, hogy az elmélkedés idejét minél hamarabb a hátunk mögött tudjuk: mindezek olyan körülmények, amelyek hátrányosan hatnak a belső haladásra. Az ilyen sietség nem igazi gyorsaság és a valóságban a tanulót csak feltartja és megakadályozza abban, hogy a mélyebb lelki világba – amely felé igyekszik – behatolhasson. Félórás elmélkedésének azzal a tudattal fogjon neki az ember, hogy ennyi meg ennyi idő szükséges az értelem előkészítő lecsiszolásához, míg mélyebb rétegeihez érünk, ugyancsak ennyi meg ennyi idő szükséges az emberfeletti lélekbe való behatoláshoz. Ezért készen kell lennünk arra, hogy munka közben nyugodtan várjuk be a kívánt eredményt.

Ennél a keresésnél nem lényegtelen a belső magatartás kérdése sem – sőt ugyanolyan fontos, mint a test magatartása. Reménykedő és optimista hangulatban kell hozzálátni az elmélkedéshez és ebben nem szabad meginogni – de közben sohasem szabad elfelejteni az alázat nagy fontosságát sem. Az alázat az első lépés a végtelenhez vezető utakon – bármilyen különbözők legyenek is – és az utolsó lépés is az alázat rajtuk. De akármelyiken indulunk is el, azzal a hittel kell utunkat megkezdenünk, hogy az igazság elérhető, hogy a szellem meghódítható, hogy a gátló körülmények ellenállása csak alkalom legyőzésükre és hogy a lélek fénye felé irányzott tartós törekvés végül is meghozza a Kegyelmet.

Vonakodás nélkül kell elfoglalni ezt a belső magatartást, mert már maga az a körülmény, hogy az ember ilyen gyakorlatba kezdett, jele annak, hogy az „emberfeletti Én” már megérintett bennünket és felszólított a felébredésre. És az „emberfeletti Én” érdeklődése már önmagában is az eljövendő Kegyelem hírnöke.

Arra kell törekednünk, hogy felfogjuk ennek a különös módszernek lényegét. Ez a törekvés nemcsak az érzékfölötti igazságokon való napi töprengésben merül ki, mert részben olyan folyamat is, mely a szellemet finomabbá és az absztrakciókra

hajlamosabbá teszi. De nem is csak a lelket felszító bizonyos gyöngéd hangulatok időleges ápolása – mert az is csak azért történik, hogy életre keljen bennünk a vágy felemelő ereje, amely a belső keresésénél előrehajtja az embert. Nem: ez ugyanúgy a helyes vizsgálat magatartásának megteremtése is. A szellemi életnek az önvizsgálat terén tett ez a lépése, egyik leglényegesebb jellegzetessége ennek a módszernek, amely minden mástól megkülönbözteti. Ahelyett, hogy a személyi erőfeszítést tenné a haladás egyetlen tényezőjévé, az út bizonyos előrehaladottabb fokozatánál, lényünk bizonyos magasabbrendű részét is a munkában való együttműködésre szorítja. Mert az „Én” állandó kikérdezése, az „Én” keresése – ha az itt előírt módon történik elegendő ok erre az együttműködésre, minthogy előzetes kellő előkészítés után felszólítja az „emberfeletti Én”-t, hogy nagyobb részt vállaljon a munkából és maga is tegyen valamit azért, hogy előbbre juthassunk.

Az önkikérdezés elvének fontosságát nem lehet eléggé értékelni. Ahelyett, hogy pozitív, de haszontalan megállapításokat tenne, mint: „Lelkem van”, vagy „Én vagyok a lélek”, megfordítva, felteszi a kérdést: „Van-e lelkem?” vagy „Lélek vagyok-e én?” és lényének lelki részére bízza, hogy a feleletről gondoskodik. Míg az előbbi módszer csak *értelmi* jellegű dogmatizálás, az utóbbi alázatosná teszi az értelmet, elhallgattatja folytonos fecsegését és a választ lényünknek attól az egyetlen részétől várja, amelynek csakugyan módjában van, hogy válaszoljon. Ez annyit jelent; hogy nem becsüljük túl többé az értelmet, hanem inkább megillető helyére utasítjuk. Szellemi keresés csak akkor végződhetik sikeresen, ha lényének *szellemi* és nem csupán *értelmi* területén elégül ki. A gondolatok továbbsegítenek a szellemi „Én”-hez vezető úton, de nem tartalmazzák ezt az „Én”-t. Ha azt állítanók, hogy tartalmazza, jogos lenne a kritikusoknak az a vádja, hogy autoszugesztív látomások áldozatai vagyunk. És valóban, ha a lélek nem volna, ha az isteni elem csak képzelődés lenne és az ember csak test, sohasem kaphatnánk kérdéseinkre valóban szellemi feleletet és meg kellene elégednünk a pusztá teoretizálással. Ezért nyugszik ez a módszer az emberben lakozó isteni „Én” valóságán. Minthogy pedig az „emberfeletti Én” csakugyan valóság, bizalommal adhatjuk az emberiségnek ezt a módszert, abban a tudatban, hogy azok, akik azt helyesen és türelmesen követik, egy napon kimutatható – mármint belső tapasztalatukban kimutatható – eredményre jutnak. Ha az „emberfeletti Én” nem volna, vagy – létezését feltéve – teljes közömbösséget tanúsítana az ember igazság-kívánsága és a kielégülésnek valami magasabbrendű vágya iránt, mint amelyet a pusztá materiális élet nyújthat neki, akkor ez a módszer valóban haszontalan és eredménytelen lenne. Ámde ellenkezőleg, az „emberfeletti Én” mivoltunk legalapvetőbb tényezője és mindig hajlandó megnyilatkozni és megadni az élet legnagyobb vigaszát mindenkinek, aki a szükséges előkészítő feltételeknek megfelelni hajlandó. Ez az oka annak is, hogy az ilyen önvizsgálat nem észrevétlenül megy végbe, hanem a keresésében hűségesen kintartó kutató kellő időben tudatára is ébred az isteni „Én”-nek.

Ez az elv tehát magában foglalja, hogy a szellem tökéletesen elfordul a pozitív igenlés magatartásától az alázatos kérdezés felé. Az igazság nem tartja fontosnak, hogy a szellemileg fennhéjázó előtt megnyilatkozzék, de megnyilatkozik azoknak, akik intellektuális alázattal térdre borulnak; és ennek a módszernek az alkalmazása

az embert csálthatatlanul elvezeti a szellemnek ehhez az alázatához. Nem hiába beszélt Jézus a mennyei királyságról, amely csak azok számára áll nyitva, akik olyanok, mint a kisdedek. Amit mondott, jelképes utalás a szellemi alázatnak ugyanerre a feltételére, amely napjainkban még szükségesebb. Bár mindenekelőtt arra kell igyekeznünk, hogy megélesített értelemmel feltörjük az Ego héját, de nem szabad haboznunk ezt az eszközt félretenni, ha gyakorlataink során elérkeztünk ahhoz a ponthoz, ahol látjuk, hogy ez a feltörés már megtörtént. Ez a készség, hogy a megfelelő fokozaton egy kisded szellemében „érdeklődjünk” az igazság iránt, miután az ember minden értelmi erejét kimerítette, nem a gyöngeség – bárcsak megértene ezt gögös korunk! – hanem inkább a szellemi erő jele. Az értelem korlátait önként elismerni, amikor az ember ennek a képességének legvégső határáig jutott, annyit jelent, mint lehetővé tenni belépését valami magasabbrendű területre. Ez a *jóga* valódi beteljesedése: a gondolatot mesterien uralni és azután elejteni.

XI. FEJEZET

A LÉLEGZÉS MISZTÉRIUMA

Annak, aki az önvizsgálatnak ezt a műveletét elég hosszú ideig gyakorolta és már felismerhető haladást tett benne, meg kell azután tanulnia, hogy gondolatait a napi elmélkedés folyamán más módon is foglalkoztassa. A legalsóbb fokon újra meg újra elvégezte belső alkatának elemzését. Az iskolázott, összpontosított gondolkodás segítségével önmagát szellemileg feldarabolta. Idővel azonban el kell jutnia arra fejlődési pontra, amikor legalább értelmileg felfogja, hogy a lélek vagy az „Én” nem kizárólag a testre szorítkozik. Amikor ezt a pontot elérte, nem kell többé folytatnia az elemzés száraz, részletes ismételtetését és erre valószínűleg nem is lesz már hajlandósága. Ehelyett az elmélkedés új fordulatot vehet és most már gyors általánosítással haladhat át az eredetileg tekintélyes időt lefoglaló szakaszokon.

Mi lesz a következő lépés? Bár értelmi felismeréssel tudomásul veheti a gyakorló az „emberfeletti Én”-t, még mindig nem fedezte fel, bár már látja, hogy hol nem található, illetőleg, hogy hol keresi hiába.

Most azután beléphet a munka egy új, haladottabb szakaszába, ahol a lélegzet szabályozása, a tekintet rögzítése és a képzelőerő iskolázása révén tovább tud haladni ezen a mélyebb területen. Ez valóban kritikus szakasz, mert megelőzi az „emberfeletti Én” nagyszerű megvalósulását.

Elérkezett az idő, amikor az „Én” pontos felboncolásánál oly hasznos szolgálatokat végző gondolkodás tulajdonképpen működését ki kell kapcsolni, mert ez az embert az idő foglyává teszi.

Ezt azonban nem tehetjük meg előbb, amíg nincs az a belső érzésünk, amely azt súgja, hogy valóban megértünk rá. Ha a gyors eredmények türelmetlen kívánsága késztet rá, semmit sem fogunk elérni és csalódásban lesz részünk. Az értelmi kutatást ennél a pontnál egy ösztönös keresésnek kell felváltania – azt a pontot azonban, amikor az ember kész arra, hogy az egyikről a másokra áttérjen, a legnagyobb

gondossággal kell meghatározni. Ha nagyon korán kísérletezünk vele, erőfeszítéseink csődöt mondanak, ha meg nagyon későn hagyunk fel vele, értékes időt vesztegetünk el és a szomorúság érzése lesz úrrá rajtunk. Míg egyrészt semmit sem szabad kierőszakolnunk, másrészt semmit sem szabad elmulasztanunk.

A gondolkodásnak az út nagyon korai szakaszán való kikapcsolása annyit jelent, hogy az emberi személyiséget megfosztjuk az őt megillető teljes gazdagságától. Nem könnyű megállapítani, mikor értük el valóban ezt a pontot. Az embernek itt bizonyos belső érzéktől kell vezettetnie magát – ilyen hatodik érzék azonban csakugyan kifejlődik és idővel fokozatosan érezhetőbbé válik, ha az ember a szellemi csöndre irányuló gyakorlatokat egy ideig kitartóan folytatja. Önmaga nem keltheti életre – csak annyit mondhatunk, hogy **kifejlődik**. Amikor azonban megmutatkozik, feltétlenül bízunk kell benne és követnünk kell, bárhová is vezet.

Ennél az eljárásnál most azután a legnagyobb nehézség az, hogy a figyelmet a nemkívánatos gondolatok szakadatlan áramlásától felszabadítsuk. Ha az ember ezt megkísérli, be fogja látni, mennyire nem szabad, mennyire képtelen távol tartani a gondolatoknak azt az áramlását, amely létünk partjait szakadatlanul ostromolja: Elcsendesítésük eleinte a világ legnehezebb feladatának látszik, de lassú és kitartó fáradozás segítségével el lehet és el is kell érni.

Ha az ember naponta bizonyos ideig félrevonul és gondolatait megfigyeli, látni fogja, hogy mihelyt egy gondolat elhal, rögtön egy másik hatol be az agyba és elfoglalja az előbbi helyét. Így megy ez tovább, végtelen ismétlődésben. Az agy kerekai sohasem szűnnek meg forogni, míg csak az alvás közbe nem lép és működését időlegesen meg nem szakítja.

A keleti népek nem tartják olyan rettentő nehéznek a gondolat megállítását, mint mi nyugatiak, és nem is értik mindig, hogy a nyugatiaknak miért kell sokkal nagyobb erőfeszítést tenniük, mint nekik, ahhoz, hogy a nyugodt absztrakció területére emelkedjenek fel. Az átlag-európainak vagy átlag-amerikainak ebben a tekintetben legalább részben, fizikai segítségre van szüksége – szüksége van valamilyen testi tevékenységet tartalmazó, közvetett módszerre, amely a szellemi önfegyelmzés feladatában támogassa. A keletiek ezenkívül már megszokták, hogy keressék szellemi vezetőik társaságát, akiknek személyi légköre önmagától hozzásegíti őket a gondolataikon való uralomhoz, míg a nyugatiak ritkán találhatnak ilyen vezetőre saját országaikban. A segítség azonban magától kínálkozik, mert ez a segítség: **a lélegzési tevékenység szabályozása**. Különösen akiket nagyon lefoglal üzleti tevékenységük, vagy akiket becsvágyuk erősen az anyagi világhoz köt le – és akik hajlanak arra, hogy az értelmet uralmuk alá hajtásák, különösen az olyan emberek élhetnek eredményesen ezzel a gyakorlattal.

Napnyugati tudósaink az ismereteknek igen nagy készletét halmozták fel, amely minden szellemet szükségszerűen befolyásol, mégis van egynéhány dolog, ami kutató tekintetüket elkerülte: dolgok, amelyek mégis rendkívüli fontosságúak. Így például különös jelentősége van a lélegzésnek. Közvetlen hatása tisztán látható és fizikailag felismerhető a keleti látnokok azonban azt állítják, hogy vannak távolabbi hatásai is, amelyek azonban már nem ilyen könnyen ismerhetők fel. Így nem mindenki figyelte meg, hogy legerősebb erőfeszítéseinket visszafojtott lélegzettel, míg a könnyebbeket

gyors lélegzetvétellel végezzük. Itt ismét valami különös rokonság van a lélegzés és a gondolkodás között. Mindkettőnek közösek az ősei és rokon az eredete. A keleti látnokok nem maradnak adósak tanaik bizonyításával, hanem igazságukat saját személyükön is gyakran kimutatják. Azzal, hogy lélegzésüket a legkülönbözőbb módon iskolázták és szabályozták, a legkülönösebb fizikai és szellemi eredményeket sikerült elérniük. A fakírok, akik légüres helyiségben még ma is akár negyven napra is eltemetetik magukat, mutatják be ezeknek a feltűnő hatásoknak egyikét és bizonyítják be, hogy az élet folytatódhatik a testben még akkor is, ha a lélegzési tevékenység felfüggesztődött. Ez a kellőképp beigazolt valóság legalábbis arra inthet, hogy a régiek tanait nem kell elhamarkodottan megmosolyognunk.

Most áttérhetünk arra, hogy a **lélegzés és gondolkodás összefüggését** egyszerűbb módon igazoljuk. Képzeljünk magunk elé egy heves bosszúságtól módfelett felindult embert, figyeljük meg nehéz lélegzetvételt s észre fogjuk venni, hogy az ugyanolyan nyugtalan és zavaros, mint amilyenek a gondolatai és a szenvedélyei. Lélegzése rövid, kapkodó lihegés – s minél hevesebb a viselkedése, annál hevesebb a lélegzése is. Aztán képzeljünk magunk elé egy félig befejezett versszak fölött álmodozva gondolkodó költőt és észrevesszük, hogy lélegzése éppen ellenkezőleg, csendes, nyugodt és lassú. Gondoljunk azután olyan emberre, aki egy nehezen érthető matematikai problémán töpreng. Ösztönszerűen lassabban és halkabban fog lélegzeni. Az ember életfolyama a fához hasonlóan két ágat hajt, amelyek egyike a gondolkodó értelem, másika a lélegzés.

Gondoljunk azután a lélegzetét erőszakosan visszafojtó és ideiglenesen elevenen eltemetkező, majd a tevékeny létbe ismét visszatérő keleti fakír szélsőséges és rendellenes vállalkozására. Ez a fakír utólag azt állítja, hogy szelleme a boldog öntudatlanság állapotában volt és a lélegzés megszűntével valamennyi gondolata is eltűnt. Már maga ez az utóbbi eset is mutatja, hogy a gondolkodás működése – amennyiben az a fizikai életben tekintetbe jön – összeköttetésben van a lélegzés működésével ugyanúgy, mint ahogy a másik két eset azt mutatja, hogy az egyik működésében beállott változás a másik megváltozását is előidézi.

Mialatt a szerző az előző szakaszt írta, bungalowjának – amelyben abban az időben tartózkodott és amely magasan egy hegyláncon, lakatlan erdőkre és dzsungelre nézett – küszöbén váratlanul megjelent egy férfi, aki látni kívánta őt. A látogató Sinha volt, egy fiatal **jógi** Mysore államból, aki sikeresen műveli az élve eltemetkezés éppen az imént említett művészetét! A fiatal Sinha saját személyében illusztrálja a lélegzet-visszafojtás tökéletes jelenségét, a tudat és a gondolkodás teljes kialvását, mialatt a testi lét tovább folytatódik. Ő maga igazolta, hogy tapasztalatai szerint a lélegzés és a gondolat **egyidejűleg** szűnik meg. „**A lélegzési gyakorlat hét esztendő alkalmazásával jutottam erre a tapasztalatra**” – fűzte hozzá.

Gondoljunk végül az egyiptomi fakírokra, akik testüket szörnyű, de úgyszólván vértelen sebekkel szagatták fel, élő skorpiókat és tekergőző kígyókat esznek, vagy az indiai jógikra, akik izzó, tüzes köveken lépkednek és erős salétromsavat isznak, vagy a tibeti remetékre, akik meztelenül ülnek a Himalaya havában és mégsem éreznek semmi hideget. Mindezek az emberek – ha megkérdezzük őket és főleg ha bizalmukat megnyerjük – rendszerint elmondják, hogy a testük fölötti uralmat titkos

és nehéz lélegzési gyakorlatok kemény és hosszú alkalmazásával szerezték meg és ezek eredményeként változott meg a testük törekenysége és emelkedett csodálatos mértékben ellenálló ereje. Hasonló módon, de más és szerencsére sokkal könnyebb gyakorlatok révén lehetséges elnyerni a szellem fölötti uralmat is.

A lélegzésben rejtőző életerő és az a szellemi erő, melyet az agy hozott működésbe, közös forrásból fakad. Ez a forrás az az életáramlat, amely a világegyetemet áthatja és minden emberi lényben isteni „Én”-jévé, „felsőbbrendű Én”-jévé válik. *„A lélegzés az élet jele”* – ennek a mondatnak mélyebb jelentősége van, mint ahogy azok, akik élnek vele, általában sejtenék.

Ennek a szoros kapcsolatnak eredményeként a lélegzésben beállott változások módosulásokat okoznak a szellemben is, és megfordítva.

*

Most megkísérelhetjük, hogy hasznot húzzunk ezekből az érdekes megállapításokból és a tervbevett keresésnél gyakorlatilag értékesítsük őket. A lélegzés ritmusa összhangban működik szellemi állapotunk ritmusával – az izgalom rendetlen és szakadozott lélegzést vált ki, míg a nyugodt szemlélődés automatikusan szabályos és könnyű lélegzéssel jár. Minthogy a gondolat és a lélegzés ilyen szorosan kapcsolódik egymáshoz, az embernek akarata segítségével csak tudatosan figyelnie és szabályoznia kell lélegzetvételének számát és módját, hogy a megfelelő gondolati hatást előidézzék. Mert a lélegzés elcsendesedése gondolatok elcsendesedéséhez is vezet. Ha – mint a következő gyakorlatban – a gondolatot és a lélegzést egy magas cél érdekében összeolvasztjuk, belső állandó nyugalom állapota keletkezik, amelyben a valódi elmélkedés a folytonosan működő nyugati értelem számára is végtelenül könnyebbé válik.

Meg kell tehát kezdeni a következő négy pontban felsorolt gyakorlatot, melyet közvetlenül az értelmi analízis után – nem előbb – kell végrehajtani.

Három rövid előkészületre kell azonban figyelemmel lenni. Az első azt követeli, hogy gerincoszlopunk, mialatt ülünk, kényelmes és természetes módon egyenesen nyugodjon. Ez azért szükséges, mert a testtartás befolyásolja a lélegzést és a helyes testtartás segítségünkre van a lélegzet irányításában. A „testi irányítás iskolájá”-hoz tartozó indiai *jógi*-k nem kevesebb mint nyolcvannégy különböző helyzetét ismernek, amelyeknek fő célja az, hogy a lélegzésben bizonyos változásokat idézzenek elő – módszerünkönél azonban nincs szükség ilyen nehéz és bonyolult gyakorlatokra. Azután le kell hunyni a szemet és a lélegzési gyakorlat ideje alatt zárva is kell maradnia. Végül négyszer megismételt erőteljes kilégzés útján ki kell lökni a tüdőből az elhasznált levegőt. Miután ez megtörtént, rá kell térni *a lélegzetvétel megszokott számának megváltoztatására*.

- A lélegzet gyorsaságát fokozatosan csökkenteni kell – fokról-fokra egy kevéssel minden héten, és naponta egyszer-kétszer körülbelül öt percen keresztül, míg az előző mértékének körülbelül a *felére* csökken.

- Minden belélegzés végén az egész lélegzési tevékenységet gyöngéden korlátozni kell, a levegőt 2-3 másodpercig visszatartani, majd a tisztátlan levegőt ismét kilélegzeni.
- Ugyanakkor gondosan ügyelni kell arra, hogy a lélegzés menete nyugodtan, feszültség nélkül, kényelmesen és megerőltetéstől mentesen történjék.
- A lélegzési tevékenységet gondosan meg kell figyelni és az egész figyelmet erre irányítani.

Ezt a gyakorlatot közöljük itt, mert sokkal egyszerűbb, mint bármely más ódon és hagyományos gyakorlat, melyet a Kelet türelmes fakírjainak kell elvégezniük és mert a szerző úgy véli, hogy a modern embernek a szellemi hatásokat eszközökben és időben a legnagyobb takarékossgal kell elérnie. Mindez bizonyára nem idéz elő meglepő és drámai hatásokat, de hát a modern embernek nagyobb szüksége van a szellemi nyugalom enyhítő eszközére, mint arra a képességre, hogy egy hatalmas korty kénsavat tudjon lenyelni anélkül, hogy azonnal holtan össze ne essen! Ezenfelül pedig ez a gyakorlat éppolyan biztos, mint amilyen veszedelmesek a többiek.

Fontos most már, hogy a gyakorlatot minden egyszerűsége mellett is helyesen végezzük. Csak akkor válik hatásossá, ha minden feltételt pontosan teljesítünk. Ezeket tehát tüzetesebben ki kell fejteni.

A lélegzetvétel száma normális körülmények között percenként tizennégy és húsz között mozog és különböző egyénenként változik. Ez annyit jelent tehát, hogy átlagember minden hatvan másodpercben ennyi teljes lélegzetet vesz. ***A kilélegzés és belélegzés együttesen számít egy teljes lélegzetnek.*** Ezt a normális szakaszt kell csökkenteni. Az egyén fizikai típusának megfelelően 1-6 hónapi időtartam alatt le kell szállítani körülbelül percenként hét teljes lélegzés mértékére. Azoknak, akiknek természetüknél fogva lassúbb a lélegzésük, nem kell lélegzetvételük számát ennyire csökkenteni, mint azoknak, akiknek gyors a lélegzésük. A kívánt mértékre való leszállításnál minden gyakorlatozót testi ösztönének kell vezetnie. Lassan kell haladniuk és sohasem szabad átlépniük azt a pontot, ahol már feszültséget, fájdalmat, fuldoklást vagy elviselhetetlen nyomást éreznek. A tüdőben jelentkező kellemes vagy kellemetlen érzés figyelmeztesse őket, mennyire csökkenthetik vagy lassíthatják lélegzésüket. Így, ha az ember normálisan percenként tizenötször lélegzik, a gyakorlatot azzal kezdheti, hogy az első hét folyamán a lélegzés gyakoriságát percenként tizenkettőre, a második hét folyamán tízre csökkenti, majd a hónap végén már percenként csak hét lélegzetvételre korlátozza. Ezek a számok csak hozzávetőleges, általános tájékoztatók, de mindenkinek magának kell megtalálnia a saját útját. Egy órát lehet arra fordítani, hogy a gyakorlat első hete folyamán a lélegzési időszakokat beosszuk. Nem helyes azonban megszokni, hogy ebből a célból külső segítségre támaszkodjunk és ezzel a módszerrel szakítanunk is kell, amilyen gyorsan csak lehet; vagyis mihelyt csak megközelítő pontossággal is hozzászoktunk a kívánt ritmus felbecsüléséhez, amely körülbelül a normális felének felel meg. Nem kell ahhoz a kínosan pontos időbeosztáshoz ragaszkodni, amellyel például tojást főzünk.

A gyakorlatot körülbelül öt percig – ne tovább! – folytassuk. Ha reggel végezzük, este esetleg meg lehet ismételni.

Nem szabad megpróbálni, hogy gyorsan haladjunk – ezen a különleges területen lassan és természetesen kell előbbre jutni.

A lélegzetvétel csökkentésének mindenesetre úgy kell megtörténnie, hogy semmi hirtelen rendellenes rosszullétet ne érezzünk. Kezdetben természetesen elmaradhatatlan bizonyos könnyű szédülési érzet vagy kellemetlen nyomás, mert amikor az ember szokatlan módon kezdi használni testének valamely szervét, ez a rész természetesen egy ideig ellenállást fejt ki a rákényszerített idegenszerű tevékenységgel szemben. Ha valóságos fájdalmat, határozottan kínzó vagy fojtogató érzést, vagy más félreismerhetetlen rendellenes jelenséget észlelünk, azonnal szakítsuk félbe a gyakorlatot. A tanuló ilyenkor gondosan nézze át ismét az itt részletezett módszert, hogy ráeszméljen, vajon azt valóban helyesen alkalmazta-e mert ezek a tünetek csak a módszer félreértése vagy a szív, esetleg a tüdő szervi megbetegedése következtében mutatkozhatnak. Az ilyen betegségben szenvedő embereknek sohasem szabad lélegzési gyakorlatot végezniük.

Mindaddig, amíg az átlagember a gyakorlat rövid ideje alatt percenként a hét teljes lélegzetvétel legkisebb számához ragaszkodik, semmiféle veszélytől nem kell félnie. A gyakorlat teljesen biztonságos. Mielőtt a szerző először a „*Titkos ösvény*” című könyvében nyilvánosságra hozta, két orvos barátját, akiknek régi orvosi gyakorlatuk volt, kérte meg, hogy a megszabott lélegzési gyakorlatot minden tekintetben vizsgálják fölül és nyugtassák meg afelől – amiről egyébként meg volt győződve –, hogy semmi módon nem válhatnak ártalmassá, feltéve, ha pontosan végzik őket. Ezt a megnyugtatót meg is kapta.

Ha azután az ember ilyen módon minden kényelmetlen érzés nélkül tud már lélegzeni és miután heteken és hónapokon keresztül elég hosszú ideig gyakorlatozott ahhoz, hogy már bizalmat és biztonságot érezzen, emelnie kell a lélegzetellenőrzés ötperces közeit. Az előrehaladás során fokozatosan tíz, sőt tizenöt percre lehet őket szaporítani. Ennél hosszabb ideig azonban egyetlen európainak vagy amerikainak sem szabad gyakorolnia különleges vezetés nélkül, mert ha megteszi, megszűnik a gyakorlat biztonsága – de meg szükség sincs rá. A lélegzések számát ezeknek a gyakorlatoknak során a fent jelzett – legkisebb számú – hét lélegzésnél is alacsonyabbra lehet szállítani és ez a további csökkentés megfelelő hatalmas hatással járhat a szellemre. Mégis, csak a messzire előrehaladottak vállalkozzanak erre és akkor is olyasvalakinek a személyes irányításával, aki ebben a tárgykörben tapasztalatokat szerzett – különben átlépik a veszélyes zónát.

Ennek a négyirányú gyakorlatnak második feltétele azt követeli, hogy a lélegzetet vissza kell tartani. Ezt azonban nem szabad három másodpercnél tovább megpróbálni. Az a szünet, amely *a belélegzés után és a levegő kilélegzése előtt* áll be, fizikai vonatkozásban különleges fontosságú. Amint a lélegző szerv működése elcsendesedik, ugyanúgy elcsendesül a tudat is. Bizonyos osztályú indiai *jógi*-knak van egy különleges gyakorlatuk, amely ezt az időközt több percre terjeszti ki – ők ugyanis tudják, hogy ez az a bizonyos *semleges, illetőleg összekötő pont*, ahol a lélegzés a szellemmel találkozik. Régi tanításokból megtanulták, hogy ha a

lélegzetvételt rögzíteni tudják, rögzíteni tudják a gondolatot is. Ez tökéletesen így is van. Azok a körülmények azonban, amelyek között számukra ez a gyakorlat megengedhető, egészen mások, mint amilyenek között az átlagos nyugati ember él. Aki tehát utánózni próbálja őket és lélegzetét rendkívül hosszú időre, esetleg egészen két percig is visszatartja, az saját veszélyére jár el. A **jóga**-gyakorlatokat biztonságosan csak magányban lehet végezni, ahol semmiféle megszakítás vagy zavarás nem eshetik meg, ha a gyakorlatozó tökéletes nemi megtartóztatásban él és mindenekelőtt, ha egy **guru** (tapasztalt tanító) éber felügyelete alatt áll azok az európaiak és amerikaiak azonban, akiket rendkívüli fizikai vagy okkult erők elnyerésének ígérete csábított ilyen gyakorlatokra, rendszerint keservesen megbánták, amit tanultak. A rendellenes lélegzési gyakorlat általában káros eredményekkel jár, miután gyakran kóros jelenségek és szellemi zavarok a következményei. A szerző sohasem ajánlana válogatás nélkül a gyanútlan közönségnek ilyen veszedelmes eljárásokat. Annyival is nyomatékosabban figyelmeztet erre, mert gyakran látott szerencsétlen következményeket olyanoknál, akik erre nem ügyeltek. A lélegzési szünet, amelyet rendszerünk az átlagember számára előír, három másodpercre terjed és a rendes lélegzés ilyen megszakítása a legcsekélyebb veszéllyel sem jár. Ha nyugalommal folytatjuk a gyakorlatot és meglehetősen megbarátkozunk menetével, akkor lehet csak ezt az időközt kinyújtani és a lélegzést öt másodpercre visszatartani. Ez azonban a netovábbja a visszatartás idejének! Senki se legyen olyan botor, hogy ezt a számot túllépje, mert az erőfeszítés teljesen haszontalan és az illetőt még ismeretlen veszélyekbe is sodorhatja.

A harmadik feltétel könnyű. Kerülni kell a hirtelen, gyors mozdulatokat a belélegzésnél és inkább rendszeres, könnyű, tartós hatásra kell törekedni. A lélegzést szándékosan lassú és egyenletes folyamattá kell tenni. Kerülni kell a hallható lihegést. Arra kell törekednünk, hogy a lélegzési folyamatot lággyá és nyugalmassá tegyük. A levegőnek olyan finoman kell áramlania, hogy – mint azt kínai írók találóan megfogalmazták – az orr elé tartott tollpehely se rezzenjen. Mint ahogy az elmélkedés alatt tökéletesen elernyesztettük fizikai tartásunkat, ugyanolyan tökéletesen kell elernyesztetni a lélegzést is. Az elernyesztés művészetének a testen keresztül egészen a tüdőig kell behatolnia. Ennek a gyakorlatnak következtében a lélegzés olyan gyengévé válhat, hogy az orrlyukakban csupán egy finom, láthatatlan fonálhoz hasonló, vékony légáramlat mozog.

A folyamat negyedik és utolsó feltétele állandó és rögzített figyelmet követel, vagyis azt, hogy az ember **semmi másra** ne gondoljon. A gyakorlat néhány perce alatt állandó éberségre, a ki- és beáramló lélegzés feszült lelki figyelésére van szükség. A szellemnek minden más tevékenységtől el kell különülnie és kizárólag a lélegzési folyamatra kell rögzítődnie. Ez a szándékos éberség végül hatalmába keríti a lélegzést és könnyen fogja az apály és dagály alacsonyabb szintjére leszállítani ami a cél. Egész lelkünkkel részt kell vennünk a folyamatban, hogy a kettő egyesülhessen. A gyakorlatot semmi esetre sem szabad közömbösen végeznünk, hanem a lélegzési folyamatra fordított tudatos koncentrációval – ez különösen fontos, ha gyorsan akarunk előrehaladni. Minden más gondolatot el kell törölnünk és el kell felejtenünk és az „Én”-nek teljesen fel kell oldódnia a lélegzés ritmusában. A módszer

hatályossága arányban fog állni a ráfordított koncentráció fokával. Ha a figyelem megszakad vagy a gyakorlat folyamán szükségtelen szünetek támadnak, veszt abból az erejéből, mellyel meg tudja változtatni a szellem állapotát.

A lélegzési gyakorlat során esetleg tisztán hallja majd az ember a szívverését is, nem izgatott dobogás, hanem könnyű lüktetés formájában. Ez a lélegzés ellenőrzésére fordított fokozott figyelem természetes következménye, nem kell tehát nyugtalankodni miatta.

Az eredmény gyakran azonnal beáll, de esetleg csak idővel következik be – a gyakorlat azonban nem nehéz. Egyeseknél persze tovább tart, várát az eredmény magára, mint másoknál, minthogy a test, a szellem és a tudó képességei különbözők.

Mi lesz végül ezeknek a gyakorlatoknak eredménye?

A szellem a lélegzéssel való tökéletes összhang állapotába jut. Ahogy a lélegzetvétel csökken, a gondolatok is önmaguktól egyre jobban fogynak. A gondolkodás egész folyamata lelassul. Lassanként érezhetővé válik a belső nyugalom és derűs elernyedés általános benyomása. A hullámzó és nyugtalan szenvedélyek megnyugszanak és elülnek. Az értelem fogva marad, mint madár a hálóban – amint az ember hatalmába keríti a lélegzést, ugyanúgy kerül hatalmába a gondolati tevékenység is. A békés lélegzés tökéletes derűje tükröződik vissza a megnyugodott szellemből. A hosszú pillanatok alatt, amíg a lélegzetet visszatartjuk, az értelem ennek visszahatása alá kerül és a valóságot elfátyolozó ereje csökken.

Éppen ez a hatás szükséges ahhoz, hogy az ember a szellemi fejlődés útján a következő fokozathoz eljuthasson. Az értelem elérte határát és eljött a pillanat, amikor erőfeszítésével fel kell hagynia. Az elemzésnek ezen a ponton túl való folytatása már nem hajtana hasznat és csak akadály volna. Most készen kell állni arra, hogy éber figyelmünk egész képességét latba vessük és felfokozzuk s az „emberfeletti Én” kutatásában, belső lényegét illetően mélyebbre hatoljunk.

Az az ember, aki le akar merülni a tengerbe, nem azzal fogja kezdeni, hogy előbb a tengeren töpreng, hanem minden mást elfeledve visszatartja majd lélegzetét és fejest ugrik. Ugyanígy, ha arra készül az ember, hogy az „emberfeletti Én”-t határoló területre behatoljon, ne engedje át magát erre vonatkozó további elmélkedéseknek, hanem felejtse el minden mást, időlegesen tartsa vissza lélegzetét és aztán azonnal merüljön le egyre mélyebb „Én”-jébe.

Ennek a lélegzési gyakorlatnak egyszerűsége senkit se tévesszen meg és ne képzelje lényegtelennek. Ellenkezőleg, a szerző, jelentős hatásáról meggyőző beszámolókat kapott olyanoktól, akik értelmi elemző gyakorlatokkal kapcsolatban lelkiismeretesen elvégezték azt. Egyesek kezdettől fogva jó eredményt értek el, míg másoknak hónapokig kellett rá várakozniuk. Nem lehet tehát előre megjósolni, hogy milyen hamar lehet majd figyelemreméltó hatást elérni, mert az egyének hajlamaik szerint rendkívül különbözők, de abban biztosak lehetünk, hogy az ezirányú kitartó koncentráció kétségtelenül engedékenységre bírja majd a berzenkedő szellemet. Másrészt azonban ott, ahol a lélegzésnek ilyen szabályozása nem kapcsolódott egybe szellemi vizsgálódással, a kísérlet – szélsőséges esetben – üres és haszontalan transszal vagy pusztá önhipnózissal végződik, ami nem más, mint vágyaink és tevékenységeink szokásos kiélésének tunya elkülönülése.

Elgondolható, hogy van néhány nagymértékben bölcseleti vagy szellemi hajlandóságú ember, akinek számára az ilyen lélegzési gyakorlat nem megfelelő, sőt, aki azt érzi, hogy nincs szüksége rá. Az ilyen emberek el is hagyhatják, feltéve, hogy elegendő belső erejük van ahhoz, hogy az értelmi elemzés lépcsőfokáról minden különösebb nehézség nélkül a föltötte emelkedő sugallatos fokra lépjenek. A napnyugatiak túlnyomó többsége azonban nem tudja majd ezt az ugrást megtenni és ha igen, csak a legnagyobb nehézséggel – az ő érdekükben történt tehát ennek az egyszerű fizikai gyakorlatnak a megszerkesztése. Mert általában kifelé irányuló, a külvilág képzeivel állandóan telített értelmükkel nem tudnak a világi dolgoktól elszakadva, a mély szellemi absztrakciók területére hatolni.

Ezeknek a gyakorlatoknak a napi visszavonultság perkein kívül is jó hasznát veheti az ember. Ha a nap folyamán bármikor túlzott szomorúság vagy mértéktelen bosszúság, rendkívüli ingerlékenység vagy fékezhetetlen szenvedély, ellenőrizhetetlen idegesség vagy szorongató félelem hangulatai nyugtalanítják, bárhol legyen is az ember, csak ezt a lassú, ritmizált lélegzést kell gyakorolnia – és ez a gyakorlat rögtön megnyugtatóan hat az idegekre és visszaállítja az egyensúlyt. A lélegzetvételt a percenkénti hét lélegzés lassú ciklusára lehet leszállítani, olyan csöndben és feltűnés nélkül, hogy senkinek sem kell tudnia róla és ez megtörténhetik állva, járva vagy ülve, a nyüzsgő utcán vagy a csöndes otthonban. Van azután még egy kis gyakorlat, melyet az előzőhöz hozzá lehet csatolni (vagy éppen bele lehet illeszteni), bár az eljárásnak nem lényeges része. Azóta a hét esztendő előtti csöndes decemberi éjszaka óta, amikor a szerző ezt a Ganges közelében lévő otthonában először hallotta egy tudós *jógi*-tól – miközben a *jógi* arcát egy kis lámpás remegő sárga fénye világította meg –, sok más keresővel is közölte, akik azután azt csakugyan hasznosnak és segítőnek találták.

Ez abban áll, hogy pontosan és meggyőzően el kell képzelnünk, hogy a be- és kilélegzett levegővel az isteni lét egy része árad egyre belénk és árad egyre ki belőlünk, hogy azután újra visszatérjen. Ezen a sokatmondó módon az isteni lényeg a lélegzéssel azonosul számunkra. A jógi megmagyarázta továbbá, hogy amint az ember elérte az isteni tudatot, minden lélegzetvétel szellemi esszenciája a fej csúcsa felé húzódik és ott meg is marad, ily módon a szellem halhatatlanná válik, míg ha az embert személyes egoizmusa hajtja, a szellem láthatatlan esszenciája semmivé foszlik az űrben.

XII. FEJEZET

A SZEM TITKA

Ha a lélegzési gyakorlattal már annyira haladtunk, hogy szinte gépiesen és megerőltetés nélkül tudjuk végezni, áttérhetünk a hozzáfűzhető további és vele egyidejűleg végezhető gyakorlatra. Ez is testi előmozdítója a szellemi munkának, eszköze pedig a test legérzékenyebb érzékszerve: *a szem*. A megfelelő fok elérése előtt azonban nem szabad ezt az új gyakorlatot megkezdeni, mert az előkészületlen

kezében más lesz az eredménye, mégpedig olyan, mely nemcsak hogy nem éri el célját, de veszélyessé is válhat. Minthogy valószínű volt, hogy ezzel a gyakorlattal ostoba vagy éretlen egyének visszaélnének vagy túlságosan korán alkalmaznák, a szerző mindaddig nem hozta nyilvánosságra. Megfelelő kézben és megfelelő időben alkalmazva azonban igen értékes és ezért nem lehet tovább hallgatni róla a tökéletességre – hacsak kis mértékben is számot tartó különleges módszer leírásánál.

A következő fokozat a szellem még mélyebb alámerülését kívánja, de a külvilágnak olyan nagy hatalma van fölöttünk, hogy gyakran hasznát vesszük bármilyen külső megfogható tárgynak, hogy gondolatainkat beállíthassuk rá és az értelemszerű elmélkedésből az elvont szemlélődésbe való alámerülésünket előkészítsük, különösképpen pedig, hogy figyelmünket belsőleg megszilárdítsuk. Kitaláltunk tehát egy látási gyakorlatot, amely kiválóan alkalmas ennek a hatásnak az elérésére.

A természet nem ok nélkül utalt ki magasabb rangot a szemnek, mint a többi érzékszervnek. Emberi létünkben a látás funkciója a legfontosabb helyet foglalja el. Segítségével nyilatkozik meg számunkra a világ, teljes terjedelmében. De nemcsak jelentős rangja adja meg neki azt a fontosságot, mellyel a természet látószervünket felruházta, hanem különös alkata is. Egyetlen érzékszernél sem olyan finom felépítésű, olyan nemes anyagú és olyan érzékeny működésében, mint a szem. Már magában ez is megértetheti velünk, hogy a természet finomabb és kevésbé materiális szerepet szánt testi életünkben a szemnek, mint a többi érzékszervnek. És valóban így is van. Mert a szem nemcsak a durva külvilágot érzékelteti velünk, hanem hozzásegíthet a belső, finomabb világ érzékeltetéséhez is, mert a költő (Edgar Allan Poe) szavai szerint *„a szem a lélek ablaka”*. A szem fénylő felülete mögül a hozzáértő kiolvashatja tulajdonosa gondolatainak és érzelmeinek általános irányát. Ilyen visszasugárzó fényének mivolta. Ami az agy vagy a szív felfoghatatlan némaságában rejtőzik, azt a szem akaratlanul leleplezheti. Semmiféle más érzékszernél nem lehet az ember jellemét és értelmét olyan pontosan megérteni és megítélni, mint saját szemén keresztül. Ez a való igazság olyan feltűnő, hogy Buffon, az éles megfigyelésű és gondolkodású francia természetbúvár már a XVIII. században ezt írta:

„Titkos mozdulataink képei elsősorban a szemén rajzolódnak ki. A szem minden más szervnél szorosabban tartozik a lélekhez. Látszólag a lélek minden rezdülése befolyásolja és valamennyiből kiveszi a részét. Egész erejével, egész tisztaságában megjelenteti a lelket, úgy hogy tüzét, tevékenységét és valóképpen mását annak, ami megihleti, más lélekbe is át tudja árasztani. A szem befogadja és ugyanakkor visszasugározza a gondolat értelmét és az érzelem melegét. Ő a lélek értelme és az értelem kifejező eszköze.”

Az elhunyt Lord Leverhulme, a gazdag iparmágnás, aki a maga idejében a világ legjelentősebb ipari vállalkozását teremtette meg, egyszer beismerte: *„Állást kereső jelentkezőknél figyelmemet legelőször is a szemre fordítom.”* Nyilvánvaló tehát, hogy a szem – az emberi testnek ez a legcsodálatosabb és legszebb szerve, mozgó szemhéjával és forgó pupillájával – különleges rokonságot tart az ember belsejével. Vizsgáljuk most már meg ennek a rokonságnak természetét.

Az anatómus nyomon követi annak a szem és az agy közötti fontos összekötő közegnek menetét, melyet **látóidegnek** nevez. A látás egyszerű művelete sokkal többet tartalmaz, mint amit a külszín mutat. Ez a fény működésén alapul, amely a légkör közvetítésével ott rezeg mind a látott tárgyon, mind pedig magában a szemben. A külsőleg kapott benyomásokat azok a fényhullámok okozzák, amelyeket külső tárgyak bocsátanak ki. Ezeket a sugarakat a szemhártya gyűjtőpontja gyűjti össze és ott kémiai változások segítségével lefotografálja. Ezek a változások az idegenergia áramlásával kapcsolatosak és az optikai idegek révén kerülnek az agyba.

Már megállapítottuk, hogy az agy – bármennyire befolyásolja is gondolkodásunkat és korlátozza tudatunkat – nem a valódi teremtetője egyiknek sem, minthogy ő maga is csak csatornája, illetőleg szerve az „emberfeletti Én” finomabb, hozzáférhetetlenebb erejének. Az elemzés következtében tudjuk, hogy a gondolkodás a materiális agymolekulák működésén kívül is folytatódik és hogy az „emberfeletti Én”, a lényünk legmélyén rejtőző valódi „Én” sokkal több, mint anatómiai, anyagszerű részecskék átmeneti kapcsolata. Csupán csak ez a belső erő az, amely a testi gépezetet hajtja, amely ezeket a fényképezett lenyomatokat a tudatra átviszi és így a látást egyáltalán lehetővé teszi. Jusson eszünkbe, hogy a szellem („Mind”) – olyan **erő**, amely ugyanolyan valóságos, mint maga a lét és a maga módján éppúgy regisztrálható, mint a materiális atomban rejtőző és valódi mivoltát alkotó elektromos energia láthatatlan hulláma. A szellem tehát nem tehet egyebet, mint hogy a finom energia egy hullámát az optikai ideg útján mindannyiszor a szembe vetíti, valahányszor kifelé, fizikai környezetünkre nézünk, valami külső tárgyat pillantunk meg vagy személyre tekintünk. Ezeknek a rezgéseknek részt kell venniük az őket előidéző szellem természetében, jellemében és intenzitásában. Ha ezt tudatosítjuk, akkor talán kezdjük majd megérteni, miért tud az emberi szem nemcsak annyi mindent feljegyezni az emberi személyiségről, hanem miért tudja különleges tulajdonságait is megszólaltatni. Nemcsak passzív, hanem aktív szerv is. A szem azonban nem végleges lakóhelye annak az erőnek, amely az agyból kiindulva a testi szemet ugyanazzal a villámszerű gyorsasággal éri el, mint amellyel a fotográfiai benyomások az agycentrumok környékét eléri. Ez az erő a szemet csak kapunak használja és aztán tovább sugárzik a külvilágba. Röviden és tudományosan kifejezve: az emberi szemnek határozott kisugárzása van.

Maga a tudomány határozott bizonyosságot tett ezekről a sugarakról, melyeket az emberi szem észrevétlenül küld ki normális érzékeink útján és ennek példája megtalálható Raoul Montandon **„Les Radiations Humaines”** (Az emberi kisugárzások) című művében.

Különböző kísérletek igazolták a szem kisugárzásának mechanikus tevékenységét. Mr. Jounet lengésbe hozta egy zoomagnetometer tűjét anélkül, hogy más hatóerőt alkalmazott volna, mint az akaratot, amely minden érintkezés nélkül vivődött át annak a közvetítő jelenségnek segítségével, melyet „magnetikus tekintetnek” nevezhetünk. „Megpróbáltam – mondja – a tű lengését határozott irányba terelni úgy, hogy kezemet leengedtem és csak szememet szegeztem a tűre – melyet valóban sikerült is a kívánt irányban kilengetnem.” Ebből az következtette, hogy bizonyos emberek számára lehetséges szellemi tevékenység révén mozgásba

hozni egy zárt és szilárd agyagtartályban felfüggesztett réztűt. Ugyanezt az eredményt kétségtelenül bármely más elég mozgékony berendezésnél is el lehetne érni. Ismeretes bizonyos fajtájú elektroszkóp is, amelynek segítségével lehetséges az emberi tekintetből kisugárzó energiát mérni. A kísérletező azzal, hogy tekintetét egy selyemfonálra felfüggesztett érzékeny gyűrűre rögzíti (meg kell jegyeznünk, hogy a gyűrűnek valódi fémből, aranyból – ami a legjobb – vagy ezüstből, platinából stb. kell lennie), lengést idézhet elő, amely a kísérletet végző egyének szerint változik, amiből tehát joggal következtethető, hogy valóban van a magnetikus rezgéseknek ilyen területe.

További érdekes kísérletet végzett dr. Charles Russ, a Királyi Sebésztársaság tagja, az 1921. évi oxfordi szemorvosi kongresszuson. Bemutatott egy elektromagnetikus szerkezetet, amelynek fő jellegzetessége egy ércszekrényben selyemfonálon függő finom rézdróthuzal volt. A huzalt egy mágnes rögzítette, amely természetes módon a magnetikus délkörben feküdt. Ha a megfigyelésére szolgáló ablakrésen keresztül emberi szem nézett be és a tekintete huzamosabb ideig érte a huzalt, ez mozgásnak indult, mégpedig általában a megfigyelő szemtől távolodó irányban. Ha a tekintet a túlsó véget érte, a huzal az előbb előidézett mozgással ellentétes irányba lendült. A tekintet hatása mind ennél, mind más kísérleteknél, határozottan a látóvonal irányában nyilvánult meg. Dr. Russ ebből azt a következtetést, hogy van bizonyos erő, mely az emberi látás aktusának kísérő jelensége.

A régi hinduk felfedeztek bizonyos egyezéseket az emberi test különböző részei és a természet különböző elemei között. Így a földet a karokkal, a vizet a nyelvvel, a tüzet, a természet legmagasabb rendű energiáját, azonban a szemmel hozták összefüggésbe. Ezért azt tartották, hogy az ember szellemi tudata szemében nyilatkozik meg. Indiában a szem hatalmának olyan fontosságot tulajdonítanak, hogy ha egy nem-brahmin pillantása egy brahmin valamilyen eszközére vagy élelmére esik, az utóbbinak a hinduk vallási törvényei értelmében kötelessége az edényt rögtön megmosni, az élelmiszert pedig érintetlenül eldobni, nehogy a másik kifejtette alantas magnetizmus tisztátlanná tegye.

Érzékeny személyek érzik is néha a láthatatlan magnetikus áram kisugárzását, mint például annál a mindennapos jelenségnél, amikor az ember egy hátulról a nyakára, vagy vállára irányuló pillantás önkéntelen viszonzásaképpen hátrafordul. Miért volna a szemgolyó egyetlen pontra való irányulásának ilyen különös ereje? A kérdés nem hatol elég mélyre, mert nem ismeri fel, hogy a szem *mögött* rejtőző erő, tehát a szellem az, amely koncentrálódik. Hogy ilyen erő valóban van, meggyőzőbben bizonyítják azok az érzelmek, amelyeket azoknak az embereknek tekintetében felfedezünk, akiknek erős belső gondolati, lelki vagy érzelmi világuk van. Mindennapi életünk – akár üzleti, akár hivatásbeli, akár társadalmi vagy házi tevékenységünkben – időről időre pozitív megnyilvánulásokkal bizonyítja az említett megállapítás igaz voltát. Mindenkinél csak keresgélennie kell emlékei között, hogy eszébe jusson, hányszor bukkant fel ilyesmi személyes élményei körében. A legszegényebb munkástól az ország legmagasabb uráig, mindenkinél voltak már ilyen tapasztalatai.

Nők ösztönösen megértik ezt az igazságot. Mindenütt, ahol kimagasló egyéniségű nők uralomra vágytak a másik nem fölött, vagy pusztán csak kokettériát űztek, felhasználták tekintetüket, céljuk elérésére legeredményesebbnek látszó eszköznek. A történelem számos nőről emlékezik meg, akik fegyvertáruk egyik leghatékonyabb fegyverével, tekintetükkel, illetőleg szemükkel, hódították meg a férfiakat. A régi időkben Salome hódította meg így Herodes királyt és igázta le Kleopatra Marcus Antoniust ugyanolyan módon, mint ahogy a modern korban a népszerű mozielőadásokon Greta Garbo hódít meg milliókat.

Magasabb síkon, zseniknél, szenteknél, misztikusoknál és *jógik*-nál a tekintetben lakozó hatalom még feltűnőbb példáit találjuk.

Az igazi *jógi* szeme felismerhetetlen. Az olyan ember, aki gondolatait huzamosabb ideig hatalmában tartotta és szellemét állandó szemlélődés révén befelé fordította, szemével leplezi le magát. A hinduk szent legendái elmondják, hogy az istenek tekintete szilárd és mozdulatlan. Napóleon szeme is ilyen volt (ezt Heinrich Heine is észrevette, amikor a minden modern császárok legnagyobbikát diadalmasan bevonulni látta Düsseldorfba). **„Kutató tekintetében van valami különleges és megmagyarázhatatlan, ami még a direktóriumra is hatással volt – ítélj meg, vajon nem tudna-e egy asszonyt megfélemlíteni”** – írta Josephine Beauharnais a fiatal Bonaparte tábornokról, aki őt feleségül akarta venni. Maga Napóleon ezt mondta: **„Ritkán húztam ki kardomat – csatáimat szememmel, nem pedig fegyvereimmel nyertem meg.”** Ilyen volt Goethe hosszú élete végéig állandó gondolatokba merült tekintete is.

Napóleont kortársai nagyon félreértették: lelki rejtély volt és öntudatlan *jógi*, eszköz a magasabb hatalmak kezében, mint ahogy az volt Akbar indiai császár is, aki legalább annyira hatalmas egyénisége, mint katonai eszközök segítségével építette fel és fogta össze óriási császárságát. Akbarnak is rendkívül figyelemreméltó szempárja volt. A jezsuita misszionáriusok, akik látogatóban jártak udvaránál, úgy írják le szemét, hogy az „remegett, mint a tenger a napfényben”. A tekintet erejének megdönthetetlen bizonyítéka és legmagasabb apoteózisa azonban a hipnózis példája. Itt pontosan látjuk a szem hatását és hatalmát mint olyan eszközt, amely valamely személy akaratát és gondolatait egy másikra kényszeríti. Aki egyszer részt vett ilyen bemutatáson, meggyőzőbbnek fogja találni száz bizonyoságnál.

*

Végül kétségtelen az a különös valóság, hogy az ember a mély absztrakció vagy a szem előidézte önhipnózis folyamán nemcsak másokat, de önmagát is befolyásolhatja. Különösen írók szokása, hogy amikor valami szellemüket erősen foglalkoztató eszmét megháynak s vetnek magukban, álmodozásba merülnek, miközben ugyanakkor valami megfogható tárgyra bámulnak. Ebben a vonatkozásban emlékeznünk kell arra, hogy amikor az ihletet elemeztük, úgy találtuk, hogy az álmodás állapota különösen kedvező a zsenialitás tökéletesedésére, mert előtérbe hozza az „emberfeletti Én”-t vagy a „lélekfeletti Lelket”.

Jakob Böhme, Görlitz kis német vidéki város XVII. századbeli susztermisztikusa, élete során számos nevezetes megvilágosodásnak volt részese, amelyekben Isten és a természet legbelsőbb titkai tárultak fel előtte. Első megvilágosodását huszonöt éves korában élte meg – ez váratlanul kezdődött, amikor egy napon tétlenül üldögélt szobájában. Szemét véletlenül egy csillogó bádogtálra irányította, amelyen a napfény oly sugárzóan tükröződött, hogy tekintete önkéntelenül rátapadt – olyan szép és fenséges volt a tál tükrözése. Extatikus transzba esett és szelleme valami belső világba vonult vissza. Ekkor és ilyen módon ébredt az isteni dolgok tudomására. Úgy látszott, hogy a természet minden jelensége belülről megvilágosodott, a teremtés mögötti szent erők láthatóvá váltak és az anyagi világ rejtett alapjainak titka feltárult előtte. Ezután mély békességben élt, de hallgatag maradt és emlékezésül könyvben írta le látomásait. Később sem beszélt róluk senkivel, csak csendben dicsőítette Istent és mondott hálát neki. A benne lejátszódott csodálatos változásról valahol egyik könyvében azt mondja, hogy olyan volt, mint a halálból való feltámadás! Ezt a tanulatlan susztert – aki olyan alázatos volt, hogy írásait ezzel a kijelentéssel kezdte: **„Olyan keveset tudtam a rejtett titkokról, mint a legalacsonyabb mindenki között, de Isten csodáinak látomása kitanított úgy, hogy csodáiról írnom kell, bár tulajdonképpen csak az a szándékom, hogy emlékezésül a magam számára írjam meg őket”** – miután megtette az első lépést ebbe a magasabb birodalomba, az átható tekintet hatalma egyik szellemi megnyilatkozástól a másikig vezette, míg megszállta a végső megvilágosodás és ezt írhatta: **„Megnyílt előttem a kapu úgy, hogy egy negyedóra alatt többet láttam és tudtam, mintha több esztendő tölthettem volna valami egyetemen, amin rendkívül csodálkoztam és ezután Istennek köszönetet mondtam érte. Felismertem és láttam önmagamban a három világot: vagyis az isteni (angyali és paradicsomi), a homályos, majd a külső és látható világot (amely részben a belső, részben a szellemi világok műve és külső születési formája).”**

Lesznek, akik fejüket csóválják arra a gondolatra, hogy transzba essenek egy magasabbrendű állapot elérése érdekében és ezt olyan rendkívül kellemetlen feltételnek tekintik, melyet minden áron el kell kerülni. Különösen Amerikában és Európában lesz ez így, ahol az effajta megfigyelt jelenségeket rendszerint vagy hipnózissal vagy betegséggel hozzák kapcsolatba. Nem tudják, hogy a transznak vannak különböző formái és fázisai és hogy ezek közül egyesek olyan értékesek és vonzóak, mint amilyen károsak és visszataszítók lehetnek mások. A Kelet jobban ért ezekhez a dolgokhoz. Mert a zseni vagy az ihletett ember, aki teremtő pillanataiban egy álmokképe mélyed, ezzel egyszerűen csak a transzállapot legelemibb formájába lépett. Ha egy időre meg tudna feledkezni munkájáról és mégis megmaradna ebben az absztrakt állapotban s ha megkísérelne benne elmélyülni, valószínűleg tökéletes transzba – mégpedig rendkívül öröndetesbe – menne át. A szem az az érzékszerv, amely a legközelebbi kapcsolatban van a szellemmel. Nem csupán fényképező eszköz, passzív felvevő készülék, hanem az emberi személyiségnek erősen aktív, szellemi és lelki eszköze is. A szem, az Ego és az „emberfeletti Én” között lévő meghitt viszony ismeretében most már jobban előkészültünk rá, hogy az itt következő látási gyakorlat értékét megbecsüljük.

Mint ahogy a légzési gyakorlat elsősorban az aktív temperamentumú és tevékeny életű, főleg nyugati emberek szellemi uralmának elérésére szolgáló fizikai segédeszköz, ugyanilyen típusú a következő gyakorlat is. De nemcsak ahhoz fog hozzásegíteni, hogy a jelzett eredményt elérjük: tovább is vezet, mégpedig az álmodozás állapota, a transz-állapot határszegélye felé.

A gyakorlat nem új – tibeti lámák, indiai **jógi**-k és kínai jósok már régen ismerik és végzik, mint ahogy a régi Egyiptomban minden főpaptól elvárták, hogy ennek a gyakorlatnak adeptusa, beavatottja legyen. Ezt a gyakorlatot nem szabad addig megkezdeni, míg elég hosszú időn keresztül nem végeztük a lélegzési gyakorlatokat úgy, hogy hatását megállapíthattuk és – ami különösen fontos – míg gépiesen és öntudatlanul nem tudjuk végezni. Az idő hosszát nem tudjuk előírni, mert az az egyéniségnek megfelelően változó: tarthat néhány hétig, de tarthat több hónapig is. Elég annyit mondani, hogy azt a pontot, amikor ezt a szemgyakorlatot, a napi lélegzési gyakorlat eredményeként meg lehet kezdeni, a gondolatok határozott, bár csak részleges elnyugvása jelzi. Azzal kezdjük, hogy valamely valóban tisztelt személy fényképét falra, táblára, asztaira vagy más bútordarabra kényelmesen, szemmagasságban rögzítjük. A kép felülete, ha lehet, legyen fényes. Lehet valami élő szellemi tanító, szent, vagy bölcs képe, mert az ilyennek az a különös hatalma van, hogy hozzájárul a szellemi nyugalom eléréséhez. A szerző még többet is mondhatna ennek a különös módszernek más fontos alkalmazásairól – az általános etika érdekében azonban kénytelen erről lemondani. Hogy ilyen erő csakugyan van és hogy a fénykép valóban képes hatását közvetíteni, az ismeretes, és ezt Perzsia és Afrika mohamedán misztikusai, meg az indiai jógi-k is tanítják – a nyugati ember azonban nemigen hiszi el az ilyen állításokat, a megnyilvánuló segítséget pedig kényelmesen az „önszuggesztio” számlájára írja. Szerencsére a szerző a „*New-York American*” című újság olvasása közben állításának váratlan bizonyítékára bukkant. Az 1933. évi március 31-i számban talált egy tudósítást valami újonnan feltalált műszerről, amely fényképlemez alapján meg tudja állapítani, hogy az ábrázolt személy a felvétel óta meghalt-e. A lap ehhez a következőket fűzi:

„E. S. Shrapnell-Smith, ismert angol tudós ma az élethullámok vagy „Z-hullámok” mozgásának fényképlemezen való kimutatásáról és ezeknek a hullámoknak az egyén halála után való elsimulásáról számolt be. Shrapnell-Smith, aki szaktekintély a vegytan területén, a következőket mondotta:

„Az élet, mint valami rádióállomás, különleges fajtájú hullámokat bocsát ki. Ezek az emberi élethullámok átvihetők és fényképlemezen rögzíthetők. Amíg a fénykép ábrázolta egyén életben van, a hullámok mozgása élénk. Abban a pillanatban amikor meghal – közömbös, hogy a fényképtől milyen távolságban – a lemez nem sugározza többé az élethullámokat.

– Pillanatnyilag nincs módomban, hogy megmondhassam, miben áll ez a készülék, de azok a jelenségek, amelyeken alapszik és amelyektől függ, a következők:

1. a kisugárzás,
2. a magnetizmus,
3. a statikus elektromosság.

4. a közönséges elektromosság.

– Semmi lelki vagy titokzatos eleme nincsen. Egyszerűen a tudomány törvényei új alkalmazásának eredménye.”

Ehhez még hozzáfűzhetjük, amit a feltaláló nem tudott: hogy ezek az élethullámok együtt járnak a személy szellemi jellegzetességeivel, lelki légkörével, sőt még az illető felidézte személyi benyomással is. Az olyan ember légköre pedig, aki maga már szellemi nyugalomhoz jutott, etikailag megihlető értékétől függetlenül is határozottan hasznos magas céljaink elérésére.

Ha nem ismerünk se bölcset, se szentet, se szellemi irányítót, vagy nem tudjuk ilyennek fényképét megszerezni, helyettesítsük valami festménnyel vagy akár plasztikus ábrázolással. Aki továbbá jobban szeretné tiszteletét egy korábbi évszázadokban, a fényképezés feltalálása *előtt* élt szent, bölcs vagy szellemi tanító iránt bemutatni, az a fényképet szintén az említett ábrázolásokkal pótolhatja. Ha pedig végül valaki sem a jelen, sem a múlt egyetlen szellemi személyiségét sem akarja tiszteletben részesíteni, ennek helyébe a következő tárgyakat állíthatja maga elé: 1. Bármely szép, hangulatos táj fényképét vagy képét; ez azonban lehetőleg csak egyetlen és egyszerű körvonalú legyen, mint például a japán képek; inkább ábrázoljon magányos hegycsúcsot, mint hegláncot, inkább egyes fát, mint egész erdőt, 2. egyszerű vázában álló; lehetőleg illatos virágszálat; 3. értékes követ, amelynek fényét a támasztékul szolgáló háttér ellentéte növeli. A háttérként szolgáló kendő vagy selyem színét tehát gondosan kell megválasztani. Minthogy azonban bizonyos nemes kövek magnetikus kisugárzása hátrányos az elmélkedésre, a kövek kiválasztását a következőkre kell korlátozni: gyémánt, zafír, kristály, gyöngy, topáz és különösen a fekete kövek, mint amilyen az onix, fekete agát és zsett.

Bármilyen tárgyat válasszon is azonban az ember, kisebb terjedelmű legyen és mindig egyvonalban álljon a szemmel, sohasem magasabban, se alacsonyabban. Azonkívül úgy feküdjék, hogy az ablakon át betűző világosság vagy a napfény egyenesen ráessen. Az ember azután üljön le a tárgytól mintegy 120 cm távolságnyra és kezdje el nézni. Ha valamely bölcs fényképét választottuk, tekintetünket *szemöldökei közé* irányítsuk.

Van még egy másik módszer is, olyanok számára, akiknek nincs kedvük mindezekkel a dolgokkal bíbelődni. Ezt a Himalaya-hegység egyes *jógi*-jai gyakorolják. Az ember mutatóujjának hegyét tartsa mintegy 15 cm-nyire szemétől és addig nézze mereven; míg szeme belefárad – ennél a módszernél ugyanis egy kis bandzsítás is beáll. Nem a legjobb módszer, de egyeseknek megfelelhet. Azok, akik a szabadban gyakorolnak, felhasználhatják ugyan az előbb említettek egynémelyikét, de le is mondhatnak róluk és tekintetüket a környező táj akármelyik pontjára koncentrálhatják. Ilyen valamely közeli fa egyik levele, egy domb csúcsa, vagy a folyó szemközti partján egy virág szirma. Tibeti remeték, ha ahhoz a fokozathoz értek, hogy transz-állapotot akarnak előidézni, azzal kezdik, hogy szemüket vagy egy játékcsga nagyságú kis fénylő fémgolyóra, vagy valamely távoli tárgyra függesztik.

Itt utalni kell arra, hogy mind az elmélkedés, mind pedig a lélegzési gyakorlat leghelyesebben *csukott szemmel* végezhető, mert így csökkennek a figyelmet elvonó külső körülmények, a gyakorlatot tehát, melyről szó van, csak akkor szabad

elkezdeni, ha az előkészítő fokozatot már elvégeztük. Ha előkészítés nélkül kezdünk hozzá, semmi szellemi hasznát sem húzunk belőle és vagy álomba, vagy médiumi függőségbe esünk, vagy egyszerűen csak időnkét pocskoljuk. Ez nem kezdőknek, hanem előrehaladottaknak való módszer.

Miután leültünk és gondolatainkat rendeztük, tekintetünket kizárólag a választott tárgyra kell irányítanunk és megkísérelnünk, hogy kezdetben öt percig, majd ha a gyakorlatban már előrehaladtunk, hét-tíz percig látókörünkben tartsuk. A merev nézést ezen a végső időhatáron túl meghosszabbítani nem ajánlatos.

Tekintetünket szilárdan a gyújtópontra kell koncentrálni – a gyakorlat alatt a szemnek lehetőleg nem szabad pislognia, még ha közben könnyezne is. Ez eleinte nem lesz könnyű, de ha kitartóan akarjuk, végül sikerülni fog. A szellemnek éppoly kevésbé szabad elcsatangolni a választott tárgytól, mint a tekintetnek. Viszont azt sem szabad megengednünk, hogy vele kapcsolatban valami csapongó gondolat támadjon fel bennünk. Nem szabad a tárgyról gondolkodnunk, hanem csak szakadatlan figyelemmel kell azt tudatosítanunk. Addig folytassuk a gyakorlatot, amíg bírjuk, anélkül azonban, hogy megerőltetett, vagy túlfeszített állapotba kerülnénk. Arra kell törekednünk, hogy a gyakorlatot természetesen és magunkat elengedve végezzük, anélkül hogy szemhéjaink megrezdülnek,

*

A tekintet rögzítése a szellem rögzítéséhez vezet. Ez teremti meg az állandó figyelmet, mert ez a sajátosság azt az utat követi, melyet valamely külső tárgy szab meg számára. Ha tehát az ember tudatos lényé tökéletesen **egy pontra** helyeződik, addig lappangó belső lehetőségei is jelentkezni kezdenek.

Bizonyos gyakorlás után az ember megszokja a látás rögzítését és állandó, szilárd tekintetre tesz szert – akkor azután megkezdődhetik a gyakorlat második és magasabbrendű része. Ez abban áll, hogy a tudatot szellemileg a külső tárgyról benső „Én”-ünkbe vonjuk vissza, mialatt tekintetünket még mindig szilárdan és minden más kizárásával a tárgyra irányítjuk.

Ha a megszabott fokozaton elvégezzük ezt a rövid gyakorlatot, hatása belsőleg az átható nyugalom keletkezése és minden külsőleges elfeledése lesz. Mialatt az ember szellemét befelé fordítja, átmenetileg eltörlődnek a személyes élet világos és sötét emlékezései és egész lényé szilárdná, úgyszólván egyértelművé válik. Valami féltransz-szerű állapot fog bekövetkezni, amelynek során az embernek igyekeznie kell tökéletesen ébernek és figyelőnek maradnia, anélkül azonban, hogy valamelyes szellemi, érzelmi, vagy külső megmozdulás hatalma alá kerülne. Az ülő testet abszolút nyugalomnak kell körülburkolnia és ha ez a nyugalom a szellemben is behatolt, a test oly mozdulatlaná válik, mint egy darab fa.

Miután tehát figyelmünket visszavontuk arról a tárgyról, amelyre beállítódott, nem kell valami rendkívüli élmény után kutatnunk, hanem türelmesen meg kell elégednünk az egyszerű önmagunkba-merüléssel, mialatt a tekintet rögzítve marad, anélkül azonban, hogy látna valamit. Ha azután ismételt kísérlet és tapasztalat révén „Én”-ünk szellemi analízisében, lélegzetünk szabályozásában és végül tekintetünk

rögzítésében eléggé előrehaladtunk, elérkezik az az idő, amikor nem kell – de nem is tudjuk – magunkat megerőltetni, hogy figyelmünk gyűjtőpontját a tárgyról visszavonjuk – ez ugyanis a szellemi területről *automatikus*an eltűnik, miközben a mély koncentráció olyan álomszerű állapotot idéz fel, amelyben a szellem mélyen elmerül és a személyiség megszokott körvonalai is elmosódnak. Ennek az állapotnak tüzetesebb megértetésére a szerző kénytelen az előbbi mondatban használt „eltűnik” szót közelebbről meghatározni azzal, hogy kijelenti: ez az eltűnés *a figyelem előteréből a háttérbe* való eltűnést jelenti. Nem tökéletes eltűnés tehát csak olyan, mint mikor egy zseniális színész tökéletesen játssza Hamlet szerepét és minden kimondott szóban, minden megtett mozdulatban intenzíven benne él, valahol lelke háttérében mégis *érzi* saját személyiségét. Ilyen módon lehet például egy fényképet néznünk, de úgy, hogy csak bizonytalanul, elmosódottan, teljesen közömbösen szemléljük. Csak felhasználjuk, mint az építőmester az állványzatot – amint a ház felépült, az állványzatra sincs többé szüksége.

Csak ennek a gyakorlatnak sikeres elvégzése után, a mély álmodozásnak ebben az állapotában éli meg az ember tudata belső megváltozását. Az ember beszüntetett minden erő kifejtést és rendkívüli nyugalmi állapotban várakozik. Minden dolog, amire törekedett – legyen az akár énjének tudata, akár szellemi vagy érzelmi hatalom – elfoszlik a háttérben. A külső tárgy, amelyre tekintetét beállította, ennek a mélyen átértézt biztonságnak a légkörében önmagától kicsúszik szellemi karmai közül.

A valóságban az történt, hogy a tudat erősen szokatlan középpontjának szférájában koncentrálnak, mialatt a számára ismerős külső környezet érzékelhetetlenné vált. Ez utóbbi funkcionálásának megszűnésével kezd kibontakozni valódi „Én”-jének első halk megnyilvánulása a tudatosodás körén belül. Ez a kibontakozás eleinte rendkívül ködszerű és alig lehet néhány másodpercnél tovább rögzíteni – hetekre, esetleg hónapokra terjedő ismételt gyakorlatozás útján kell tehát megtanulnunk, hogy tökéletesen átadjuk magunkat ezeknek az első megnyilvánulásoknak és ne álljunk nekik ellen. Ilyen módon hosszabbítjuk meg lassanként azt a szeráfikus időközt, amelyben a dolgok külső területét elhagyva, tudatunkat a központ felé fordítjuk és az egyesült „Én” boldogságát megtaláljuk.

A rögzített és mégis elvont tekintetnek ezt az erejét a hindu jógi *„trataka”*-nak nevezik. Azok az emberek, akik a többi megszabott feltétel betartásával gyakorolnak, ezt az erőt könnyen megszerezhetik. Ha azonban a gyakorlás helytelenül történik, álmoságot és az elalvásra való hajlandóságot kelti fel. Ezt minden esetben el kell kerülni azzal, hogy rögtön felállunk és a gyakorlatot, amint ennek a hibának tudatára ébredtünk, abbahagyjuk. Itt újra óvást kell emelnem a gyakorlattal való visszaélés ellen. Ha az önelemzés és a szellemi aspiráció kellő előkészülete nélkül kezdünk a gyakorlatokhoz, ez könnyen pusztá önhipnózisra vagy médiumszerű transzra vezethet és ekkor nem érzük el a magasabbrendű szellemi eredményt – amit viszont elérünk, az valóban kevésbé kíváncsú. Azok az emberek, akikben nincs meg az értelem és az érzelem bizonyos fokú egyensúlya, különösen szívleljék meg ezt az óvást. Szellemileg éretlenek, vagy olyanok, akik nem alkalmazkodtak sem ehhez a könyvhöz, sem az előző fejezetekben követelt feltételekhez, a gyakorlatot saját veszélyükre végzik. A lelki médiummá válásnak bizonyos állapotát idézhetik fel és

nemkívánatos szellemi lények figyelmét vonhatják magukra, amelyek a szellemvilág határsávján tartózkodnak és a védtelen, médiummá vált emberekhez vagy hipnotizált személyekhez tapadnak. Minthogy ez a gyakorlat megerőlteti és összehúzza a szemizmokat, elvégzése után ellenhatást kell kifejtenünk azzal, hogy abbahagyjuk a merev nézést, többször pislogunk szemünkkel, aztán egy időre lágyan és lassan lehunyjuk szemhéjunkat. Ilyen módon az izmok elernyednek. Hogy tudatunkat gyorsabban térítsük vissza a külvilághoz, ujjunk hegyével könnyedén nyomkodjuk meg lezárt szemhéjunkat.

Azok számára azonban, akik érettek és képzetek, ez a szemgyakorlat meghozza vágyaik beteljesülését, mert megkönnyíti a kisebbik „Én”-nek az „emberfeletti Én”-ben való feloldódását. A személyes „Én”-t köti össze szent forrásával. Nem hiába mondotta Jézus, a Mester, egyszerű kijelentései során:

„A test lámpása a szem. Ha azért a te szemed egyszerű, akkor a te egész tested világos lesz.” (Máté VI. 22.)

Emberek milliói olvasták ezt a kijelentést, de csak kevesen hatoltak be mélyebb értelmébe. Hogy erre rátalálhassunk, egy kis tudással kell magunkat felszerelnünk.

Ha az olvasó a szerzőnek egyéb fejtegetéseit korábbi könyveiben (**„Egyiptom titkai”**-ban és **„A Himalaya remetéjé”**-ben) akarja megkeresni, meg fogja tudni belőlük, hogy a fény valóban Istennek, anyagi világunk legmagasabb teremtményének első és legnemesebb megnyilatkozása. A teremtmény első parancsa ez volt: **„Legyen világosság!”** Ebből az első világosságból keletkezett minden teremtmény alakzat, mert ez a tulajdonképpeni életerő és ez lakozik az anyag minden atomjában. Vezető tudósok ma komolyan mérlegelik, vajon nem a fényhullámok alkotják-e minden anyag végső esszenciáját. A fény az Istenhez legközelebb álló elem, melyet a fizikailag megtestesült ember érzékelhet. Ebből az okból csaknem kivétel nélkül valamennyi régi nép, Afrika éles eszű egyiptomijától kezdve a távoli Amerika egyszerű inkájáig, vallását a fény imadására alapította és legmagasabbrendű kifejezését, a Napot imádta. Misztikusok, akik Istent színről-színre látták, először mint félelmetes ragyogású, mindent elöntő, érzéken felüli fényt pillantják meg Őt. Ezt a szent fényt a fennkölt átszellemültségük közben, maguk körül mindenütt észlelik valami belső érzékükkel, melyet csak „szellemi szem”-nek nevezhetünk. Ezt az igazságot a keresztény apostolok is megértették. Így van egy mondat (Epheszusiakhoz V. 9.), amely kiegészíti Jézus előbb idézett kijelentését. A mondat így szól: **„A világosság gyermekeiként járjatok – a szellem gyümölcse mindenféle igazság és valóság.”**

A szerző tudja, hogy az újabb fordítás „fény” helyett „szellem”-et mond, de való igaz, hogy ennek az írásnak legkorábbi és legmértékadóbb kézírataiban – különösen a szinaji, alexandriai és vatikáni kódexekben, amelyek a Bezan-kézirattal eredeti formájában megegyeznek – **„photos”** (világosság), nem pedig **„pneumatós”** (szellem) olvasható.

A görög **„haplous”** szó, amelyet Jézus kijelentéseiben „egyszerű”-nek fordítottunk, szó szerint „egyszeri”-t jelent, a szónak abban az értelmében, mint „természetes”. Ha ezt a két jelentést összekapcsoljuk, némi belátás révén olyan

magyarázathoz jutunk, amely lehetővé teszi, hogy a mondatot teljes tartalmúra kibővíthessük. Tehát:

„A test szellemi fénye a szemén keresztül hatol be, ha tehát a szemet a világ bonyolult sokféleségétől elfordítjuk és a szellemet miközben a szemet felhasználja – önnön természetes valójába vonjuk vissza, egész testünk megtelik a szellemi fénnel.”

Ennek a mondatnak utolsó része jelentős: „egész testünk megtelik fénnel” – ami nem költői kép, hanem szó szerinti valóság. Akiknek alkalmuk volt valamely teljesen Istenben feloldódott szenttel vagy olyan bölccsel találkozni, aki teljes tudatában volt „emberfeletti Én”-jének, részben tanúságot tettek róla, hogy az illető testét megfeszített erővel folytatott elmélkedés vagy ima tartama alatt valami különös fény vette körül és itatta át. Azok a glóriák és sugárkoronák, amelyeket középkori európai művészek festettek szentképeiken, töredékes visszaemlékezések erre a pszichikai igazságra. Nem túlzás tehát Jézus részéről az a kijelentés, hogy az olyan ember, aki belső látomásait egységesítette és szellemét gondolatoktól és benyomásoktól szabadon ebbe a természetes és egyszerű állapotba vonta vissza, szellemileg és lelkileg teljesen megvilágosodik. Ez a gyakorlat vezet tehát be a fizikai testbe a szellemi fényt és a test ettől annyira átitatódik, hogy kifelé is sugárzóvá válik.

Vannak erre a tárgyra vonatkozó keleti írások is. **„A felszabadulás a szemben van”** – hirdeti a kínai Yin Fu King, meg **„A titkos egyezések könyve”**. Indiában van az ősrégi szanszkrit-könyveknek egy 108 kötetes csoportja, amelyet a legrégebb bölcsek írtak és amelyet a hinduk ma is vallásuk misztikus tudománygyűjteményének tekintenek. Ezeket a könyveket – amelyeket **„Upanishad”**-oknak neveznek – a brahminok évezredek óta keresztül, egészen a kíváncsi angol tudósok megérkezéséig titokban tartották. Az egyikben, a **„Madala Brahmana Upanishad”**-ban a következő jellegzetes mondatot olvashatjuk:

„Ha a szellemi szemlélet befelé fordult, míg a fizikai szem rebbenés nélkül kifelé tekint, megvalósul a valamennyi tantra-ban (a hatalom titkos könyveiben) rejtőző nagy tudomány. Aki ezt tudja, nem marad többé az anyag korlátai között. Ennek gyakorlata megváltást ad”.

Végül megemlíthetjük még, hogy az ókorban a perzsa mágusok közt, ma pedig ugyancsak a perzsa sufim-misztikusok körében, meg India néhány magasabb **jógi**-iskolájában használatos egy különleges rítus, amelyben a beavatott, az adeptus vagy tanító az arra hivatott keresőt egyszerűen azzal avatja be a szellem belső életébe, hogy néhány percig mélyen, feszülten és áthatóan a szemébe néz. A kereső ezután úgy érzi, hogy elfoszlott valami fátyol és könnyebbé vált a haladás. Ez azt bizonyítja, hogy a beavatottak, az adeptusok a szemet tekintik annak az egyetlen fizikai szervnek; amely elég finom és érzékeny ahhoz, hogy szellemi erejük átvitelének és közlésének médiuma lehessen.

Az itt közölt látási gyakorlat az ember pszichológiai alkatán alapul. Valóban ki kell lépünk gondolatainkból. Figyelmünket szokatlan mértékben bensőséggé kell tennünk, hogy tökéletesen újszerű úton-módon feloldódhassunk „Én”-ünkben. Ez a gyakorlat hatalmas segítség ahhoz hogy a szellem paripáját megzabolázzuk. A kifelé

törekvő „Én”-t rávezeti önmagának és hajlamának megfékezésére – ezt azonban barátságos, gyöngéd eszközökkel végzi. Nincs semmiféle erőszakos erőfeszítésre szükségünk, hogy az ellenkező értelmet engedelmességre szorítsuk, mert azzal, ha uralkodni tudunk lélegzésünkön és vele kapcsolatosan szemünkön, ugyanezt a célt érjük el. Az isteni természet és a nagyszerű emberi lehetőségek együttese olyan örökségünk, melynek értéke felbecsülhetetlen. De meg kell mozdulnunk és érvényesítenünk kell, amire számot tartunk; ehhez az örökséghez való jogunkat pedig szellemünk egybefogásával, koncentrációjával és lecsöndesítésével igazoljuk.

XIII. FEJEZET

A SZÍV MISZTÉRIUMA

Aki ezt a szokatlan belső utat egészen idáig követte, megérett a következő megvilágosodásra, amely felelet a sokszor feltett kérdésre: hol az az „emberfeletti Én”, amelyről ilyen dicshimnuszokat zengsz?

Mérlegeljünk mindenekelőtt bizonyos egyezéseket, amelyek az isteni jellegű „emberfeletti Én” és földi burka közötti titokzatos rokonságra utalnak. Figyeljünk meg természetes automatikus cselekvésben egy embert – különösen valamilyen primitív fajhoz tartozót – aki testi mozdulat segítségével azt akarja megértetni, hogy nem – tőle különböző – másról, hanem önről magáról van szó. Ez az ember felemeli majd jobb kezét és mutatóujjával a mellére mutat, arra a helyre, ahol a szív lakozik.

A kutató megfigyelő számára ennek a cselekménynek a fontossága abban rejlik, hogy azt az ember tudatos szelleme számára öntudatlan „Én”-je diktálta. Néma tanúbizonysága ez a teremtményei legmélyebb ösztönein keresztül ható természetnek és rendkívül jellemző az „Én”-nek a test legfontosabb fizikai szervével, a szívvel való kapcsolatára. Az ember gyakran szívére teszi kezét, mikor azt mondja: „érezem” vagy „gondolom”. Ezeknek a közönséges észjárás diktálta kifejezéseknek és gondolatoknak a használata ugyanerre az igazságra mutat.

Emlékezhetünk arra, hogy bizonyos emberek ösztönszerűen ilyen kifejezési formákkal élnek, mint amilyen például „a tárgy szíve” vagy „hogyan az anyag szívéhez jussunk”, amikor valaminek lényeges magját akarják megjelölni. Vizsgáljuk meg a szív anatómiai helyzetét a test többi részéhez való viszonylatban. Olyan helyen fekszik, amely felületesen szólva a középpontot alkotja a fej csúcsa és a törzs vége között úgy, hogy ha a törzs legkülső határán kört vonnánk, ennek a körnek a középpontja körülbelül a szív lenne.

Általános igazság, hogy valamely épületnek, szervezetnek, vagy alaprajznak legfontosabb pontja a középpont, mert ez alkotja azt az élő magot, amely köré minden más rész épül. Ha tehát a szívben felismerjük a test központi szervét, joggal tehetjük fel, hogy egyúttal a legfontosabb is. Ember nem élhet szív nélkül ebben a fizikai világban. Orvosok csodákat műveltek az utolsó háború száználmas, összeroncsolt emberi maradványainak összefoltozásával és itt-ott valóban új szerv-

részeket plántáltak be, vagy testrészeket műtagokkal helyettesítettek. De nem tudtak életben tartani embert, akinek szíve használhatatlanná vált.

A szív első dobbanása életet jelent, utolsó dobbanása halált. Az a közvetítő, amelynek segítségével a testre hat: a vér, ez a titokzatos vörös folyadék, amely a lélegzettel együtt az életelvet megtestesíti és állandó keringésével felépíti és karbantartja a testet. Élettanilag tekintve, a szív a testnek legnehezebb munkát végző szerve. Napjában több mint százezerszer dobog és 7-8 tonna vért hajt a fejtől a lábig a verőerekben keresztül. Helyzete olyan, mint valami királyé, akinek székhelye a fővárosban van és onnan uralkodik és kormányoz hivatalnokai segítségével birodalmában. A szív a főváros, az uralkodás középpontja; a hivatalnokokat a vér képviseli, a királyság pedig maga a test.

A király viszont a valódi, lényeges „Én” – az „emberfeletti Én”!

Az emberiség ősrégi jelképes utalása a „szív”-re, amikor lelkéről vagy szelleméről kíván szólni, továbbá az az általános feltevés, hogy a legmélyebb emberi érzelmek a „szívben” keletkeznek, öntudatlan bizonyosságai valamelyes titokzatos kapcsolatnak, az emberben lakozó Istenség és a fizikai szív között. Valóban milyen érzelem lehet mélyebb, mint az, amelyet az ember akkor él át, amikor ráeszmél erre az isteni jelenlétre? A szív mélyére behatoló és az „emberfeletti Én”-t felfedező szellemi kutató élménye tehát ilyenképpen távoli visszhangra talál az általános emberiség szokásos szóhasználatában és cselekvésében, amikor a saját lényére akar rámutatni. Nem hihetünk-e abban a lehetőségben, hogy *még testet nem öltött erők* lakoznak ebben a szervben?

A legmagasabb Teremtő makrokozmosz tervében és mikrokozmosz előrajzában a minden egyes emberi testben rejtőző érzéken túli „Én” titokzatos módon abban a gyújtópontban áll, amelynek helye a mell. Ha a test közepén vonalat húzunk, a fizikai szív egy része – körülbelül egynyolcada – jobb felé túlnyúlik ezen a vonalon. Ebben a részben van a szellemi „Én” székhelye az emberi testben – amelyet paradox módon mégis túllép!

Tudományosan kifejezve, az *„emberfeletti Én” isteni atomja a jobb szívkamrában fekszik, körülbelül egy hüvelyknyire jobbra a test középvonalától.*

Ez az atom a legparányibb a fizikai testben, de különösképpen a leghatalmasabb is, mert a világegyetem mögött meghúzódó teremtő erő ebben összpontosul és tükröződik vissza. Az anatómus boncolókése sohasem találta meg és sohasem is találhatja meg ezt a parányi pontot, amelyben az istenség hússá vált és az Isten az emberben manifesztálódott. Tudjuk, hogy az atomok végül protonokra és elektronokra bomlanak és hogy az elektronok további még finomabb részekre oszlanak röviden: hogy *az anyag csak bizonyos titokzatos erő összesűrűsödése.* Olyan kiváló szaktekintély, mint Sir Arthur Eddington, ismerte be egyik előadásában: *„Az, hogy a modern fizika kimutatta az atomon belül is az üres teret, nyugtalanítóbb, mint az, hogy a csillagászat kimutatta a csillagok közötti megmérhetetlen üres teret.”* Ezért nem kell nevetségesnek feltűnnie a XX. századbeli szellem előtt annak, hogy anyagi testünkön belül van „valami”, aminek alkata olyan finom és érinthetetlen, hogy a tudomány feltalálta semmiféle eszközzel nem férközhettünk hozzá. De függetlenül annak megállapításától, hogy ez a valami

ilyen érinthetetlen, láthatatlan és érzékelhetetlen, elméletileg mégis elképzelhetjük, hogy létezése tudományosan nem lehetetlen. Ez a láthatatlan atom a tulajdonképpeni „szellemi szív”.

A XIX. század durva materializmusából tapogatózva utat kereső tudósok az anyagot néha mint „lyukat a térben” határozták meg. Ez a meghatározás különösen erre az isteni atomra alkalmazható, mert értelmileg csak valami pórusnak képzelhető el és mért a keleti látnokok a testi szív belsejében lévő parányi üres térséggel hasonlítják össze, amelyet megtölt a valódi Én szellemi jelenléte, melyet költői nyelven „az úr urának” neveznek. **„Ez az Én lelkem, a szívem legmélyén, kisebb egy rizsszemnél, vagy daraszemnél, vagy mustármagnál, vagy lenmagnál vagy a lenmag magjánál – ez az én lelkem a szívem legmélyén, nagyobb a földnél, nagyobb a légi térnél, nagyobb az égnél, nagyobb valamennyi világoknál”** – így szól a különös leírás a „Chandogya Upanishad”-ban, a régebben titokban tartott ősrégi misztikus értekezésben. De voltak nyugati misztikusok is, akik ugyannerre a felfedezésre jutottak. Így Norwichi Juliana aki a középkori angol szentek csoportjába tartozik – ezt írja saját szellemi élményéről szóló tudósításában: **„Ezután láttam Istent, mint egy pontot az értelmemben.”** (Az „értelem” szó ebben a kissé elavult angol szövegben azt jelenti, amit ma „tudat” szón értünk.)

Az analízis már napvilágra hozta azt az igazságot, hogy az ember tulajdonképpeni „Én”-je tiszta tudat, hogy az értelem egész gépezetét túlhaladja és hogy a szellemi életét alkotó gondolatok egész sorozata végeredményben ebben az elsődleges Én-gondolatban gyökerezik. Ezeket az eredményeket most már összekapcsolhatjuk az előbbi megállapításokkal. Ha az „emberfeletti Én” valóban egyszerű tudat és minden szellemi tevékenység mögött meghúzódó élő hajtóerő, akkor az emberi tudat valódi székhelye nem az agyban, hanem a szívben van! Gondolatok nem keletkezhetnek, ítélkező képesség nem állhat fenn a mindkettőt megvilágító tudat fénye nélkül. Épp annyira függnék az öntudat háttérétől, mint ahogy az itt leírt szavak függnék a fehér papírtól, amely háttérüket alkotja.

Ily módon kap támogatást és jóváhagyást egész gondolati tevékenységünk az „emberfeletti Én” teremtő erejétől. Az Én-fogalomnak amely tudatos gondolat, bár a legelső valamennyi gondolat közül – tehát nem lehet más végső forrása, mint a valóban transzcendentális „Én”, az „emberfeletti Én”.

Állandó finom és titkos mozgás van tehát folyamatban a szív és a fej, az „emberfeletti Én” és az értelem között. Ebből, mint az életáramlat és a tudat elágazódásainak végső forrásából meríti a táplálékot létéhez az Ego és az értelem. Az őket tápláló „emberfeletti Én” nélkül mindkettő elpusztulna és elfoszlana.

Ez a mozgás a szívben kezdődik mindannyiszor, valahányszor a külső dolgok érzéki benyomása, átszármaztatott emberi megszokásból, életre kelti a figyelmet. Ennek a mozgásnak első következménye az érzékfölötti élő erő és erősebb tudat egy parányi részecskéjének elszabadulása. Mint lángoló ősmasszájából kivált Nap, kezd ez a kis töredék ettől a pillanattól kezdve a maga külön életét, aminek következménye a személyes, Ego kialakulása. Ez az aránylag igen korlátozott Ego-érzet azután a szívből felfelé halad, mert a legfinomabb és legérzékenyebb szerv, amellyel kapcsolatba léphet, a fejben van. Jómaga túlságosan gyenge és eredeténél

fogva túlságosan szellemi ahhoz, hogy a durva materiális világegyetemmel olyan közvetítő nélkül léphessen érintkezésbe, amelyben mindkettőjük alkatából van valami. Az agyban, a gondolkodó értelemben, talál ilyen közvetítőre. Ezért emelkedik az agy felé.

Itt azután a tiszta, személytelen öntudatnak ez a töredéke személyes, gondolkodó tudattá zsugorodik és a különböző testi érzékszerveken, mint kapukon keresztül kiáramlik, hogy a külső világgal összekapcsolódjék és végül a külső érdekek tengerében elmerüljön. Addig azonban eredetének helyét – a szívbeli „emberfeletti Én”-atomot – menthetetlenül elfelejti.

Ilyen módon az Ego teljesen belevész a szellemi fizikai életbe, amelybe végül belekerül és semmit sem tud többé isteni eredetéről és szívbeli szülőhelyéről. Az agy lesz a hazája, az a lakóhely, amellyel az idők folyamán annyira megbarátkozik, hogy száműzött létére már azt kezdi hinni, hogy ez a tulajdonképpeni hazája és hogy a fizikai világ az első környezete.

Alaposan tanulmányozni kell e fejezet fejtegetéseit, mert ezek a lélek láthatatlan anatómiáján alapulnak. Ha az ember gondolati életét úgy kezdi rendezni, hogy az ezzel az anatómiai építménnyel összhangba, ne pedig ellentétbe kerüljön, sikeresebben és értelmesebben mozoghat tovább ezen az ösvényen. Nagy segítséget jelent, ha az ember tisztában van az iránnyal és a hellyel, ahová el akar jutni, bármilyen távolinak tűnjék is fel a cél.

A szív és az agy között fennálló rokonság, amely a szellem és az értelem rokonságára is rámutat, helyes értelmezésben világot vet a lélektan és vallás számos homályos problémájára. Mert így könnyebben foghatjuk fel azt a folyamatot, amely ezeréves belső és külső fejlődés után az embert azzá a szellemileg vak teremtménnyé tette, amilyennek ma mutatkozik.

Ha az „emberfeletti Én”-atomot bugyogó forrásnak képzeljük, amelynek vizeit a legmagasabb teremtő táplálja, akkor ez a *felfelé* törekvő *háromszoros* folyam: az életfolyam, az értelem és az egyéniség. Ez a három jelentkezik a személyes „Én”-ben és elemként felfedezhető a világegyetem nagy épületében éppen úgy, mint mikrokozmikus utánzatában – az emberben.

Felfoghatók a szív kiáramlásainak is, amelyek felfelé törekednek és kifelé nyomulnak a fizikai tárgyakkal és teremtményekkel kapcsolatot teremtő öt érzékszerv útján. Ennek a folyamatnak révén kerültek azután fogságba az emberi történelem olyan sok századán keresztül, hogy a személyes „Én” – amelynek totalitását alkotják – most már tévesen azt képzei, hogy maga is független és tökéletes valóság.

Ez az emberi fajban annyira gyökeret vert balhit tetőpontját a XIX. században érte el, amikor a tudomány büszkén hirdette, hogy nincs szükség arra, hogy higgyünk az ember szellemi lelkének léteben.

A szívet, az élet forrását, megvetették, a fejet dicsőítették, a lélekről megfeledkeztek.

Fiziológiailag mégis elismerjük, hogy az agy az öt tápláló vér nélkül nem funkcionálhatna. Ezért még a fizikai agy is függ a fizikai szívtől, mert csak így dolgozhat. Így hát még tisztán materiális úton is kimutatható, hogy az értelem végső

eredményben a szívből ered. Eszerint tehát nem úgy tűnik-e fel, hogy a szív a legalkalmasabb és jelképileg is a legmegfelelőbb lakóhelye az „emberfeletti Én”-nek? A fej szüntelen gondolatáramlása a szív tudatára támaszkodik. Az értelem csak korlátozott módosulás, amelyet a korlátok nélküli „emberfeletti Én” teremt. Mi más az értelem, mint gondolataink végösszege? Két gondolat közötti időhézag – bármilyen kicsiny és szükségszerűen észrevehetetlen is – az a pillanat, amelyben az „Én” öntudatlanul érintkezésbe kerül az „emberfeletti Én”-nel. Mert ebben a pillanatban fogja fel az értelem villanásszerűen, hogy a tudat valóság, amely nélkül nem folytathatja tevékenységét. Ez a hézag lehet végtelenül kicsi, de *megvan*. Ezenfelül pedig – a szerző tudomása szerint – a közönséges emberben még matematikailag is megmérhető. E nélkül a napjában sok százszor előforduló hézag nélkül az értelem képtelen volna munkára, mert az agy megmerevednék.

Ha a két gondolat közé eső szünet meghosszabbodik, lehetőség nyílik rá, hogy egy időre az „emberfeletti Én” állapotába kerüljünk és megmaradjunk benne. Ez a kulcsa annak a belső munkának, amelynek ezen az úton kell végbemennie, ha az előrehaladott állapotot elértük. A szellemi nyugalomban végzett napi gyakorlatok során egyre kevesebb gondolat jelentkezik – ezt a lélegzet meglassulása és a tekintet rögzítése idézi elő.

Az az általános felfogás, hogy a tudat az agyban székel, csak feltételes igazság. Az agy csak a visszaverődött tudat székhelye, amely visszaverődés a valódi középpontból, a szívből ered. Az értelem fénye csak kölcsönfény, mint a Holdé. Az *értelmi* tudat csak másodlagos. Az elsődleges a *szívbeli* tudat: ez a Nap, amely fényét az értelem Holdjára sugározza át. Őrizkednünk kell azonban attól az általános tévedéstől, hogy a szívtudatunkon kizárólag csak érzelmeket értünk. Ez egészen távol esik a valóságos igazságtól.

Mint ahogy a materiális világ valósága végső filozófiai analízisében nem egyéb, mint róla való szellemi képzetünk, úgy az értelem valósága sem egyéb, mint titkos forrása, végső alapja: a szív. A végtelen lét minden nem-mulandó élet és minden értelem forrása – a szíven, nem pedig a fejen keresztül specializálódik az emberben.

Így tehát a személyes Ego olyan jelenség, amely életerejét, értelmi és tevékenységi képességét kizárólag a személytelen „emberfeletti Én”-től származtatja, amely azonban, szerencsétlenségre ma már nincs többé tudatában isteni származásának. Saját meggyőződése szerint olyan valóság, amely önerejéből él és mozog – ebben azonban téved. Halhatatlan lényegével, az „emberfeletti Én”-nel fennálló titkos kapcsolata nélkül egy másodpercig sem folytathatná létét. A tudat fénye – amelynek segítségével a materiális világot felfogja, az agyvelőn belül gondolkodik és a testen belül működik – csak kölcsönfény, amelyet az örök „emberfeletti Én”-től kapott. Az élet, amelyet a fizikai testben időlegesen fenntart, csak morzsája az „emberfeletti Én” végtelen és nem-mulandó erejének. Mindaddig, amíg az Ego figyelmét tartósan kifelé irányítja és folytonosan az érzékszervek ablakain keresztül tekintget ki az anyagszerű világegyetembe, megmarad abban a tévhitében, hogy ez az anyagszerű világegyetem a test és ő maga jelenti az élet totalitását.

Ez a kicsinyített töredék – az Én-gondolat, az „Én” –, amelynek értelme elhomályosult, mint egy automobil ernyőzött fénye, szövetségre lépett az otthonául szolgáló fizikai testtel, összeköttetésbe került a fizikai világgal és mint valami hipnotizált személy, mereven kifelé bámul az öt érzékszerv ablakán. És mégis, erejének mérhetetlen csökkenése és tudat-mezejének hatalmas korlátozása mellett is az embernek egyetlen összekötő kapcsa az „emberfeletti Én”-nel, mert eredete isteni és családfája – ha titokban is – még mindig kimutatható.

Ha az Én-gondolat az agyban lakozik is, ott még sincs teljesen elszigetelve. Van egy összekötő vonala a szívvel; az a vonal, amelyen az emberfeletti Én” küld életet és világosságot az Ego támogatására. Ez az utóbbi önmagával semmit sem kezdhet, mert ettől a támogatástól függ. Az időtlen „emberfeletti Én”-ből keletkezett és annak tudattalan zsoldosa maradt. De azért még mindig megvan a visszafelé vezető útja, a kapcsolata születési helyével. Ha felrázható a külvilághoz való tapadásából és rá lehet bírni, hogy befelé és hátra forduljon és a szülőhelye felé vezető útra térjen, szükségszerűen „emberfeletti Én”-je felé fog elmozdulni. Ha egyszer rátalálna, állandó kapcsolatban kellene maradnia ezzel a szent forrással, szürcsölhetné az istenek nektárját és boldoggá válhatnék. Minden valódi szellemi gyakorlat fő célja tehát a személyes értelem ösztökélése, hogy befelé forduljon el a materiális világtól és elkülönültségében ima és meditáció révén lassan ereszkedjék le a szív felé. Akkor, **de csak akkor**, ha fennhíjázásával felhagyott, ha az őt megillető helyre vonult vissza és kötelességtudóan és engedelmesen megadta magát a kötetlen „emberfeletti Én”-nek, csak akkor teheti képessé az embert arra, hogy valóban tudatára ébredjen: kicsoda is tulajdonképpen. Ez az a szellemi cél, amelyet Isten és az élet eléje tűzött – valóságban nincs is más! Hogy ezt a felszabadulást megvalósíthassuk, **„a tehén némaságára, a gyermek egyszerűségére, a tökéletesen kimerült ember öntudatlanságára és a mély alvás még öntudatlanabb állapotára van szükségünk”** – jegyzi meg Sri Vidyaranya, a Nyugaton még ismeretlen bölcs.

Az elemzés segítségével megállapítottuk, hogy ez a valódi „Én” gondolatoktól és érzelmektől tökéletesen mentes, testetlen, hogy a tiszta, anyagtalan tudat síkján él és hogy az értelmes tevékenység, az összefüggő gondolkodás tulajdonképpen isteni mivoltának korlátozásai. Ha tehát elérjük az értelem határát és látjuk, hogy nem mehetünk tovább, csak meg kell fordítanunk a fejlődés folyamatát, a tudatos tevékenység középpontját át kell helyeznünk az értelem székhelyéről az „emberfeletti Én” székhelyére és így túlléphetünk a határokon és kitágíthatjuk látókörünket.

Ez – más szavakkal – annyit jelent, hogy a tudatot az agyból le, eredeti székhelyére, a **szívbe** kell áthelyezni!

Szigorúan koncentrált és befelé fordított szellemmel, buzgósággal, de aggodalom nélkül induljunk meg tehát a tulajdonképpeni úton. Befelé kell törekednünk, az elernyedő kinyilatkoztatás várakozásában. A gondolkodáson keresztül kell átmenni az Elgondolhatatlanba. Most, mikor a tulajdonképpeni szellemi vizsgálódás terére léptünk, ezt egy mélytengeri bűvár állapotával hasonlíthatjuk össze, aki értékes gyöngyöket keres az óceán fenekén. Csak ha az ember már a víz felszíne alá ereszkedett, kezdődik meg a tulajdonképpeni gyöngykeresés; csónakján megtett útja a parttól a tengerszín leereszkedésre alkalmas

pontjáig csak előkészület volt és megfelel az „emberfeletti Én” kutatója végezte értelmi analízisnek. A bűvárnak azután megacélozott és koncentrált erővel mélyen le kell szállnia a vízbe, míg szelleme egyetlen dologra irányul: a tenger mélyén fekvő gyöngy megszerzésére. Minden mással szemben vak, néma és süket. A szellemi kutatónak, gyakorlata ilyen előrehaladott stádiumában ugyanilyen elmélyülni kell lennie és ugyanígy egyetlen tárgyra: az „emberfeletti Én” lélegzetállító felismerésére kell rögzítenie.

A hasonlat még más tekintetben is találó. A bűvárnak teljesen vissza kell fojtania lélegzetét, miközben a mély, sós víz alatt tartózkodik – és ezen a fokon a szellemi kutató megtanulta, hogy lélegzet-ritmusát szabályozza, bár a szükséges lélegzet-visszafojtásnak nem kell olyan drasztikus formában történnie, mint a gyöngyhalásznál. Az egyetlen gondolat, amin állandóan uralkodnia kell, az „emberfeletti Én”-re vonatkozó gondolat, amely gyöngyként rejtőzik lényé mélységében. Minden idegen gondolat, amely ezen a fokon a szellembe behatol, olyan, mint a tengervíz, amely a gyöngyhalász orrlukába és szájába hatol be – keresésétől eltéríti és végeredményben romlását okozza.

Készen állunk tehát a tanfolyam következő és egyben utolsó gyakorlatára. Nem szabad addig hozzáfognunk, amíg a lélegzési és látási gyakorlatokat olyan sokáig nem végeztük, hogy teljesen megtanultuk és már könnyedén tudjuk őket végezni. Aki ezt a harmadik módszert alkalmazza anélkül, hogy ezen az úton tulajdonképpen megérett volna rá, nem ér el jó eredményt és fáradozása szükségképpen hiábavaló marad.

Ha az előző fejezetben tárgyalt látási gyakorlat sikeresen befejeződött, a tudat a szemén keresztül a külvilágról a fejbe vonult vissza, ezen a ponton az eddigiekhez a következő gyakorlatot lehet hozzáfűzni:

A személyes akaratot fel kell áldozni az isteni akaratnak. Az ember csendben és lassan vonja vissza fejéből a tudatosan elkülönített figyelmet és fordítsa még inkább befelé, de függőlegesen lefelé vezető irányban, amíg az „emberfeletti Én”-atom tájára nem jut és ott el nem helyezkedik, a szívnek kissé jobb felé eső oldalán.

A szellemi energiát le kell tehát hozni és a mellkasba kell betemetni. Ekkor a szív mélyén először halk, alig észlelhető érzés keletkezik; valaminek csendes, leheletszerű jelenléte fogja az embert fokozatosan eltölteni. Ha ez a valami jelentkezik, nem szabad észrevétlenül maradnia és fel kell ismerni jelentőségét. Újoncok talán lebecsülik magasrendű, bár néma üzenetét. Elegendő kísérlet és hosszabb tapasztalat után azonban azt találja az ember, hogy a tudat lassanként önmagától erre az egy pontra ereszkedik le és ott meg is marad. Ez a pont lágy fogással fogja „befogadni” a figyelmet, a fogságba jutásnak olyan érzése ez, amely az elképzelhető legkellemesebb.

Ebben az elpusztíthatatlan isteni atomban van egy mikroszkopikus, csatornaszerű nyílás. Ez a legtöbb embernél zárva van, csak a bölcseknél vagy a beavatottaknál, az adeptusoknál van nyitva. Bár a valóságban csak fizikai elágazódásról van szó, mindaz, amit itt leírtunk, valóban megvan *a fizikai testet átható, láthatatlan „szellemi”* testben. Mégis helytelen volna azt mondani, hogy ezt az élményt semmiféle fizikai érzés nem kíséri. Van ilyen – ez azonban az anyagi

világon kívül esik! Egész határozott érzéssel jár az „emberfeletti Én” pórusaiba való behatolás. *„Az igazi ima az, amelyet kitárt szívvel mondunk”* – hangoztatta Mohammed próféta. Egyidejűleg fennáll bizonyos kapcsolat a zavartalan belső Én” világával is. De hogyan lehetne ezt a paradox pontot leírni? A tollnak zavarodottan vissza kell vonulnia.

Az ember meglepésére azt fogja tapasztalni, hogy a megfordításnak jelzett folyamata a tudatot valóban elmélyíti és még tökéletesebben visszavonja az anyagszerű világtól. A külvilág utolsó reflexei is eltűnnek. Az, ami ezelőtt szubjektív volt – mint például valami szellemi kép – teljesen megváltoztatja viszonylatát, mert a belső „Én” számára objektívvá válik. Ebben az új állapotban még a gondolkodás is, mint valami kívülről jövő behatás jelentkezik. Az embert az a megkönnyebbült érzés fogja el, hogy valóban kapcsolatba lépett önmagával, hogy valóban behatolt lényének eddig érthetetlen háterébe.

Az értelem foglyul esik és börtöne a szív lesz. Több évi gyakorlat után ezzel a boldogító érzéssel egyidejűleg fennmaradhat még valami gondolatfoszlány is – a fejlődés legvégső szakaszában azonban, bár azt csak kevés ember éri el valaha, minden gondolat megszűnik.

A gyakorlat legvégső fokán és néha, ha a szívre rátalálunk, ezen a tájon valami hőérzetet is tapasztalhatunk – bizonyos különös befelé nézési folyamat révén, még ugyanezen a helyen finom tűzarany-fényt is láthatunk izzani. Ezek a sugarak néha fényes villanásként világítanak. Középkori római katolikus festők Szűz Máriát és Krisztust alkalomadtán lángoló szívvel ábrázolták. Vallási ihletettséggű művészek gyakran olyasmit alkotnak, ami fölötté áll a közönséges ismeretnek és tudásnak. Az ilyen pszichikai érzet azonban nem lényeges része a folyamatnak és csak mint lényegtelen mellékjelenség értékelhető.

Ebben a fennkölt állapotban ismerhető fel az emberi szellem izzó középpontjának szegélye és látható be, hogy a szív az ember egész tevékenységének, egész szellemi életének és minden fizikai cselekményének valódi, bár rejtett középpontja. Ilyen módon, a tudatnak szokott tartózkodási helyéről, az agyból a szívbe való leszállása révén jut el az ember az „emberfeletti Én” boldogító élményéhez. Így hatolhat be belső lényegébe és jutalmul megtalálhatja a boldog összhang és az örök élet gyöngyszemeit.

Az történt, hogy az Ego előkészítette azokat a feltételeket, melyek lehetővé teszik, hogy ne azonosítsa magát a durva anyagi testtel és hogy visszatérjen eredeti lakóhelyére. Most már minden készen áll végső és tökéletes meghódítására. Már ez a fokozat is igen magas és a szellemi élet lángja most már erősen lobog. A gondolatok megakadtak kifelé irányuló tevékenységükben – a szívben szükségképpen fel kell tehát ébrednie a szellemnek.

Most értünk az itt leírt gyakorlatok legmélyebb jelentőségű pontjához. Aki eddig hűségeesen megtette, amit tőle követeltek és ezt addig folytatta, amíg erőfeszítései bizonyos mértékben sikerre vezettek, az egész idő alatt előkészítette azt a lépést, amelyre most kerül sor. Ez nem szükségképpen az utolsó lépcső, melyet meg kell járnia – lehetetlen azonban olyan szellemi állapotok külső leírását továbbfolytatni, melyek most már egyre rohamosabban bensőségesekké válnak,

annyira, hogy finomságukban és megfoghatatlanságukban fittyet hánynak a korlátozott definícióknak.

Még azt mondhatjuk, hogy a most elért pontot tulajdonképpen vallási kifejezésekkel kellene érzékeltetni; és valóban nehéz is lesz az efféle elkerülni, mert van egy sík, amelyen a vallási kinyilatkoztatás és az értelemszerű gondolkodás, a művészi alkotás és a tudományos kutatás találkozik és egyesül, s minél inkább közeledik az ember ehhez a síkhoz, annál jobban kezd valamennyi összefutni és végül összekeveredni.

A visszavont tudatnak most már a külső dolgokra vonatkozó tudatoktól és emlékektől távol, kizárólag önmagával kell foglalkoznia. Mélyen befelé kell hatolnia és minden gondolatot el kell ejtenie. Nem pusztá szavakkal kell többé kérdeznie: „Ki vagyok ÉN?”, mert a szívbe való behatolás művelete lesz most már ennek a gyakran feltett kérdésnek a végső formulázása. Még mindig az Ego az, amely ezt az erőfeszítést végzi, bár már annyira megváltozott Ego, hogy a megszokottal összevetve felismerhetetlen. A most megkísérelt, szellemített befelé és önmaga felé való fordulásban az értelemnek tökéletesen el kell némulnia, a lélegzetet vissza kell fojtani, a határozott tekintetet le kell sütni és a figyelem teljes erejét a szív tűhegyére kell koncentrálni.

Ha idáig értünk, szembe kell néznünk a legkritikusabb élménnyel. Elméleti értelemben könnyű lépés ez – a valóságos gyakorlatban azonban nehéznek bizonyul. Mert most már nem azt kell önmagunknak mondanunk: „ez a következő feladat, amely reám vár”, hanem inkább azt: „másra nem törekszem többé. Bármilyen élményre van szüksége a léleknek, annak most már saját ösztönzéséből kell jönnie. Csak várakozó, passzív és érzékeny műszer leszek. Egyéni életem és akaratom egy magasabb hatalom rendelkezésére vár.”

Az Ego-nak most el kell tűnnie. Az emberi szívben született, oda kell visszatérnie, hogy ott önként meghaljon.

A gondolatoknak és érzelmeknek, az első Én-gondolat körül font széles szövődékének, nem szabad többé a tudatban visszatükröződnie. Meg kell változtatnunk belső magatartásunkat és meg kell békülnünk ezzel az ismeretlen „emberfeletti Én”-nel.

A zsoltáros szavait: **„Légy csöndben és tudd, hogy Én vagyok az Isten”** a maguk teljes értelmében kell felfogni. Ettől kezdve nem szabad bennünk semmiféle szándéknak, semmiféle kívánságnak, semmiféle szellemi tökéletesedésre irányuló törekvésnek feltámadnia. Minden menjen a maga útján. A valódi tudat csak abban a mértékben léphet fel, amilyen mértékben elejt az ember mindent, amit eddig „Én”-jének tekintett. Elég várni, kívánni és figyelni, hogy mihelyt a **lét** folyosóin át felhangzik a hívás, a láthatatlan „emberfeletti Én” feleletet adjon.

A tudat most már tökéletesen fel tud szabadulni attól az „Én”-től, amellyel eddig azonosította magát. Ezt önként fogja tenni, ha megengedjük neki – minden arra irányuló kísérlet azonban, hogy ezt a folyamatot akaratumkkal sietessük, meghiúsítja az eredeti célt és az „átmenetet” lehetetlenné teszi.

A siker első gyümölcse az az érzésünk lesz, mintha elszabadultunk volna az élet horgonyláncáról: egy pillanatra elveszítjük a világ valóságának érzését. Olyan ez,

mintha lezuhannának egy végtelen szakadékba, amelyben létünk valójára visszavonhatatlanul eltűnik. Ez a különös állapot összekapcsolja az átmeneti; de hatalmas halálfélelmet a szabadulás érzésével. Ezek ketten birkóznak egymással lelkünk birtokáért és küzdelmük teremti meg a lényünk középpontjában lejátszódó isteni drámát. Abszolút félelem-nélküliségre, a halálra való felkészültségre van szükségünk – ez az izzó elszántság idővel minden ellenállást porrá és hamuvá változtat. Gyakorlat révén elérkezik az a nap, amikor ez a küzdelem lezajlik és feltámad bennünk az az ős-émlékezés, hogy ez a nagyszerű átváltozás teljes felemelkedéssé szárnyal fel hangulatunk horoszkópjában. A legtökéletesebb önfeladás magatartásával kell vele szembenéznünk. **„Ne az én akaratom történjék, hanem a Te akaratom”** – fejezi ki pontosan a szükségelt magatartást. Ez egyben azt is magában foglalja, hogy az ember felad minden gondolatot arról, hogy szellemi úton jár vagy szellemi cél felé igyekszik. Először azon fáradoztunk, hogy ezt vagy azt a fokot bensőleg elérjük – most kiürült edénnyé kell átváltoznunk, amely az isteni beáramlásra vár, bármikor és bárhogyan jöjjön is az. Amennyire csak lehet, ki kell tárulnunk. Semmiféle irányban a legcsekélyebb fenntartással sem szabad élnünk. Lecsöndesített lélegzettel pihenjünk, mint az alkonyodó táj, amely elnémul a lenyugvó napban. Türelmesen, tökéletesen türelmesen kell várakoznunk a csöndből érkező feleletre. Ahelyett, hogy valamilyen értelmi erőfeszítés segítségével tovább keresnénk „Én”-ünket, megállunk és abbahagyjuk azt az erőfeszítést, várva, hogy az „Én” keressen meg bennünket! Csak ha ezt a pontot túlhaladtuk, vezet a meditáció csodálatos ereje ebből a fennkölt csöndből ahhoz az isteni forráshoz, amelyből az fakad.

Szükség van annak megismétlésére, hogy az Ego tudatát még legfinomabb és legkevésbé szembeszökő formáiban – még a szándék formájában is – el kell nyomnunk, mert döntő fontosságú ez az átmenet a személyiségből a személytelenségbe. Ez az átmenet annak a stádiumnak felel meg, amikor a terhes anya kilenc hónapos gond, félelem, szenvedés és anormális lét után elérkezik ahhoz a ponthoz, amikor a gyermek valóban előbukkan öléből – a gyermek, amely élve vagy halva születhetik, vagy akár anyja halálának ártatlan okozója is lehet. A szülésnél szükséges nagy elővigyázat nem nagyobb, mint az, amelyre az emberi lénynek az „emberfeletti Én”-ben való újjászületésénél van szüksége. Mert ezzel az ember a szó szoros értelmében „újjászületett” és isteni lényegének felejtethetetlen bizonyítékára tett szert. Kutatása hirtelen befejeződik és lelke, amely eddig csak ködös absztrakciónak tűnt fel, új létében élő valósággá válik.

*

Azt mondhatnánk, hogy elmélkedéseink **kívülről-befelé** irányuló mozgások, mert azt célozzák, hogy figyelmünket a külvilágról lényünk Én-központja felé vonzzák. Ha azonban ehhez a középponthoz közelítünk, ne tegyünk további erőfeszítéseket, hanem maradjunk csendben és engedjük, hogy az „emberfeletti Én” a bennünk foglaltatott rejtett mélységből és misztikus szakadékból felemelkedhessék és így ő maga mozoghasson **belülről-kifelé**. Mert az „emberfeletti Én” „**kívül**”-je a

mi „*belül*”-ünk. Ennek az elvnek szellemi felfogása fontos, hogy helyesen megérthessük azt a munkát, melyet a szellemi gyakorlatokkal kell végeznünk. Az Én-kereséssel kezdjük, majd az Én-megadással folytatjuk és végül az **Én újjászületésénél** kötünk ki:

Ez tehát a végső célja a napi tevékenységünkől nagyrészt olyan távol eső minden szellemi gyakorlatnak és törekvésnek. Megpróbáltuk nyomon követni a látszólag „Én”-ünket alkotó és tudomásunk szerint valóban életünket jelentő Ego-t, aztán mikor végre az Egot szülőföldjén felkutattuk és birtokunkba vettük, elhatároztuk, hogy a legellentmondóbb módon ismét feláldozzuk és tökéletesen szabadjára bocsátjuk. De csak azért akarjuk elveszíteni, hogy megtaláljuk az örökké sugárzó „emberfeletti Én”-t – belehajítjuk az istenség tengerébe, hogy teljesen magába szívja és lénye valódi forrásának tökéletes tudatára ébressze – vagy Jézus szavaival: **„Aki életét elveszíti, megtalálhatja azt.”**

Valóban nehéz néha fény nélkül vándorolni lényünk útvesztőjén keresztül, míg az „Én” gyökerét felfedezzük, de még nehezebb, hogy önkéntes áldozatul vessük oda az „emberfeletti Én” oltárán. Ugyanazt a szerepet kell játszani, mint a bibliai történetben Ábrahám patriarkának, amikor azt a parancsot kapta, hogy Izsák fiát az Úr oltárán feláldozza. Az Úr Izsákot követelte, mert semmisem volt olyan drága a patriárka szívének, semmi más halandót nem szeretett annyira. Nekünk is azt kell önként feláldoznunk az „emberfeletti Én”-nek, ami számunkra a legdrágább: az „Én”-t, abban az értelmében, ahogyan általában ismerjük. Szakítanunk kell azzal az alapjában véve hamis szemlélettel, amely az egoisztikus felfogást az élet egyetlen lehetséges felfogásának vallja.

Hiszen végül is csak azért csüggünk kívánságainkon és egyéni „Én”-ünkön, mert a boldogságot keressük, de ezeknek a kívánságoknak a kielégítése csak árnyszerű tükröződése annak az alapvető kielégülésnek, amelyet az „emberfeletti Én” adhat híveinek. A valóságban az a földi boldogság, amelyet akkor érünk el, ha a keresett tárgyak vagy személyek birtokába jutunk, csak pislákolása, csak szikrája az eredendő szellemi boldogság tűzének. A kívánságaink teljesülésénél érzett múltó, de talán intenzív kielégülésből becsülhetjük meg, milyen nagynak kell lennie annak a magasabb kielégülésnek, amelyet az „emberfeletti Én” állapotába való belépés adhat. Mert a földi élet futó gyönyörei nyújtotta boldogság csak elszórt morzsája a lakomának. Ezek a gyönyörök az „emberfeletti Én” kimeríthetetlen készletének úgyszólván csak parányi boldogság-töredékei.

Ez nem pusztán költői állítás, hanem utalás egy magasabbrendű pszichológiai valóságra. Ha az „emberfeletti Én” nem a lehetséges legnagyobb formája volna számunkra a boldogságnak, minden más gyönyörűségünk sem nyújthatna semmit; hiszen az a pillanat, amelyben a gyönyör tetőpontját éri el, azonos azzal, amelyben hirtelen már el is ejti a vágyat – éppen azért, mert teljesült – éppúgy, mint ahogy elejti az Ego-t, ennek a vágnak a gyökerét és akaratlanul is villanásszerűen átéli az „emberfeletti Én”-t. Ezalatt a pillanat alatt érzékeli a legnagyobb gyönyört, amelyet valamely kívánság teljesülése adhat. Közben azonban abba a sarkalatos tévedésbe esik, hogy kívánságának kielégüléséből fakad gyönyöre. Holott nem így van, hanem az történik, hogy egy pillanatra elengedi a vágyat és az ebből származó kielégülés

bensőséges békéjét érzi. Ha eléri azt a tárgyat vagy személyt, amely után vágyakozik – talán sokesztendő kívánsága után – a cél elérésével természetesen eltűnik a vágy is, vele egyidejűleg eltűnik azonban gyökere, az „Én” is. Az ember egy pillanatra csodálatosan átmegy az „emberfeletti Én” állapotába, felismeri földöntúli és nem-mulandó szépségét, de nincs tudatában a tulajdonképpeni igazságnak: annak, hogy személyisége háttérbe szorult. Ez csak egy pillanatig tarthat, mert amíg az Ego uralkodik az emberen, mindig újabb vágyakozást kelt benne, melyet újra ki akar elégíteni. Olyan gyors ennek az isteni befelé-fordulásnak a pszichológiai hatása, hogy nem veszi és nem is veheti észre a tökéletes átmenetet a beteljesült vágytól ahhoz, amely még beteljesülésre vár és amely még talán heteken, hónapokon és éveken keresztül újabb sóvárgást kelt benne. A legfontosabb pont, melyet itt meg kell értenünk, hogy éppen a vágnélküliség hirtelen előtörésében, az „Én”-telenség villanásszerű állapotában, amely valamely érzéki gyönyörünk, vagy beteljesült kívánságunk után egy pillanatra csendben felmerül, érzük el a boldogság csúcspontját és fürdetjük meg benne lelkünket. A személyes „Én” eltűnésének érzése idézi elő ezt a rendkívüli és önmagában álló kielégülést. Abban a pillanatban, mikor valamely vágy teljesült, az „Én” tökéletes felszabadulásának egy kis időbeli szünete keletkezik, amelyben a szellem visszavonul titkos forrásához és átéli az „emberfeletti Én” boldogságát.

A természet mindenkor teremtő. Ha a személyes „Én” szeszélyes vágyai eltűnnek, ő adja meg isteni ellenértékként az „emberfeletti Én” tartós békéjét. Ezért a legjobb, ha a valódi kielégülést nem annyira a felületes személyes kívánságok teljesülésében keressük, amelyek valójában csak lekicsinyítenek, lefokoznak és lebilincselnek bennünket, mint inkább a személytelen „Én” mélyebb elvonatkoztatásában.

Milyen boldogság lehet azonban osztályrésze annak, aki ezt a magasrendű állapotot tartósan elérte és nem kínozzák többé vágyak és nem törődik kielégülésre váró kívánságokkal? A felelet az, hogy az a boldogság, amelyet az élvezeteket hajszoló kívánságai tökéletes teljesülésének pillanatában a legmagasabb fokon élvez, örök osztályrészévé lesz annak, aki magasztos ős-Énjével nem átmenetileg, hanem tartósan egyesül.

Azt is kijelenthetjük, hogy az „emberfeletti Én” állapota nemcsak a villanásszerű vágytalanságban vagy a kielégített gyönyörből származó Éntelenségben következhetik el, hanem más váratlan pillanatokban is, mint például hirtelen ijedtségnél, amikor – mondjuk – a békés utcai járókelő hirtelen és váratlanul valami rendkívül veszélyes helyzetben találja magát, vagy amikor valaki a dzsungel valamely vadállatával vagy egy repülőtámadással kerül szembe és valamennyi képességének rendkívüli megbénulását érzi: a szó szoros értelmében úgy hat az illető, mintha teste és szelleme megmerevedett volna; az eseményben csak személytelen néző módjára vesz részt. De villámgyorsan megváltozik minden: összeszedi erejét, az önfenntartás ösztöne a félelem és ijedtség hirtelen nekilendülésében felszabadul, értelmé reagál a helyzetre és utat keres, hogy kijusson belőle és – ez az utóbbi helyzet sokkal, de sokkal rosszabb, mint az első volt. Mert abban a pillanatban, anélkül, hogy tudott volna róla, lényének isteni csöndjét élte át, csak éppen gondatlanul elengedte

siklani. Hasonló történik az ébrenlét és alvás közti parányi szünetben, amikor a nap személyes gondjai és vágyai már tökéletesen elapadtak, az alvás teljes öntudatlansága azonban még nem lett úrrá a szellemen.

Mi mások ezek a titokzatos pillanatok, mint az Ego-hoz tartozó gondolatok állandó folyamának megszakadásai? Ha ezeket az időhézagokat gondosan meg tudnánk figyelni és szellemi tartalmukat tudatosan lerögzíthetnénk vagy meghosszabbíthatnánk, talán részünk lenne valami érzékfölötti kinyilatkoztatásban és elérnénk az ember számára hozzáférhető legmagasabbrendű állapotot.

Amiről itt szó van, rendkívül leheletszerű és a múlt tapasztalatainak alapos vizsgálatára és sok öntanulmányozásra van szükségünk, mielőtt forradalmi igazságát átérthetnénk. Csaknem minden modern lélekbúvárunknak elkerülte a figyelmét, bár az embert minden elgondolható módon újra meg újra átelemezték. Nem a legnagyobb paradoxona-e az életnek, hogy az ember önfejlődésének csúcspontját csak önmaga elfelejtésével érheti el, vagy az „emberfeletti Én” Jézus személyén keresztül mondott szavaival: **„Jertek hozzám valamennyien, akik fáradtak és elgyötörtek vagytok, fel foglak frissíteni benneteket!”**

Az Én-gondolat olyan, mint valami fonál, amelyre érzéki benyomásaink, érdekeink, vágyaink, aggodalmaink, gondolataink és érzelmeink vannak felfűzve. És ha az ember az „Én” feláldozásáról beszél, akkor nem egyetlen külön gyöngyszem feláldozását érti rajta, hanem az egész fonálét, amely egybetartja a különböző gyöngyszemeket, amelyek nélküle mind szétgurulnának. Ezt csak oly módon vihetjük végbe, hogy szellemünket befelé fordítjuk és mind mélyebbre, egészen a szívünkbe koncentráljuk, amíg nem a gondolatok és érzelmek különálló gyöngyszemei foglalkoztatják többé tudatunkat, hanem kizárólag az „Én” létezésének egyedüli gondolata. Akkor fedezzük fel, hogy valójában az égből lehullott angyalok vagyunk.

*

A világról való lemondásnak semmiféle külső gesztusára – amelyet a sors néha ránk erőszakol – nincs szükségünk, hogy a tökéletes önfeláldozásnak ehhez a pontjához érhessünk. Mert nem valami tárgyról vagy személyről kell lemondanunk, hanem a bennünk lévő személyes érzékről, amely bennünket rabszolgáivá tesz. Ezt az Én-érzetet nem lehet saját erőnkkel száműzni, ugyanúgy, mint ahogy az ember a cipőzsinórjánál fogva nem emelheti fel saját magát. Bár az előrehaladottabb szakaszokban törekvésünknek minden célja az, hogy szellemünkben száműzzük a gondolatokat és az „emberfeletti Én”-től várjuk érzéseinkre a feleleteket ne képzeljük, hogy gondolkodásunkat saját erőfeszítésünkkel némíthatjuk el. A gondolatok csak akkor szűnnek meg, ha valami magasabb hatalom fáradozik velük. Ez a hatalom pedig az „emberfeletti Én” és ennél fogva mi csak annyit tehetünk, hogy szólítjuk, kérjük az „emberfeletti Én”-t, majd engedjük, hogy a viharzó értelmet elhallgattassa és elnyugtassa. Mi csak az utat készíthetjük elő és az akadályokat tolhatjuk félre ez előtt a magasabb hatalom előtt, amely nem más, mint az „emberfeletti Én” adta kegyelem. A kegyelem a szentély kapuőre. A kegyelemnek, a magunkénál magasabbrendű hatalomnak ez a megnyilatkozása az, amely végül eltörli

az Ego-hoz kapcsolódó függőségünket és megadja nekünk a szellemi felszabadulás elképzelhetetlen békességét. Ennek a pontnak az elérése a legtöbb ember számára talán a jövő zenéje – ez azonban ne tartson bennünket vissza a kísérletezéstől. **„Sokan vannak a hivatottak, de csak kevesen a kiválasztottak”** – hangzik a keresztény tanító szava, de már a jelzett út iránt való pusztá érdeklődés is jele lehet annak, hogy az ember ezekhez a szerencsés kevesekhez tartozik. De még ha nem érjük is el ezt a magas fokot, az erőfeszítések akkor sem vesznek kárba. Kétségtelenül bizonyos fokú békességgel, bizonyos mértékű belső megvilágosodással jutalmaznak meg bennünket.

A kegyelem erejének hatásai titokzatosak. A mi kötelességünk az, hogy előkészítsük a megfelelő feltételeket, megteremtsük a legalkalmasabb légkört az „emberfeletti Én” kinyilatkoztatására, mert nem tudhatjuk előre azt a pontos pillanatot, amikor ez a kinyilatkoztatás megtörténik, még akkor sem, ha a feltételeket megteremtettük.

A kereső belső lényének határozott megmozdulásában fogja érezni ezt a kegyelmet: olyan megmozdulásban, amely arra törekszik, hogy őt birtokába vegye és még mélyebbre vonja magába – ezt a megmozdulást mindig a szív belső világában történő megnyilatkozásként fogjuk átélni, ahol, mint tudjuk, az „emberfeletti Én”-atom lakozik.

Ez a kegyelem most már annyira hatalmába keríti gondolatait és érzéseit, hogy nemcsak az ellenállás hasztalanságát fogja érezni, hanem azt is, hogy a legcsekélyebb kedve sincs az ellenállásra, mert ez az erő, mint valami varázs nyugtözi le tudatát. Olyasféle érzéssel kezdődik, mintha észrevétlenül valami feloldódnék szívében. Azután minden eddigi életszemléletének felforgatását idézi elő, amelynek során a büszkeség, gőg, előítéletek és eszmék, vágyak meg ellenszenvek, melyekhez görcsösen ragaszkodott, mind egyetlen olvasztótégelybe kerülnek és egy időre eltűnnek benne. Végződik pedig azzal, hogy az Ego-t többé-kevésbé tökéletesen feláldozzuk annak az isteni uralkodónak, aki íme megjelent. Ez az élmény esetleg gyakrabban is megismétlődhetik, de esetleg hosszabb ideig nem tér vissza. Ha az előbbi következik be, a kereső valóban szerencsés és rendkívül gyorsan elérkezik a megvilágosodás állapotába életében feltűnő változások történnek, míg végül biztos, pontos és határozott, ugyanakkor pedig fennkölt megnyilatkozásban lesz része. A kegyelem talán csak öt percre száll le rá, de fölötte lebeghet akár öt óráig is. Ha az utóbbi történik, csodálatosan boldog lesz és nagymértékben megváltozik. A nagylelkűen adott kegyelem ilyen megnyilatkozásai révén mentek végbe Keleten és Nyugaton a vallástörténelemben feljegyzett kimagasló megtérések.

Vannak jelek, amelyek a kegyelem közeledését már előre hirdetik. Ezek között a legfontosabb a szellemi világosság után való erős vágy, amely a szívet mindjobban elfogja és az embert gyakran szinte úgy kínozza, hogy semmi egyebet nem lát fontosnak. A megszokott életet hol unalmasnak, hol tompának, üresnek, gépiesnek és nyomasztónak érzi. A napi tevékenység álomszerűvé és céltalanná válik. Amikor ez a mélységes vágy az ember érzelmi életében erős folyamattá dagad, számíthat rá, hogy a beteljesülés sincs már messze. És minél erősebb a vágyakozás, annál hatalmasabb lesz a lángoló kegyelem megnyilatkozása.

A kegyelem prófétikus hírüladásainak elseje a sírás. Mégpedig vagy azon sírunk, hogy még híjával vagyunk a szellemi világosságnak, vagy valami szón, eseményen, személyen vagy képen, amelyet az „emberfeletti Én” létének emléke kelt fel bennünk. Az ilyen sírás nem lesz mindig látható és külsőleges – végbemehet némán, a szív titkos kamrájában is. Ha azonban a könnyek jelentkeznek, ne küzdjön ellenük az ember, hanem engedjen ennek a heves érzelmi megnyilatkozásnak, sőt olyan gyakran és sokáig hullassa könnyeit, amennyire csak külső körülményei megengedik. Ezek a könnyek értékes szövetségesei a kereső szívének. Titokzatos befolyásuk van, amely arra hajlik, hogy feloldja azt a kemény kérget, amely a kegyelem elérkezésének kapuját borítja. Szelíd, de hatalmas segítségükkel sok minden elérhető – sokszor ugyanannyi, mint amennyit az elmélkedés megszokott erőfeszítéseivel el lehet érni. Fogadjuk tehát szívesen ezeket a látogatókat, amikor jelentkeznek és engedjük gáttalanul szabadjukra könnyeinket, ha magányban lehetünk; némán és senkitől sem látva sírjunk, ahol szükségesnek érezzük és így adjunk nekik módot arra, hogy magunk-építette korlátozásainkat elmosás. A keresőnek ez a vágyakozása és sírása – hogy hatályos legyen – fel kell, hogy forgassa lelkének legmélyét. Valóban, ezeknek a könnyeknek belső kényszerből kell fakadniuk. Csak aki a Legmagasabbrendűért tud sírni és a világi csalódásokért nem ejt könnyet, csak az tudja majd az igazságot megismerni.

*

De mutatkozhatnak más jelek is. A kereső talán egyetlen tiszta prófétikus álmot fog látni, amelyből ösztönszerűen ki tudja majd olvasni „emberfeletti Én”-jének üzenetét. Az ilyen álm rendkívül élénk lesz és örökre felejthetetlen marad. Továbbá világi viszonylataiban is beállhat valami változás, sőt külső tevékenységében valami válságra is kerülhet sor, ami mind azt jelzi, hogy elérkezett vagy nincs már messze az idő, amikor új környezetbe és ennek megfelelően új behatások alá is kerül. Ilyen és más módokon, továbbá saját belső megérzése révén is megtudhatja az ember, hogy a szellemi világosság időpontja közeledőben van.

Az elnyert kegyelemnek fontos csatornavezetéke végül az, amely valamely külső segítséggel köti össze. Az ilyesmit nem ritkán valami nagyon szeretett személytől való elszakadás vagy az illetőnek halála idézi elő. Az ebből természetesen folyó mély fájdalom következtében, a kereső élete tökéletes átváltozáson mehet keresztül, amelyben a kegyelem az elvesztettért kapott kárpótlásként nyilvánulhat meg. Előbb azonban át kell esnie vesztesége fölött érzett fájdalomnak minden fokozatán és ha majd végül a kegyelem közeledtét érzi, lassanként be fogja látni, hogy a megpróbáltatást türelemmel bírja elviselni. Nem nyomasztó teher lesz többé, mert ráeszmél, hogy az illető személynek életéből való eltűnése valami szellemi jelentőséget foglal magában. Az áldozat, amelyet tőle követeltek, lelkében először a megadás érzését, majd az Istennek való önfeláldozás akaratát szüli, amely végül a belső béke kárpótlását hozza meg. Az önfeláldozásnak ez a művelete tehát a terhet Istenre hárítja, őt magát pedig ezirányban nagy mértékben megszabadítja a további

szenvedéstől. Az ilyen nagy és gyötrő szenvedés tehát, végső magvában, a küszöbönálló kiegyenlítő nyugodt derű előhírnöke lehet.

Ne képzeljük azonban, hogy a kegyelem szükségképpen mindig úgy működik, hogy éppen ott ér bennünket, ahol a legérzékenyebben érinthet. Ez ilyen szomorú hírnök nélkül is megérkezhetik. A másik emberi forma, amelyen keresztül a kereső kezdetben a kegyelmet elérheti az, amikor a bölcs vagy beavatott, az adeptus, vagy valamelyikük tanítványa – mint kényelmes eszköze – révén jut hozzá. Ennek azonban sok szokatlan körülmény a feltétele és ilyen emberek a XX. században ritkán kereszteznek útjainkat, bár magukkal betelt, elbizakodott adeptusok önmagukat és másokat is sokszor megcsalnak ebben a tekintetben. Aki bármely úton egyedül elég messzire előrehaladt, előbb-utóbb elérkezik az olyan nyugalmi állapothoz, ahol már szüksége lesz vezető segítségére. Ilyen vezetőt kell keresni és találni és kegyét megnyerni. Arannyal nem vásárolható meg értelmes alázattal és kitartó hűséggel azonban esetleg egy esztendő alatt megszerezhető.

XIV. FEJEZET

AZ EMBERFELETTI ÉN

Mi az „emberfeletti Én”?

Vajon valami árnyszerű lény-e, amely szíami ikerként tapad az egyén szellemi csípőjéhez? Vagy valami pszichológiai daganat, amely hozzánőtt az agyhoz? Ilyen kérdéseket valóban feltettek a szerzőnek, ő tehát szükségét érzi a további magyarázatnak.

Mielőtt azonban felelne a kérdésre, szeretné megértetni, hogy itt olyan anyaggal dolgozik, amely valóban kifejezhetetlen, kivéve azok számára, akiket az élet a tapasztalás tulajdonképpen megérlelése útján előkészített rá. Ennélfogva belátja, hogy az itt következő szavak mások számára talán ki nem elégítőnek fognak bizonyulni. Ezen nem lehet változtatni. Minden szó csak egy-egy jegye a gondolatoknak, az értelem termékeinek kifejezésére. Itt azonban olyan területről van szó, amely túlnyúlik az értelmén. Hogy ezt a területet érzékeltessük, az egyetlen megfelelő módszer az volna, ha nem használnánk szavakat – vagyis mély telepatikus hallgatással próbálnánk megértetni. Egy könyv, amely szavak gyűjteménye, alárendelt eszköze a közlésnek – mégis megvan a magas értéke, ha hangulatot, légkört teremt és szellemi előfeltételeket készít elő a valódi megvilágosodás lehetővé tételére.

Bár az „emberfeletti Én” valójában egység, mégis értelmileg különböző pontokról vehető szemügyre és így azt találhatjuk, hogy különböző szemléletei vannak. De bárhogyan áll is a dolog: mindenekelőtt az a fontos, hogy egységes alkatának eszméjét felfogjuk. Nem lényünk különböző rétegeiből vagy részeiből van összetéve – hanem valóban ez a **középpont**, az embernek magának legbenső élő magja.

Legelőször azt mondhatjuk, hogy az „emberfeletti Én” az ember lényeges valóképpeni léte, a mindennekfölött álló fennmaradó rész, ha sikerül a fizikai testtel és az értelemmel való azonosságának gondolatát száműznie. Figyelemre méltó, hogy ebben a mondatban külön súlyt vetettünk a „gondolat” szóra. Tudósok, mint Jeans és Eddington mondják, hogy a világegyetem a valóságban *eszme* – minthogy azonban a test a világegyetem egy része, jogunk van azt is eszmének tekinteni. Azt azonban, hogy *mi az eszme*, nem tudják megmondani nekünk. A legközelebbi lépés a felismerés felé tehát ez lesz, mert a kitartó kutatással és elemzéssel egy napon fel lehet majd oldani az eszméket az „emberfeletti Én”-ben, amelyben gyökereznek.

Az „emberfeletti Én” az a teremtő erő, amely a személyes Ego-t szüli, egy kozmikus időszakon belül fenntartja, majd ismét önmagába vonja vissza. Ez a magyarázata Szent Pál merész pantheista mondatának: *„Benne élünk és mozgunk, és benne van létünk.”* Ő a láthatatlan, érinthetetlen életadó, amely teremtményei létét fenntartja. Az „emberfeletti Én” az utolsó cseppjéig desztillált élet. Támogatása nélkül egyetlen gondolatnak sem adhatnánk életet, egyetlen lélegzetvételt sem tehetnénk. Ezen a Láthatatlanon alapul végső eredményben még a gyomor, a tüdő, az arc legkisebb molekulája is. Ez a kerék agya, amelyben minden küllő – test, értelem és érzelem – végül összefut.

Amint egyetlen napsugarat sem lehet tulajdonképpen magától a Naptól elkülöníteni, ugyanolyan elkülöníthetetlen a testben lakozó „emberfeletti Én”-atom teremtőjétől, a világegyetem istenségétől. Amikor az előző fejezetben azt mondtuk, hogy az „emberfeletti Én”-atom a szívben lakozik, ehhez az állításhoz még többet is hozzá lehetett volna fűzni. Valóban, amit eddig magyaráztunk, az *csak viszonylagosan* igaz és csak egyoldalú elgondolás alapján hangzott el, mert az olvasót lassan és fokozatosan kellett előkészíteni a most következő végleges kinyilatkoztatásra.

Az, ami az emberi lényben mint „emberfeletti Én”-atom él, rajta kívül is, mint univerzális szellem van meg.

A helyzet paradox, mert hiszen csak egy „emberfeletti Én” van: a minden emberben rejtőző univerzális, isteni „Én”. Nincs különálló „emberfeletti Én”, ami – hogy úgy mondjuk – az egyes lényekhez tapadna. A végső igazság a *monizmus*. *„Én atyámban vagyok és ti bennem vagytok, én pedig bennetek vagyok”* – hirdette az „emberfeletti Én” Jézuson keresztül: Csak egy „emberfeletti Én” van valamennyi test számára, nem pedig külön-külön minden egyes lény számára. Nincsenek millió számra örök „emberfeletti Én”-ek, csak mulandó egyéniségek milliói vannak.

Ami az emberben, ha személyes Ego-ját alárendelte, isteninek tűnik fel, az ugyanaz, mint amely minden más emberben jelentkezik. Mint ahogy a különálló napsugár lényegében és minőségében nem különbözik magától a Naptól, úgy az isteni sugár, az „emberfeletti Én”-atom sem különbözik az Isten-Naptól, amelyből kisugárzik.

Az „emberfeletti Én” tehát ilyenformán matematikai *üres pont*, egyidejűleg azonban *tér* is, amely szent ölében tartja a világegyetemet. Ez a paradox kijelentés ellentétben áll az általános értelemmel. Az értelem tulajdonképpen fel sem foghatja. A szavak hálójával nem lehet befogni éteri és bujkáló értelmét. Csak úgy érthetjük

meg, ha az értelem a maga legszélső határáig jut el és azután, amikor ezzel a magasrendű jelenséggel kerül szembe, kikapcsolódik.

Az „emberfeletti Én” örök. Egyetlen pillanatban sem, sohasem áll távol tőlünk. Csak nem vettük figyelembe. De légkörében élünk mindörökké.

„Senkinek sem adatott, hogy Istent láthassa és életben maradjon” – mondja az Ó-testamentum. Ezeknek a szavaknak valódi értelme az, hogy a személyes Ego nem léphet be az „emberfeletti Én” állapotába úgy, hogy korábbi korlátozott létét is folytathassa. Amint ebben a további „Én”-ben nyugvópontra jut, teljesen elpihen és egységében feloldva, el is tűnik – *vele* cselekszünk, ahelyett, hogy ő volna a cselekvő.

Az „emberfeletti Én”-t nem látjuk – csak felfogjuk. Látomások csak finom hüvelyét, fénylő sugárból font öltözékét mutatják, de mindez csak külső mez.

Nem látjuk szépségét – lényünk föloldódik lélegzetében és azzá válunk, amit költők, festők, szobrászok és zenészek keresnek, de csaknem sohasem találnak meg.

Az „emberfeletti Én” a legmagasabb valóság – valósága azonban túlságosan finom, túlságosan elmosódó, túlságosan ritka ahhoz, hogy felfogható legyen. Leginkább a hosszas hallgatásban érzékelhető.

Ő Isten sugara az emberben, a megérthetetlen Végtelen, amely az ember véges lényét átítatja: a valódi szellem az emberi teremtmény háttérében. Az, ami tökéletesen mentes minden vágy, minden szenvedély és minden gyöngeség rányomásától. Ez jelenti az ember számára minden valódi erkölcs csúcspontját, minden valódi erkölcsi tanítás tökéletességét, mert minden élő egységről beszél – akár az emberi, akár az állati fajhoz tartozzék is – és ezért az általános részvét legmagasabb kötelességét véli tudatába.

Az „emberfeletti Én” csak önmagát fejezi ki. Nem fejez ki erkölcsöt vagy erényt – ezek ember-kitalálta fogalmak. Az „emberfeletti Én” ezektől független – mi időről-időre megteremtjük a magunk erkölcsét, az „emberfeletti Én” etikája azonban örök és abszolút: megváltozhatatlan. De végül minden erkölcs az ő magasztos forrásából ered és minden erényt végeredményben szeretet-áthatotta érintése közvetít. Aki az ő világosságában él, jellemileg annyival magasabban áll a jó embernél, mint amennyivel ez magasabban áll a gonosztevőnél.

Az „emberfeletti Én” az az elmélyült és istenült Én-érzet, amely végül az ebből az érzelemből származó **transzcendentális elemmé** változik.

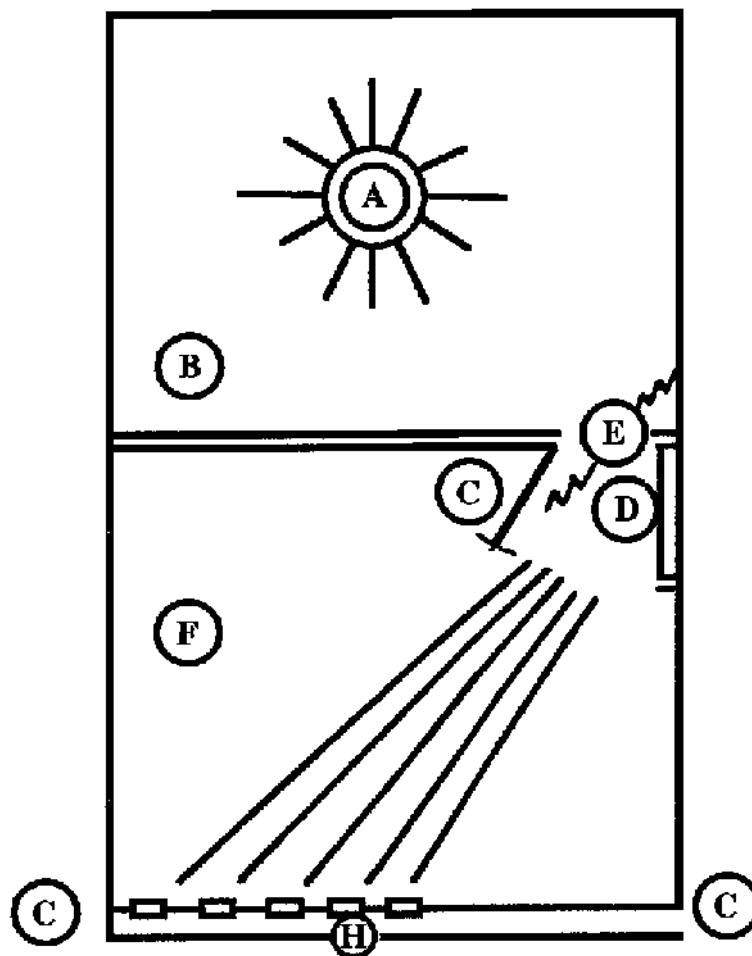
Ha az ember valami természetfölötti dolog igazi mivoltát meg akarja ismerni, célravezető az értelmet egy találó hasonlósággal kíségeti. Mialatt ezen gondolkodik, belülről megvilágosodik a természetfölötti igazság értelme, melyet esetleg nem fogna fel olyan könnyen, ha csak a pusztá állítást olvasná.

Ilyen hasonlóság – amely különösen azoknak lesz hasznos, akik meg akarják érteni, hogy milyen viszonyban áll az „emberfeletti Én” az értelemmel és a testtel és milyen a kölcsönös hatás hármuk között – egy lámpa, amelyet bizonyos módon helyezünk el egy házban. Mint a legtöbb hasonlóság, ez sem tökéletes és ezért nem szabad rá túlságosan nagy súlyt vetni.

Az elrendezést a kísérő vázlat világítja meg: Itt a szoba (B), amelyben a lámpa (A) áll. E között a szoba és a következő között van egy összekötő ajtó (C). Az egyik

falon egy tükör (D) van felfüggesztve olyan módon, hogy az a belső szoba lámpájának fénysugarát felfogja, visszaveri és ilyen módon részben a külső szobába (F), részben azon túl a külső tornácra (H) vetíti.

Ennek a rajznak jelképisége a következő: A lámpa jelzi az „emberfeletti Én”-t, az ember sugárzó ős-tudatát. A belső szoba, amelyben a lámpa áll, az Örökkévalóság, a legmagasabb természetfölötti állapot, a valódi lét birodalma, amely egyetemes, személytelen és önmagában tökéletesen távol esik világunk mozgalmasságától – az abszolút fény és a tökéletes csönd területe. Ha elképzeljük, hogy az ajtó zárva van, akkor nincs más, mint az önmagába merült „emberfeletti Én”, vagy mint ahogy a Biblia poétikusan ábrázolja: *„Isten szelleme lebegett a mélység vizei fölött.”* Így jelképezi a zárt ajtó a mély alvás állapotát, amelyben az „emberfeletti Én” központi világossága a legkevésbé van megzavarva. Ez annyit jelent, hogy a mély álomtalan alvás állapotában valóban a legközelebb járunk az „emberfeletti Én”-hez – mindenki, aki ilyen álomból felébred, emlékezni fog az ébredést kísérő gyönyörködtető és békés érzésre, amely néhány pillanatig a titokzatos és szép állapot visszhangjaként lebeg fölötte. Az oka ennek az, hogy a személyiség érzése ilyenkor még nem támadt fel. És ha most elképzeljük, hogy a szél ereje (E) felkerekedik és kicsapja az ajtót, ez a szél ábrázolja a magasztos összhangot megzavaró első tényező – az idő – belépését.



A kozmikus életfolyam, előre meghatározott terv szerint, elkezd működni hozni erőit és miután a legkisebb mozgás is következménnyel jár, a mély alvási állapot megszűntével egyidejűleg megjelenik az Idő és megjeleníti elválaszthatatlan szövetségét, a személyes Egot, az ősi Én-gondolatot, a korlátozott emberi szellemet. Ez utóbbit a tükör jelképezi.

Az ajtó kinyíltával működésbe lép a tükör visszaverő felülete. A lámpa fénysugarai kiáradnak a belső szobából, átjutnak az ajtónyíláson és így érik a tükröt. Az „emberfeletti Én” isteni tudata érintkezésbe került az emberi Ego-val, az értelemmel, amely az így felfogott óriási erőt jelentékenyen lecsökkenti. Kis elferdült fénysugár hatol kifelé, a második szobába. Ez az utóbbi az álmodva-alvás állapotát jelzi. Az eredetileg szellemi tudat ilyen módon mélységes változáson megy át. Nem tiszta őseredeti jelenség többé, hanem csak árnyszerű visszaverődő fénye az egykori világosságnak – első megjelenési formája tehát ebben az átváltozott és lecsökkentett formájában: az álomállapot. Ebben kezdünk azután tudatosan gondolkodó egyénként, határozott személyekként működni. A mély alvás állapotának boldog öntudatlansága eltűnt és ennek a változásnak a hatása szembeszökővé válik a felébredésnél. Ekkor már nem érezzük a felettünk lebegő derűnek és zavartalan örömmel azt az érzetét, amely az álomtalan alvásból való eszmélést jellemzi. Ez a békés tudat eredeti valójának halvány másává zsugorodott. Az „emberfeletti Én” minden tartós boldogság forrása. Nem a valódi alakjában, hanem az Ego tevékenysége következtében inkább elferdítve jelenik meg. A Ego pusztán csak az Én-gondolat – az értelem gyökere. Vetítő ez, amely a közönséges embernél az isteni tudat fényének legnagyobb részét elvesztette, a bölcsnél azonban tökéletesen átengedi a fényt.

Kövessük most már ezeknek a szimbolikus fénysugaraknak további pályafutását. Keresztül haladnak a külső szobán és eléri végül ennek a szobának az öt ablakát, amelyek a testi érzékszerveket ábrázolják. Ez annyit jelent, hogy az Én-tudat belépett a fizikai testbe és összekapcsolódott vele. Ezen a nyitott ablakon keresztül kerülnek a tornác szabad levegőjére, amely a köznapi tevékenység éber állapotának felel meg. Látjuk, hogy ez a szobánkívüli végső tükröződés az eredeti világosság háromszori csökkentésének végső stádiuma. Minden változásnál veszít valamit a világító erejéből úgy, hogy a rendkívül tudatos köznapi állapot, amelyről szeretjük feltenni, hogy az az emberi tudat legmagasabb fokát jelzi, a valóságban legmélyebb foka.

Ezek után talán jobban megbecsüljük az előírt szellemi gyakorlatok értékét, mert azt mondhatjuk, hogy a naponkénti belső megtérés megszokása az embert végül képessé teszi arra, hogy a szellemi nyugalom pillanataiban olyan állapotot tartson fenn, amely közeli rokona az álomnak. Ha ez a befelé-fordulás elég mély, tökéletesen utánozza az álomállapotot. Ezzel nem azt mondjuk, hogy az ember holmi képzeleti területre lépett. Ellenkezőleg: ebben az állapotban éli meg az ember önmagát és gondolatait, legalább annyira valóságosan, mint amilyenek ezek az éber külső létben tűnnek fel. Ez az állapot folyamatos gyakorlás révén olyan tisztává és összefüggővé válik, hogy össze sem hasonlíthatók vele az átlagember alvása közben fellépő határozatlan és változékony álmok. A mély absztrakcióba merült elmélkedőnek

állapotát csak azok értékelhetik, akik olyan rendkívül élénk álmokat álmodnak, amelyekben minden a legteljesebb valóság képében jelenik meg.

Ez azonban csak az első lépcsőfok, noha már magában is olyan eredmény, melyet csak többévi erőfeszítéssel lehet elérni. A haladás útjának következő lépcsőfoka a gyakorlatok során olyan boldog állapotba vezet, amely rokon a mély, álomtalan szunnyadással; mégis megvan az a fontos különbség, hogy az ember ennek az állapotának tökéletesen tudatában van. Ez a különbség életbevágó fontosságú – az ember átérzi a mély, álomtalan alvásból való felébredés egész gyönyörét és lebegő békességét, de ezt *teljes tudattal* éli át a gyakorlat egész tartama alatt. Ez természetesen már igen előrehaladott állapot és esetleg csak évek múltán érhető el.

Az út harmadik fokozatát maga a lámpa ábrázolja. Ezen a fokon az ember túlhaladja azt az állapotot, amely a mély alvásnak felel meg és ahelyett, hogy az „emberfeletti Én” jelenlétét valami tőle elkülönítettnek érezné, önmaga is eggyé válik a fénnel. Ezután már nem szükséges a gyakorlatot folytatnunk, mert a célt elértük: a fénysugár visszatér forrásához, a szűk kis személyes „Én” pedig – amelynek kedvéért annyit fáradoztunk és amelynek változó hangulatai oly nagymértékben befolyásolnak bennünket – feloldódott az egyetlen egyetemes lényegben.

A hasonlóság találó. A lámpa a forrása a fénynek, a hőnek és az energiának – éppen így az „emberfeletti Én” is fényforrása a tudatos megértésnek, hőforrása az egyetemes szeretetnek és energiaforrása az isteni teremtettségnek. Az a három szakasz, amelyen a lámpa sugarai keresztülhaladnak – a belső szoba, a fényvetítő és a külső szoba – pontosan ábrázolja a mély alvás közelségét a szellemhez, az értelem hatalmának kölcsönvett mivoltát és egész mindennapi tudatunk korlátozó hatását.

Felmerül az a kérdés: mi felel meg annak az impulzusnak az idő szele mögött, amely az ajtót kicsapta? A felelet úgy szól, hogy a külső és belső fejlődés erői, amelyek az „emberfeletti Én”-t körülvevő mély alvási állapotban foglaltatnak, teremtik meg azt a mozgást, amely az egész világegyetemben ritmikusan dolgozik. Ezek az erők természetesen lappangó állapotban foglaltatnak benne és először a személyes lélekben nyilatkoznak meg. Csak annyit mondhatunk, hogy a kozmikus lét nagy mélységeiben mozognak ezek az erők és mozogtak örökkévalóságok óta, hol kiterjedve, hol összehúzódva, mint a szívkamrák összehúzódása és kitágulása. Hogy ez a tevékenység hogyan, mikor és miért kezdődött, az már meghaladja közvetlen emberi céljainkat, mert ez a tevékenység olyan régi, mint maga a világegyetem.

Az utolsó fokozat: a visszatérés az anyagi világ rendes, tevékeny, éber állapotába, mialatt az ember még megőrzi az elnyert belső megvilágosodást.

Az „emberfeletti Én” Isten fénysugara az emberben, tehát elmúlhatatlan. Ezt az örök jelent igen beszédesen fejezte ki Sir R. Venkata Ratnam, a brahmin vallás egyik feje és India ritka, istentelítette lelkeinek egyike, akit tanítványa, a pithapursmi maharadzsa ismertetett meg a szerzővel. Ő mondta egyik beszédében:

„Az emberek-alkotta emlékek között elfelejtjük, hogy Isten maga a központi életerő. Nemcsak valami távoli ösztökélő hatalom, hanem a mindig jelenlévő, közvetlen, legbelső életerő. Isten a terv és a cél, a tulajdonképpeni és állandó valóság annak a mindig új díszletezéssel jelentkező színpadnak a háttérében, melyet teremtettségnek nevezünk. Gondoljunk csak arra a szószerinti valóságra, hogy nyelvem

most sem tudna beszélni ennek az egyetemes hatalomnak közvetlen működése, sőt személyes jelenléte nélkül. Önmagunkat csaljuk, ha a tudomány törvényeiről és kényszerítő hatalmukról beszélünk. Valamennyi a legmagasabb Istenből ered, feléje hajlik és benne végződik. Az Úr a maga szent énjében jelen van a lélek legmélyén – ott lakozik minden teremtet lény valóképpeni szívében.

XV. FEJEZET

AZ EMBERFELETTI ÉN MŰKÖDÉSE

Ennek a fejezetnek a címe inkább jelző jellegű, mint pontos, mert az „emberfeletti Én” mindig működik, állandóan támogat és fenntart bennünket és tulajdonképpen sohasem szunnyad. Csak azért választottuk ezt a címet, mert néhány lapon nagy területet kell bejárnunk és erre a célra ez a legmegfelelőbb.

Annak az embernek, aki ezt az utat elég hosszú ideig járta és szellemi gyakorlatait megfelelő buzgalommal végezte, nem kell megvárnia, míg az „emberfeletti Én” teljes világossága felfénylik lelkében, hogy máris érezhesse különböző jótéteményeit. Mindenféle dolog történik majd, ami jelzi neki, hogy helyes úton jár és így egyre növekvő bizalmat önt beléje a végső kimenetelt illetően. Mielőtt még olyan szerencsés volna, hogy az abszolút isteni fény birodalmába beléphessen, már jóval előbb megvilágosodik előtte ez a belső változás. Létének egész területén jelentkeznek ennek az egyenlőre még csak részleges megvilágosodásnak az üdvös következményei.

Az első hatalmas hatás talán az lesz, hogy Én-je fokozatosan felszabadul a környezet – személyek, helyek, események és dolgok – zsarnokságától. Az ember belsőleg elszakad az őt körülvevő eseményektől és többé nem függ tőlük nagymértékben. Az elszakadásnak ez a folyamata a mindennapi szellemi nyugalom rövid időszakasaiban, lassanként önmagától – könnyű hullámmásként – az egész belső életünkre áterjed. Az Én általános fogalmával szemben kezdetben elfoglalt kérdő magatartásunk a nap folyamán újra megismétlődik és most már eseményekre és környezetekre irányul. Az ember többé nem fogadja el vakon őket, hanem elkezd érdeklődni valódi jelentésük és valóságos értékük iránt. Ily módon kifejlődik a belső függetlenség érzete, ami megengedi az embernek, hogy csak annyiban befolyásoltassa magát külső dolgoktól, amennyiben érzi, hogy valóban javára válnak. Röviden: az ember meg tudja majd válogatni, milyen benyomásokat és érzelmeket bocsásson be szellemébe és szívébe.

Ez az elszakadás – mint valamivel később kimutatjuk – nem teszi az embert alkalmatlanná a megszokott köznapi tevékenységekre és nem teszi embertelenné sem. Ha emberinek lenni annyit jelent: állandóan izgatott, aggódó, változékony, vágyaktól szétszaggatott állapotban lenni, akkor ez a békés derű valóban kiemeli az egyént az emberek sorából, de miért is ragaszkodjunk az emberi természet valódi lehetőségeinek ilyen alacsony értékeléséhez?

Második hatása az lesz, hogy megváltoztatja felfogásunkat az élet értékéről. Az ember érdeklődését egyre inkább és inkább áthelyezi a felületesről az alapvető mértékűre. Egyre kevésbé lesz hajlandó az ember pusztán látszattól félrevezettetni magát és mindjobban kételkedni kezd az igazság, boldogság, erkölcs és magatartás közkeletű mértékegységeiben. Új és magasabbrendű eszmék tűnnek fel szellemének látóhatárán. Nem elégszik meg többé azzal, hogy bármilyen tárgyról készen kapott gondolatokat fogadjon el, hanem majd önmaga kezd el igen pontosan gondolkodni. Szívének és szellemének mélyén felfedez majd váratlan segélyforrásokat, amelyek képessé teszik arra, hogy boldogságot és örömet találjon ott, ahol a világ nem tudja őket felfedezni.

Mindenki, aki ezeket a gyakorlatokat elég hosszú ideig végezte, nem fogja tudni elkerülni, hogy meghallja valami különös halk figyelmeztetés, valami benső hang suttogását, amely akkor jelentkezik majd, amikor önuralmában a legnagyobb hiány támad. Ha nemkívánatos érzelmek – mint harag, gyűlölet, féltékenység vagy félelem – hatalmába kerül, a belső mélységben feltámad ez a gyöngye hang és szemére hánnya érzéseit. És hiába akarja majd elhallgattatni, nem tudja. Valahányszor érzelmi életében híjával lesz a valódi önuralomnak, hallhatóvá válik majd az a hang és megpróbálja, hogy visszanyerje vele egyensúlyát. Valóban szükségképpen eredménye ezeknek a gyakorlatoknak, hogy az embert éppen a legalkalmasabb pillanatban állítsák szembe saját énjével.

A társadalmi életben hallgatni fog, ha mások hiábavalóan vitatkoznak és sohasem fog disputálni olyanokkal, akik a vitát magáért a vita kedvéért folytatják. Ugyanígy sohasem fogja megkísérelni, hogy meggyőzzön olyanokat, akiket nem lehet meggyőzni. Nem fogja azonban elmulasztani, hogy jó talajon szórja el az igazság magját.

Ha a meditáló elmélkedései végére érkezett, ismét mozgatja kezét-lábát, elhagyja szobáját vagy azt a helyet, ahová visszavonult és megint cselekvő érdeklődéssel fordul a külvilág felé, szellemi megnyilatkozásainak frissessége gyorsan elhalványodik és a belső világ élénk tudata megszűnik, mint valami erejét vesztett varázslat. Mennél inkább próbálja az osztályrészéül jutott szent élményt elemezni, annál erősebben járul hozzá ő maga eltűnéséhez. Paradox módon az elemzés hozzásegít ennek az élménynek a keletkezéséhez, de miután átéltük, a további elemzés nyomán eltűnik!

Újoncok részére nem kedvező a rendes, éber tudat visszanyerése a misztikus állapot megőrzésére, bár a tapasztaltak lassanként hosszabb ideig meg tudnak benne maradni, sőt később ez az állapot szokássá válik. A legtöbb embernek elegendő, ha részben visszaemlékezik ezekre a szent élményekre, amelyek álomszerű visszfénye mindig az igazi vigasz és derűs boldogság forrása lesz számára.

Ennélfogva rendkívül fontos a belső középpontból való visszatérés gyakorlása úgy, hogy azért el ne veszítsük. Nem elég elérni a csendet, hanem rögzíteni is kell, mialatt az ember lassanként visszatér a külső életbe, mert az embernek nem szabad teljesen belevesznie környezetébe.

Olyan egyensúly-gyakorlat ez, melyet meg kell tanulni, mint a kerékpározást, amelynél az embernek miközben előre néz, mégis a nyeregben kell maradnia.

Ugyanígy kell megtanulnunk, hogy megmaradjunk személytelen középpontunkban és mégis cselekvő részt vegyünk a világi tevékenységekben és a társadalmi életben. Gyakorlat és megszokás segítségével mindez elérhető.

Helyes lesz, ha itt visszatérünk az átlag-nyugati ember körülményeire, aki a modern kor lázas tevékenységében oldódik fel és részben a minduntalan elnyomott mély szellemi vágyakozás miatt, részben amiatt a tehetetlensége miatt, hogy ezt a vágyakozását környezetének durva anyagiasságának közepette kielégíthesse, nyugtalanul és szerencsétlenül él. Esetleg állásának, feladatának, hivatásának vagy ügyeinek olyan kényszerítő hatásait érzi, amelyek semmiféle kapcsolatban nem állnak szellemi törekvéseivel. Időnként kétség fogja el, hogy ilyen körülmények között valóban előrehaladhat-e, amíg a feltételek meg nem változnak. Minden nagyvárosban számos ilyen eset akad. Milyen utat kövessen az ilyen ember?

A szerző azt tanácsolja neki, hogy a szellemi gyakorlatokat annál nagyobb határozottsággal kezdje meg, minél több ellenállással találkozik. Éppen ez az ellenállás serkentse arra, hogy akkora erőfeszítéseket tegyen, amelyekkel legyőzheti. Még ha a kötelezettségek hosszú sorává vált napnak csak húsz percét szánja is magányos szellemi visszavonultságára, biztos lehet benne, hogy idővel megkapja érte a jutalmát. Ez a naponkénti rendszeres erőfeszítés – amely ha szükséges, évekre is kiterjedhet – eleinte talán terméketlennek látszik. De lényének földalatti járatain már elhangzott a kiáltás és a mindig éber és várakozó „emberfeletti Én” előbb-utóbb felelni fog. Akkor aztán azt, amit eleinte küszködve és nagy erőfeszítéssel tudott csak megvalósítani, később a gyakorlott szellem könnyedségével végzi majd.

Az ilyen embernek az jusszon eszébe, hogy nem az elmélkedésekre fordított idő **hossza** a fontos, hanem sokkal inkább **minősége!** A gyakorlatok alatt gondolkodása legyen tiszta és egyértelmű, figyelmének központosítása pedig mély és kitartó! Egész lényé naponta merüljön bele ebbe a határozott erőfeszítésbe, rövid visszavonultsága ideje alatt felejtse el környezetét, törölje el napi személyes tevékenységéhez fűződő minden gondolatát és emlékét s figyelmét rendíthetetlenül rögzítse a szellemi elemzésre, illetőleg a belső keresésre.

Ha a helyzetéből adódó akadályok mellett is vissza nem riasztható buzgalommal és bizalommal adja át magát napi gyakorlatainak, és ha belátja, hogy a kudarc is mindig hasznos tapasztalat, akkor fölöttébb valószínű, hogy a körülmények nyomása fel fog engedni a szellemi erők ellenhatásával szemben. Külsőleg ugyanúgy folytathatja rendes életét, mint azelőtt. Ha azonban a szellemi életben való további haladás érdekében parancsoló szükséggé válik valamilyen változás, az „emberfeletti Én” a sorssal együttműködve bizonyára úgy fogja rendezni a dolgokat, hogy ez bekövetkezhessék. És az akadályok leomlása talán új és magasabb feladatokat tár majd eléje, amelyek további lehetőségeket nyújtanak és szívének áthatóbb megnyugvást hoznak. Minden az ő javára fog közrehatni. Az ember valóban felfedezheti, hogy a neki megfelelő munka vagy megfelelő üzleti lehetőségek, amelyeket talán egész életén keresztül hasztalanul keresett, most az „emberfeletti Én” titokzatos munkája segítségével, a maga részéről kifejtett minden erőfeszítés nélkül, egyszerre csak önként kínálóknak. Az ilyen eset világítja meg ezeknek a szavaknak

az igazságát: „*Mindenekelőtt Isten országát keressétek és minden egyéb megadatik majd néktek.*”

A titkos út nem kizárólag szellemi út – előhírnöke lehet, sőt kell is hogy legyen valamely külső tökéletesedés útjának –, amely annál is inkább dinamikus jellegű, mert ihletből származik. Nem az a célja, hogy az embert kolostori tétlenségre kárhoztassa, hanem, hogy segítsen neki saját hasznossági szféráiban bölcsebben és hatályosabban tevékenykedni.

Általában azt lehet mondani, hogy az ezen az úton elég messzire haladt ember előbb-utóbb maga teremti majd meg a saját környezetét és világító tevékenységek olyan területére lép, amely magasabb felfogásának megfelel. Ez lesz belső szellemi átrétegződésének külső visszahatása.

Akadnak ennél az általános elvnel kivételek is. Amikor az történik, hogy emberek önfeláldozással, félelem nélkül vetik magukat nekik meg nem felelő, sőt ellenséges körülmények közé, mások iránt való önkéntes szolgálatból vagy magasabb parancsra. Ezek az emberek bizonyos értelemben valóban vértanúk – önakaratuknak az isteninek való feláldozása azonban megszabadítja őket vértanúságukban a legrosszabbtól. Az ilyen szolgálatért semmiféle viszonzást nem várnak, semmiféle kézenfogható jutalomra, vagy szavakkal kifejezhető hálára nem tartanak számot.

Mi nyugatiak lenézzük és gyanakvó szemmel méregetjük azokat a filozófiai elképzeléseket, amelyek bennünket látszólag a tevékeny világból valami „valótlan” ködös területre kalauzolnak. Mi csak olyan meggyőződésekben hiszünk és tudunk csak hinni, amelyek a tevékeny életet szentesítik. Kétségtelenül igazunk van – járható azonban olyan út is, amely a két világ közül a *jobbikba* vezet.

Az ember a napi gyakorlatai közben kifejtett központosító erejének a tevékeny élet területén is éppen úgy hasznát veheti. Bármilyen fog is, cselekvését célirányosabb figyelem fogja jellemezni. Másokkal való érintkezése például közvetlenebbé és mindkét fél számára gyümölcsözőbbé fog válni és a beszélgetésben gyorsabban fog rátérni a fődologra. Röviden: bizonyos új elem, bizonyos magasabb célszerűség fog megnyilatkozni mind apróbb, mind pedig fontosabb ügyeiben. Egyre nagyobb gondossággal, egyre odaadóbb hűséggel és becsületességgel fog teljesíteni minden olyan kötelezettséget, melyet a sors és az „emberfeletti Én” közös ereje ráró.

A helyes elmélkedő gyakorlatok hatása lélektanilag helyesebb gondolkodásban, elmélyültebb központosító erőben és az értelem általános tisztulásában nyilvánkozik meg. Gyorsan felismeri majd az ember valamely tárgy vagy helyzet legbensőbb valóságát, mialatt a többiek még csak a részleteket tanulmányozzák.

Annak az embernek, aki ezekben a gyakorlatokban már akkora haladást tett, hogy elérkezett a szellemi önuralom és az „emberfeletti Én” létezésének bizonyos fokú tudatához, nem kell túlságosan félnie a tartós tevékenység anyagosító hatásától. A tevékenység közben is a nyugalmat képviseli majd. Mialatt lelke többé-kevésbé tartós csendbe merül, agya, keze és lába serényen végezheti mindennapi dolgait. Mialatt belső élete csendesen és boldogan kanyarog, mint a békés folyó az angol réteken keresztül, külső életét heves viharok rázhatják meg. Nyugtalan korunkban az ilyen kiegyenlített élet felbecsülhetetlen értékű. Az ilyen ember – ha tökéletlen is – bizonyosságát adja annak, hogy a legmagasabb fokú inspiráció és a pozitív tevékenység

kapcsolata teljességgel lehetséges. Ezen a fokon minden nap szent nappá válik. Ha az „emberfeletti Én” ilyen módon részt vesz tevékenységünkben, a legalacsonyabbrendű élet is megszentelődik. Az isteninek illata a nap legapróbb eseményeire is ráárad és átszellemíti őket.

Rendkívüli és leírhatatlan belső békesség lakozik majd benne. Ez lesz majd kikötőhelye válságos időkben, amikor semmi sem látszik többé biztosnak és szilárdnak. Ő azonban nyugodtan halad majd útján és minden lépésnél keményen teszi a lábát a földre, mialatt mások ide-oda hányódnak a XX. század megrázkódtatásai között. Annak a nyugodt sietségnélküliségnek és jól átértett rátermettségnek szellemében fog dolgozni, amely olyan feltűnő ismertetőjele a sikereket arató japánoknak. Az „emberfeletti Én” magasztos derűje látszólag elkerüli a New-York-i magasvasút durva robaját, a Champs-Élysées örökké berregő autóforgalmát és a londoni Strand nyüzsgő sokaságát – és mégis, az embernek még ilyen körülmények között is része lehet benne.

Lehetőleg az isteni középpont közelében élve mindig el fogja tudni foglalni a számára kiszabott helyet a világban, de már nem mint rabszolgája, hanem mint munkatársa a természetnek. Mialatt legbelsőbb lénye idegenszerű szellemiségben él, a tolongás és zűrzavar közepette is jární fog tudni, mégpedig nem úgy, hogy nem vesz tudomást róluk és problémáikról. Tud róluk, foglalkozik velük, de belsőleg egyensúlyban és nyugodtan. Sőt, annál inkább szembe tud majd nézni a problémákkal. Felismerte, hogy a középpontban – legyen az akár énjének, akár a világegyetemnek középpontja – valódi biztonság és egészséges értelem lakozik.

Mindezek a hatások megteremtődnek, akár tudatosan keresi őket az ember, akár nem, mert most már minden vállalkozását új, magaválasztotta döntőbíró tekintete kíséri.

A szellemi gyakorlatok tartós művelése elkerülhetetlenül megadja az embernek a helyes magatartást és a helyes szemléletet – nem kell többé félve belépnie abba az arénába, ahol a világ csatái lezajlanak, legyenek azok akár vértelen csaták az életfenntartás biztosításáért, akár valamilyen valóságos háború véres ütközetei. Csak újoncoknak, gyáváknak és gyöngéknak van szüksége arra, hogy az élet harcaitól megriadva, a kolostori élet védett elvonultságába meneküljenek. Mert a szellemen való uralkodással minden lehetségessé válik – híjával azonban meglehetősen céltalanul él az ember. A szellemen való uralkodás ihletetté teszi az ember tevékenységét, szellemi célt és tartós jelentőséget ad az egyébként gyorsan múló köznapi életnek. Az ilyen ihletett élet jelenti az igazi szellemi egészséget. A nyugati világ valóban nem kiegyensúlyozott, mert állandó tevékenységbe merült, belső kiegyenlítődés nélkül. Ha hajlandó volna valamilyen szellemi eljárást illeszteni napirendjébe, nemcsak önmagát védené a kor idegbajai ellen, nemcsak békésebben, helyesebben és megértőbben bonyolíthatná le ügyeit, hanem tevékenységei mellett még valami magasabbrendű életet is megvalósíthatna.

Így haladhat az ember a maga láthatatlan és titkos célja felé. Mialatt így napi tevékenységét űzi – akár az utcán, a piacon, odahaza, vagy a gyárban – elmondhatja magáról, hogy atyáinak művét folytatja. A világi életből így lesz szentség.

A mindennapi élet tehermentesítésének titkára úgy eszmélhetünk rá, ha isteni elemet vegyítünk belé. Minden dolog a láthatatlan Isten jelképe. A munka pedig éppenséggel imádsággá válhatik. Minden gondosan kisöpört padló: ösvény az Úr számára. Egyetlen munkánk sem olyan világi, hogy Isten tulajdonságai ne jelentkezhetnének benne. Mi viszont munkánkban nyilatkozunk meg. Az a kevésszámú ember, akit Isten szelleme tölt be, arra törekszik, hogy az Ő tökéletességét tökéletesen végzett munkával hirdesse. Az Ő bölcsessége az értelmes munka, az Ő hatalma az energikus munka. Ilyen módon lepleződhetnek le legmagasabbrendű képességeink – az idő nagy értékű javunkká változhatik és a mennyben megnyilatkozó igazságok lehozhatók a földre.

*

Az az ember, aki segítség és boldogság tekintetében másoktól függ, gyöngénádszálba kapaszkodik – aki azonban az „emberfeletti Én”-re bízta magát, sohasem fog csalódni. Mérlegeljük röviden azt a materiális segítséget, amelyet az „emberfeletti Én” nyújt számunkra, amikor úgy látszik, hogy nem tudunk segíteni magunkon. Valóban semmi sincs, ami ennek a segítségnek a mértékét meghaladná. Rossz egészség, szervi zavarok, munka, élelem, lakás, barát vagy eszközök hiánya, üzleti nehézségek, technikai problémák, zavaros viszonyok – mindez és még sok más gyönyörűen és istenien rendbe jöhet a szerző ismerte különböző személyek tapasztalatai szerint. Voltak emberek, akik megtanulták, hogy az „emberfeletti Én”-nel – habár csak kis mértékben is – összhangot teremtsenek és terheiket széles vállára tolják. A sors hatalmas ereje okozta ezeket a zavarokat és nehézségeket, az „emberfeletti Én” mindenható ereje azonban végül megszabadította őket tőlük.

Manapság például az embereket látszólag minden másnál jobban gyötri a gazdasági probléma. Bár az, aki ezen az úton jár, továbbra is a mai világ második legnagyobb hatalmaként foghatja fel a pénz értékét és szükségességét, mégis egyre kevésbé fogja érezni a mai kort annyira átítató, lenyűgöző mohóságot a gazdagság után. Mert ahogy az „emberfeletti Én” fokozatosan egyre tudatosabbá válik, amint ezek a gyakorlatok célozta szellemi csönd és érzelmi egyensúly egyre erősebben szivárog be napközi állapotába, abban a mértékben egyre kisebb gondja lesz anyagi boldogulására. El fogja hinni Jézus szavainak igazságát, hogy az Atya ismeri szükségét, nem kell tehát félelemnek és kétségbeesésnek átengednie magát – ezzel azonban nem azt mondjuk, hogy degenerálódjék, közömbössé vagy tunyává váljék. Kötelességeit még serényebben fogja teljesíteni, munkáját és üzletét még alaposabban és gondosabban fogja folytatni, mint azelőtt, mert mint mondtuk, a kötelességet valami szent dolognak fogja majd fel.

Minden személy fölötti segítség titka önmagunk átadása – nem a gyöngeségnek, eltompultságnak, lustaságnak, reménytelenségnek vagy rövidlátó fatalizmusnak – hanem, hogy átadjuk személyes hatalmunkat a bennünk lakozó központi hatalomnak. Ahelyett, hogy saját korlátozott képességeinkkel harcolnánk az élet csatáiban ellenünk felsorakozó zavaros körülmények ellen, ezt a központi hatalmat küldjük harcba magunk helyett. Ahol mi csődöt mondunk, ott ő sikert ér el – ahol az ember

csak nehézségek áthághatatlan falába ütközik, ott ő csodálatos módon keresztüljut. Ő dolgozik majd helyettünk, mégpedig nálunknál jobban és nekünk csak annyi a dolgunk, hogy megnyilvánulását teljesen lehetővé tegyük. Mielőtt azonban az ember kiszolgáltatná magát neki, először meg kell találnia ennek az isteni hatalomnak a lakóhelyét. Pusztá szavakkal ezt nem lehet elérni. Az itt leírt út azonban az embert egyenesen ennek a lakóhelynek középpontjába vezeti. Belsőleg keményen kell dolgoznunk, hogy ezt a pontot elérjük, ha azonban egyszer elértük, nem kell többé dolgoznunk, hanem csak dolgoztatnunk kell magunkat. Kellő értelmességgel ezt kell mondanunk önmagunknak: „Nem avatkozom többé bele a dologba. Véget vetek az utak és eszközök végtelen mérlegelésének. Leteszem magam mellé a földre a gondok és kötelességek terhét. Most belátom, amit vakságomban eddig nem akartam látni: hogy az engem segítő és támogató „emberfeletti Én” sokkal jobban végzi a számításokat, sokkal jobban irányítja ügyeimet és sokkal jobban viseli terheimet, mint jómagam tudnám, egyszerűen azért, mert bölcsessége és hatalma végtelen.”

Vannak idők, amikor az okosság csak a téves ítélet egyik megjelölése és amikor valami magasabb fajtájú okosságra van szükség: nevezetesen a Gondviselésbe vetett bizalomra. Vannak órák, amikor az ember belátja, hogy a számítás nem más, mint tévedés. Mert az egyéni értelem szemléletében korlátozott, terjedelmében pedig parányi amellet a határtalan intuíció mellett, amely az „emberfeletti Én”-ből csalhatatlanul keletkezik és amely emberek és körülmények félrevezető álarcaival nem törődve, egyenesen a helyes útra mutat. Gondjaink és félelmeink a személyes „Én”-nel, nem pedig az „emberfeletti Én”-nel kapcsolatosak. Ennek a zsarnoki állapotnak a megszüntetése a személytelen „emberfeletti Én”-hez való visszatérésunktól függ. Ha ez megtörtént, cselekedeteink nem lesznek többé csupán csak egyéni szeszélyek, mohó vágyak és kapzsi sóvárságok eredményei. Tiszta csatornáik leszünk az „emberfeletti Én”-nek, hasznos eszközök a kezében és személytelen szolgálói isteni akarának. Ettől kezdve személyes erő kifejlesztés, feszültség és aggódo gondoskodás nélkül élünk, mert tudjuk, hogy Atyánk, az „emberfeletti Én”, megtesz majd mindent érdekünkben és gondoskodik rólunk, mialatt rajtunk vagy másokon keresztül megnyilvánul.

Minden ember számára nyitva áll az út, hogy a fájdalom borzalmait, a szegénység nyomorúságát, a kudarc megpróbáltatását és a félelem mardosását legyőzze – ha saját szellemét legyőzi. Az „emberfeletti Én” számára semmiféle feladat nem túlságosan nehéz ahhoz, hogy megbirkózhassék vele – nem volna a mindenható Isten lelkünkben rejtőző atomja, ha gyöngé lenne hozzá. Sem a sötét pesszimizmusnak, sem a nyugtalanító lidércnyomásos álmoknak nem szabadna tartósan lekötönniük az ember életét. Az „emberfeletti Én” áldott sugarai mindig készek arra, hogy szeretettel ragyogják be napjait, mihelyt segítségül hívja őket. A személyes „Én” fölényes ereje valójában csak a gyöngesége – az igazi erő abban van, ami a személyes „Én” *mögött* húzódik meg. Ha akarjuk, felidézhetjük az „emberfeletti Én”-t és így végbevihetjük a látszólag lehetetlent. A test és az értelem erői csak bizonyos pontig terjednek és nem tovább az „emberfeletti Én” erői azonban határtalanok.

Az istenség, amelytől lelkünket kaptuk, mint anyánktól a testünket, éppen úgy támogathat, táplálhat, gyógyíthat, védhet és vezethet, mint az anya a saját gyerekeit. Ez nem költői hasonlat, hanem tudományos állítás, bár ez utalás itt az élet tudományára történik. Ahogy minden igazi anya szereti a gyermekét és mindig a boldogulása felé igyekszik vezetni, ugyanúgy szereti az isteni „emberfeletti Én” lázongó leszármazottját, a személyes „Én”-t, és mindig javát akarja, még akkor is, ha a megbánás és visszatérés ösvényén vezet. Ez a gyakorlati vallás egész tartalma. Hogy ezt az igazságot elzárkózott szellemünkkel megértesse, Isten prófétáit küldte hozzánk és továbbra is fogja küldeni mindaddig, míg elveszett fiuk maradunk és nem térünk arra a belátásra, hogy azt mondjuk: **„Most felkerekedem és elindulok Atyámhoz.”**

Annak az embernek, aki már mindörökre eljutott az „emberfeletti Én” felismeréséhez, nincs szüksége semmiféle idegen vezetésre vagy módszerre, mert a Magasabbrendű Halatom mindkettőt megadja majd neki. Az azonban, aki még úton van és már bizonyos mértékben előrehaladt a szellemi nyugalom felé, haszonnal gyakorolhatja a szellemi és anyagi önsegélynek azt az egyszerű módszerét, amely mindig és bármely pillanatban, minden elképzelhető ellentétes feltétel mellett is alkalmazható. Ez nem adja meg mindenkinek azt, amit kíván, mert a dologhoz más erőknek is van hozzászólásuk: a sors erőinek, az általános fejlődésnek és annak, aki mindkettőt teremtette: Istennek!

A személyes „Én”-nek szükségképpen bele kell simulnia az őt körülvevő kozmikus keretekbe és nem szabad azt várnia, hogy ezek a keretek majd hozzá alkalmazkodjanak. Meg aztán valójában nem is tudja, mi szolgál javára, mi jelenti valódi boldogságát és igazi **jólétét**, boldogulását. A szenvedés elől nem kell mindig kitérni. Jó tanító ez néha, olyan jó, amelyet a legkitűnőbb egyetemen sem lehet találni. Az élet árnyoldalát nevelésnek kell felfognunk és minden szerencsétlenségből le kell vonnunk a bölcsesség tanulságát. Bizonyos iskolák fantasztikus állításai mellett sincs tehát olyan módszer, amelynek segítségével a tökéletlen ember megszabhatná Istennek, hogy a szerencsétlenséget, a rossz egészséget, szegénységet, a tragédiákat és elnyomást mindig elhárítsa és valamennyi kívánságát teljesítse. **Van** azonban olyan módszer, amelynek segítségével a körülményeket javára fordíthatja és elnyerheti az isteni segítséget nem ugyan önző követelése, hanem valódi szükségletei kielégítésére.

Mielőtt a tulajdonképpeni gyakorlat tanítására térnénk át, helyes megismételni, hogy csak azok húzhatnak hasznot belőle, akik a szellemi út és a lelki nyugalom gyakorlatai révén már bizonyos fokú szellemi erőre tettek szert. Nem építhetünk falat vakolat nélkül és nem idézhetünk fel szellemi erőket anélkül, hogy azokkal valamilyen előzetes kapcsolatot ne teremtettünk volna. Mindenkinek, aki az „emberfeletti Én” segítségével akar folyamodni, amikor nyugtalanság, megpróbáltatás, kísértés, sérelem, lehangoltság, félelem, nyomorúság, határozatlanság vagy bosszúság éri – röviden: amikor bármilyen módon szenved vagy vétkezik – meg kell tanulnia ezt a további gyakorlatot. Ennek módszere a következő:

Két vagy három percre le kell szállítanunk a lélegzés ritmusát és ugyanakkor ezt kell kérdeznünk:

„Kit nyugtalanít ez – kinek fáj ez – kit zavar ez?” stb., a probléma minőségének megfelelően. Azután szellemi szünetet kell tartanunk és gondolatainkat nyugodtan, koncentráltan erre a kérdésre rögzíteni. Minden mást – legyen az akár külső megnyilvánulás vagy tárgyaltan – könyörtelenül száműzni kell a tudatunkból és a szellemünket befelé kell fordítanunk mindaddig, amíg olyan mélyre nem hatolt belső énkbe, mint a szellemi csendre irányuló gyakorlatainknál: Az egész gyakorlatnak csak néhány percig kell tartania és egyszerűen, természetesen és nyugodtan kell végeznünk.

Ez a módszer minden olyan problémára alkalmazható, melyet az „emberfeletti Én” magasztos színe elé akarunk terjeszteni. Bár ez az utóbbi minden felmerült problémát meg tud oldani, nem szabad azt a hibát elkövetnünk, hogy mindig **azonnali** megoldást várjunk. A magasabb hatalmaknak is szükségük van időre, amelynek terjedelmét előre nem lehet megjósolni. Egy órán belül is felcsillanhat a meglepő eredmény, de lehet, hogy a türelmes várakozás leckéjét kell megtanulnunk. Ezek a hatalmak még korántsem mondtak csődöt, amiért nem engedik magukat gombnyomásra irányítani. A türelmetlenség megtöri varázsukat és mindig káros hatással jár.

Aki hosszú tapasztalatok révén hozzászokott ezekhez a gyakorlatokhoz, csodálkozni fog bámulatos egyszerűségükön és hatásosságukon, mialatt jómagá kikapcsolódva és csendben, személyes énjének néma alárendelésével lényé mélyére merül.

Valahányszor kellemetlenség vagy szerencsétlenség fenyegeti az embert, rögtön meg lehet kezdeni ezt a gyakorlatot. Ezúton a szellemi benyomás korlátozódik és az ember nem azonosítja magát vele. A hipnózis okozta károk fele küszöbölődik ki ilyen módon. Az éber szemtanú álláspontjára helyezkedünk, miközben minden zavaros benyomás és minden nemkívánatos jelenség semlegesítődik azzal, hogy az „emberfeletti Én”-hez folyamodunk és megjelenítjük. A közönséges ember, aki negatív gondolatoknak szolgáltatja ki magát, éppen ezzel kedvez azoknak a gondoknak, amelyeket elkerülni szeretne és egyúttal meg is erősíti őket.

Minden fenyegető sérelmet, minden keletkező problémát rögtön az isteni centrumba kell helyezni és ebből az új nézőpontból kell szemlélnünk. Ez a célravezető útja annak, hogy helyesen lássunk, hogy meggyógyuljunk és megvilágosodjunk. Ha nagy nehézségekbe ütközik, ha kétségbeesett kudarcok, megsemmisítő vereségek érik vagy nyomasztó szükség lesz úrrá rajta, az ember akkor is felszabadulhat, ha nem engedi félrevezetni magát útszéli gondolatoktól és hagyományos magatartásoktól. És ha a sors könyörtelen marad és nem engedi a probléma anyagi megoldását, még mindig meg lehet oldani **szellemileg**, minthogy a problémát teljesen ki lehet irtani a szellemből. A kozmikus fejlődési célok időnként szükségszerűen összeütköznek a személyes boldogsággal és ha nem lehet őket másfelé irányítani, a szellemi öneszmélésnek ez a gyakorlata fogja a szellemet terhetől megszabadítani azzal, hogy az „emberfeletti Én” sugárzó világosságának és misztikus hatalmának nyit utat számára. Az ilyen módszer azonban csak akkor lehet

hatásos, ha az ember szilárdan bízik abban, hogy az „emberfeletti Én” mindig elérhető és jelenléte nem választható el tőlünk, továbbá, ha eltökélten visszautasítja azokat a gondolatokat és hangulatokat, amelyek az embert az „emberfeletti Én” jótekonny szeretetétől és titokzatos segélyforrásaitól elhurcolni igyekeznek, mint valami láncravert rabszolgát és ha az ember a kínoz, sebző vagy lealacsonyító érzéseket azonnal azzal a hallgatag, de megrendíthetetlen hittel helyettesíti, hogy belső léte része az Örökkévalóságnak.

Ennek a gyakorlatnak ható ereje odáig terjed, hogy bizonyos mértékben még *mások megsegítésére* is felhasználható. Ha valamely szeretett barátunk vagy rokonunk kerül nehéz helyzetbe, ennek a gyakorlatnak elvégzése után lelkünkben magunk elé képzelhetjük személyiségét, aztán őt és problémáját néma imával az „emberfeletti Én” fehér fényébe emelhetjük. És akkor e felé a másik személy felé a téren keresztül valamilyen megvilágosodás vagy védelem szárnyalhat titokzatosan.

Mindenesetre ott, ahol valamilyen problémát, vagy anyagi terhet megfelelő módon terjesztünk az „emberfeletti Én” elé, nemsokára a szellemi és érzelmi megkönnyebbülés érzése fog jelentkezni.

Ha egészen az ösztönösségig megszokjuk, hogy az ilyen kérdésekkel: „Ki szenved, ki bosszankodik?” stb., rögtön az „emberfeletti Én”-hez fordulunk, szellemileg biztosnak és materiálisan reménykedőnek fogjuk érezni magunkat. Bár a tudatos szándék és a személyes erőfeszítés határán túleső más tényezők is meghatározzák sorsunkat, legtöbbször mégis szükségtelenül cipeljük gondjaink terhét. Holott ezeket a terheket sokkal könnyebben viselheti az „emberfeletti Én”. Engedjük át neki – fogadjuk el hívását és gyöngéd vezetését s tanuljuk meg, hogy az élet különböző helyzeteit derűs közönnyel fogadjuk, hiszen tudjuk, hogy támogatására mindig számíthatunk. Mindenki, aki ezt az utat hűségesen követi, időnként majd visszafojtott lélegzettel áll meg, mikor felfedezi, hogy titokzatos módon az övének magasabb akarat avatkozott be ügyeibe, mégpedig a szó legfennköltebb értelmében azzal a szándékkal, hogy ez a beavatkozás a javára váljék. Így majd használható eszközzé válik az isteni kézben. Az események csak húzások lesznek a mennyei sakktáblán. Minden összefog, hogy javára dolgozzék – a keserves szenvedés éppúgy, mint a jóleső öröm, erőt és bölcsességet tartalmazó tanulsággá válik számára. Még az ellenséges gonoszság sem fog haragot kelteni benne, mert végül is megérti az élet legvégső és legnagyobb titkát: hogy minden élőlény keblében viseli az istenség rejtett jeleit és legsötétebb eltévelyedéseiben is öntudatlanul az „emberfeletti Én”-ben lakozó halhatatlan kielégülés, igazság és hatalom felé törekszik.

XVI. FEJEZET

A KERESÉS

A szerző keleti kutatásai során idejének egy részét Egyiptomban a Nagy Piramis büszke kolosszusának megvizsgálására fordította. Különös, személyes és természetfeletti élményben volt része, amikor megpróbálta ezeknek a hideg,

architektonikus óriásoknak néhány titkát kicsikarni. Ez az élmény ismét életre ébredt és különös jelentőséget kapott, amikor a szerző később megtudta, hogy Memphis rég elporladt papjai egy régi hagyományt ápoltak amely szerint a piramisok Egyiptom legmélyebb és legnagyobb szellemi misztériumaiba való beavatás megszentelt helyei voltak.

Kutatásaiban végighaladt az úgynevezett „Király szobája” és „Királynő szobája” felé vezető aknán és bizonyos megszerzett „kulcs” segítségével gondosan tanulmányozta építési módjukat. Éjszakának idején négykézláb csúszott le azon a szűk, lefelé lejtősödő folyosón, amely többszáz lábnyira utat vág abba a sziklás fennsíkba, amelyen az egész piramis áll. Ez a folyosó különböző nehézségek és veszélyek miatt zárva van modern utazók előtt.

Általában folytonosan feltűnt neki ezeknek a sivár folyosóknak célszerű szimbolizmusa. Ezek a bejáratok nyílástól a belső szobákba vezető anyagszerű utak pontosan megegyeznek azokkal a *szellemi* utakkal, amelyek az emberiséget a durva tudatlanság állapotából valódi alkata isteni voltának teljes felismeréséhez vezetik. Ráeszmélt arra, hogy a Nagy Piramis belseje kőben ábrázolja minden emberi lény sorsszerű fejlődését, míg maga az egész épület az emberi lét ünnepélyes jelképe, halott és eltűnt évszázadok mélyből jövő néma üzenete.

Az ókorban a remegő neofítának, miután átlépte a piramis sziklás bejáratát, tapogatózva kellett útját megkeresnie ezeknek a folyosóknak tökéletes sötétjében, miközben a falakba kapaszkodott és minden lépést csak a legnagyobb óvatossággal tehetett meg. Izgatott szelleme láthatatlan vermetek idézett elébe, amelyek azonban a valóságban nem voltak meg. Bátorság nélkül egyáltalán nem haladhatott tovább és okosság híjával talán a legnagyobb veszélybe került volna. Nem volt más vezetője, mint ösztöne: valami belső, személytelen hang, amely titokzatosan szólt hozzá és amelyet személyes érzelmeitől gyakran nem is lehetett megkülönböztetni.

Miközben tovább nyomult előre ezeken a fekete, alagútszerű folyosókon, békességét és szellemi épségét fenyegető veszélyekkel kellett szembenéznie. Mert ellenséges pszichikai lények kísértettek ezen a helyen – éjszakánként rosszindulatú szellemek kóvályogtak benne. Túlfeszített érzékszervei bármikor maguk elé idézhették őket. Ellenséges érzésük mérhetetlen volt, mert őrzökként éltek ezen a félelmetes határvidéken, amely a *másik* világot a botorul behatoló embertől elválasztja. Ha a kereső áldozatul esett félelmének vagy e szellemek természetből fogva ellenséges hatásának, ideges feszültsége hirtelen összeomláshoz vezethetett és annak következményei még esztendőkön át kísérhették.

A szerző meggondolásai szerint minden ilyen kalandos keresőnek a küzdelme jelképezi minden olyan ember küzdelmét, aki megpróbálja megérteni azt a célt, amely ott lüktet az egész természetben. Ő is úgy találja, hogy az életet áthatolhatatlan homály veszi körül és a titok sűrű felhői lebegnek körülötte. Azt látja, hogy csak néhány évtizedre terjedő bizonytalan és határozatlan létre születünk és hogy azután mint a gyertya világát oltja ki a halál fagyos keze legizzóbb reményeinket, állandóan leselkedő becsvágyunkat és legerősebb szeretetünket. Tudja – amennyiben egyáltalán gondolkodik – hogy ha mindössze ez ami az ember világát jelenti, akkor a halhatatlanság reménye nyilvánvalóan csak káprázat, a lélek csak a fantázia

szüleménye, a vallás és a filozófia pedig nem egyéb cifra komédiánál, amelyet hivatásszerűen érdekelt személyek hoznak színre. Az életet nem lehet egyszerűen megmagyarázni. A nagy titok megoldása születésünk pillanatától kezdve amulettként függ a nyakunkban.

Amint az egyiptomi misztériumok beavatandójának sivár, lejtős és meredékes utakon kellett tapogatódnia, ugyanúgy nekünk, embereknek is tapogatódzva kell megkeresni utunkat a jövő homályában, kimerülten azoktól a megpróbáltatásoktól és szorongatva azoktól a kísértésektől, amelyek életünket meredek kapaszkodókká, vagy feneketlen szakadékokká változtatják. Ha mégis fel lehet ismerni valami különbséget, akkor az talán annyi, hogy a beavatandó nem nyugodott bele tudatlanságába, mint ahogy mi belenyugszunk. Az igazság pihenést nem ismerő keresése hozta ide, ezért tapodta meztelen lába az ősrégi köveket, de ki akad köztünk, akinek gondokat okozna az afféle megfoghatatlan jutalom, mint az újjászületés? A neofitát üldöző rosszindulatú lények a világ gonoszságának, ellenállásának vagy legalábbis félreértésének típusai, melyeket azoknak kell megismerniük és melyektől azoknak kell szenvedniük rendkívüliségük büntetésekként, akik materialisztikus szabványokkal szakítják el magukat az egyformaságtól.

Bármit tanult is a beavatandó a piramisban szerzett élményből – az emberi fajnak a fejlődés eonjain keresztül, születésétől a sírig, mindenkor tanulnia kell. A kereső néhány órára vagy napra sűrítette össze azt a leckét, amely kevésbé kalandos embereknel egész életet követel. Az eredmény arra tanította, hogy minden emberben rejtezik bizonyos, a személyesnél magasabbrendű és rajta túlmenő cél. Amikor ez a „Király-termébe” irányította, egyúttal azok színe elé vezette, akik láthatatlanul ott vártak és vigyáztak, mint ahogy az istenek ma az emberiség felett öröködek és vigyáznak. És mikor a legszentebb beavatás alatt tudata az „emberfeletti Én” lakhelyére, a szív titkos kamrájába hatolt, tulajdonképpen rövidített és idő előtti módon vitte végbe azt, amit majd az egész emberi fajnak kell végül véghez vinnie. A mai világ az ilyen általános szellemi újjáéledést kétkedő módon lehetetlennek tekinti, de a beavatott bölcsek bizakodóan elkerülhetetlennek tartják. A természet pedig türelmes.

Hogy tovább fűzzük a hasonlatot: az „emberfeletti Én”-atom rejtve nyugszik az emberi testben, olyan területen, amely kiterjedésében kisebb egy tûhegynél éppúgy, mint ahogy a „Király-terme” csak kis zuga a legnagyobb épülettömbnek, melyet ez a bolygó sok ezredév óta a hátán hord. Az „emberfeletti Én” láthatatlan a pusztá emberi szem számára, mint ahogy a piramis belsejének homályában is láthatatlanul húzódik meg az óriási építmény legfontosabb helyisége. Az „emberfeletti Én” az a titok, amelynek megfejtése az ember számára a legtöbb nehézséget jelenti éppúgy, mint ahogyan a királyi termékhez vezető folyosókat egy olyan bejáratú kapu őrizte, melyet – művészi ügyeskedéssel – a külső felület részeként, kőből faragtak, úgy, hogy semmiféle jelről sem lehetett ráismerni.

Egyiptom régi hagyományainak megfelelően a felkészült keresők mellé, akiket ehhez a titkos ajtóhoz vezettek, vezetőket adtak, mint ahogy az emberiség szellemi hagyománya ma is vezetőkről gondoskodik azok számára, akik készen állnak arra, hogy az „emberfeletti Én” küszöbén átlépjenek. Még a piramis belsejében uralkodó

síri csönd is megfelel annak a mély hallgatásnak, amely a kereső szellemét még ma is eltölti, ha erre a szent küszöbre lép. Továbbá fennáll most is az a szimbolikus valóság, hogy a keresőtől, mialatt meghajtott vállal és térddel bekúszott a lengő bejárat kapun, fizikai és szellemi alázatot követeltek, mert ezt az alázatot a mi korunk is megköveteli. Az „emberfeletti Én” papokat nem ismerő szentélye ugyanis sohasem nyitja meg kicsiny, de pontosan záródó kapuját fennhájzó számára.

Így tehát az a végső keresés, amely a gondolkodó egyiptomi számára az élet célját jelentette; nem volt más, mint az, melyet a XX. század tűz ki a gondolkodó ember elé. Az egyiptomi keresőnek valódi természete teljes tudatát azzal kellett újra megszereznie, hogy megszűnt önmagát előbb fizikai testével, később személyes énjével azonosítani, mint ahogy nekünk is arra kell törekednünk, hogy ezt a tudatot újra megszerezzük. Üresek vagyunk, amikor telítve lehetnénk. Olyanok vagyunk, mint a fiatal oroszlán, amelyet kölyökkorától kezdve juhok között neveltek és amely felnőtt korában még mindig juhok hiszi magát. Ott él a nyájban és nem tesz kárt benne, míg egy napon az erdőben először hallja meg az öreg oroszlán mély bömbölését. Az állat rejtett természete hirtelen felébred – teli torokkal bömböli vissza a választ és ettől a pillanattól kezdve ő is tudja, hogy oroszlán.

A személytelen lét isteni területére érkezett emberektől származó üzenetnek úgy kell hatnia az ihletes hallgatóra, mint ama oroszlán első bömbölésének. Kiáltás ez, amely a szív titokzatos mélyére hatol és vagy nyugtalanítja, vagy elragadja őt. Mert az emberi lét korlátozásai, balsorsa és kérészetű jelenségei sohasem elégíthetik ki teljesen. Senki sem állíthatja őszintén, hogy az emberi személyiség tökéletes, félelmekkel teli életében tiszta boldogságot talál, de még ha megkockáztatná is ezt az állítást, ott sötétlik mögötte a halál borzalmas alakja és kigúnyolja a jövőre vonatkozó reménységeit.

Az emberi természetben rejtőző isteni szépség meglévő valami és nem kell előbb megteremteni. Ennélfogva a keresés nem annyira valami *elérendőre*, mint inkább valami *visszaszerzendőre* irányul. Tulajdonképpen mi voltunk nem egyéb, mint tudat. Tudatos és élő az „emberfeletti Én” is, de minthogy örökkévaló, személytelennek is kell lennie. A Bibliában van egy mondat, amelyben az Úr azt mondja Mózesnek: „*Én vagyok, aki vagyok*”. Ennek a kijelentésnek fontosságát az is jelzi, hogy az egész nagybetűkkel van írva. Ez a mondat azt jelenti, hogy az abszolút tudat, az ember létének tulajdonképpen értelme éppen ez a minden egyéni lét mögött rejtőző: „Én vagyok”.

Az isteni atom ugyanaz minden emberben – ugyanaz Krisztusban, mint hívőiben. A valóságban Krisztus énje van mindannyiunkban. Amikor Jézus a világból eltűnt, korai követői közül a felvilágosodottabbak ettől kezdve nevét már csak ebben az egyetemes értelemben használták és értelmezték.

Krisztus számukra saját belső isteniségük volt – nem pedig valami hús-vér test, melyet eltemettek – és az ő tennivalójuk az volt, hogy a tudatot a fejből lefelé irányítsák, míg nem jutott a szellemi szív központjába, minden igazi keresztény „mennyei királyságába.”

A jelzett irányban kereső ember olyan, mint a sugár, amely visszatér fényforrásához. Ha az „Én vagyok”-ot önmagában egészen titkos gyökeréig nyomon követi, ha kutatásának értelemszerű folyamata lassanként kifinomodott lelki mozgássá fejlődik – előbb-utóbb bizonyos megszakításokkal eléri a személytelen szabadság és tökéletes béke állapotát. Ha kikutatta a lélek mélységeit, elérkezik egy ponthoz, ahol a gondolkodó értelmet éppúgy mint a személyes „Én”-t ismét felszívja ugyanaz a rejtett elem, mely mind a kettőt teremtette. Ez az elem nem más, mint az abszolút lét, az egyetlen „emberfeletti Én”, a legtökéletesebb Valóság, amely mindennek alapja és halandó emberek és materiális világok születésén és halálán túl örökké fennmarad. Ez a magasztos kinyilatkoztatás vár rá, már keresése kezdetén, az első tapogatózó lépéseknél.

Az emberek azonban félnek ettől az úttól, mert félnek személyiségük elvesztésétől, amely számukra magát az élet jelenti. Az igazi valóság az, hogy a személyes Ego alárendelt jellegű és egy magasabb hatalom szövetségesévé válik, továbbá, hogy amíg a fizikai test fennmarad, ő sem szűnik meg. Mitől kell tehát félni? Az egyéni lét csak dióhéj, amelyet ha széttörünk, előkerül belsejéből az értékes mag. A diót nem a széttörhetetlen héjáért, hanem a magjáért gyűjtjük. Azok, akik az Ego korlátozásaival megelégszenek, az élet hosszú útvonalát egyetlen csalódássá változtatják. Potenciális lehetőségeiknek csak egy ezredrészével élnek és félnek ennél továbbmenni. Senkit sem lehet azonban ezért megítélni, hiszen ez a csalódás elterjedt az egész világon. Az ilyenek összetévesztik a személyiséget a tudattal és nem gondolják meg, hogy mivel önmagától senki el nem menekülhet, az élet vége sem válhat halálszerű öntudatlansággá.

Ez a tan sokkal régibb, mint maga a mi bolygónk – minthogy azonban minden ember saját lenyűgöző szellemi megvilágosodása eredményeként önmaga fedezi fel, olyan frissen hat rá, mint a legújabb nyugati tudósok legújabb felfedezése. Az ember azonban mindig fél ettől, mert fél feladni személyes Ego-ját, nem tudván, hogy azután mi történik. Nem tud egykönnyen megbízni a felsőbb hatalmakban. Van még tanulnivalója.

Ábrahám elsőszülöttje feláldozásának bibliai történetében a szakállas pátriárka annyira vitte engedelmisségét, hogy fiának reszkető testét éppen késsel akarta átdöfni, amikor az Úr visszatartotta kezét és megmondta neki, hogy fia életben maradhat. Ábrahám hűsége a legkeményebb próbatételt állta meg – ennyi elegendő volt az Úr számára, aki valójában nem Izsák életét, hanem inkább Ábrahám szeretetét kívánta. Ábrahám bebizonyította készségét, hogy az isteni Ént a személyes fölé helyezze, mire megengedett neki, hogy a személyes Én-t megtarthassa, mert ettől kezdve már életének ügyis csak alárendelt része volt.

Aki a keresés során eléri azt a fokozatot, amikor az elmélkedések valamennyi gondolata az egyetlen Én-gondolattá zsugorodik össze és azután ezt a gondolatot bátran visszalöki a látszólagos Semmibe, amelyből keletkezett – annak ugyanígy azt mondja az Úr, hogy megtarthatja Ego-ját és nem kell megölnie. Kiélheti személyes életét ebben a világban, mert ezentúl értékeléseiben már csak az őt megillető helyet foglalja el és tudni fogja, hogy egyénisége nem egyéb közvetítőnél.

A szentség tehát egyszerűen harmónia. Ez egyértelmű az „Én” felé tartó szakadatlan törekvés feltartóztatásával és azzal, hogy ettől kezdve óráról-óra és évről-évre egyre inkább alárendeljük magunkat az „emberfeletti Én” magasabbrendű ösztönzésének.

Szenvedés nélkül azonban nem érjük el ezt az áldásos állapotot, mert az ilyen önfeláldozás rendkívül nehéz az emberi lények számára mindaddig, míg emberek és csak akkor szánják rá magukat, ha kénytelenek vele. Akkor megértik, hogy az a magasabb hatalom, amely eddig vonzotta őket, nem engedi meg a megállást, hanem hajszolja előre úttalan, személytelen területeken, amint azt Francis Thompson csodálatos költeményében, a *„The Hound of Heaven”*-ben leírta.

Az „Én”-nek az „emberfeletti Én”-be való beolvadását pontosan leírta Pál apostol, amikor ezt mondotta: **„Krisztussal keresztre feszítettek engem, mégis élek, de többé már nem én élek, hanem Krisztus él bennem.”** Ez a kijelentés világossá válik, ha megértjük, hogy felfogásában Krisztust nem Jézus fizikai személyiségeével azonosította, amellyel sohasem találkozott, hanem a minden emberben meglévő Krisztus-szellemmel. A keresztfeszítés, amelyet említ, mind az ő számára, mind a mi számunkra az Ego keresztfeszítését, az elkülönített egyéniség feláldozását jelenti. Krisztusa a rejtett valóság, amely minden „Én” alapja. Azzal, hogy isteni azonosságát megállapította, személyi körének középpontja egybeesett az egyetemes kör középpontjával.

Nem érthető meg helyesen az olyan áldozat, amely csak külső gesztusokra szorítkozik. Mindenekelőtt belső eseménynek kell lennie. Lehet külső cselekedet vagy művelet is, de nem ez a lényeges része. Minden ember sorsa más. Míg egyesek minden láthatót és értéket elveszítenek, mikor a személyiséggel kapcsolatos régi hűbéri kötelezettségüket megszüntetik, mások királyságokat kaphatnak a kezükbe, ha új hűbéri kötelezettséget vállálnak az istenség iránt. Ezek az események nem ítéltetők meg külső látszatokból. Az „emberfeletti Én” kihatásai titokzatosak.

Amint Ábrahám szenvedése megszűnt, amikor a haláltól megmenekült gyermekét elvezette az áldozati oltártól, úgy szűnik meg az önmegtagadás okozta szenvedés, ha a belső élet kiegyenlítő alkalmazkodása megtörtént. Minél hevesebb volt a harc, annál nagyobb lesz a helyébe lépő békesség érzése. A belső megkönnyebbülésnek ez az érzése mindig annak a jele, hogy az áldozat igazi volt és hogy az „emberfeletti Én” balzsamot öntött a sebre. Minden személyes fájdalom csökken, ha az Abszolút fényébe kerül.

Ha az ember minden tőle telhetőt megtett, hogy megértse ezeket az elemzéseket és hűségesen, kitartással végezze a gyakorlatokat, meg kell tanulnia türelemmel bevárni azt a pillanatot is, amikor erőfeszítései valódi megvilágosodásig érlelődnek. Erőt vehet majd rajta a levertség hangulata, vagy a kudarc érzése – mert nehéz valami említésre méltót elérni visszahatások nélkül – ez azonban nem ok arra, hogy a keresést abbahagyja. Egyben biztos lehet: ami osztályrészül jut, nem marad végül titokban előtte. Minden eseménynek, minden belső történésnek megvan a maga alkalmas órája, a maga tökéletes pillanata. Különösen áll ez a szellemi megvilágosodásra vagy lelki változásokra. Ha túl korán történnek, nem vesszük figyelembe, ha túl későn érkeznek, visszautasítjuk őket. A helyes időben kell

érkezniük, ami azt jelenti, hogy önmagunkból kell fakadniok. Amikor azonban elérték bennünket, észrevehető változás áll be, még ha az Ég kapui csak öt perce nyílnak is meg. Az ember akkor már tudja, hogy az „emberfeletti Én” valóban megvan és nem pusztán valaki képzeletének szüleménye. Félelmetes átható ereje, minden valóságok legmagasabb valósága. És boldogító megnyilvánulása a végső bizonyítéka annak, hogy magányos elmélkedéseinek munkája nem veszett kárba és hogy az isteni hatalmak nem teljesen közömbösek az ember iránt.

Akik ebben a titokzatos tanításban kételkednek, azt is szokták mondani, hogy az „Én” istenítése kísérlet arra, hogy Istent egy vonalba helyezzük az emberi személyiséggel, meg hogy Istent letesszük trónjáról és helyette alkotásának egy részét imádjuk. Ez félreértés. Akinek része lehetett abban az élményben, hogy legbelsőbb lényének mélyére ereszkedhetett, onnan csak Isten legmélyebb imádatával lelkében térhetett vissza. Éppen gyámoltalanságát és függőségét tudatosíthatta, amikor arra a nagy Lényegre gondolt, akitől létének tulajdonképpen lehetőségét származtatja. Személyes „Én”-jét istenítése helyett tökéletesen megalázta. Mert a közönséges értelemben vett „Én”-től valósággal meg kell szabadítanunk magunkat, hogy Isten belénk szálljon. A tékozló fiúról szóló újtestamentumi történet az elveszett Ego története is. Az elhagyott apa nem más, mint az „emberfeletti Én”. Bármilyen lázadó és nyakas legyen is az Ego: mégis csak az „emberfeletti Én” ágyékából származott. A bűnbánó, tékozló fiú a történetben meglepődött, hogy apja nem kemény szavakkal fogadta visszatérését, hanem éppen ellenkezőleg, keblére ölelte és megcsókolta. Ha az Ego befelé fordul és visszatér az „emberfeletti Én”-hez, az „emberfeletti Én” szeretete megszólal és olyanná válik, mint a valódi apa, aki az elveszett fiút hazafelé hívja. És amikor ez a kettő a felmagasztosulás pillanatában találkozik, itt sincsenek többé kemény szavak, csak a felismerés könnyei és a szeretet melegsége jelzik megbékülésüket. Csak ilyen bűnbánó visszatérés és önfeláldozás révén silabizálhatja ki az ember lénye üzenetének utolsó betűit.

Így érkezünk el ahhoz a hagyományszentelte igazsághoz, amelyet egyes látnokok szóltattak meg és amely azt mondja, hogy a szellemnek enélkül a mélyebb, ihletett élete nélkül az embernek belsőleg tönkre kell mennie, vagy a legjobbra gondolva is – olyan életet kell élnie, amely a számára nyitva álló, sokkal magasabbrendű létnek csak zavaros torzképe. Még akik nem értik is meg az „emberfeletti Én” nagy és mély hallgatását, s nem tudják meglátni azt a titkos forrást, amelyből létük ered, s nem tudják követni életük folyását azon a titokzatos pillanaton túl, amelyet a sorsszerű fizikai vég meghatároz – még ők is megbízhatnak azokban a magasabbrendű emberekben, akik tanítókként küldettek fajunkhoz és elhihetik, hogy a dolgok háttérében az élő istenség lakozik.

*

A kereső ember jóval azelőtt, mielőtt valóban behatolna a dolgok rejtett valóságába, érezni fog bizonyos halk belső vonzást, amely szellemét olykor-olykor másfelé tereli. Ez valójában mélyebb énjének vonzása és az „emberfeletti Én” centripetális erejének megszólalása. Nem kell várakoznia a cél eléréséig, hogy

ezeknek a gyakorlatoknak feltűnő és érezhető eredményei megmutatkozzanak. Amit az adeptus, a beavatott és a bölcs megtalál, azt keresésének korábbi szakaszán – kisebb mértékben – minden más ember is megtalálhatja. A naponkénti rövid időre való visszavonulás, az előző fejezetekben taglalt módszer állandó alkalmazásával egybekötve, lassanként arra bírja a személyes Ego-t, hogy bizonyos mértékben félreálljon és megengedje a magasabb erők érvényesülését. A gondviselés segítése és a rendkívüli vezetés talán majd önként nyilvánul meg. Mindig a pszichológiailag szükséges pillanatban és anélkül, hogy a kisujját megmozdítaná, tűnnek majd el az olyan ember bajai, aki összeköttetésbe kerül a felsőbbrendű Én-nel. És ez egyként vonatkozik szellemi és fizikai bajokra.

Túlságosan próbára teszi hiszékenységünket ez a fogalom? A világegyetemet fenntartó hatalom miért ne lenne képes egyetlen ember fenntartására? Titokzatos folyama szakadatlanul ott áramlik minden élő teremtmény személyi létének mélyén. A fizikai test, mint szervezet nem működhetné, ha húsának minden molekulájában nem lenne ott az „emberfeletti Én”. Mert az „emberfeletti Én” mint szellem, forrása az életnek; folyam, amely végtelen és amely minden dolgon és élön átáramlik. Rejtett tevékenysége az egész materiális világegyetemet a megtermékenyítés állandó állapotában tartja – ez az oka annak, hogy valóságos halál sehol sincsen. Meglepő, de általános érvényű paradoxon, hogy a sehol sem látható „emberfeletti Én” mindenütt jelen van. Tudományosan kifejezve: **anyag tulajdonképpen nincsen és a tér a valóság**. Egy tekintélyes tudós nemrégiben utalt arra, hogy az atom likacsossága olyan szerkezetű, hogy ha az emberi test egész kitöltetlen területét elkülönítenék és a test protonjait és elektronjait egybehalmoznák, az egész test olyan parányi foltta zsugorodna össze, melyet csak nagyító lencsével lehetne látni. Annyira alapvető és mindent átfogó az „emberfeletti Én”, hogy minden tért birtokába vesz.

Ez nem feltevés, hanem megállapított ismeret; nem elmélet, hanem tapasztalat. Egy évszázaddal ezelőtt még örűtségnek tűnt volna fel az effélék hangoztatása – ma már csaknem ésszerűvé vált. Mint a női kalapok, a filozófiák is divatjukat mulják. A mechanikus anyagelvűség régi tanítását is elérte végzete. Az idő és az igazság összefogott megdöntésére. A tudomány ma már tudja, hogy nincs üres tér, csak az élő energiának, az anyag titkos gyökerének megmérhetetlen rejtett világegyeteme. Röviden: az „emberfeletti Én” magában foglal mindent és csak mi vagyunk felelősek hiányos tudásunkért.

Az „emberfeletti Én” továbbá jelen van az emberi élet három állapotában – az éber állapotban, az álomban és a mély alvásban is. Ha nem így lenne, sohasem ismerhetnénk fel ezeket az állapotokat és létünk egyikben sem volna lehetséges. Az „emberfeletti Én” tekintetéből nem jelent tudatvesztést ez a három állapot, amelyek totalitása maga az élő állapot és amelyek közül kettő a „halott” állapotot is magában foglalja. Az „emberfeletti Én” tanúja mind a háromnak, átéli mind a hármat, de azok sohasem lehetnek úrrá fölötte. Mielőtt azonban működésében részt vehetnénk, szükséges jelenlétének és hatalmának elismerése. A már leírt módszer alkalmazása megszünteti a bénító félelmet és megvilágítja azt a magasabb elemet, amely életünkben munkálkodik. Ez a módszer minden emberi problémára alkalmazható, mert ha egyáltalán van gyakorlati megoldásuk, a belső bölcsesség

csalhatatlanul rávezet a helyes gyakorlati intézkedések megválasztására; ha azonban a körülmények olyan bonyolultak lennének, hogy pillanatnyilag semmiféle látható kivezető út nem mutatkozik, az ember erőt kap ahhoz, hogy elviselje őket és szellemileg föléjük kerekedjék, amíg el nem múlnak.

„Számos bizonyítékát kaptam az isteni védelemnek, különösen a forradalom alatt, amelynek felsőbb kegyelemből ugyancsak láttam egyes előjeleit... Egyszóval: számomra mindig békesség van és ez vesz körül akárhol vagyok is. A nevezetes augusztus 10-én, amikor Párizsban rekedtem és nagy zűrzavarban egész nap az utcákon kóboroltam, olyan pontos bizonyítékait kaptam annak, amit most elmondok önnek, hogy egészen a porig megalázva éreztem magam... Bizonytalanságom, szűkölködéseim, szenvedéseim bár zavarnak, de nem izgatnak fel. De mindezeknek a sötét aggodalmaknak közepette, tudatában vagyok annak, hogy megmentésemre egy titkos fonál van hozzám erősítve.”

Ezek a szavak sokatmondók. Louis Claude de St. Martin, a XVIII. század francia bölcse írta őket egy magánlevelében. Ő a szellemi nyugalomnak olyan módszerét gyakorolta, amely céljául az önmegismerést tűzte ki. Több évvel később, mikor már élete végéhez közeledett, ezt a hitvallást tette: **„Testi és szellemi életemet túlságosan őrizte a gondviselés, semhogy mással, mint hálával viszonyozhattam volna.”** Érdemes megismételni, hogy ennek a módszernek a jótéteményei még jóval a cél megpillantása előtt jelentkeznek. Nem azok számára írok, akik Krisnák, vagy Krisztusok szeretnének lenni, hanem a modern városi életbe összezsúfolt és az irodák, gyárak, üzletek és utcák materiális életébe bezárt milliók számára. A Nirvánát nem könnyű elérni, de sokan közeledhetnek hozzá és az ezeken a lapokon tárgyalt megközelítése több mint elegendő. Sokan emelkedhetnének az ebben a könyvben kifejtett módszer segítségével a derű, a bölcsesség és a hatalom olyan fokára, amely magasan fölötte áll az átlagnak. Mint ahogy az utcán függő lámpa a sötét éjszakában széles térséget megvilágít és ez a fény annál halványabb lesz, minél jobban kiterjed, ugyanúgy az „emberfeletti Én”-hez közeledő ember is visszatükröz valamit tulajdonságaiból és erőiből, valószínűleg még jóval előbb, mintsem teljes fényébe belejutott volna.

Ezzel a módszerrel felfegyverkezve minden gyöngítő és ártalmas gondolatot száműzhetünk a tudatunkból. Szembenézhetünk minden bénító gonddal és gyors győzelmet arathatunk a leverő hangulatokon. A módszer követelményeit teljesíteni annyi, mint páratlan jótéteményeit élvezni. Leküzdhetjük a csalódást és megtanulhatjuk a módját annak, hogy magasabbrendű erők forrásaiból merítsünk és hogy az emberi életet kísérő félelemérzetek legnagyobb részétől megszabaduljunk. A gondok elkerülhetetlenek, de elfogadhatjuk és lakat alá helyezhetjük őket.

A némán dolgozó szellem az összekötő kapocs köztünk és az „emberfeletti Én”, a külső emberi élet megteremtője között. Ezért rögtön gyakorolni kell a módszert, amint valami nehéz helyzetbe kerülünk vagy valami kellemetlenség ér bennünket. A szokásos behatásokat utasítsuk vissza és szellemileg egyenlítsük ki azzal, hogy helyettük a helyzet isteni szemlélete felé fordulunk. Ez a szemlélet csak a szellem bensősítésével és kérdezéssel érhető el úgy, ahogy azt az előző fejezetekben kifejtettük.

Úgy szabadulhatunk meg az ilyen helyzetektől, hogy miközben lelkileg nem vetjük többé alájuk magunkat, nem azonosítjuk magunkat velük, és átmenetileg – ha csak néhány pillanatra is – elűzzük őket a tudat mezejéről. Ha az ember azt mondja magában: „boldogtalan vagyok” – akkor láncot rak szellemére. Ha azonban a körülményekkel szembefordulva dacosan azt gondolja: „kit ért ez a szerencsétlenség?” – máris tárgyilagosan áll szemben a sötét hangulattal. Az ilyen pontosan megfogalmazott kérdések megsemmisítik ezeket a hangulatokat, mert olyan folyamatot indítanak el, amely valóképpen alapjuknak, vagyis a velük való azonosításnak szétrombolásával jár. Bár a keresés értelmi jellegű folyamatként kezdődik, helyesen követve, a magától való szellemi lét állapotában fog végződni. Lényeges az a követelmény, hogy az ember, ha csak rövid időre is, önmagába vonuljon vissza és várja meg a néma feleletet, mert annak felismerése, hogy mi valójában az igazi „Én”, megszünteti azt a hamis felfogást, hogy a testi és lelki hangulatok ennek az igazi „Én”-nek hangulatai. Ilyen módon a legsúlyosabb bánatot is pszichológiai távolságban tarthatjuk magunktól.

A valódi „Én”-t még a legborzalmasabb körülmények sem ejtik kétségbe. Azonnal úrrá lesz az egész lét fölött, mihelyt a gondolkodás, a tisztán személyi nézőponttól elfordulva, valami magasabbra irányul. Minden ember a tükörben láthatja annak ábrázatát, aki legjobb barátja vagy leggonoszabb ellensége lehet. Mert minden embernek megvan a tulajdonjoga az értelmére és egyedül ez felelős azokért a gondolatokért, amelyeket teremt. Az igenlő szellemi állapotba a szokás is eljuttathat bennünket, mint ahogy a legtöbb embert balga szokások juttatják el negatív állapotukba is.

Az emberben lakozó isteni értelem megoldhat minden problémát, mert bölcsőbb az embernél. Ha szívének kapuján feltarthatatlanul kopogtat a kétségbeesés, elérkezett az idő, hogy ügyeit az „emberfeletti Én” elé terjessze. Ezt megteheti úgy, hogy szellemét amilyen gyorsan csak lehet, befelé fordítja és ehhez a bensősítéshez minden ellenállás mellett is ragaszkodik, míg eléri a nyugalomnak azt a belső magját, ahol titokzatos segítség vár már rá. Annyira át kell engedni magát ennek a nyugalomnak, hogy a fájdalmas problémát, amely a befeléfordulásra készítette, néhány percre vagy még hosszabb időre is elfeledhesse. Ez a feledés mindig bekövetkezik, ha a személyes Ego-t az „emberfeletti Én” hatalmába keríti és fogva tartja. Két másodpercnyi ilyen megfélemezés is elegendő arra, hogy jelentős eredménye legyen.

Hogy ez a megfélemezés bekövetkezzék, nem ritkán az is szükséges, hogy érzékeinknek minden ellenbizonyítékát elveszük, mert a belső istenséghez alázatos reménykedéssel és bizalommal kell közelednünk. A lélekről majd önmagától lepereg a megpróbáltatás, gond és kísértés, de a teljes eltűnésük időpontja a sors jóváhagyásától függ. De mindig vissza kell húzódnunk a szellemi hallgatásba, valahányszor hatásosabb segítségre van szükségünk, mint amilyet az értelem vagy más külső eszköz nyújthat.

Nincs az emberi életnek olyan területe, amelyen ezek az igazságok gyakorlatilag nem alkalmazhatók. Üzletek megghiúsulnak, állások elvesznek, részvények elértéktelenednek, betegségek kimerítik a testet – az „emberfeletti Én”-nel való

közösségből származó belső védelem azonban sohasem hagyja cserben az embert, sohasem értéktelenedik el és nem is mehet veszendőbe, kivéve, ha az ember önmaga megtagadja. Vándorolhatunk Közép-Ázsia kopár fennsíkjain, vagy az amerikai nagyvárosok sokadalmában – az erkölcsi támogatásnak és az anyagi támogatásnak soha el nem apadó forrása lesz ez számunkra, amely csodálatos módon eseményeket és személyeket mozgat meg segítségünkre.

Óvakodnunk kell azonban az önámítástól. Ha ez a belső közösség nem teremtődött meg, minden róla való beszéd csak szellemi bűvészkedés lesz, üresen kongó szavak tömege, amelyek csak csalódáshoz vezetnek. Ezek az eszmék semmit sem érnek, ha megvalósíthatatlanok vagy nem tudnak hathatós eredményeket előidézni.

Egyébként fékezhetetlen szenvedélyeket is megfékezhetünk, ha szellemünket összhangba hozzuk az „emberfeletti Én”-nel. Minden szenvedélyt, vagy zavaró vágyat már csírájában leküzdhetünk és megfékezhetünk a szellem tökéletes lecsendesítésével. A folyamat gyors, sokszor azonnal hat. Amint érzi az ember, hogy önuralmát elveszítette, azonnal befelé kell fordítania gondolatait és el kell őket halkítania, amennyire csak lehet. Ez a folyamat egyidejűleg le fogja csendesíteni a szenvedélyt is. Ennek oka egyszerű, bár kevésbé ismeretes. Minden vágy és szenvedély valódi gyökere nem – mint általában feltesszük – a fizikai testben, hanem azokban a szellemi szokásokban van, amelyeket a testi tevékenységek teremtettek meg. Ezeket tehát a **szellemben** kell legyőzni, mert sehol másutt le nem győzhetők. Ez az oka annak, hogy miért bizonyul a fizikai aszkézis oly gyakran hiábavalónak, sőt hogy néha – ha az akaraterő kormányja nem működik többé – érzéki visszahatásokhoz is vezet.

Aki ezt a módszert hűségesen gyakorolja, elég könnyűnek fogja találni a szellem önkéntes lecsendesítését és mindig tudatában lesz bizonyos magasabb elemnek, amely egy személyes vággyal egyidejűleg merül fel tudatában.

Utoljára még csak azt kell mondanunk erről a módszerről, hogy mindenki, aki önmagát rendbe hozza, automatikusan egész életét is rendbe hozza. **„Lássunk neki a kezdetnek és akkor minden többen keresztül már gyorsan megtehetjük az utat”** – így hangzott a régi Egyiptomban Amon-Ra főpapjának komoly tanácsa. Ugyanazt értette ezen, amit itt megírtunk: azt, hogy amikor az ember összhangba hozza magát az „emberfeletti Én”-nel, amely minden dolog alapja, akkor személyes létének már magasabb támogatásban lesz része.

Mindezekbe a dolgokba a Sorsnak is van beleszólása, mert az ugyanolyan valóságos hajtóerő, mint akár a villamosság. Ám mindamellettt összehangzón munkálkodik az „emberfeletti Én”-nel, mert mindkettőnek célja ugyanaz. Az embert meg kell és meg is fogják váltani.

A valódi legyőzője a Sorsnak az, aki tudja, hogy mikor engedjen neki, vagy mikor szálljon szembe vele.

Nem mindig okos dolog előre meghatározni, hogy valamely nehézséget milyen módon oldjunk meg, mert a vágy gyümölcsei csalókák lehetnek. Ezt a módot csak az „emberfeletti Én” tudja, sőt ő tudja legjobban – miért ne bíznánk tehát rá a megoldást? Amíg az ember az osztályrészéül jutott megvilágosodásnak megfelelően

teljesíti kötelességét, az útra és az eszközökre vonatkozó minden kérdést nyugodtan átengedhet neki. Egyedül ő tudja összhangba hozni bajainkat a Sors parancsaival és ő tudja megtalálni azt a megoldást, amely végül a legjobbnak bizonyul.

„Ami lesz, lesz! Minden Allah kezében van, ne panaszkodjunk tehát” – mormolja a fatalista mohamedán szorongatásai idején, miközben szemét a csillagokra emeli. Mi, európaiak és amerikaiak azonban lázongók vagyunk, mert ösztönösen felfogjuk ugyanazt az igazságot, hogy Allah keze valójában a magunk keze, azonban kevésbé készségesen fogjuk fel azt a másik, kiegészítő igazságot, amelyet Jézus olyan pontosan fogalmazott meg. Azt az igazságot, hogy azt fogjuk aratni, amit vetettünk. Az **ismételt újjászületés elve** nélkül azonban a Sors értelmetlen, Jézus szava valótlan és az egész élet fölösleges bohózat lenne.

E módszer gyakorlásának semmi köze a mágiához. A legtöbb kezdő abba a hibába esik, hogy az „emberfeletti Én” kutatását összetéveszti az okkult erők kutatásával. A kettő között tátongó szakadék a korai fokozaton még nem oly szembeszökő, később azonban rendkívül kiszélesül. Az a nagyszerű és mégis egyszerű igazság, hogy az ember lényegében isteni, oly nagyszerű és oly egyszerű, mint egy görög templom dór oszlopsora és megismerhető anélkül, hogy az okkultizmus különös és bonyolult útvesztőjében tévelyegnénk. Valóban elítélendő az a felfogás, hogy kellemetlenül ható és fantasztikus tanulmányokkal, kísérteties és hátborzongató kísértetekkel kelljen bíbelődnünk, vagy kísértetekkel és koboldokkal kelljen érintkeznünk azért, hogy felfedezhessük azt, ami az emberben eredendően nemes és szép. Akik ezt teszik, legelőször is elveszítik szellemi útjukat és sokszor azzal végzik, hogy elveszítik eszüket is.

Az igazságot sohasem igazolja varázslat vagy csoda. Az igazságnak a maga munkájával, a maga emelkedett értelmével és magasrendű működésével kell állnia vagy elbuknia.

Állítólagos okkultisták elfelejtik vagy nem tudják, hogy a minden okkult erőt támogató legmagasabb erő az „emberfeletti Én” ereje. Ebből ered minden más kisebbrendű erő. Biztonságosabb és észszerűbb tehát magához a forráshoz fordulni, mint felszínes képességek és veszélyes adományok eredményeit keresni. Az okkultizmus homályos birodalmában az ember könnyen eltéveszti az utat és csak szenvedések árán tud ismét visszafordulni. És ezekért a normálisan túleső erőkért ugyanolyan árat kell fizetni, mint az „emberfeletti Én” magasabbrendű gyümölcseiért.

Az „emberfeletti Én”-be való beavatást gyakran összetévesztik feltűnő lelki élményekkel is. Ez a beavatás olyan belső és kifejezhetetlen élmény, amelyet semmiféle szóbeli hatásvadászat, semmiféle színpadias szertartás és semmiféle okkult titokzatosság meg nem adhat. Hatalmas és rendkívüli, szent és szép, és nincs arany, amiért megvásárolható lenne. Egyedül ez az élmény teszi az embert valódi apostollá és pappá.

Bár a pszichikai és okkult tanulmányokat ilyen módon aláértékeltük, nem azt akarjuk mondani, hogy teljesen értéktelenek. Hozzájárulnak a tudományos kíváncsiság és a közkeletű érdeklődés kielégítéséhez – talán még a durva

anyagelvűség gerincét is meg tudják törni. A gyakorlott kutatótól azonban csak vizsgálódást kívánnak – semmi esetre sem érdemlik meg egész életünket.

Jézus a teljes igazságot hangoztatta, amikor azt mondta, hogy minden dolgok megadatnak nekünk, ha előbb megtaláljuk a mennyek királyságát. Mindenki, aki az isteni királyságot felfedezte, azt is fel fogja fedezni, hogy rendkívüli dolgok kezdenek történni és váratlan csodák jegyződnek fel életének kalendáriumába. De akkor azonban felkérés nélkül, önmaguktól, közvetlenül az „emberfeletti Én” titokzatos néma tevékenységéből erednek. A kereső nem törekszik utánuk és mégis jönnek, könnyedén, anélkül, hogy akár önmagának, akár másnak kárt okoznának. Mint ahogy a nemes virág sincs tudatában annak a szépségnek, amelyet megtestesít vagy az illatnak, amely belőle árad, ugyanúgy az igazi szellemi ember is egyénileg csak ritkán tud arról a mágiáról, amelyet művel, a jóról, amit tesz, vagy a segítségről, amelyet nyújt.

*

Nem lehet eléggé értékelni a szellemi nyugalomból származó egyensúlyt. Ennek általánossá válásával a kórházak kiürülhetnének, a menhelyek kevésbé lennének zsúfolva és számtalan otthon sokkal boldogabb lenne.

A zűrzavar, konfliktus és rémület mai napjaiban nagy hasznára volna az emberiségnek a kiegyensúlyozott szellem, a belső nyugalom, az érett bölcsesség és a helyes értékelés érzéke. Amerikának, a lüktető fizikai és szellemi energia földjének még nagyobb szüksége volna a belső csöndnek erre a sajátosságaira, mint Európának. Az izgalom, az okatlan sietség és a túlzott aggodalom eltűnik a lét szótárából, ha az ember a szellemi csöndhöz menekül. Mert ez bátorító filozófiai szemlélettel ajándékozza meg az embert és ez a szemlélet nem csökkenti, hanem éppen fokozza teljesítőképességét.

A bölcs minden ellenállást hasznára fordít. Azoknak a hibái, akikkel a sors változhatatlan kapcsolatba hozta, erényeinek köszörűkövévé válnak. Ingerlékenységüket magasztos türelemmel fogadja, amely azonnal felmerül, mihelyt figyelmét a belső „Én”-re fordítja. Nem nehezíti meg a dolgokat azzal, hogy folytonosan negatív, bíráló gondolatokkal foglalkozik. Meggyőződése szerint él és elveit a gyakorlatban megvalósítja. Nemcsak barátait és szeretteit, hanem ellenségeit is rábízta az „emberfeletti Én” jóságos gondoskodására. Tudja, hogy a megbocsátással többet nyerünk, mint veszítünk. Azok, akiket gyűlölködő érzelmek töltenek el, vakok és nem veszik észre, hogy a régi rosszhoz való ragaszkodásukért fizetniük kell. Így válik azután az „emberfeletti Én” titkos küldötté mindenki számára, akivel találkozik. Szellemében ott az isteni üzenet mindenki részére, de ez természetesen csak ahhoz jut el, aki alázatosan vágyakozik rá.

Kevéssé ismeretesek az ihletett cselekvés és súrlódásmentes tevékenység lehetőségei. Nem is vagyunk tudatában, hogy a központosított ember milyen óriási tökéletességre tehet szert. Az isteni és a gyakorlati nem szükségképpen összeegyeztethetetlenek. A modern misztikus, az életet nemcsak mint felismerő, de mint résztvevő is szemlélheti. Nem fél a tevékenységtől. Tudja, hogy ha gondolatait

rendben tartja, a cselekedetei majd önmaguktól rendeződnek és hogy minden, amit szellemileg meghódított, valóságosan is birtokába kerül és megfelelő gyümölcsöket hoz. Sem önmagát, sem másokat nem kell megtévesztenie azzal, hogy szerzetesi aszkézist gyakorol, ami korábbi korok szükségleteihez tartozik. Az ő kolostora a világ, szellemi tanítója az élet és a belőle nyert tapasztalatokból tevődik össze tanulmányainak tananyaga.

A világ dolgaiba nyakig belemerült emberek is megtalálták már az „emberfeletti Én”-hez vezető utat. Ezek az ügyek összevisszaságában is megőrzik belső nyugalmaikat. A világtörténelem jelenlegi kritikus órájában sok ilyen szellemileg megvilágosodott emberre lenne szükség, akik a világi és szent elemeket összhangba tudják hozni és akiknek bonyolult modern alkata a magasabb szellemiségre is fel tud emelkedni: olyan emberekre, akik áttörik a közvélemény külső héját, hogy belső világosságuk láthatóvá váljon. Nagy a hiány olyanokban, akik éppen annyira törekszenek az emberiség szolgálatára, mint a saját sikerükre. **„Teremtetek nagy személyiségeket – minden egyéb önmagától adódik”** – hangoztatta Walt Whitman.

Az említett szolgálatra elegendő alkalmat talál mindenki, akinek lelkében a gyakorlati érzék összetalálkozik a transzcendentális szellemmel. Önmaga-választotta napi munkáján vagy tevékenységének sorsszerű szféráján kívül mindig felkeresik majd azok, akik a kétségbeesésben botorkálnak, vagy az élet sötétségében fénysugarat keresnek. Menedékhellyé és az állandó segítség középpontjává válik. Szavai sohasem hangzanak el hiábavalóan a pusztaságba. Leírt és kimondott szavai egyesekre megnyugtató, másokra ösztönző hatással lesznek, de éppen úgy szakállas nyílként fúródhatnak egyesek lelkébe. Minden szó élő teremtő erővé, a fény és a hatalom mágikus eszközévé válik, bejárja az öt világrészt és eléri mindazokat, akiknek valószínűleg javára válhatnak.

Ennek a keresésnek kiinduló pontja az, hogy hol vagyunk és mik vagyunk. A végpontja is ugyanez. A vallás, a misztika, a művészet, a tudomány és filozófia mind megannyi közvetett út, mert végül is elkerülhetetlen a végeredmény: hogy önmagunkkal kerüljünk szembe. Épp ezért nem foghatunk elég jókor ehhez a feladathoz. A munkának végül sikerülnie kell, mert a Végtelen bennünk van éppúgy, mint a só a tengervízben. Az Én-azonosítás munkája nem szükségképpen unalmas, de nem is tétlen órák elhessegetésére való hóbort. Valóban nincs még egy ilyen fenséges kaland. Ennek ellenére azonban agyunk makacs és a gondolatok nem akarnak kívánságunknak megfelelően nyugalomra térni. Napenkénti gyakorlásra van szükség, hogy úrrá legyünk felettük. Az itt ismertetett eljárás, az értelem szokásos funkcióit magasabb cél felé fordítja és így változtatja átjáróvá az „emberfeletti Én” számára. A gondolkodás megszokott képességét végül lényünknek valamely mélyebb része veszi át, nyugalomban tartja, míg rá nem eszmélünk a közülük szétáradó, messzire szétterülő csendre. Ez azért lehetséges, mert az értelem élete és munkája végeredményben az „emberfeletti értelemből” származik. Nem mintha végül gondolatok nélkül tudnánk élni – gondolkodni fogunk, amennyire az élet üzeme ezt megköveteli, de e gondolkodás közben is tökéletesen életben tudjuk tartani a valóság belső megélését. Erre az eredményre azért van szükségünk; hogy gondolati megnyilvánulásaink rendkívüli erőre és hatalomra tegyenek szert és a megszokott,

ihletnélküli gondolkodástól teljesen eltérő értelmezést kapjanak. Ilyen módon tarthatjuk fenn a szellemi élet és világi élet közötti gyönyörű összhangot és így nem támad majd ellentét a kettő között.

Aki megvalósítja ezt a kiegyensúlyozott életet, nem válik szentimentális fecsegővé, aki csak hánykódik az érzelmek tengerén és sem a maga, sem az emberiség számára nem teremt alkotó értékeket. Az érzelmi extázis árja és pályája, az egyéni elragadtatás fellángolása és kialvása mind megannyi nyomorúságos dolog az „emberfeletti Én” változhatatlan békéjének magasztossága mellett. Minden vallási extázis szükségképpen elmúlik, minden lelki vízió eltűnik – örökre csak az „emberfeletti Én” csöndje marad meg, mert az örökkévaló.

*

Aki az ilyen földöntúli megvilágosodásnak csak egyetlen óráját is átélte, meg fogja érteni az egyiptomi Szfinx szétszabdalt ábrázatán ma is felismerhető, titokzatosan magasztos kifejezés mély jelentőségét. Behatol majd a gigantikus japán Buddha-szobor néma ajkai körül játszó boldog mosoly titkába. És meg fogja érteni, hogy Firenze bizonyos palotájában bizonyos kép miért kelt néma áhítatot Itália érzékeny látogatóiban.

Talán meg fogja érteni azt is, hogy az igazság: istennő, aki magas piedesztálon ül a hangos tömeg fölött. Készen áll minden ember fogadására, csak nem minden ember áll készen az igazság befogadására. Pedig a világnak meg kell alázkodnia és úgy kell esdenie kegyeiért, mert ő nem fog leszállni, hogy a világ kegyeit keresse. Azok, akik részeseivé váltak nyájas kegyelmének és azok, akiket színe elé bocsátott és bizalmába fogadott, szükségszerűen alázatos közvetítőkként működnek közte és a tömeg között.

Talán megérti azt is, hogy ami ilyenképpen belekerült életébe, az nem valami dolog, hanem *szellem*, nem élő mozgás, hanem *élő nyugalom*. A szavak ennek csak a felületét barázdálják és tulajdonképpen elfátyolozzák igazságát. Az „emberfeletti Én” némasága nagyon is élő némaság, amely mélyebb a legmélyebb értelmű szónál is. Talán a Himalaya hegyei között, vagy a Szahara sivatagjában válik a legékesebben szólóvá. És szinte áttetszővé lesz a bölcs arcán, aki megértette, hogy gyakran jobb a középpont felé, mint kifelé törekedni.

Balgák semmit sem tanulnak a bölcsektől – bölcsek azonban sokat tanulnak az együgyűektől. Megtanulják, hogy az emberiség a szó tiszteletét általában összetéveszti a tisztelettel. A némaság sokkal inkább javunkra válik, mint a legmeggyőzőbb beszéd.

Az az ember, aki ezt mindörökre felismerte, nem bocsátkozik majd terméketlen vitákba és másokat sem igyekszik majd pusztá szócsatára bírni, inkább új gondolatok és tisztultabb tapasztalatok felé vezeti majd őket. Nem igyekszik kételkedőket megtéríteni vagy kishitűeket meggyőzni, mert most már megérti, hogy minden léleknek fel kell kapaszkodnia a megértés hosszú létráján és az elmaradhatatlan tapasztalat nálánál sokkal jobban meg fogja majd tanítani az igazságra. Az adeptus, a beavatott végtelenül türelmes és senkire sem erőszakolja rá akaratát.

Mégis, miután megvalósította az „emberfeletti Én” egységét, ettől kezdve nincs és nem is lehet más célja, mint minden lény boldogulása. Szívében nem ismer majd különbséget ember és ember között, de annak szükségessége folytán, hogy célját az eszközökben való legnagyobb takarékossgal és legcsekélyebb erőfeszítéssel érje el, szolgálatait azokra kell korlátoznia, akik megértették és érdemesek segítségére, nem pedig azokra, akik azt a gúnyos megvetés ellenállásával vagy alantas hálátlansággal fogadják. Ezért némán és nyugodtan mozog a világban, testi porhüvelyé mögé rejtí szellemi királyságát, amellyel a Sors megajándékozta és ahol valamilyen nyilvános feladatot kell elvégezni, tanítványait tolja majd a közfigyelem előterébe.

Ilyen természetű az emberiségnél fellépő ősrégi keresés, a töredékes „Én”-nek ez a vágyakozása a tökéletesebb „emberfeletti Én” után. Ezért küzdött a parányi amőba megszámlálhatatlan esztendőkön keresztül, hogy végül kétlábú emberré legyen – ezért folytatta a csillagok világegyeteme megmérhetetlen időközön át munkáját – ezért kering szegény Földünk a tér megmérhetetlen távolságain keresztül.

A természet hihetetlen türelemre ad példát. Egy ideig tehát utánozhatjuk. Még ha haladásunk kétséges és görcsösen vonagló volna is, higgyünk benne, hogy keresésünknek biztos és isteni célja van. A fény egy futó pillanatra felvillanhat és aztán ismét kihunyhat. Egy rövid másodpercre meglepő világossággal láthatunk, aztán ismét vakokká válhatunk. Mindezek közben azonban ne felejtjük el, hogy van Valaki, aki gyermekbetegségeink és felserdülésünk fájdalmai fölött öröklik, Valaki, aki jóságos és ismeri dicsőséges célunkat. A fejlődési folyamat diadala nem lesz más, mint a szeretet diadala, mert valamennyien a légdicsőbb Anya méhéből születünk, akinek hozzánk való szeretete nem kisebb, mint saját szeretetünk önmagunkhoz.

Nem számít, hogy milyen sokára hatolnak be életünkbe ezek az igazságok – sohasem érkeznek későn. Jézus a maga rövid küldetését azzal kezdte, hogy kimagasló helyet biztosított a bűnbánat eszméjének. Az Újtestamentum, amely ezeket a kezdeti szavait tartalmazza, a görög „*metanoe*” szót használja ennek az eszmének az érzékeltetésére. A szó valódi jelentése azonban: „*a gondolatot megváltoztatni*”. Erre van legsürgősebben szükségünk. Értelmünk elidegenedett szellemi forrásától. A szellemi nyugalomnak áldozott naponkénti rövid idő megvalósítja majd ezt a gondolat-megváltoztatást.

Nem azért írtuk ezeket a sorokat, hogy a világnak újabb vallási illúziókat adjunk, sem pedig, hogy megtanítsuk elkopott babonák litániáinak papolására, de még azért sem, hogy megerősítsük abban a hiábavaló reménykedésében, hogy a szellemi problémák elhanyagolása mellett is megtalálhatja problémáinak megoldását. Az emberiség anyagi és lelki szenvedései elválaszthatatlanok szellemi szemléletétől. A szerző nem tudja pontosabban megfogalmazni ezeket az igazságokat, mint ahogy tette. Aki még alaposabban meg akarja őket érteni, annak meg kell kísérelnie, hogy ne csak a szavakat, hanem azt is megértse, ami a szavak *között* és a szavak *mélyén* rejtőzik. A beszéd a maga fogyatékoságában sohasem fejezheti ki a bennünket körülvevő közvetlen és kimondhatatlan transzcendentálist.

Ezek a gondolatok vagy igazak, vagy értéktelenek. De sohasem válhatnak üressé, mint ahogy tagadni sem lehet majd őket sohasem. Ezek ígézték meg a világ legelőkelőbb szellemeit az idők kezdete óta – ezek fogják őket megigézni akkor is,

amikor már ennek a bolygónak az utolsó napjai közelednek. Időről-időre meg lehet feledkezni róluk, de új meg új megtestesülésben jelentkeznek. Halhatatlanok és egy napon az egész emberiséget át fogják itatni. Az igazság magányosan és elhanyagoltan szunnyadhat – végezetül azonban ellenállhatatlan, és az emberiség egy napon kénytelen lesz némán alávetni magát kényszerítő erejének. Az Abszolút újra meg újra megnyilvánul minden korban és minden éghajlat alatt. Az isteni csend egy időre majd felhagy szent tartózkodásával és meghatározott időben meg-megküldi majd az embernek testi alakjában a remény örök üzenetét. Így „válík hússá az ige” és feltámadnak azok, akik arra emlékeztetnek bennünket, hogy mikké lehetünk.

Aki ezeknek az igazságoknak a legnagyobb értéket tulajdonítja, nem fog csalatkozni.

Sohase féljünk attól, hogy alá vessük magunkat annak a magasabb hatalomnak, amely minden ember életén korlátlanul uralkodik. Kezdjük azzal, hogy ismerjük meg a fáradtság nélküli erőfeszítés értékét. Tanuljunk meg elcsendesedni, tanuljuk meg lelkünket átérezni azzal, hogy eggyé válunk vele és így megkapjuk osztályrészünket szépségéből, jóságából és bölcsességéből. Mindenki a maga szerény eszközeivel segítsen a mennyei királyság megvalósításában!

A végső igazság az, hogy szellemileg száműzöttek vagyunk. Az „emberfeletti Én” belső világa a valódi hazánk és kizárólag elhagyott szentélyeiben találhatjuk meg szívünk néma és örök vigaszát.

VÉGSZÓ

Sötét korszakunk legsötétebb tragédiája az a botor hit, hogy az ilyen gondolatoknak semmi hasznuk a gyakorlati világ számára.

Pedig ellenkezőleg: éppen az örök igaz eszmékből meríthet az ember erős, valódi ihletet tevékenysége számára, rendíthetetlen bátorságot a nehéz problémák megoldására, megújuló reményt a továbbhaladásra, sőt erőt ahhoz is, hogy türelmesen elviseljük, amit el kell viselnünk. Állandó sarkantyúzásként működnek, hogy folytonosan a közjó érdekében dolgozzunk. Zárak gyorsan kinyílnak, ajtók önként feltárnak a házakban, hogy beengedjék azt az embert, aki az „emberfeletti Én” jóságos áldását hozza magával.

Mindenki, aki ezeket az élő eszméket megvizsgálja és megérti, megtanulhat ebben a nyugtalan világban úgy élni, hogy magasabb régiók erőinek segítségéhez folyamodhasson. Nem rosszabb, hanem jobb tagja lesz a társadalomnak, ha az igazságot életté változtatja, ha szellemét időnként úgy elcsendesíti, mint egy tengerszemet, és derűs önuralommal jár-kezel a világban, amelynek-enyhe áramlata minden nehézségen átviszi.

Elvakult emberek mondhatnak, amit akarnak, de az „emberfeletti Én” mégis a mi valódi megváltónk és titkos akaratát önmagunk ellenére is megvalósítja.

Nem okosabb-e tehát, ha önként feltárjuk magunkat isteni behatása számára és így elkerüljük a felesleges szenvedéseket, amelyeket tudatlanságunk zúdít reánk?

Sokan félnek ezektől a meggondolásoktól, mert attól tartanak, hogy végül a világnak és az anyagi élet kényelmének feláldozására kényszerítik. Ezek az aggályok nem állnak fenn, mert csak megvadult fanatikus követeli meg, hogy esztelen lemondások nehéz rabláncait vegyék magukra. De mi félhivallója van a világtól annak, aki ura a maga szellemének?

Az élet helyes irányításának ügyessége egyszerűen abban áll, hogy szellemünkkel helyesen kell bánnunk! Előbb a gondolataink mondanak csődöt, csak azután a cselekedeteink!

Világfelfordulás szakadt ránk és általános tanácstalanság szánt barázdát a homlokunkra, pusztán azért, mert nem tudjuk, hogy a szellemi igazságot saját veszélyünkre hanyagoltuk el. Az emberiség ma szerencsétlen hajó módjára hanyódik, kapitány, térkép és horgony nélkül – sodródó hajóroncs, amely akármelyik láthatatlan sziklán pozdorjává zúzódhat.

Az a csodálatos értelem azonban, amely megtervezte az emberi anatómiát és fehérre festette a hattyú tollazatát, még mindig körülöleli a világot és nem hagyja cserben teremtését. Nem vagyunk elveszett, árva gyerekek.

Krisztus messziről jött nyugtalan bolygónkra. Fegyverzete mindössze a magasabb etika és a szellemi gyógyítás küldetése volt. Az elernyedti emberi szívnek reményt hozott – nem kardot, amely átjárja. A békeesség azonban távolabb van szánandó csillagzatunktól, mint valaha.

Csődöt mondott volna? Csak azok felelhetnek erre a kérdésre, akik a drámát mint *egészet* nézik és következő felvonásait is áttekinthetik. Közben egy új kor

drótszöges kerítésénél állunk. E föld ifjúkora visszavonhatatlanul eltűnt. A felnövekvő emberiségnek készen kell állnia arra, hogy a kezdődő érettség értelmi és szellemi felelősségét magára vállalja.

Nem mindenkinek kötelessége, hogy nemzeteket vezessen és népeken uralkodjék. Mindenkinek kötelessége azonban, hogy a maga személyes életét irányítsa és hogy uralkodjék nyugtalan szellemén, hogy magamaga szerezzé meg önmagának azt, amit az állam soha meg nem adhat neki.

Az igazi gyógyulás és a csálhatatlan bölcsesség csakis az „Én” isteni mélységeiben lakozik. Azt a szokást, hogy befelé forduljon, valahányszor annak szüksége mutatkozik, előbb-utóbb mindenkinek el kell sajátítania. És erre ma nagyobb szükség van, mint valaha.

Senkinek sem kell félnie attól, hogy alávesse magát a magasabbrendű „Én”-nek, hogy „Én”-jét így ne úrrá, hanem szolgává tegye. Ebben a tekintetben nem ér, de nem is érhet senkit sem veszteség. Ami az egész világegyetemet fenntartja, az majd őt is fenn fogja tartani.

Ha az emberek készséggel és örömmel adják át magukat az isteni emberfeletti Én”-nek – az isteni „emberfeletti Én” is örömmel adja majd magát át nekik.

Ennek a sugárzó igazságnak dicsőítésére és azoknak a keveseknek épülésére, akik ezt az igazságot meg is szívlelik, küldi ezt az írást szerzője az öreg Keletről a fiatalabb Nyugatnak.